

«Дружба та стосунки на відстані»: поради практичного психолога

Вашій увазі пропонується декілька порад, як залишатися близькими друзями, тимчасово перебуваючи на відстані один від одного.

Присвячуйте час друзям

Час від часу телефонувати або надсилати повідомлення не достатньо, щоб якісно підтримувати зв'язок. Ви повинні відчувати це на підсвідомому рівні. Візьміть за правило присвячувати один одному більше часу незалежно від планів і форс-мажорів. Таким чином ви покажете, що готові відмовитися від своїх "хочу" заради стосунків між дорогими для вас людьми. Це дозволить вам знати, що відбувається в житті один одного.

Проявляйте оригінальність та креатив

Зручність і простота, звичайно, прекрасні якості соцмереж, але не полінуйтеся напружитися і вигадати більш оригінальний і незвичайний спосіб спілкування. Вам зовсім не обов'язково відправляти листи за допомогою « голуба» (хоч і це можливо). Досить буде, наприклад, надсилати або відправляти тематичні листи, самостійно набрані або написані. Завжди приємно, коли для вас хтось дійсно старається. Фейсбук може використовувати кожен, але надсилати листи від руки – тільки особлива людина.

Додавайте в дружбу щось нове

Те, що ви перебуваєте на відстані, не означає, що крім спілкування у вас більше нічого не може бути. Ви все ще здатні створювати спільні спогади. Це можуть бути дрібниці, як щорічна зустріч в пам'ятному місці. Можна і замахнутися на більші речі. Наприклад, рушайте в подорож онлайн разом або почніть вивчати один і той же онлайн курс, подивіться і обговоріть цікавий кінофільм, послухайте разом гарний музичний твір, а потім обміняйтеся враженнями.

Будьте чесними

Проблеми виникають у всіх, і не потрібно соромитися говорити про них. Більш того, розлучаються не тільки романтичні партнери, а й друзі. Всі ми рано чи пізно приходимо до критичної точки, і її важливо вчасно визнати. Стосунки мають властивість згасати, і якщо ви не готові продовжувати над ними працювати, то не варто витратити час один одного.

Ваш друг – це колаж спогадів про вас. Він був присутній при багатьох ключових подіях вашого життя, і знає вас як ніхто інший. Це та сама людина, яка часом прощає навіть найжахливіші речі. Цінувати її – найменше, що ви можете для нього зробити. Як би не склалися ваші стосунки, вона завжди чекатиме на вас.

Справжню дружбу неможливо зруйнувати, цінуйте ці прекрасні почуття...

Бажаю успіхів, надійних та вірних друзів!!!