Как установить границы с другом?

Автор: Administrator
13.12.2012 14:19

Границы играют важную роль в любых отношениях, но с цепкой индивидуальностью они имеют решающее значение. Без них дружба, скорее всего, придет к концу. С цепким приятелем прямой подход (например «тебе требуется больше времени вместе, чем мне. Тебе нужно перестать отвлекать меня») будет лишь ранить их чувства.

Вместо этого попробуйте эти методы в первую очередь: выделите больше времени, чтобы отвечать на письма и телефонные звонки. Вы должны немедленно реагировать, когда получаете сообщение, Ваш друг может принять это как знак того, что вы хотите столько единения, как они. Подождите день или два, прежде чем тонко сказать, что вы заняты.

Берите их в новые ситуации и к новым друзьям. Иногда цепкие люди имели ограниченный опыт встреч с новыми людьми и не испытывали большого количества новых эмоций. Чем больше вы можете открыть им свой мир, тем меньше они будут зависеть от вас.

Попросите их встретиться с вами. Это не только дает вам простой способ закончить вечер, но он также призывает друга, чтобы делать вещи самим, без вашего участия. Попросите их прийти к сеансу фильма пораньше и закажите билеты для вас обоих. Это заставит их быть спокойными несколько минут, прежде чем попасть туда, и даст им уверенность, что они могут делать это чаще.

Ответить с «энтузиазмом сожаления», когда они просят вас сделать что-то. Это означает, что вы бы выполнили это в том случае, если бы не были так заняты. Никогда не расстраивайте и не вредите их чувства, когда вы не хотите идти вместе. (Например, не говорите: «Почему ты спрашиваешь меня?).

Купите билеты на недорогой фильм или другое мероприятие и скажите, что вы не можете пойти на него, но хотите. Дайте им билеты и позвольте им взять кого-нибудь еще. Это будет способствовать дальнейшему укреплению дружбы с вашим другом, а также позволит им найти новых друзей.