



Искусство общения

1. Устанавливайте контакт с собеседником

Для эффективного общения рекомендуется говорить в том же темпе и в том же объеме, а также используя аналогичную позу (стоя либо сидя) что и ваш собеседник.

2. Обращайтесь к человеку по имени

Если вы обращаетесь к собеседнику по имени, у вас больше шансов наладить с ним хорошие отношения. И неважно, на каком языке вы говорите. Если при знакомстве вы не расслышали имя собеседника, попросите его повторить. А если имя редкое, уточните, как оно пишется.

3. Когда просите о чем-то, дайте возможность отказать

Сначала нужно рассказать собеседнику о своих наблюдениях, чувствах и потребностях, и только потом просить о чем-то. Не используйте упреки и позвольте собеседнику вам отказать. Если он выполнит просьбу под давлением, это будет не от чистого сердца.

4. Сопереживайте собеседнику

Эмпатия помогает выслушать другого человека и ощутить то, что он чувствует, нужно отбросить предвзятость и осуждение.

5. Говорите по существу

Важно говорить конкретно и по существу, чтобы собеседник мог без труда Вас понять и причем понять именно так, как Вам хотелось бы.

6. Убедитесь в том, что Вас поняли правильно

После того, как Вы закончили разговор, сообщили определенную информацию, обязательно убедитесь в том, что Вас поняли правильно.

7. Реагируйте на информацию собеседника

Не стоит пассивно воспринимать информацию собеседника. В ходе беседы рекомендуется давать понять жестами, мимикой словами то, что Вы слушаете и слышите собеседника, Вы понимаете то, о чем он сообщает. Если Вам что-то не совсем понятно, обязательно переспрашивайте «А правильно ли я тебя понял/поняла?».