

طرق مثيرة للدهشة قد تساعدك بها الصداقة

وجود أصدقاء في حياتك يمكن أن يجعل حياتك أسهل...

نحن نعلم أن وجود الأصدقاء يمكن أن يساعدنا بأشياء مثل الشعور بالوحدة، تحسين الصحة، والحفاظ على موقف إيجابي، ولكن هناك طرق أخرى تساعدنا الصداقة فيها، قد تجدها غريبة... إليك بعض الطرق التي تجعل الصداقة حياتك أسهل:

مهارات تواصل أفضل:

المزيد من الناس في حياتك يعني أنك يجب أن تتواصل معهم على أساس منتظم. فكلما فعلت ذلك، كلما كان ذلك أفضل عليك للتعبير عن نفسك بشكل صحيح. الكثير من الناس الانطوائيين يشعرون بالإحراج الاجتماعي، ولكن هذا ليس هو الحال. يمكن لأي شخص أن يكون محرجا اجتماعيا، حتى لو كنت لا تخجل. لعل أسوأ الناس الذين يشعرون بالإحباط الاجتماعي هم الذين لا يدركون أن لديهم مشكلة في التواصل.

إذا كان لديك حجج متكررة وسوء تفاهم مع الناس، يجب أن تنظر في كيفية التفاعل معهم. وجود المزيد من الأصدقاء في حياتك سوف يجبرك أن تكون واعيا أكثر للأشياء التي تقولها وتقوم بها.

شبكات تواصل أفضل وفرص للبحث عن وظيفة:

بعض الناس يبدو أنهم يستطيعون بسهولة جدا إيجاد وظيفة جديدة بعد فقدان وظيفة، ولكن البعض الآخر يبدو أنهم لا يستطيعون الحصول على فرص عمل جديدة. الناس يميلون إلى توظيف والتوصية بالناس الذين يعرفونهم شخصيا بطريقة ما، إما كمعارف أو أصدقاء.

يمكن أن تساعدك مجموعة متنوعة من الأشخاص في شبكتك في التعرف على فرص عمل جديدة التي ربما تكون قد فاتتك.

التأقلم مع الخسارة:

أي نوع من الخسارة (الطلاق أو فقدان أحد من أفراد الأسرة أو صديق) يمكن أن يؤدي إلى وجع القلب، وإذا كنت تغرق وحدك، سوف يلزمك الكثير من الوقت لتتعافى. الأصدقاء يسمحون لك بالتنفيس، ولكن أيضا

يقولون لك أن تبتعد عن تلك الأريكة وتخرج من منزلك. إنهم يساعدوك على القيام بالأشياء التي لا تفعلها عادة من تلقاء نفسك، والتي يمكن أن تساعدك على التأقلم مع الخسارة ومتابعة حياتك.