

قلب اطرافیان‌تان را تسخیر کنید



چند بار خواسته‌اید به دیدن کسی بروید، اما متقاعد شده‌اید بی‌فایده است، زیرا او علاقه‌ای به شما ندارد؟ آیا دوست داشته‌اید به گروهی از افراد بپیوندید که آنها همیشه بخوبی از شما استقبال کنند؟ یا براحتی آب خوردن می‌توانید دوست بیابید؟ یا می‌توانید وقتی کنار غریبه‌ای نشسته‌اید کاری کنید او احساس کند سال‌هاست شما را می‌شناسد؟

چند بار خواسته‌اید به دیدن کسی بروید، اما متقاعد شده‌اید بی‌فایده است، زیرا او علاقه‌ای به شما ندارد؟ آیا دوست داشته‌اید به گروهی از افراد بپیوندید که آنها همیشه بخوبی از شما استقبال کنند؟ یا براحتی آب خوردن می‌توانید دوست بیابید؟ یا می‌توانید وقتی کنار غریبه‌ای نشسته‌اید کاری کنید او احساس کند سال‌هاست شما را می‌شناسد؟
جام جم سرا: تمام موارد فوق براحتی انجام می‌شود به شرطی که چند قانون ساده و مهم را بیاموزید. قوانینی که به شما کمک می‌کند خیلی سریع و راحت‌تر از آنچه فکرش را بکنید وارد قلب آدم‌ها شوید. در حقیقت اگر می‌خواهید با کسی یا گروهی دوست شوید باید کاری کنید آنها وقتی شما را می‌بینند احساس خوبی پیدا کنند و دوست داشته باشند شما بیشتر و بیشتر کنارشان باشید.

قبل از هر چیزی البته باید گفت هیچ چیز به اندازه ارتباط غیرکلامی مناسب در روابط خود با دیگران نمی‌تواند مهم باشد. در حقیقت، بیشتر روابط ما در جامعه از طریق کلام صورت نمی‌گیرد، بلکه زبان بدن ماست که موجب ارتباط با دیگران می‌شود. لحن صدا و حتی سرعت بیان کلماتمان نیز بسیار مهم است.

وقتی زبان بدن با جملات ادا شده‌مان همخوانی نداشته باشد، باعث می‌شویم دیگران کنار ما احساس آرامش نکرده و از ما دوری کنند. حتی اگر هنگام صحبت کردن جملات مثبتی به کار ببرید، اما در همان حال زبان بدنتان واکنشی نداشته باشد باز هم موجب می‌شوید شنونده گیج و مبہوت شود و احساس خوبی نسبت به شما و گفته‌هایتان نداشته باشد.

بنابراین خیلی مهم است وقتی با کسی صحبت می‌کنید مراقب زبان بدنتان باشید. مثلاً نوع نگاه‌تان نباید سرد و بی‌روح باشد. وقتی با غریبه‌ای برای اولین بار صحبت می‌کنید با فاصله از او بایستید و اگر کنار او می‌نشینید باید به گونه‌ای باشد که او احساس نکند در تنگنا قرارش داده‌اید.

همچنین باید مراقب حالت قرارگرفتن سرتان باشید. اگر سر و چانه‌تان را بسیار بالا ببرید به نظر می‌رسد پر از غرور و نخوت هستید و می‌خواهید طرف مقابل را کمتر از خود جلوه دهید. اما اگر سرتان را اندکی به طرفین خم کنید دوستی‌تان را نشان می‌دهید و چنین به نظر می‌رسد که شما به صحبت و گفت‌وگو با طرف مقابل علاقه دارید.

دیگر این‌که اگر بسیار تند صحبت کنید، علاوه بر این‌که ممکن است بدون فکر جملاتی بر زبان برانید که چندان خوشایند نباشد، بلکه باعث می‌شوید شنونده گیج شده و لذتی از صحبت‌هایتان نبرد. بنابراین سرعت کلام‌تان را تنظیم کنید به گونه‌ای که نه خیلی آهسته و خسته‌کننده باشد و نه خیلی تند و نامفهوم.

صحبت از خود

هنگام صحبت کردن با دیگران، کاری کنید آنها از خودشان حرف بزنند. این کار خیلی سخت است، زیرا ما انسان‌ها تا حدی خودخواه بوده و دوست داریم مدام خودمان را مطرح کنیم. حتی وقتی می‌دانیم موضوع داغ روز نیستیم، اما بازهم ممکن است باور داشته باشیم زندگی داخلی و افکارمان بسیار جذاب است و دوست داشته باشیم از جنبه‌های مختلف زندگی‌مان با دیگران صحبت کنیم.

دانشمندان در تحقیقات‌شان به این نتیجه رسیده‌اند که صحبت کردن از خود دقیقاً همان بخش‌هایی از مغز را فعال می‌کند که با طعم غذا و دریافت پول در ارتباط است. بنابراین اگر می‌خواهید دیگران شما را دوست داشته باشند و قلب‌شان را تصاحب کنید، پس کاری کنید که مردم از خودشان حرف بزنند. در حقیقت شنونده خوبی باشید و برای این‌که نشان دهید صحبت‌هایشان برایتان اهمیت داشته است سوال‌های مناسب بپرسید تا آنها را به ادامه صحبت تشویق نماید. البته مراقب باشید سوال‌های بسیار خصوصی از آنها نپرسید که باعث ناراحتی‌شان می‌شوید و احساس راحتی نخواهند داشت.

