كيف يمكنك ان تحوّل صداقاتك!

لدي أصدقاء رائعين يدعمونني في كل مواقفي. ولكن في أحد الأيام بدأت علاقتنا تمر بالقليل من الجمود والركود. فظننت ان هذه العلاقة تتفكك. ولكن كيف لعلاقة متينة كتلك التي تربطني بصديقاتي ان تتلاشي بوقت قصير. لذلك قررت ان أقوم ببعض التغيرات التي من شأنها ان تحوّل هذه الصداقات. اليك ماذا فعلت:

- **لقد بدأت بالرد على الهاتف**

بعد التفكير في سبب شعوري بالانفصال عن بعض أصدقائي المقربين ، أدركت ان السبب هو اننا كنا نتحدث فقط عندما كنا نرى بعضنا. وإذا لم نكن نرى بعضنا البعض على أساس أسبوعي فإننا لا نتحدث حقًا الا من خلال النصوص السريعة. مما يعني أننا نقضي كل وقتنا معاً نحاول التعويض عما فاتنا. أنا أحب سماع ما يجري في حياة أصدقائي ، ولكن أدركت أنه بحلول الوقت الذي سنجتمع فيه كلنا في المرّة القادمة سنستثمر كل الوقت لإخبار بعنا ما جرى خلال غيابنا عنهم.

لذا ، في أقل طريقة ممكنة ، حفظت جداول أصدقائي. حاولت الاتصال بهم إذا كنا نتنقل في نفس الوقت أو إذا كنت أعرف أنهم لوحدهم في المنزل يوم الأحد. كنت أتصل للإطمئنان عنهم ولكن عن طريق القيام بذلك ، حصلت على أكثر من تحديثات سريعة حول حياتهم. استطعت أن أسمع بعمق أكثر وبشكل متكرر حول ما هو مهم بالنسبة لهم. ونتيجة لذلك ، تعلمت المزيد عن وظائفهم وعلاقاتهم وكل ما يهمهم. وعادة ما كانت تؤدي هذه المكالمات الى دعوة في اللحظة الأخيرة لمشاهدة فيلم أو الذهاب في نزهة على الأقدام ، ولكن عندما كنا نرى بعضنا ، كان هناك ضغط أقلٍ لسماع كل التحديثات الأخيرة ، لذلك كان من الأسهل ان نسترخي سوياً .

- **أخطط الأنشطة**

التخطيط للقاء مع أصدقائي أعطاني شيئًا أتطلع إليه خلال أسبوع العمل. ولكن بعد بضع سنوات من رؤية صديقاتي في نفس المكان ، بدأنا نمل من هذا اللقاء. في بعض الأحيان ذهب كل شيء بسلاسة. كنا جميعا قادرين على ترك العمل في نفس الوقت ، وحصلت على طاولة واسعة وتمكنوا من اللحاق بي بعد بضع ساعات. ولكن في الكثير من

الوقت ، كنا نجلس في حانة حيث كان من الصعب رؤية بعضنا البعض ، وغالبًا ما كانت الموسيقى صاخبة جدًا على سماع أي شخص. لذل توقفنا عن الذهاب بنفس المشروع. ولكن كان لا بد على أحد ان يقم بالمبادرة ويقترح أمراً بديلاً مسلياً . أخذت ذلك على عاتقي وبدأت انا بالتخطيط لمشاريع أكثر تسلية وجديدة. أجدى ذلك نفعاً لدرجة ان صديقاتي الأخريات بدأن بتنظيم المشاريع هن أيضاً .

- **عرفت الأصدقاء الذين لا يعرفون بعضهم لبعض**

لقد كنت محظوظًا جدًا لتكوين الصداقات بطرق متنوعة ، من خلال المدرسة ، والوظائف المختلفة ، والحياة التي نلقيها معًا. لكنني أدركت ذات يوم أن لدي مجموعات أصدقاء منفصلة تمامًا لا تعرف أحدًا الآخر. لذلك خططت لعشاء في منزلي ودعوتهن جميعاً . لأن أحدا لم يكن يعرف أحدهما الآخر ، كان على الجميع التحدث إلى شخص جديد. لم يكن هناك أصدقاء مألوفين لأي شخص للتشبث به.

- **حافظت على عفوية الأمور**

في ليلة ، دعتني صديقتي التسكع ، طلاء أظافرنا ، والحديث. جلسنا على الأريكة لساعات وأدركت أنه ليس كل تفاعل اجتماعي يجب أن يكون "مميزًا" على الرغم مما دفعتنا وسائل الإعلام الاجتماعية إلى تصديقه. من الجميل جداً ان تجلس مع ـصدقائك لا تفعلون شيئاً سوا التحدث والضحك.