

新生啟航心指南3

人際關係的維持

一、朋友領進門，維繫在個人

經營人際關係其實就是三件事情，拓展、維持與結束。而結交新朋友就像是經歷一場冒險，充滿未知的新關係總讓人感覺興奮刺激，許多人把經營人際關係的注意力都放在如何拓展交友圈。因此各個社群平台或是交友軟體也都把能夠認識新朋友作為大力推廣的賣點。

但是經營人際關係功夫從來都不是只有拓展。「朋友領進門，維繫在個人」，新認識的人若沒有嘗試延續彼此相識的緣分，最後也容易淪為好友名單裡不曾聯繫的「朋友」了。能否繼續保有彼此的緣分，才是經營人際關係的重點所在。

二、成為彼此生活中的一部分

你很難天天認識新朋友，但你卻可以天天都找老朋友互動一下。維繫關係很簡單，但是需要維持的毅力，就是做好「日常維護工作」，讓這件事成為生活的一部分。就如同每天早上你會需要刷牙洗臉來打理好自己，這些就是你維護好自己的日常工作。如同照顧一個盆栽，你需要做的工作就是不間斷地灌溉、施肥。

這些看似日常生活的例行慣例，就是維持關係的肥料。例如：與親密好友一同培養每個星期三晚上固定一起晚餐的例行公事。以下是關於維繫關係的一些建議：

1. 主動出擊

也許你在人際關係中時常都在等待他人主動聯繫，心想如果對方真的在意就必定會主動聯繫你。當你有這些想法時，雖然不確定對方是否在意你，但能確定的是你確實是在意對方的。希望你能重視自己的在意，也體認你其實同時掌握是否主動的選擇權。

2. 維繫相隔兩地的情誼

除了維繫與新朋友的關係外，也別忘了相隔兩地，彼此思念的老關係，如同父母家人或國高中的知心好友。彼此見不到面的關係更需要加強維護，也需要更多的灌溉與施肥。若有機會返鄉，別忘記相約。若有聚餐，也盡量出席。千萬別小看這些時不時的功夫，維繫彼此的關係其實不難，都是靠這些互動一點一滴累積而來的。