

# أفضل النصائح حول كيف تكون صديقًا جيدًا

تعد الصداقة من أهم وأنواع العلاقات التكوينية التي ستختبرها في حياتك. الأصدقاء هم أشخاص يمكنك مشاركة العلاقات الحميمة والتجارب معهم ، وأنت جزء مهم من حياة بعضكم البعض. إنها تمنحك إحساسًا بالانتماء والأمن مع العلم أنك محبوب ومعتز به من قبل الأشخاص الذين تهتم بهم كثيرًا.

نصائح حول كيف تكون صديقًا جيدًا:



## 1. إعطاء الأولوية لتخصيص الوقت لبعضنا البعض

وقت الفراغ مقدس لأنه ليس لدينا الكثير منه. في الوقت نفسه ، تنمو الصداقات من خلال الخبرات المشتركة والوقت الجيد معًا. علامة الصديق الجيد هي الشخص الذي يخصص الوقت لك ويجعل قضاء الوقت معك أولوية. سيبحث الصديق الجيد أيضًا عن فرص لزيادة الوقت الذي تقضيه معًا إلى أقصى حد من خلال البحث عن تجارب ممتعة وفريدة من نوعها تقوي الرابطة وتحافظ عليها.



## 2. الانفتاح والسماح لبعضكم البعض أن تكون عرضة للخطر

تشرح كريستينا أن الصديق الجيد هو شخص حقيقي ، شخص يمكنك أن تكون معه على طبيعتك ويمكن أن يكون هو نفسه من حولك. يسمح لك الصديق الجيد بأن تكون ضعيفًا معه والعكس صحيح ، مما يعني أنه يمكنك كشف عواطفك وظروفك مع بعضكم البعض والثقة في بعضكم البعض للاستماع ، والدعم ، والاهتمام بمصالح كل منكما.

تضيف كريستينا: "إن القدرة على الاستمتاع ومشاركة الذكريات الخاصة هي نتيجة وجود علاقة ثقة تشعر بالأمان". "على سبيل المثال ، كل أصدقائي وأنا على دراية بأننا ندعم بعضنا البعض بكل طريقة (نعم ، حتى الطرق السخيفة!) ، ما لم يكن مستوى السخرية أكثر من اللازم أو من شأنه أن يخلق موقفًا نشعر فيه بعدم الارتياح".



## 3. انتبه للأشياء الصغيرة

يقول طومسون: "الصديق الجيد قادر على قراءة ما بين السطور لما يقال لأنه منتبه ، ويعرف قلبك". "على سبيل المثال ، إذا سألت ، " كيف حالك؟ " إلى صديق مقرب وكان الرد "حسنًا" ، أعرف على الفور أنها ليست على ما يرام. الصديق الجيد يهتم بالتفاصيل لأنك تهتم بأخذ الوقت الكافي لفهم قلب صديقك ".



#### 4. كن على استعداد لتحدي بعضنا البعض

يدفعك الصديق الجيد للنمو ، وسيخبرك عندما تكون على الطريق الخطأ ، و "سيتحديك عندما تحتاج إلى التحدي" ، كما يقول طومسون. وهذا "كل شيء بالحب والاحترام". بهذه الطريقة ، يمكنك أن تنمو معًا وتدعم بعضكما البعض على طول الطريق.

"في قصة شخصية ، كنت غاضبًا من شخص ما ، وأوقفتني أحد أصدقائي المقربين في منتصف الطريق وقال لي ، " جيني ، أنت تعلم أنك مخطئ. أنا دائمًا معك ، لكن في هذا الأمر ، يمكنني "لا تركب معك. توقف وفكر في الدور الذي لعبته في هذا. " بقيت تلك اللحظة معي حتى يومنا هذا لأنها أحببني بما يكفي لتخبرني أن أطرحها ، وقد أتت من مكان محبوب. تمكنت من الحصول عليها بسبب ذلك ، " تشرح كريستينا. "هذا ما يفعله الأصدقاء."



#### 5. لكن كن منفتح الذهن

يقول طومسون ، لكي تكون صديقًا جيدًا ، عليك أن تكون منفتح الذهن. يتيح لك الانفتاح الذهني لصديقك أن يكون على طبيعته ، خاصةً عندما يتخذ القرارات. من خلال البقاء منفتح الذهن وعدم إدخال تحيزاتك في عملية صنع القرار لدى صديقك ، فإنك تثبت أنك متفهم وداعم. تضيف كريستينا: "يدعمنا الأصدقاء الجيدون ، ويمنحونا مساحة لنكون أنفسنا ونرتكب الأخطاء ، وهم يحترمون الحدود".