خطاب کردن با نام

افراد به اسم خود علاقه بسیاری دارند و تلاش می‌کنند هرطور شده نامشان زنده و در ذهن دیگران باقی بماند. مهم‌ترین روش جلب محبت افراد آن است که اسامی آنها را به یاد داشته باشیم و کاری کنیم که آنها احساس کنند مهم هستند. صدا کردن افراد با نام خود روابط بین شما و آنها را محکم می‌کند.

شبه‌سازی

شما هرچقدر بتوانید بین خود و دیگران وجوه اشتراک ایجاد کنید روابط صمیمانه‌ای بین خود و آنها شکل می‌گیرد. لازم نیست برای برقراری صمیمیت، حرکات، حالات چهره و لحن صدای طرف را تقلید کنید. قدرت انعطاف‌پذیری‌تان را افزایش دهید تا فرد مجذوب شما شود. سعی کنید خود را فراتر از او نبینید. خودبزرگ‌بینی و غرورتان را کنار بگذارید. شبهه او فکر کنید و دنیا و مشکل را از چشم او ببینید و چون ارتباط ناخودآگاه است، تأثیرش بیشتر می‌شود. شخص بدون این‌که متوجه علت شود احساس هماهنگی و صمیمیت می‌کند.

انتقاد

انتقاد نکنید. ما معمولا دوست داریم عقایدمان پذیرفته شود. اگر کسی از عقاید ما ایراد بگیرد و انتقاد کند سعی می‌کنیم از او دور شویم. زیرا او را مثل خود و شبیه خود نمی‌دانیم. هرگز مستقیما از کسی انتقاد نکنید، بلکه به‌طور غیرمستقیم راهی را که فکر می‌کنید صحیح‌تر است، به فرد پیشنهاد کنید و اجازه دهید خودش انتخاب کند. انتقاد هرچقدر هم سازنده باشد نمی‌تواند علاقه بین افراد ایجاد کند.

همه‌چیزدان

بپذیرید ما همه چیز را نمی‌دانیم، بنابراین در مکالمه‌هایتان با دیگران به‌گونه‌ای رفتار نکنید که انگار همه چیز را می‌دانید و مدام کلام دیگران را قطع نکنید تا نظر خود را که با خود فرض می‌کنید بهتر است، مطرح کنید. هیچ‌کس حتی خود ما از این رفتار خوشش نمی‌آید. گاهی اوقات حتی اگر موضوعی را می‌دانید و طرف مقابل‌تان آن را با هیجان تعریف می‌کند، وانمود کنید اولین‌بار است می‌شنوید تا او از گفت‌وگویش با شما لذت ببرد.

اعتبار بخشیدن

یکی از آسان‌ترین روش‌هایی که باعث می‌شود دیگران ما را دوست داشته باشند، اعتبار بخشیدن به آنهاست. به این ترتیب که به آنها نشان دهیم برایمان مهم هستند و از توانایی‌هایشان صحبت و تعریف کنیم. آنها از این‌که برایشان اهمیت قائل شده‌اید شما را دوست خواهند داشت و به شما علاقه‌مند می‌شوند. البته مراقب باشید تعریف بی‌مورد نکنید، زیرا شما را دروغگو و ریاکار خواهند پنداشت.

داستانسرایی

اگر دوست دارید روی دیگران اثر بگذارید و کاری کنید که دیگران شما را دوست‌داشتنی بدانند، حرف‌های تازه و جالب برای تعریف کردن داشته باشید. در حقیقت، داستانسرایی بخش اصلی پیوستگی اجتماعی است و انسان از وقتی توانسته صحبت کند از این اصل بهره برده است.

می‌توانید با تعریف کردن تجربه‌های جالب‌تان از زندگی یا چیزهای بامزه‌ای که شنیده‌اید هم‌صحبت خوبی شوید. گاهی از خود صحبت کنید و اجازه دهید دیگران چیزهایی در مورد شما بدانند و با این کار باعث شوید آنها نسبت به شما احساس خوبی پیدا کنند.

البته مراقب باشید همه مسائل خصوصی‌تان را نگویید تا بعدها باعث دردسر نشود. تعریف کردن موضوعات خنده‌دار و با نمک بیشترین تاثیر را می‌تواند روی فرد یا گروهی که می‌خواهید وارد شوید، بگذارد.

ابراز علاقه

اگر می‌خواهید دوستان صمیمی داشته باشید و آنها به دوستی شما شک نکنند، آنها را واقعا دوست بدارید و به آنها خدمت کنید و در ازای خدمت خود هیچ چیزی از آنها انتظار نداشته باشید.

یک روش دیگر نفوذ در دل‌ها این است که تاریخ تولد دوستان خود را پیدا کنید و بدون این‌که آنها بفهمند برایشان کارت تبریک بفرستید. (doctornerdlove / مترجم: نادیا زکالوند)