

25 способов построить крепкую дружбу

1. Выбирайте друзей мудро. Вы не должны дружить со всеми. Выбирайте друзей, с которыми вам комфортно, которые помогают вам развиваться, которые вдохновляют вас и относятся к вам уважительно.

2. Слушайте. Внимательно слушайте то, что вам говорит другой человек. Дайте ему понять, что вы услышали его. Задавайте вопросы, уточняйте детали.

3. Отвечайте, подумав. Думайте прежде, чем говорить - особенно, если вы сердиты.

4. Давайте советы, но не вмешивайтесь. Если ваш друг просит у вас совета, дайте. Но и дайте ему возможность самому принимать решения.

5. Будьте честны. Не пытайтесь лгать друзьям. Все тайное становится явным.

6. Будьте искренни. Никогда не притворяйтесь кем-то другим, чтобы понравиться. Будьте собой.

7. Общайтесь открыто и честно. В отношениях очень важно доверие. Предлагайте свою помощь, и не бойтесь попросить поддержку, когда сами будете в ней нуждаться. Решайте ваши проблемы вместе.

8. Принимайте ваших друзей такими, какие они есть. Вы наверняка ищете друзей, которые смогут принять вас. Помните, что и они ищут того же. Цените тех людей, которые любят вас настоящих.

9. Уважайте их выбор. Это не значит, что вы должны соглашаться с каждым словом вашего друга. Помните, что у каждого из вас своя жизнь и то, что будет правильным для вас, может быть неправильным для вашего друга.

10. Будьте таким другом, какими вы хотите видеть собственных друзей. Будьте честным, добрым, сострадательным, справедливым, искренним.

11. Будьте чуткими. Попытайтесь взглянуть на вещи с точки зрения вашего друга.

12. Хвалите. Проявляйте любовь к вашим друзьям, делайте им комплименты, хвалите за успехи.

13. Выражайте благодарность. Дайте вашим друзьям понять, что вы цените вашу дружбу.

14. Умейте признать вину и извиниться. Когда вы делаете что-то не так, признайте это.

15. Умейте прощать. Ваш друг причинил вам боль? Вы разговаривали об этом? Вы получили извинения? Простите его и идите дальше.

16. Уделяйте время своим друзьям. Проводите больше времени со своими друзьями. Покажите вашим друзьям, что вы скучаете и хотите быть рядом.

17. Держите свои обещания. Если вы знаете, что вы не можете выполнить что-то, не стоит обещать этого. А если уж вы что-то обещали, вы должны сделать все, чтобы выполнить это обещание.

18. Делайте то, что нравится, вместе. Посмотрите вместе игру любимой команды или пройдитесь по книжным магазинам.

19. Попробуйте новое вместе. Какие новые события вы можете разделить со своим другом? Сходите в недавно открывшееся кафе или покатайтесь на коньках, если вы никогда не делали этого раньше.

20. Весело проведите время вместе. В дружбе, как в любых других отношениях, иногда случается застой. Встряхнитесь. Сделайте что-нибудь веселое, новое, приятное вам обоим.

21. Ищите баланс в дружбе. Нельзя входить в отношения с эгоистичными побуждениями и постоянно лишь забирать, ничего не отдавая в ответ. Помогайте вашим друзьям, будьте им верны, поддерживайте их.

22. Возьмите равную ответственность за дружбу. Если в отношениях появилась проблема, подумайте вместе, как ее устранить.

23. Будьте основным болельщиком. Умейте подбодрить своего друга.

24. Держите личную информацию конфиденциальной. Если друг открывает вам тайну, это значит, что он доверяет вам и полагает что она останется между вами. Не предавайте вашего друга.

25. Если нужно - отпустите. Дружба растет и меняется. Иногда она заканчивается. Если вы чувствуете, что у вас уже нет общих интересов, отпустите эти отношения, не пытайтесь держаться за то, чего уже нет.