

Как расширить свой круг общения

В наше время многие из нас жалуясь на недостаток общения, задают психологам вопрос: как расширить свой круг знакомых?

Особых, необыкновенных рекомендаций здесь не требуется.

Во-первых, не пытайтесь заинтересовать людей собой. Психологи установили, что такие действия отталкивают окружающих, создают проблемы в общении. Если человек при знакомстве говорит только о себе, скорее всего, он останется в одиночестве. Мало вероятно, что у собеседника появится интерес к человеку, который видит в рядом стоящем только объект для передачи информации.

Поэтому **искренне интересуйтесь человеком**, который находится рядом с вами. Найти тему, которая будет близка ему, не очень сложно. Скорее всего, она связана или с семьей, или с работой, или с хобби. Начиная с общих вопросов, вы сможете найти ту тему, которая близка вашему собеседнику. Известно, что человек, который не проявляет интереса к окружающим, испытывает серьезные трудности в жизни и причиняет много неудобств своим близким. Из таких людей получаются неудачники.

Восхищайтесь достижениями своих близких. Дайте им почувствовать, что они лучше. Не вредно также иногда говорить об этом своим подчиненным и начальнику. Запишите дни рождения знакомых в календарь и не забывайте отослать поздравительную открытку. Отвечайте на телефонные звонки голосом, который бы уверял собеседника, что тот позвонил не зря. В общем, интересуйтесь окружающими вас людьми.

Во-вторых, психологи считают, что человек может быть счастлив во многих ситуациях. Его состояние зависит от того, что он думает, а не от того, что происходит вокруг. Исследования показали, что **с человеком, который испытывает состояние счастья, удачи, легче общаться**. У него лучше складываются отношения с сослуживцами на работе и с близкими дома.

Поэтому **старайтесь улыбаться собеседнику**. Но улыбка должна быть настоящей, а не натянутой. Если вы будете улыбаться, то почувствуете новый прилив сил и увидите, как окружающие вас люди улыбаются вам в ответ. Этот простой способ дает поразительные результаты. Улыбка налаживает контакты между людьми лучше, чем стол переговоров. Если вы редко улыбаетесь, то попробуйте тренироваться перед зеркалом в одиночестве, так как неискренняя улыбка вызывает раздражение, недовольство окружающих. Помните, что именно улыбку запоминают люди, которые общаются с вами.

В-третьих, человек обязательно гордится своим именем, он лелеет глубоко внутри своей души надежду, что это имя будет постоянно произноситься при встрече с ним. **При встрече всегда старайтесь произнести в разговоре несколько раз имя собеседника**. Если вас познакомили, то запомните имя собеседника. Человек, имя которого вы произносите, скорее всего, будет относиться к вам доброжелательно, так как вы проявили внимание к его персоне.

В-четвертых, во время ссоры, когда человек особенно раздражен, он хочет высказать свою точку зрения. Некоторые люди, и их считают хорошими собеседниками, только задают вопросы и слушают. Поэтому **постарайтесь всегда выслушивать своего собеседника, особенно если он расстроен и раздражен**. Поощряйте его вопросами, относящимися к делу, интересуйтесь мнением вашего собеседника. Вы почувствуете, как близки стали вам люди, которых раньше едва знали. Не думайте, что слушание — это пустая трата времени. Скорее всего, вы увидите, сколько вокруг вас интересных людей, потому что они работают в другом месте, живут в другом районе, отдыхали не там, где вы. Вы это узнаете, и, возможно, вам что-то пригодится в дальнейшем.

В-пятых, каждый человек, с которым мы встречаемся на жизненном пути, считает, что он в чем-нибудь выше вас. И это правильно, так как у него может быть красивее голос или он умеет лучше играть на саксофоне. Но хотя этот человек уверен в своем превосходстве, ему просто необходимо, чтобы вы это заметили. Поэтому для лучшего налаживания общения с окружающими **говорите о том, что интересует вашего собеседника и в чем он преуспевает**. Замечание, даже сказанное одним предложением, о том, что у собеседника красивые волосы, четкая дикция, прекрасный почерк, обладает волшебным действием.

Человек начинает чувствовать, что он значим, что он превосходит окружающих, пусть даже по длине волос. Поверьте, это дает хороший результат. Используйте это правило везде и всегда. И вы почувствуете, что окружающие обратят на вас внимание, а многие из них даже постараются установить с вами приятельские отношения.