



دوست خوب را چگونه بشناسیم؟

داشتن دوست و انتخاب آن در همه‌ی سنین یکی از مهم‌ترین مسائل در روابط بین فردی است. اما این موضوع در سنین نوجوانی و جوانی بیش از همیشه مهم جلوه می‌کند. برای اینکه بتوانید بین دوستان خوب و بدتان تمایز قائل شوید، روان‌شناسان روش‌های زیر را به شما پیشنهاد می‌کنند.

داشتن دوست و انتخاب آن در همه‌ی سنین یکی از مهم‌ترین مسائل در روابط بین فردی است. اما این موضوع در سنین نوجوانی و جوانی بیش از همیشه مهم جلوه می‌کند. برای اینکه بتوانید بین دوستان خوب و بدتان تمایز قائل شوید، روان‌شناسان روش‌های زیر را به شما پیشنهاد می‌کنند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از سپیده دانایی الزاماً همه افراد آئینه رفتارهای خانواده‌شان نیستند. ممکن است فردی خانواده خوبی نداشته باشد اما خود دارای شخصیتی سالم و قابل اطمینان باشد اما ممکن هم هست که این طور نباشد.

بنابراین برای شناختن دوست خود به شباهت‌های رفتاری او با خانواده‌اش توجه کنید. به عقلمان رجوع کنید و ظاهر بین نباشید. ببینید با توجه به شرایطی که خانواده دوست شما دارد و شباهت‌هایی که در رفتار او با خانواده‌اش مشاهده می‌شود، فردی قابل اطمینان برای دوستی است یا خیر.

به خانواده‌تان اطمینان کنید

اگر خانواده‌تان مدام اصرار می‌کنند که دوست شما فرد قابل اطمینانی نیست و بهتر است رابطه‌تان را با او قطع کنید بهتر است قدری به نصایح شان فکر کنید. در این صورت به نظر می‌رسد خانواده شما دلیل موجهی برای اصرار ورزیدنشان دارند. مطمئن باشید هیچ کس مانند خانواده‌تان شما را دوست نمی‌دارد و روی شما شناخت ندارد. آن‌ها هستند که از بیرون شاهد رفتارهای شما هستند و می‌بینند دوست شما چه تأثیرات مثبت و منفی‌ای بر روی شما گذاشته است.

مصلح بودن

توجه کنید و ببینید که آیا دوست شما بیشتر سعی در اصلاح کردن دارد یا آشوب به پا کردن؟ آیا مرتب سعی می‌کند ذهنیت شما را نسبت به خانواده‌تان منفی کند؟ آیا سعی می‌کند در شما نسبت به اعتقاداتتان تردید ایجاد کند؟ آیا وقتی شما شکست می‌خورید به جای کمک کردن به شما مرتب شما را سرزنش می‌کند؟ آیا وقتی به موفقیتی نائل می‌شوید در عوض تشویق کردن شما سعی می‌کند کار شما را بی‌ارزش کند و به شما حسادت می‌کند؟ بدون تعصب و منطقی به این سؤال‌ها فکر کنید و جواب بدهید. اگر جواب شما به این سؤال‌ها «بله» است پس این شخص ارزش این را ندارد که نام دوست را رویش بگذارید.

صادق بودن

آیا احساس می‌کنید دوست‌تان مدام از شما پنهان کاری می‌کند؟ آیا نمی‌توانید برای سپردن کاری یا شئی روی دوست‌تان حساب باز کنید؟ آیا در یک کلام احساس می‌کنید دوست‌تان با شما روراست نیست؟ در این صورت باید بدانید که صداقت یکی از شروط لازم برای انتخاب یک فرد به عنوان دوست است و شخصی که این ویژگی را نداشته باشد، در واقع دوست شما نیست.

رازداری

آیا شاهد این هستید که دوست‌تان مدام حرف‌های خصوصی دیگران را پیش شما بازگو می‌کند؟ آیا نفر سومی را در مسائل خصوصی بین خودتان وارد می‌کند و شما از این نظر احساس ناامنی می‌کنید؟ آیا هر از گاهی می‌شنوید که دوست‌تان حرف‌های خود با شما را پیش کس دیگری برده است؟ در این صورت باید بدانید که رازدار نبودن دوست‌تان در نهایت به شما لطمه خواهد زد و شما باید از این فرد فاصله بگیرید.