

# الصديق الجيد سبب سعادتك

يقول دكتور فولر "إن كل صديق جيد يزيد من فرصك بأن تنعم بصحة جيدة. كل صديق جيد سيكون أهم اسباب سعادتك، ولا نتحدث هنا عن الخمسمائة صديق لديك على شبكات التواصل الإجتماعي او الفيس بوك. إنما نتحدث هنا عن أقرب وأعز اصدقائك، ومن الصعب العثور على تلك النوعية من الأصدقاء."

فالصديق الجيد بينما يعد عملة نادرة ولكنه مهم جداً أن يكون جزء من حياتك حيث يقصر طريقك للوصول للسعادة وراحة البال في حياتك.

لماذا يعد الصديق الجيد مهم جد

تم إجراء الكثير من الأبحاث عن فوائد الصداقة، وتوصلت تلك الأبحاث لما تتوقعه تحديداً. إتضح أن سعادتك الشخصية مرتبطة بجودة صداقاتك. لذا فمن الجيد لسعادتك الشخصية أن تكون صديق رائع لشخصاً ما وأن يكون لديك مجموعة من الأصدقاء الجيدين ليكونوا حولك لدعمك دائماً. ولكن قد يكون من الصعب تحديد ماهية الصديق الجيد.

علامات الصديق الجيد

سيظهر أصدقاء ويختفي أصدقاء من حياتك، ولكن ما هو أهم من كم ستدوم صداقتك هو أن الصديق الجيد سيحبك لما أنت عليه. وطريقة تحديدك لكون ذلك صديقاً جيداً يمكن أن يتضح من أفعاله - الأفعال الصغيرة والكبيرة - والتي تظهر إهتمامه بك.

بعض العلامات الدالة على أن ذلك صديق جيد تتضمن الآتي:

- صديق سيساندك ويدعمك دوماً ايأ كان الوضع او الوقت.
- صديق يمكن أن يكون محل ثقة ولن يحكم عليك أحكام خاطئة.
- صديق لن يخذلك أبداً عن عمد او يجرح مشاعرك.
- صديق طيب وسوف يحترمك دوماً
- صديق سوف يحبك لأنه اختار ذلك، ليس لأنه يحس أنه يجب عليه أن يحبك لسبب او لآخر.
- صديق تستمتع بصحبته، وتستمتعون بوقتكم معاً.
- صديق يظهر ولاءه لك دوماً.
- صديق يستحق ثقتك ومستعد لأن يكون صادقاً معك وإخبارك الحقيقة حتى لو كانت صعبة.

▪ صديق يضحك عندما تضحك ويشاطرك أوقاتك السعيدة.  
▪ صديق مستعد للبقاء بجانبك في الأوقات العصيبة وليس فقط وقت المرح.

▪ صديق يمكنه أن يرسم البسمه على شفتيك.  
▪ صديق يستمع لك عندما تريد شخصياًً لتتحدث إليه.  
▪ صديق سيبكي لبكائك.