

ПРАВИЛА ЭФФЕКТИВНОГО ОБЩЕНИЯ

Общаться легко и без проблем – мечта каждого человека. А что делать, если для этого самого общения все есть: друзья-знакомые, праздники-события, желание-настроение и прочее, а общения все-таки не получается? Что делать, если тебя не слушают/не поддерживают/не разделяют, точнее НЕ ТАК слушают/поддерживают/разделяют как тебе бы хотелось?

- Проявляйте искренний интерес к другим людям. «Человек, который не проявляет интереса к своим собратьям, людям, переживает наибольшие трудности в жизни и причиняет наибольшие несправедливости другим».
- Попробуйте понять достоинства другого человека и искренне признать, похвалить эти достоинства. Дайте людям почувствовать их значимость и уникальность.
- Вместо того, чтобы осуждать людей, постарайтесь понять, почему они поступают так, а не иначе. Это более эффективно, чем критиковать или осуждать, так как критика ставит человека в позицию обороняющегося и побуждает его искать для себя оправдания, а не заставляет задуматься.
- Будьте доброжелательным, приветливым, улыбайтесь.
- Обращайтесь к человеку по имени, отчеству, помните, что для человека звук его имени является самым важным и приятным звуком в человеческой речи.
- Говорите о том, что интересно вашему собеседнику.
- Будьте хорошим слушателем, этим побуждая человека рассказывать о себе.
- Проявляйте уважение и терпимость к мнениям другого. Не употребляйте выражений типа: «Ты ничего не понимаешь!», «Твои взгляды безнадежно устарели!», «Думать так — глупо!». Отзываясь неодобрительно о мнениях, вкусах, привычках другого человека, вы обижаете его самого, его личность. К тому же, чаще всего мы меряем по себе, поэтому помните, что вы — не эталон для всех, не предмет для подражания, у другого человека другие взгляды на жизнь, он даже так и называется — ДРУГОЙ.
- Больше слушайте, чем говорите.
- Попробуйте искренне стать на место другого человека, увидеть вещи с его точки зрения.

УСПЕХОВ!