

# 5 نصائح لتكسب أصدقاء من جديد

في أيامنا هذه، ومع كثرة الضغوطات يبتعد الأصدقاء عن بعضهم البعض. منهم من تزوج وإستقر في منطقة بعيدة و منهم من هو مرتبط بعمل شاق وهموم كثيرة.

كل هذه التغيرات تدفع بالشخص إلى الشعور بالوحدة، لكن يجب عدم الإستسلام بل بإمكان كل واحد أن يستعيد علاقته بإصدقائه بإتباع هذه النصائح:

## 1- التعرف إلى نفسه

من المهم جداً أن يعرف كل شخص الأسباب الرئيسية التي أدت إلى إبعاده عن إصدقائه، فهل من تصرفات قام بها جعلت من هؤلاء ينفرون منه؟! وفي حال كان هذا الشخص يتمتع بصفات سلبية عليه ان يبادر إلى تغييرها من أجل أن يتمكن من إعادة ترميم علاقته مع أصدقائه والتحدث إليهم.

## 2- الإعتذار

لكي يستطيع كل شخص أن يعيد ترميم علاقته مع أصدقائه عليه أن يعبر عن أسفه عن تصرفاته السلبية التي صدرت عنه. وهنا على كل شخص أن الإعتذار ليس إنكساراً بل هو الطريق من أجل إعادة احياء العلاقة بين الأصدقاء.

## 3- المقابلة

من المعروف أن موضع التواصل الاجتماعي تلعب دوراً كبيراً في جميع العلاقات. فإذا كان الشخص يتحدث مع صديق قديم عبر احدى وسائل هذه الإتصال يجب ألا يتتردد بأن يطلب لقاءه لأن هذه الوسائل لا تساعده على التعبير عن المشاعر الصادقة.

## 4- عدم الاستسلام

مهما حاول الشخص عليه ألا يستسلم في محاولة التواصل مع أصدقائه. بل على العكس عليه ان يحاول عدة مرات وبطرق مختلفة ان يقرب المسافة بينه وبينهم ويشدد على انه لا يريد خسارتهم.

## 5- الإبعاد عن المعايبة

إذا كان الشخص يريد حقاً أن يستعيد علاقه بأصدقائه عليه أن يبتعد  
كلياً عن منطق العتاب وإلقاء اللوم، كما وعليه أن يبتعد عن  
النقاشات التي لا معنى لها .