

Развиваем общительность

Одним из важных качеств человека является общительность. Живя среди людей, каждый из нас вступает в разнообразные межличностные контакты. Психологи дают ряд важных советов организации общения:

- 1. Относитесь к людям так, как Вам хотелось бы, чтобы обращались с вами.** В разговоре неплохо дать почувствовать собеседнику, что он в чём-то превосходит Вас. Умейте говорить не только о том, что волнует Вас, но и о приятном, интересном для собеседника.
- 2. Проявляйте к людям искренний интерес.** Не говорите только сами, в любом случае дайте высказаться и собеседнику.
- 3. Запоминайте имена тех, с кем приходится общаться.** Умейте не только сострадать в несчастье, но и радоваться успехам окружающих, что намного труднее.
- 4. Не откладывайте на завтра то, что можно сделать сегодня.** Нерешенные проблемы угнетают психику, делают человека неуравновешенным, раздражительным.
- 5. Чаще улыбайтесь людям.** Улыбка при встрече с человеком говорит, что Вы рады ему. Добрая шутка сближает людей, повышает эффективность совместного труда.
- 6. Опровергая мнение другого человека, старайтесь не обидеть его.** Доказывайте ошибочность аргументов спорщика, но не рассматривайте недостатки его характера.
- 7. Не бойтесь извиниться, если Вы оказались не правы.** Помните, что легче критиковать себя, чем выслушивать критику со стороны.
- 8. Научитесь видеть достоинства других людей.** Будьте искренними и щедрыми в похвалах и одобрениях.
- 9. Прежде, чем осудить кого-либо, постарайтесь понять его, выявить мотивы его поведения, выяснить, почему он поступил так, а не иначе.**
- 10. Требуя выполнения правил от других, прежде выполняйте эти правила сами.**
- 11. Умейте дискутировать.** Чтобы дискуссия не превратилась в перебранку, не оспаривайте каждое услышанное возражение собеседника. Выслушайте его не перебивая, и только после того, как он закончит, вежливо, не категорично, приведите свои аргументы.

12. **Поддерживайте хорошие отношения с окружающими.** Старайтесь жить не только для себя, но и для людей.

Помните, что общительность гарантирует в большинстве случаев успех общения. А общительность можно развивать. Она формируется только в процессе взаимоотношений с другими людьми. При этом необходимо формировать у себя способность испытывать интерес и влечение к другому человеку, потребность осуществлять альтруистические действия, всегда активно стремиться что-то сделать для другого, для общества.