

چگونه احترام دیگران را جلب کنیم؟

همه افراد، در هر موقعیت اجتماعی که باشند، می‌خواهند که با احترام با آن‌ها رفتار شود، مطمئناً شما هم همین گونه اید. اما چطور می‌شود که از دیگران احترام بیشتری دریافت کرد؟ در ادامه نکاتی را برایتان آورده ایم که با رعایت آن‌ها بیش از پیش مورد احترام دیگران قرار خواهید گرفت.



همه افراد، در هر موقعیت اجتماعی که باشند، می‌خواهند که با احترام با آن‌ها رفتار شود، مطمئناً شما هم همین گونه اید. اما چطور می‌شود که از دیگران احترام بیشتری دریافت کرد؟ در ادامه نکاتی را برایتان آورده ایم که با رعایت آن‌ها بیش از پیش مورد احترام دیگران قرار خواهید گرفت.

به گزارش پایگاه خبری تیک (Tik.ir)؛ ترجمه از پردیس بختیاری: همه افراد، در هر موقعیت اجتماعی که باشند، می‌خواهند که با احترام با آن‌ها رفتار شود، مطمئناً شما هم همین گونه اید. اما چطور می‌شود که از دیگران احترام بیشتری دریافت کرد؟ در ادامه نکاتی را برایتان آورده ایم که با رعایت آن‌ها بیش از پیش مورد احترام دیگران قرار خواهید گرفت.

مهربان باشید

همیشه با افرادی که در طول روز ملاقات می‌کنید، مهربان باشید، از همسرتان گرفته تا فرزند و همکار و حتی غریبه‌هایی که در مکان‌های مختلف ملاقات می‌کنید. اگر چه گفتن این موضوع راحت و عمل به آن سخت است، به خصوص زمانی که از دنده چپ بیدار شده اید یا این فکرتان به شدت درگیر است اما اگر می‌خواهید که دیگران با شما محترمانه رفتار کنند، اول از همه شما باید این احترام را به آن‌ها بدهید. در واقع شما باید همان گونه که دوست دارید دیگران با شما رفتار کنند، با آن‌ها رفتار کنید. به عنوان مثال در را برای همسر یا مادرتان باز کنید یا این که به مادری که بچه‌ای در بغل دارد اجازه دهید که زودتر از شما خریدش را انجام دهد. تحت هر شرایطی لبخند بزنید تا دیگران انرژی مثبت شما را بگیرند و در عوض به شما احترام دهند.

با احترام با دیگران برخورد کنید

به رفتارهایتان بیشتر دقت کنید، آیا همه رفتارهای شما از روی احترام است؟ ممکن است شما ناخودآگاهانه کاری کنید که برای طرف مقابل بی‌احترامی محسوب شود، به عنوان مثال هنگام صحبت طرف مقابل، به گوشی‌تان خیره شوید یا این که مدام به اطراف‌تان نگاه کنید. این رفتارها نه تنها بی‌احترامی به طرف مقابل اند بلکه به تدریج روی ارتباطات شما با دیگران نیز تاثیر منفی می‌گذارند. به عنوان مثال همین فردی که شما به او بی‌توجهی کردید، ترجیح می‌دهد که دیگر در مورد مسایل مهم با شما گفتگو نکند. بنابراین اگر می‌خواهید که احترام‌تان نزد دیگران حفظ شود، باید شنونده خوبی باشید. فردی که برای شما حرف می‌زند، شایسته توجه شماست، حتی اگر مخالف حرف‌های او باشید.

شنونده خوبی باشید

هنگام صحبت دیگران، شنونده خوبی باشید. در جواب صحبت‌های آن‌ها عکس‌العمل نشان دهید، نظرات و پیشنهاداتتان را به زبان آورید تا طرف مقابل‌تان بفهمد که شما برای حرف‌های او ارزش قائل اید. به جای این که داستان خودتان را بگویید، از او سوال کنید تا به حرف زدن بیشتر با شما تشویق شود. زمانی که مهارت موثر گوش دادن به دیگران را با خود تمرین می‌کنید، از خود شخصیتی محترم در نظر دیگران می‌سازید. بنابراین حس مهم بودن را دیگران منتقل کنید تا آن‌ها نیز با شما چنین رفتاری داشته باشند.

مفید باشید

مردم به افرادی که سعی می‌کنند برای اطرافیان‌شان مفید باشند، احترام می‌گذارند. اگر شما هم می‌خواهید که مورد احترام دیگران قرار بگیرید، از هر فرصتی برای کمک به دیگران استفاده کنید یا بدون این که دیگران از شما بخواهند، مسئولیت کارها را عهده بگیرید و برای انجام‌شان پیش قدم شوید. آنوقت می‌بینید که در نظر دیگران چقدر مهم و مورد احترام خواهید بود.

بهانه نیاورید

عمل شما نتیجه تصمیم‌گیری هایتان است، بنابراین دلیلی برای بهانه‌گیری وجود ندارد. مسئولیت کارهایتان را به عهده بگیرید. به عنوان مثال اگر شما دیر به سر کار آمدید، برای این است که نتوانستید زمانتان را به درستی برنامه‌ریزی کنید یا اگر کارتان را تمام نکردید به خاطر عدم تمرکزتان بوده است. بنابراین به جای جنگیدن، اشتباهاتتان را بپذیرید و به دنبال راهی برای جبران‌شان باشید. در غیر صورت مورد احترام دیگران قرار نخواهید گرفت.

عصبانیتتان را برطرف کنید

آیا کسی به افراد عصبی که زود از کوره در می‌روند و هر رفتار زشتی از خود نشان می‌دهند، احترام می‌گذارد؟ عصبانیت شما بیشتر از آنکه به دیگران آسیب بزند، به خود شما آسیب خواهد رساند. بنابراین بهتر است که برای آرام شدن‌تان هر چه سریع‌تر دست به کار شوید. هیچکس کامل نیست و هر کسی ممکن است عصبانی شود اما این که چقدر در آن وضعیت بمانید، کاملاً بستگی به خودتان دارد. اگر شما بتوانید روی رفتارهایتان کنترل داشته باشید، نزد دیگران هم قابل احترام خواهید بود.

انعطاف‌پذیر باشید

لجبازی شما را به هیچ‌جا نخواهد رساند. یادتان باشد که شما تنها زمانی رشد می‌کنید که قادر به ایجاد تغییرات مثبت در زندگی‌تان باشید و این موضوع تنها زمانی امکان‌پذیر است که انعطاف‌پذیری لازم را از خود نشان دهید. برترین‌ها به دنبال راههایی برای رشد خود باشید مثلاً مهارت‌های جدید بیاموزید، فعالیت‌های مختلف را امتحان کنید و روی رفتارهای تمرکز بیشتری داشته باشید.