

15 طرق لتكون صديقاً أفضل

أحد الأمور المهمة التي تعلمتها في حياتي هي مدى أهمية أصدقائي. إنهم هناك عندما أحتاج إلى دفعة إضافية أو مكاناً ناعماً للدعم. إنهم يبقوني أعمل من أجل تحقيق أهدافي ، وإلهامي وتحديهم. يجعلونني أضحك ويعلموني شيئاً جديداً كل يوم تقريباً. مع تقدمنا في السن وتحفيزنا ، يصعب الحفاظ على هذه الصداقات صحية ومزدهرة. فهمت ذلك. لكن ليس هناك نقطة في فقدان صديق بسبب جدولك المجهد. هناك العديد من الطرق البسيطة لتكون صديقاً أفضل لهؤلاء الأشخاص الذين تحبهم.

1. ضع الهاتف جانباً : اجعل قضاء وقت أقل على هاتفك هدفك الجديد. عندما تكون مع أصدقائك ، إبقى الهاتف في حقيبتك. نحن ننتقل إلى عالمنا عبر الإنترنت بحيث ننسى أحياناً التواصل مع بعضنا البعض في الواقع. يمكنك قضاء بعض الوقت مع أصدقائك عندما تكون معهم. ليس هناك ما هو أسوأ من التحدث إلى شخص لا يستمع إلا إلى نصف ما تقوله.



2. الاستماع والاستماع حقاً .
3. كن موجوداً ، حتى لو كنت لا تريد أن تكون. جزء من كونك صديقاً جيداً يقوم بأشياء لدعم صديقك حتى لو لم تكن تشعر به حقاً ، مثل الذهاب مع صديقك عندما يريد أن يرى شخصاً يعجبه في الخارج. حتى إذا كنت تفضل البقاء في المنزل ، فأنت في بعض الأحيان يجب أن تمصقه وتذهب إليه.
4. اخرج من المنزل. افعل أشياء معاً! جرب أنشطة جديدة أو قم برحلة صغيرة في نهاية الأسبوع.



5. امضيا الوقت معاً في كثير من الأحيان ، وليس فقط من خلال المراسلة. الرسائل النصية رائعة ، لكن لا شيء يضاهي الوقت وجهاً لوجه. إذا كانت تفصلكما مسافة بعيدة ، فلا بد من استخدام وسائل التواصل التي تتيح لكم التحدث عبر الفيديو مثل FaceTime ، على الأقل مرة واحدة في الأسبوع.
6. أرسل لهم هدية صغيرة عندما يواجهون أوقاتاً صعبة. أرسلت لي واحدة من صديقاتي هدية صغيرة ، عندما كنت أمر بأوقات صعبة ، الأمر الذي حسّن مزاجي كثيراً و جعل أسبوعي على نحو أفضل. أحاول أن أفعل الشيء نفسه الآن.

7. جربا شيئاً جديداً معاً. هل أردت دائماً تجربة فئة جديدة من اللياقة البدنية أو تعلم مهارة جديدة؟ اجعل صديقك المفضل يأتي معك.
8. تحدثا كل يوم في شكل ما. يمكن أن يكون نصاً أو بريداً إلكترونيّاً أو مكالمات هاتفية سريعة.
9. أخبرهم كم تقدرهم. أحاول أن أوضح نقطة لأخبر أصدقائي المقربين عن مدى استمتاعي بالأشياء التي نقوم بها معاً ، مثل مواعيد القهوة أو رحلاتنا في نهاية الأسبوع للقيام ببعض الأنشطة سوياً.
- ✖
10. كن مرناً. الأمور تحدث. لا تغضب عندما تتغير الخطط أو يمتنع شخص ما أن يخرج معك دون سابق إنذار.
11. كن متفهماً.
12. اصنع صداقات مع أصدقائهم. إذا كان لديكما مجموعة أصدقاء منفصلة ، فحاول التعرف على الأشخاص الآخرين الذين يحبهم صديقك. قد تصنع أصدقاء جدد!
13. إذا كنتما مشغولين حقاً ، فاجعل نقطة للاجتماع مرة واحدة على الأقل كل شهر على الأقل. قم بإعداد عشاء ثابت أو موعد ساعة سعيدة.
14. إذا كان هناك شيء يزعجك ، أخبرهم. لا تدع الاستياء يزيد بينكما دون أن تتحدثان بشأنه. تواصل معاً مثل البالغين.
15. اغفر لهم في كل الأحيان التي تعلم أن نيتهم كانت صافية. لا تحمل ضغينة. الصداقة غالباً ما تنطوي على المغفرة. اعرف ما يمكنك تجاوزه وما لا يمكنك تجاوزه.