



# Comment Avoir Plus d'Amis

© *Creative Commons* traduit et adapté par

*Christian H. Godefroy en français*

**Edi-Inter - Route de Chancy 28, CH 1213 Petit Lancy 2 - Suisse**

[www.club-editeur-internet.com](http://www.club-editeur-internet.com)

## Sommaire

<b><u>Sommaire</u></b>	<b><u>2</u></b>
<b><u>Comment avoir plus d'amis</u></b>	<b><u>3</u></b>
<u>1. Passez plus de temps avec des gens.....</u>	<u>3</u>
<u>2. Parlez aux gens.....</u>	<u>4</u>
<u>3. Présentez-vous vous-même avant la fin de la conversation.....</u>	<u>5</u>
<u>4. Organisez un rendez-vous.....</u>	<u>5</u>
<u>5. Soyez un bon ami.....</u>	<u>7</u>
<u>6. Choisissez vos amis à bon escient.....</u>	<u>8</u>
<b><u>Mises en garde</u></b>	<b><u>10</u></b>
<b><u>Table des Matières</u></b>	<b><u>11</u></b>

## **Comment avoir plus d'amis**

**I**l ya une certaine beauté à être un loup solitaire. Vous avez plus de temps pour faire des choses que vous voulez faire comme vous promener, réfléchir, lire des livres, écrire des poésies, et d'autres activités épanouissantes... mais solitaires.

Si vous souhaitez diversifier vos options, cependant, il y a littéralement des milliards d'amis potentiels dans le monde. Qui plus est, beaucoup de ces gens veulent se faire des amis tout autant que vous. Envisagez donc de retenir ces suggestions pour rencontrer des gens et former des amitiés solides et durables.

### **1. Passez plus de temps avec des gens**

Si vous souhaitez faire des amis, vous devez d'abord sortir. Il est rare que de nouveaux amis viennent frapper à votre porte pendant que vous êtes assis à la maison en regardant la télé.

Adhérez à un club avec des gens qui ont des intérêts communs. Vous n'avez pas nécessairement besoin d'avoir beaucoup d'intérêts communs avec les gens afin d'en faire des amis. En fait, certaines des amitiés les plus intéressantes sont entre 2 personnes qui n'ont pas grand-chose de commun entre elles. Mais si vous avez au moins un point commun avec les gens, cela rend beaucoup plus facile de démarrer une conversation et un projet ensemble.

Utilisez le web, mais ne restez pas scotché devant votre écran ! Vous pouvez rejoindre n'importe quel groupe ou tout simplement commencer le vôtre. Si vous ne savez pas sur quel thème, essayez de rechercher simplement un endroit : expo, bar, etc. C'est un excellent moyen de rencontrer des gens nouveaux qui habitent près de chez vous !

Rejoignez une équipe sportive. Une idée fausse très répandue à ce sujet est que vous devez être vraiment bon dans un sport en particulier, afin de vous faire des amis dans l'équipe. En fait, toutes les équipes ne sont pas basées sur la compétition. Tant que vous aimez le sport et le soutien de vos coéquipiers et que vous rejoignez une équipe locale avec une attitude décontractée, c'est un excellent moyen de vous faire de nouveaux amis.

Le bénévolat est une excellente façon pour que les gens de tous âges rencontrent d'autres personnes. En travaillant ensemble, vous construisez des liens avec les gens, et vous pourriez rencontrer d'autres personnes qui partagent vos opinions et votre passion.

## **2. Parlez aux gens**

Vous pouvez rejoindre un club, suivre des cours ou un enseignement religieux, mais vous ne saurez pas vous faire des amis si vous ne parlez pas aux gens. De la même façon, vous n'avez pas à être impliqué dans une organisation pour parler aux gens, et chaque fois que vous parlez à quelqu'un, vous avez une chance de faire un ou une amie très chère.

Vous pouvez parler à n'importe qui : le secrétaire du club vidéo, la personne assise à côté de vous dans le bus, ou la personne en face de vous dans la file d'attente. Ne soyez pas trop difficile. La plupart des conversations sont des sortes d'impasses – la personne restera seulement une connaissance – mais de temps en temps, vous aurez fait un ami.

Établissez un contact visuel et souriez. Si vous avez un visage hostile, les gens sont moins susceptibles d'être réceptifs à votre amitié. Soyez accessible. Ne restez pas les sourcils froncés ou impassible, le regard flou ou vague. Souriez avec vos yeux.

Démarrez une conversation. Il y a plusieurs façons de le faire :

- Un commentaire sur votre environnement immédiat, le temps est un grand classique : “Au moins, il ne pleut pas comme la semaine dernière !”
- Une demande d'aide : “Pouvez-vous m'aider à porter ces paquets, si vous avez une minute ?” ou “Pouvez-vous m'aider à décider lequel d'eux est un beau cadeau pour ma mère ?”
- Un compliment : “C'est une belle voiture !” ou “J'adore vos chaussures.”

