

Как подружиться и дружить



Как же заводить друзей, чтобы это точно получилось?

Во-первых, помни, что волнуются и переживают в новой обстановке и при знакомстве с новыми людьми ВСЕ! Другой вопрос – как при этом человек себя ведет.

Знай, что иногда, сильно волнуясь или пытаясь показаться крутым и уверенным в себе, ты отталкиваешь людей своим поведением.



Какое поведение отталкивает при знакомстве?

1. **Ты делаешь равнодушный или неприступный вид.** На самом деле тебе очень хочется познакомиться и поболтать вместе со всеми, но ты боишься, поэтому делаешь вид, что тебе это совсем неинтересно. Когда другие видят тебя с таким выражением лица, они именно так и считают, поэтому не подходят сами и не зовут к себе.

Негативная установка

- Поиск отличий с другим.
- Другой представляет опасность.
- Другой занимает мое место «под солнцем».
- Другой относится ко мне предвзято.

Позитивная установка

- Поиск сходств с другим.
- Другой представляет возможность.
- Места хватит на всех.
- Другой не оценивает меня ежесекундно.
- Другой тоже хочет понравиться.

2. **Ты начинаешь сравнивать.** Начав общаться, когда еще не установлены прочные отношения с новыми ребятами, ты, опять же, желая показать себя с лучшей стороны, говоришь: «А вот я был прошлым летом в лагере, там было намного круче футбольное поле!» Что ты этим хочешь сказать? Что ты был в крутом лагере. Что слышат другие? Этот лагерь плохой. Им становится обидно, может быть, и завидно. А обида и зависть не лучшие помощники в начале дружбы. И тебе могут даже ответить: «Ну и иди в тот свой лагерь!»
3. **Ты воспринимаешь другого человека как чужого.** Неосознанно ты видишь в незнакомом человеке опасность, поэтому начинаешь вести себя как «бука», защищаться, хотя на тебя еще не напали.

Начинай общение с позитивными установками!

Люди чаще всего хотят познакомиться с новым человеком. Интерес всегда преобладает над остальным!

Как лучше начать общение?

1. **Будь самим собой, улыбайся и веди себя просто.** Не зря есть выражение «будь проще, и к тебе потянутся».
2. **Начни общение с комплимента или вопроса.** Всем приятно услышать что-то хорошее или быть полезными, помочь «новичку» (это придает чувство важности и значимости – я знаю, а он не знает, я ему подсказал).
Например: «Ребята, у вас тут такое поле классное футбольное! Так хочется на нем поиграть!» (комплимент)
Или – «Привет! Прикольно у вас тут. А что тут интересненького?» (комплимент + вопрос)
Или – «Ребят, а где тут бассейн? Хотел посмотреть. А вы уже купались? Ну и как там?» (вопрос)



3. **Хочешь быть хорошим собеседником, говори с людьми о них.**

Что это значит? В начале общения задавай больше вопросов и интересуйся людьми. Больше слушай, чем говори о себе.

Правда, тут есть один момент – не перестарайся в этом. Если ты видишь, что человек охотно рассказывает, спрашивай и слушай. Если человек не готов отвечать на твои вопросы, не лезь с дальнейшими расспросами.

О чем люди рассказывают охотно? О своих успехах, хобби, увлечениях, своем городе/поселке/районе, своих домашних животных и т.п.

Поэтому можно спросить – А ты чем-нибудь занимаешься? А где ты живешь? Расскажи про тот город, я там никогда не был. У тебя есть домашние животные? Какие? И т.п.

О чем не стоит спрашивать? – О здоровье, деньгах, семейных отношениях. Мы не знаем, какая семейная ситуация у человека, поэтому своим невинным вопросом «А у тебя папа кем работает?», мы можем расстроить человека, если у него, например, нет папы.

Или вопросом «А сколько твои джинсы стоят? Или какой они фирмы?» можем тоже создать напряжение, потому что может оказаться, что вещь совсем не фирменная, а человек не хочет об этом говорить и стесняется. Или, наоборот, вещь может оказаться очень дорогой, и человека может смутить твой интерес к ней.

4. **Транслируй позицию «МЫ»**

Есть отличный секрет! Он называется секрет Маугли.

Помнишь фразу, которая позволила ему подружиться со всеми жителями джунглей?

«Мы с тобой одной крови! Ты и я!»

Что это значит? Другой человек скорее начнет общаться с тобой и доверится тебе, если ты будешь транслировать схожесть с ним.

Говори слова типа *«Я тоже люблю загорать»*.

Я так же, как и ты, когда первый раз сел на велосипед, не мог затормозить. Я игру привез. Мы с вами сейчас классно поиграем!»

5. **Будь интересным.**

«Легко сказать», – подумаешь ты. На самом деле, не так и сложно, как может показаться.

Просто интересуйся, увлекайся чем-то. Если у тебя есть увлечение, которым ты горишь. Если ты в какой-то теме профессионал и начнешь с увлечением об этом рассказывать, то и другие тоже увлекутся. Особенно если ты знаешь в этой теме какие-то фишки, которые не знают другие – какую-то необычную информацию или особенный приемчик в любом деле.

Однако если ты пока не нашел для себя такое увлечение, в котором ты спец, не переживай!

Предыдущих советов тоже вполне достаточно, чтобы начать дружить и не оттолкнуть от себя.