

5 نصائح لمواساة صديقك

الحياة مليئة بالمواقف التي تجعلنا نتخذ خيارات وقرارات حاسمة في بعض الأوقات. وكثيرة هي المواقف التي نواجهها، منها يكون سهلا يمكننا ان نعتمد على أنفسنا من ناحية جسمه ومنها ما يكون شائكا يتطلب مساعدة فلا نجد أمامنا في هذه اللحظة سوى صديق يفهم علينا من دون ان نتكلم.

هذه الحالة متبادلة بينك وبين صديقك، وإذا صادفتها يوما ما لا تتلبك بل على العكس تعلم كيف تساند صديقك وتشجعه ليواجه الحياة مرة جديدة وبروح متجددة.

- اتصل به: اذا علمت أن أحدى أصدقائك يمر بظرف معين ويحتاج الى مساندة، لا تتردد بالإتصال به لتقدم له النصائح التي ترفع من معنوياته. وحاول قدر المستطاع ان تسأل عنه وتعرف أخباره خاصة اذا كان هنالك من مسافة بينكما.
- استمع إليه: إن أكثر ما يحتاج إليه أي إنسان في هذه المواقف هو وجود شخص يستمع إليه من أن يحكم عليه. والأهم من ذلك أن تحتفظ برأيك وحاول أن تشجعه كي يستعيد ثقته بنفسه. الى ذلك، لا تقدم له النصائح إلا إذا طلبها منك.
- لا تجبره أن يكون قويا: إياك أن تطلب منه أن يتحلى بالقوة وأن يخفي مشاعره الحقيقية بل على العكس عليك أن تتفهم ما يمر به وتبتعد كليا عن السخرية منه لأن مشاعر الإنسان تتبدل من يوم الى آخر.
- أخبره أنك ستبقى الى جانبه مهما حصل: يجب أن يعلم صديقك أنك ستكون دائما الى جانبه كلما احتاج اليك وفي أي وقت أراد.
- لا تتحكم بمسار حياته: عليك أن تواسي صديقك لا ان تسيطر عليه بطريقة أو بأخرى، مثلا إذا أردت أن تدعوه للعشاء لا تقرر أنت المكان والموعد، بل اترك له حرية الاختيار.