Poursuivez immédiatement par une question connexe : Vous aimez ce temps chaud ? Quels types de cadeaux avez-vous l'habitude d'acheter pour votre maman ? Où avez-vous trouvé des chaussures comme ça ?

Faites la conversation. Gardez la conversation assez légère et décontractée. Même si vous vous plaignez de quelque chose, assurez-vous que c'est quelque chose dont vous êtes tous les 2 mécontents et insistez sur le positif, comment une telle situation peut être évitée à l'avenir, ou quelles sont les alternatives.

### **3. Présentez-vous vous-même avant la fin de la conversation**

Présentez-vous vers la fin de la conversation. Cela peut être aussi simple que de dire “Oh, soit dit en passant, mon nom est ...” Une fois que vous vous êtes présenté, l'autre personne a généralement envie de faire de même. Souvenez-vous de son nom.

### **4. Organisez un rendez-vous**

Initiez un rendez-vous. Vous pouvez discuter à cœur ouvert, mais vous ne vous ferez pas un ami si vous ne saisissez pas l'occasion d'une autre conversation ou une réunion. Cela est particulièrement important si vous

rencontrez quelqu'un qui n'est pas susceptible de vous revoir autrement. Saisissez l'occasion !

Si vous avez découvert que la personne à qui vous parlez a un intérêt commun, demandez-en plus à ce sujet et, le cas échéant, s'ils se réunissent avec d'autres (dans un club, par exemple) autour de ce thème. Si oui, il s'agit d'une occasion idéale pour demander de vous joindre à eux. Si vous êtes intéressé, exprimez clairement votre intérêt (Quand ? Où ? Quelqu'un peut-il venir ?) Ils vont probablement vous inviter. Si vous faites partie d'un club, groupe, etc. que vous pensez qu'ils pourraient bénéficier, profitez-en pour leur donner votre numéro de téléphone ou votre adresse e-mail et invitez-les à vous rejoindre.

Invitez-les à déjeuner ou à prendre un café. Cela vous donnera une meilleure occasion de parler et d'apprendre à vous connaître un peu mieux.

Une bonne façon de prolonger vous-même est de dire : "Eh bien, je dois y aller, mais si jamais vous voulez en parler au cours d'un déjeuner ou d'un café ou quelque chose comme cela, laissez-moi vous donner mon numéro/adresse e-mail." Cela donne à la personne la possibilité de vous contacter. Ils vous donneront ou pas leurs informations en retour, mais c'est très bien. Peut-être qu'ils n'ont pas le temps pour de nouveaux amis – ne le prenez pas personnellement ! Offrez juste vos coordonnées à quiconque semble être potentiellement un bon ami, et, finalement, quelqu'un vous contactera.

Ne faites pas pression sur quelqu'un pour être votre ami. Ne lui reprochez jamais d'avoir omis de vous inviter à une fête, par exemple. N'appellez pas quelqu'un de façon répétée. Ne débarquez pas à l'improviste.

En général, prenez l'amitié lentement et n'essayez pas de forcer l'intimité à croître rapidement. Le passage d'une connaissance à un ami peut prendre un certain temps. Il est compréhensible de vouloir plus d'une bonne chose, mais essayez d'y aller lentement.

Si vous n'êtes pas certain quant au rythme de votre nouvelle amitié, vérifiez avec votre ami et demandez directement. Trop vite peut faire peur ou intimider, et tout le monde n'est pas capable de dire "allons-y plus lentement...".

## **5. Soyez un bon ami**

Quand vous avez commencé à passer du temps avec vos amis potentiels, n'oubliez pas de faire votre part (à savoir l'organisation de certaines activités, sans oublier les anniversaires, demandez comment l'autre personne se sent) ou l'amitié sera déséquilibrée et un malaise ou de la distance sont susceptibles de se présenter.

Soyez fiable. Si vous et votre ami vous convenez de vous rencontrer quelque part, ne soyez pas en retard, et ne vous impatientez pas. Si vous n'allez pas arriver à temps, appelez votre ami dès que vous vous en apercevez. Excusez-vous et demandez à reprogrammer. Ne faisons donc pas attendre les autres, c'est mal élevé, et ce n'est certainement pas une bonne façon de lancer une amitié potentielle. Quand vous dites que vous allez faire quelque chose, faites-le. Soyez quelqu'un sur lequel on peut compter.

