

نشانه‌هایی که دوست بد و سمی را تایید می‌کنند

دوستی‌ها به‌ویژه از نوع نزدیک و طولانی‌مدت آن می‌توانند مستعد فراز و نشیب باشند. آن‌ها با رشد شخصی شما و همچنین سلامت کلی و حتی موفقیت حرفه‌ای شما ارتباط تنگاتنگی دارند. عدم احساس درک شدن یا حتی امنیت در کنار دوستی که همیشه می‌بینید می‌تواند اثرات مضر بر زندگی شما داشته باشد.

به گزارش سایت خبری پرسون، در ادامه با نشانه‌هایی آشنا می‌شوید که به شما می‌گوید یک دوست با شما درست رفتار نمی‌کند، حتی اگر سابقه دوستی طولانی داشته باشید.

۱. بیش از آنچه می‌دهد می‌گیرد

یکی از مهم‌ترین جنبه‌های دوستی احساس تعادل یا برابری است. دوستی که بیشتر شبیه یک «مکنده انرژی» است باعث می‌شود شما احساس خستگی و استفاده شدن کنید. دوستی‌های یک‌طرفه در طول زمان باعث ایجاد رنجش می‌شوند.

۲. برای انتقاد از شما «صداقت بی‌رحمانه‌ای» دارد

مرز باریکی بین نقد سازنده و بی‌رحمانه وجود دارد. اگر دائماً به شما گفته شود که کار اشتباهی انجام می‌دهید در نهایت ممکن است احساس کنید که دوستی‌تان مشروط به این است که خودتان را به شکلی که او می‌خواهد دریاورید.

چنین دوستی به رشد شما کمک نمی‌کند، بلکه سعی می‌کند شما را زمین بزند.

۳. به بازخوردها پاسخ خوبی نمی‌دهد

یکی دیگر از بخش‌های واقعاً مهم یک دوستی مستحکم، توانایی در قبول بازخوردهاست.

اگر متوجه شدید که دوستان بدون توجه به اینکه بازخورد شما چقدر مودبانه و دیپلماتیک است واکنش نشان می‌دهد در واقع این سیگنال را می‌فرستد که یا باید رفتار او را تحمل کنید یا منتظر یک درگیری باشید که هیچ‌کدام از این‌ها سالم نیستند.

۴. به ندرت آغازکننده ارتباط است

برای دوستان نزدیک بسیار مهم است که در وقت گذاشتن و اولویت دادن به یکدیگر احساس برابری کنند. فارغ از اینکه یک نفر سرش کمی شلوغ‌تر باشد یا در حال گذر از تغییری بزرگ در زندگی باشد، باید یک تعادل کلی بین تماس گرفتن با یکدیگر یا شروع برنامه‌ریزی وجود داشته باشد.

این ثبات برای شکوفایی دوستی‌های ما مهم است.

۵. «نه» را نمی‌پذیرد

دوستان به مرزهای شما احترام می‌گذارند. اگر از دوستان بخواهید درباره یک موضوع خاص با شما صحبت نکنند آیا می‌پذیرد یا همچنان به تحریک کردن شما ادامه می‌دهد؟

احترام نگذاشتن به کلمه «نه» در تمامی روابط یک خط قرمز جدی است و می‌تواند شما را حتی از یک دوست دور کند.

۶. علاقه‌ای به رشد شما ندارد

اگر مدت زیادی است که یکدیگر را می‌شناسید به ناچار تغییراتی را در حرفه، علایق، روابط، سلامت یا دیدگاه کلی خود نسبت به زندگی تجربه خواهید کرد.

به همین دلیل است که اگر دوست شما فعالانه بخواهد در مورد شما چیزهایی بفهمد و همان مکالمات همیشگی که طی سالیان متوالی داشته‌اید را تکرار نکنند، نشانه خوبی است.

در مقابل، اگر یک دوست تنها روی نسخه قبلی شما سرمایه‌گذاری کرده باشد و مدام تغییرات زندگی شما را نادیده بگیرد می‌تواند نشانه این باشد که از هم عبور کرده‌اید.