أسباب تفقدك أصدقائك

إذا كنت تشعر وكأنك تفقد أصدقائك فجأة، انتبه! قد يظهر ويختفي الأصدقاء، ولكن إذا وجدت أن المزيد منهم يغادرون هذه الأيام بدلا من أن يبقوا بجانبك، قد تكون المشكلة هي شيء تفعله أنت!

فيما يلي بعض الأسباب الشائعة التي تبعد أصدقائك عنك:

هل أنت مشغول جدا ولا تهتم لصداقاتك؟

كونك مشغول هو شيء الكثير منا نعاني منه، ولكن إذا كنت دائما تضع الالتزامات الأخرى في حياتك قبل أصدقائك، إنهم قد يشعروا أنك لا تهتم بهم، فيختفوا من حياتك.

هذا صحيح بشكل خاص إذا كنت قد اخذت بعض الوقت للتواصل معهم عندما أردت شيئا، ولكن لم تتصل بهم خلاف ذلك للاطمئنان عنهم. إذا كنت قد تمر بفترة مليئة بالانشغالات، قد لا تدرك حتى أنك تخسر الأصدقاء.

أنت لا تعرف كيفية الاعتذار:

القول أنك آسف على الأشياء التي اقترفتها هو مفتاح وجود صداقة طويلة الأمد. إذا ارتكبت خطأ، لا تدعي أنه لم يحدث. لا يجب أن تكون الاعتذارات دراماتيكية لكي تكون فعالة، ولكنها تحتاج إلى أن تكون في الوقت المناسب وصادقة.

إنك شخص متطلب للغاية:

هل تطلب الكثير من أصدقائك؟ إذا كان يبدو أن أصدقائك لا يمكن أن يخصصوا الوقت الكافي لك، ربما أنت بحاجة إلى المزيد من الاهتمام، أكثر مما هم قادرين على إعطائك.

إنك لا تدعم أصدقائك:

الأصدقاء بحاجة إلى دعمك خلال اللحظات المهمة والرديئة في الحياة، لذلك إذا كنت مقصر في ذلك، حان الوقت للتعويض. أولا، اسأل صديقك إذا كان كل شيء على ما يرام بينكما الاثنين. إذا كان صديقك يتردد (أو يرفضك)، اعرض أن تأخذه إلى الغداء لحل المشكلة.

في المرة القادمة التي يحتاج فيها صديقك إليك، كن بجانبه من دون تردد!