

12 способов быть хорошим другом

1. Будьте открыты к дружбе с новым человеком.

Помните, что каждый встреченный вами человек – это отдельная история, и она ничуть не проще и не менее интересна, чем ваша собственная. Не будьте слишком поверхностны в ваших суждениях об окружающих. В каждом есть что-то удивительное и уникальное, надо лишь дать ему шанс это продемонстрировать.



2. Демонстрируйте вашу доброту и уважение

Относитесь к друзьям доброжелательно. Проявляйте к ним уважение не только из-за того, что они хорошие люди, а в первую очередь из-за того, что вы хороший человек. Будьте уверены, что ваше доброжелательное отношение обязательно вернется к вам.

Если у человека есть преданный друг – у него есть как бы две жизни для осуществления своих желаний.

Фрэнсис Бэкон

3. Освободите себя от негативных людей

Старайтесь проводить больше времени с приятными вам людьми – остроумными, позитивными, легкими на подъем. Ваши друзья должны вызывать у вас восхищение, уважение и гордость. Они должны делать вашу жизнь ярче и интереснее. Не тратьте ваше время на людей, которые постоянно жалуются и пытаются внушить всем вокруг, что жизнь ужасна.

4. Учитесь отпускать людей

Как бы это не было печально, но бывает так, что отношения людей делятся, пока им что-то друг от друга нужно: эмоции, впечатления, поддержка. И в какой-то момент отношения могут прекратиться. Нужно научиться мириться с этим и уметь отпускать людей. Помните, если общение с кем-то сходит на нет, это не значит, что кто-то сделал что-то не так, просто их участие в истории вашей жизни подошло к концу.

Настоящий друг с тобой, когда ты не прав. Когда ты прав, каждый будет с тобой.

Марк Твен

5. Поддерживайте друзей

Даже самая незначительная похвала из ваших уст, которая для вас будет мелочью, может очень много значить для того, в чей адрес она сказана в нужный момент. Поддержка близкого человека – лучший мотиватор.

6. Не будьте перфекционистом

В человеке ценится уникальная комбинация всего хорошего и плохого, что есть в нем. Учитесь любить не только свои недостатки, но и недостатки своих друзей. Ведь эта часть их характера, без которой они, возможно, были бы совсем другими.

7. Прощайте, чтобы двигаться дальше

Сложно жить с чувством ненависти в сердце. Избавьтесь от него, ведь оно намного больше вредит вам. Начиная с расшатанной нервной системы и заканчивая серьезными физическими недугами. Практически 90(!)% всех болезней (или усугубляющих факторов) – от стрессов и обид, паразитирующих глубоко в душе. Задумайтесь над этим. Простите тех, кто сделал вам больно. Прежде всего для себя, для своего физического и психоэмоционального здоровья.

8. Уделяйте больше внимания качеству, а не количеству

Ответьте сами для себя на вопрос – кто из ваших друзей по-настоящему вам близок. Вам в любом случае придется расставить приоритеты. Невозможно быть хорошим другом для миллиона людей, но можно быть незаменимым человеком для нескольких человек. Остается решить – кто эти несколько.

9. Умейте выслушать и услышать

В большинстве случаев, когда друг обращается к вам с просьбой обсудить его проблемы, ему нужны не ваши советы, а ваше умение выслушать. Не спешите осуждать, критиковать и консультировать, просто позвольте вашему близкому человеку выговориться. Быть может, это единственное, что от вас сейчас требуется.

10. Отдавайте то же, что хотите получать взамен

Не ожидайте от друзей того, что вы сами не готовы им дать. Любые отношения строятся на взаимности. Хотите любви? Любите. Хотите преданности? Будьте преданы. Хотите уважения? Уважайте.

11. Говорите то, что думаете

Не заставляйте близких людей что-то домысливать за вас. Формулируйте свои мысли ясно и четко, а главное – будьте искренни. Если вам кажется, что ваши мысли слишком грубы, постарайтесь придать им более мягкую форму, но не лгите.

12. Не забывайте про отношения с собой

Одни из самых главных и запутанных отношений в жизни каждого человека – это отношения с самим собой. Как бы вы ни любили близких вам людей, эта любовь не должна быть сильнее любви к себе. Поддерживайте, цените и уважайте себя, только тогда вы сможете быть хорошим другом и для другого человека.