Soyez une oreille attentive. Beaucoup de gens pensent, pour être considéré comme "l'ami idéal" qu'ils ont à paraître très intéressants. Écouter attentivement ce que disent les gens, se rappeler des détails importants sur eux (leurs noms, leurs goûts et ce qu'ils n'aiment pas), poser des questions sur leurs intérêts, vous permettra d'apprendre plus sur eux. Vous ne voulez pas être le gars ou la fille qui a toujours une histoire meilleure que les autres ou qui change brusquement de sujet, au lieu de poursuivre le rythme de la conversation. Ces personnes semblent trop absorbées par elles-mêmes pour être de bons amis.

Soyez digne de confiance. Une des meilleures choses à propos d'avoir un ami c'est que vous avez quelqu'un à qui vous pouvez parler de tout, même des secrets que vous cachez au reste du monde. La clé pour être un bon confident

est la capacité à garder des secrets. Il est donc évident que vous ne devriez pas répéter ce que les gens vous ont dit en toute confiance. Avant que les gens se sentent à l'aise, s'ouvrent à vous, cependant, vous avez besoin de construire la confiance. Soyez honnête sur vous et vos croyances, et ne répétez pas les potins sur les autres ou les rumeurs même si vous pensez que ce sont les meilleures histoires que vous puissiez raconter.

Soyez présent pour la personne. Vous avez probablement entendu parler des faux amis. Ce sont ceux qui sont heureux d'être autour de vous quand les choses vont bien, mais ils sont introuvables lorsque vous en avez vraiment besoin. Être un ami, c'est aussi être prêt à faire des sacrifices de temps et d'énergie afin d'aider vos amis. Si un ami a besoin d'aide pour une corvée désagréable, ou si il ou elle a juste besoin d'une épaule pour pleurer, vous devez être là.

## **6. Choisissez vos amis à bon escient**

Comme vous vous liez d'amitié avec plus de gens, vous constaterez que certains sont plus faciles que d'autres. Même si vous donnez toujours aux gens le bénéfice du doute, parfois on se rend compte que certaines amitiés sont malsaines.

Certains veulent avoir du pouvoir sur vous et vous commander de manière obsessionnelle. Ils sont toujours critiques et finissent par représenter des dangers ou des menaces dans votre vie. Si tel est le cas, sortez de l'amitié aussi gracieusement que possible. Occupez-vous avec d'autres choses, comme une occasion de bénévolat, afin que vous puissiez dire honnêtement que vous n'avez pas assez de temps dans votre horaire de passer du temps avec eux (mais ne remplacez pas votre temps avec eux par du temps avec d'autres amis, ils pourraient devenir jaloux, et cela tournerait au drame).

Privilégiez les amis qui ont une influence positive dans votre vie, et faites de votre mieux pour avoir une influence positive dans la leur.

## Mises en garde

**V**ous pouvez chercher à vous améliorer, mais ne cherchez pas à faire de même avec les autres. N'essayez pas de changer seulement pour vous faire de nouveaux amis. Un bon ami fait parfois des choses qu'il ou elle ne veut pas faire, comme aider un ami à déménager ou d'aller voir un groupe que vous n'aimez pas vraiment, mais il ne faut jamais céder aux pressions pour faire quelque chose que vous n'avez vraiment pas envie de faire.

Ne cachez pas vos convictions et vos croyances, et si cela vous fait perdre des amis, tant mieux, vous êtes mieux sans eux. Vous constaterez également que votre intégrité vous aidera à obtenir de meilleurs amis, et vous vous ferez des amis qui vous aiment pour ce que vous êtes.

Ne laissez jamais d'anciens bons amis parce que vous en avez de nouveaux. Ceci est une grave erreur. C'est génial d'avoir différents groupes d'amis, mais si vous abandonnez un groupe pour un autre, vous vous retrouverez sans aucun ami. Rappelez-vous l'adage : "Faites de nouveaux amis, mais gardez les vieux. Les premiers sont d'argent et les autres d'or."

N'essayez pas d'acheter des amis en leur donnant des cadeaux ou de l'argent. Même s'il est agréable de donner à un ami un cadeau, parfois, si vous allez trop loin, vous aurez des ennuis. Une personne qui sera "votre ami" lorsque vous lui achetez des choses aime sans doute juste les choses que vous leur donnez – et non vous.

## Table des Matières

<b><u>Sommaire</u></b>	<b><u>2</u></b>
<b><u>Comment avoir plus d'amis</u></b>	<b><u>3</u></b>
<u>1. Passez plus de temps avec des gens.....</u>	<u>3</u>
<u>2. Parlez aux gens.....</u>	<u>4</u>
<u>3. Présentez-vous vous-même avant la fin de la conversation.....</u>	<u>5</u>
<u>4. Organisez un rendez-vous.....</u>	<u>5</u>
<u>5. Soyez un bon ami.....</u>	<u>7</u>
<u>6. Choisissez vos amis à bon escient.....</u>	<u>8</u>
<b><u>Mises en garde</u></b>	<b><u>10</u></b>
<b><u>Table des Matières</u></b>	<b><u>11</u></b>