

#046期同學會故事

八大智能_人際關係之學習與改變 /心得分享/微笑是人際關係的潤滑劑

文/ 羅裕欽 2011-06-17

www.20187.org.tw



微笑是對他人的尊重，同時也是對生活的接納。微笑是有回報的，人際關係上，你怎樣對待別人，別人就會怎樣對待你，你對別人的微笑越多，別人也會對你報以燦爛的微笑。在運用微笑傳情達意的時候，要相信微笑的力量。微笑往往會給人溫馨、親和的印象。

象，容易讓人產生信任感。因此在微笑之前，你必需相信微笑擁有一種強大的感染力量，富有自信的微笑更能觸動人心。

微笑的力量是無窮的。它是美好心靈的反射，微笑需要自然發自內心才能笑得親切、笑得美好與得體。絕不是為笑而笑、沒笑裝笑、皮笑肉不笑。笑要真誠，人對笑容的感受能力非常強，一個笑容隱含著什麼涵意？是否真誠？人的直覺都能敏銳地察覺出來。所以，當你微笑時，一定要真誠。真誠的微笑能讓親子或親朋間的內心產生溫暖，引起雙方的共鳴，相互間都能陶醉在愉悅之中，加深雙方的情誼與良性互動。

微笑使人覺得自己受到尊重、歡迎、心情舒暢，但對人微笑也要看場合，否則就會適得其反。例如，當你出席一個莊嚴的集會，或是討論重大的政治問題時，此時微笑是很不合時宜的，甚至可能引起誤會。當你同對方談論一個嚴肅的議題時，或者告知對方一個不幸的消息時，甚至是你的話語讓對方感到不悅時，都不應該微笑。因此，在微笑時，你一定要分清場合，分寸拿捏很重要。微笑更是向對方表示一種禮節和尊重，雖然倡導多多微笑，但不建議你時時刻刻都在微笑。微笑要節制的恰到好處，比如當對方看向你的時候，你可以直視他微笑點頭。對方發表意見時，一邊聽一邊不時微笑，如果不注意微笑的程度，笑得太過放肆、過分、沒有節制，就會有失身份，引起對方的反感。微笑要用在合適的對象上。對不同的對象，應使用不同含義的微笑，以傳達不同的感情。尊重、真誠的微笑應該是給長者的，關愛的微笑應該是給孩子的，深情的微笑應該是給自己心愛的人的。

人心情輕鬆愉快的時候自然就能綻放會心的一笑，笑不但能使心情放鬆，還能撫平緊張的情緒與紓解壓力，不但使自己內心歡愉也帶給旁人快樂、祥和與親切感；微笑是人際關係最好的潤滑劑，也是最佳、最健康的互動連結。在帶給人歡喜，帶給人祥和的時候，若老是冷凍著一張「生人勿近」的臉，肯定會把『活』的人全嚇跑了。

人生中難免會有挫折、有失敗、有誤解，那是很正常的事，要想生活中一片坦途，那麼首先就應以微笑清除心中的魔障。微笑的實質便是愛，懂得愛的人，一定會像陽光般溫暖大地。只有心裡想愛的人，才能感受到陽光的溫暖，如果連自己都常常苦著臉，那生活如何美好？生活是一面鏡子，反照出來的是我們的影像，當我們哭泣時，生活就在哭泣，當我們微笑時，生活也在微笑。微笑，也算得上是一種內在的修養，它給人親切、鼓勵與溫馨。真正懂得微笑的人，總是比別人活的更輕鬆，也得到更多的收穫。

古人說得好：「一笑泯恩仇」又說「伸手不打笑臉人」。微笑能化解許多不必要的誤會，避過危機；微笑還能夠讓腦中產生對身體有益的腦內啡，一個家庭若能多一點微笑，自然就會減少責罵聲，因此，微笑能增進良好的親子關係與化解種種不愉快的問題。

今天你微笑了嗎？笑一下嘛！微笑可以使你成為一個受歡迎的人物耶！生活中多一點微笑，煩惱就會少一點，生命就會健康一點。**記得喔！**「微笑」是良好人際關係的潤化劑。

對於三重團隊夥伴們的真情付出與分享，我們屏東團除了感謝，就剩下感動了，若能像facebook一樣可以按下讚的話，我們每個人一定會猛按N個讚向你們送上誠摯的謝意。謝謝啦！