

۱۱ راز جذابیت انسان های دوست داشتنی - دیجیاتو

پیام ادیب | دوشنبه، ۱۴ دی ۱۳۹۴

برخی از انسان ها با وجود عدم بهره مندی از بعضی چیزها مثل پول، چهره ی زیبا و یا ارتباطات اجتماعی گسترده، همیشه انرژی و اعتماد به نفس خاصی دارند. حتی شکاک ترین انسان ها هم نمی توانند در برابر این شخصیت های جذاب مقاومت کنند و از خود ترشروی نشان دهند. اینگونه آدمها در هر محفلی می درخشند؛ همان هایی که برای کمک، راهنمایی و مصاحبت، اولین گزینه ی هر کسی خواهند بود.

شخصیت آنها به گونه ای است که همه را به این پرسش وا می دارد: «او چه چیزی دارد که من ندارم؟ چه چیزی او را تا این حد جذاب می کند؟» اما واقعاً تفاوت آنها با دیگران چیست؟ احساس ارزشمند بودن آنها از درونشان نشأت می گیرد. اینگونه افراد هیچ گاه به دنبال تأیید دیگران نیستند، چون آنقدر اعتماد به نفس دارند که آن را در خودشان پیدا می کنند. عادات خاصی وجود دارند که شخصیت های جذاب و با اعتماد به نفسی مثل این برای حفظ دیدگاه سازنده ی خود به صورت روزانه به کار می بندند. برخورداری از چنین اعتماد به نفسی زاییده ی شانس نیست. پس وقت آن فرا رسیده است عادات اینگونه افراد را مطالعه کنید، بلکه بتوانید از آنها به نفع خود بهره ببرید و اعتماد به نفس تر و جذابیت بیشتری برای خود خلق کنید.

۱- رفتار محترمانه با «همه»

مخاطب آنها چه بزرگ ترین مشتری شان باشد و چه گارسون رستوران، رفتارشان همیشه و بدون استثنا مؤدبانه و محترمانه خواهد بود. شخصیت های دوست داشتنی این را به خوبی درک می کنند که هر چقدر هم با فرد مقابل خود رفتار محترمانه ای داشته باشند، اگر در مقابل او با شخص دیگری غیر مؤدبانه رفتار کنند، ارزش رفتار مؤدبانه ی خود را نیز از بین خواهند برد.

۲- پیروی از قانون پلاتینی

قانون طلایی «با دیگران همانگونه رفتار کن که دوست داری دیگران با تو رفتار کنند» یک اشکال اساسی دارد: این قانون فرض را بر این می گذارد که همه دوست دارند یک جور با آنها برخورد شود و این اصل را نادیده می گیرد که هر کسی ممکن است با چیزهای کاملاً متفاوتی خوشحال شود. یک نفر از شناخته شدن در میان جمع خوشش می آید، در حالی که یک نفر دیگر از اینکه در مرکز توجه قرار بگیرد متنفر است.

اما قانون پلاتینی می گوید: «با هر کسی آنگونه رفتار کن که خودش دوست دارد» و به این ترتیب این اشکال را برطرف می کند. انسان های جذاب و دوست داشتنی در «خواندن» خواسته های دیگران مهارت بسیار زیادی دارند و رفتار خود را طوری تنظیم می کنند که باعث خوشایند آنها شود و به آنها احساس راحتی بیشتری ببخشد.

۳- عدم استفاده از گفتگوهای کوتاه

استفاده ی صرف از گفتگو های کوتاه تضمین شده ترین راه برای جلوگیری از برقراری ارتباط حسی در مکالمه است. شما وقتی مثل آدم آهنی با دیگران برخورد کنید، مغز آنها را روی حالت ناوبری اتوماتیک قرار خواهید داد و این باعث می شود کسی با شما احساس نزدیکی نکند.

افراد دوست داشتنی با مخاطب خود ارتباط برقرار می کنند و حتی در گفتگوهای روزمره و کوتاه نیز عمیق می شوند. علاقه ی ذاتی آنها به دیگران باعث می شود به راحتی سؤالات خوبی بپرسند و آنچه در جواب می شنوند را به دیگر جنبه های مهم زندگی گوینده ارتباط دهند.

۴- تمرکز روی آدمها، بیش از هر چیز دیگر



انسان های جذاب و خوش برخورد علاقه ای ذاتی و واقعی به انسان های اطراف خود دارند. در نتیجه، بیشتر از خودشان به فکر دیگران هستند. این گونه افراد زیاد به این فکر نمی کنند که چقدر مورد علاقه ی دیگران هستند، چون تمرکزشان تمام مدت روی اطرافیانشان است. به همین دلیل است که به نظر نمی رسد تلاشی برای جذاب بودن انجام دهند.

برای اینکه این عادت آنها را بتوانید برای خود به کار بگیرید، سعی کنید از موبایل های هوشمندتان فاصله بگیرید و روی اطرافیانتان متمرکز شوید. تمرکزتان را روی صحبت های آنها نگه دارید، نه

پاسخی که به آنها می‌خواهید بدهید. وقتی کسی چیزی در مورد خودش به شما می‌گوید، حرفش را با سؤال مناسبی همراه کنید، به گونه‌ای که بتواند سفره‌ی دلش را بیشتر برای شما باز کند.

