



Как быть приятным для окружающих?



Форма обратной связи: устный отчет

Хотя каждый и имеет право быть личностью и самовыражаться, существуют основные способы, которыми может воспользоваться любой, кто хочет улучшить отношения с окружающими. Лучшее впечатление, произведенное на окружающих, и отличная репутация могут пригодиться вам в налаживании связей, развитии карьеры и личных отношениях

Будьте приятным в разговоре

1. Уважительно относитесь к окружающим и будьте вежливы со всеми, кого встречаете. Это значит: **уважайте** своих друзей, знакомцев и, что важнее всего, уважайте себя! Если вы ведете себя осуждающе или пренебрежительно по отношению к другим людям, они, скорее всего, будут возвращать вам негативные эмоции. Дружелюбие и уважение помогут вам быстрее найти друзей.

2. Будьте уверены в себе Людям нравится быть рядом с теми, кто уверен в себе, но не заносчив. Адекватный уровень уверенности – знать, что вы отличный человек, но всегда есть кто-то лучше вас.

3. Будьте честны, но делайте это аккуратно. Особенно важно быть честным со своими друзьями и людьми, которые просят вашего совета. Обычно люди легко могут определить, кто часто лжет и неискренен; неискренние люди никому не нравятся. Люди, с которыми вы хотите общаться, должны не переносить лжецов.

4. Слушайте. Когда мы начинаем разговор, большинство из нас хочет, чтобы кто-то был искренне заинтересован в том, что мы говорим – участие собеседника не так важно. Не думайте, что вы скучный! Вы помогаете другому человеку почувствовать себя хорошо.

5. Задавайте вопросы. Большая часть хорошего разговора состоит из вопросов. Спрашивайте кто, почему и как. Второй человек будет чувствовать себя оцененным по достоинству и начнет вдаваться в подробности, а это снимет с вас все давление. И вы понравитесь ему.

6. Умейте смешить. Всем нравится человек, который может разрядить обстановку и заставить смеяться. Хорошее чувство юмора может очень вам помочь. Если люди знают, что вы любите пошутить и хорошо провести время, они захотят присоединиться.

Освойте приятный язык тела

1. Не забывайте улыбаться! Вы будете излучать положительную энергию и можете улучшить настроение всем окружающим.

2. Откройтесь. Будьте открыты к общению. Улыбайтесь, раскройте руки и отложите телефон.

3. Покажите дружелюбие и уважение. Ваше тело должно быть расслаблено. Покажите, что вы рады своему собеседнику.

4. Используйте силу прикосновения. Если вы хотите создать с кем-то более крепкую связь, найдите причины прикоснуться к нему. Конечно, в допустимых пределах! Коснитесь руки или плеча или даже «дайте пять». Маленькие моменты превращаются в связь, если к ним добавить прикосновение.

Периодически повторяйте эти правила. И помните, что самое главное быть искренним!