

Як побудувати гармонійні відносини з іншими людьми? (поради психолога)

Південноафриканський письменник, лауреат Нобелівської премії з літератури, автор роману «Безчестя» Джон Максвелл Кутзее сформулював принципи, які допомагають збудувати гармонійні відносини між людьми. Необхідно лише дотримуватись 20 простих принципів щоб спілкування було максимально приємним та ефективним.

1. ПРИНЦИП ДЗЕРКАЛА

Перш ніж судити інших,
потрібно звернути увагу на
себе.

2. ПРИНЦИП БОЛІ

Ображена людина сама завдає
образи іншим.

3. ПРИНЦИП ВЕХНЬОЇ ДОРОГИ

Ми переходимо на більш високій
рівень, коли починаємо
спілкуватися з іншими краще, ніж
вони з нами.

4. ПРИНЦИП БУМЕРАНГА

Коли ми допомагаємо іншим,
ми допомагаємо самому собі.

5. ПРИНЦИП МОЛОТКА

Ніколи не використовуйте
молоток, щоб вбити комара на чолі
співрозмовника.

6. ПРИНЦИП ОБМІНУ

Замість того, щоб ставити
інших на місце, ми повинні
поставити на їх місце себе.

7. ПРИНЦИП НАВЧАННЯ

Кожна людина, яку ми зустрічаємо,
потенційно здатна нас чому-небудь
навчити

8. ПРИНЦИП ХАРІЗМИ

Люди цікавляться тим, хто
цікавиться ними.

9. ПРИНЦИП 10 БАЛІВ

Віра в найкращі якості людини
зазвичай змушує проявляти свої
найкращі якості.

10. ПРИНЦИП КОНФРОНТАЦІЇ

Спочатку потрібно
потурбуватися про інших і лише
згодом вступати з ними в
конфронтацію

11. ПРИНЦИП КАМ'ЯНОЇ СКЕЛІ

Довіра - це фундамент
взаємовідносин.

12. ПРИНЦИП ЛІФТУ

В процесі взаємовідносин ми
можемо піднімати людей до
гори чи опускати вниз.

13. ПРИНЦИП СИТУАЦІЇ

Ніколи не допускайте, щоб ситуації значила для вас більше ніж взаємовідносини

14. ПРИНЦИП БОБА

Коли Боб має проблеми з усіма іншими, головною проблемою як правило є сам Боб.

15. ПРИНЦИП ОКОПА

Коли готуєшся до битви, викопай для себе такий окоп, щоб у ньому було місце і для друга.

16. ПРИНЦИП ТЕРПІННЯ

Мандрувати разом з іншими завжди доводиться повільніше, ніж мандрувати наодинці.

17. ПРИНЦИП ЗАДОВОЛЕННЯ

В ідеальних взаємовідносинах сторонам для отримання задоволення достатньо бути поруч.

18. ПРИНЦИП 101 ПРОЦЕНТА

Віднайти 1 % з яким ми згодні, і спрямувати на нього 100 % наших зусиль

19. ПРИНЦИП ДРУЖБИ

За інших рівних люди будуть прагнути працювати з тим, хто їм подобається; за інших нерівних умов вони однаково будуть це робити.

20. ПРИНЦИП ДРУЖБИ

Легкість у відносинах із самим собою допомагає іншим відчувати себе вільно з вами.