۵- اجتناب از تلاش بیش از حد برای اثبات خود به دیگران

انسان‌های دوست‌داشتنی مکالمات و گفتگوهای خود با دیگران را با داستان‌هایی از هوش و موفقیت‌های خود پر نمی‌کنند. اینگونه نیست که در برابر چنین میلی مقاومت کنند، این میل اساساً در ذهن آنها شکل نمی‌گیرد. آنها به خوبی می‌دانند کسانی که سخت تلاش می‌کنند محبت دیگران را متوجه خود کنند، احساس بدی در اطرافیان خود به وجود می‌آورند.

۶- درک تفاوت میان حقیقت و نظرات شخصی

اینگونه افراد با متانت و آرامش خاصی به مسائل بحث‌برانگیز و موضوعات حساس می‌پردازند. آنها از ابراز عقیده‌ی ابایی ندارند، اما این را کاملاً روشن می‌کنند که چیزهایی که می‌گویند صرفاً نظراتشان است، نه حقیقت محض. موضوع بحث از گرمایش جهانی گرفته تا سیاست، برنامه‌ی واکسیناسیون و یا تغذیه، هرچه که باشد، آنها این را می‌دانند که انسان‌های زیادی وجود دارند که به همان اندازه در این مورد می‌فهمند و در عین حال ممکن است موضوع را متفاوت ببینند.

۷- اجتناب از نقش بازی کردن



این دسته از انسان‌ها خود واقعی‌شان هستند. لازم نیست کسی برای اینکه شخصیت واقعی آنها

را بشناسد و یا حرکت بعدی شان را پیش بینی کند تلاش خاصی انجام دهد. آنها به خوبی می دانند هیچ کس از آدمهایی با رفتار مصنوعی خوشش نمی آید.

هر کسی به سمت افرادی که شخصیت حقیقی خود را به نمایش می گذارند جذب می شود، چون با علم به این موضوع می توانند به آنها اعتماد کنند. وقتی ندانید طرف مقابل شما واقعاً کیست و چه نیاتی دارد، به راحتی ممکن است از او فاصله بگیرید.

۸- یکرنگی

همه از کسانی که انسجام درونی بالایی دارند خوششان می آید چون حرف و عملشان یکی است، به همین سادگی. یکرنگی مفهوم ساده ای است اما به کارگیری آن در عمل دشوار می شود. انسان های جذاب و دوست داشتنی برای اینکه همیشه از این ویژگی بهره مند باشند از بدگویی پشت سر دیگران اجتناب می کنند، و همیشه کار درست را انجام می دهند؛ حتی اگر به نفعشان نباشد.

۹- داشتن لبخند بر لب



انسان ها به صورت طبیعی و ناخودآگاه از زبان بدن مخاطب خود تقلید می کنند. اگر می خواهید دیگران حس خوبی نسبت به شما داشته باشند هنگام صحبت کردن به آنها لبخند بزنید. به این ترتیب آنها نیز به صورت ناخودآگاه لبخند شما را با لبخند پاسخ می دهند و این باعث می شود احساس خوبی پیدا کنید.

۱۰- آراستگی ظاهری

بین خوش لباس بودن و فخرفروشی به واسطه ی ظواهر تفاوت زیادی وجود دارد. انسان های دوست داشتنی متوجه این موضوع هستند که رسیدگی به ظاهر فردی مثل تمیز کردن خانه پیش از آمدن میهمان است و نوعی احترام به خود و دیگران محسوب می شود. اما همینکه ظاهر قابل قبولی برای خود درست کردند از فکر کردن به این موضوع دست می کشند.

۱۱- عشق به زندگی

انسان های با اعتماد به نفس و دوست داشتنی مثبت و پر از اشتیاق هستند. هیچگاه از زندگی خسته نمی شوند چون آن را یک اتفاق فوق العاده می بینند و آنقدر با اشتیاق به زندگی نگاه می کنند که دیگران نیز دوست دارند بخشی از این اشتیاق باشند.

نه اینکه هیچ مشکلی در زندگی خود نداشته باشند، اما به مشکلات به عنوان موانعی موقتی نگاه می کنند، نه سرنوشت غیر قابل تغییر. وقتی مشکلی پیش می آید آنها به خودشان یادآور می شوند روزهای بد می گذرند، و به این امید ادامه می دهند که روز بعد یا هفته یا ماه بعد اوضاع بهتر خواهد بود.

جمع بندی

انسان های دوست داشتنی تنها ویژگی ها و عادت های دوست داشتنی خاصی در خود پرورش داده اند که هر کس دیگری نیز می تواند در خود پرورش دهد. آنها بیش از آنکه به فکر خودشان باشند به فکر دیگران هستند و کاری می کنند دیگران نیز احساس دوست داشته شدن، مورد احترام بودن، درک شدن و دیده شدن پیدا کنند. به یاد داشته باشید: هرچه بیشتر روی دیگران تمرکز کنید، دوست داشتنی تر خواهید بود.

[دیجیاتو](#)