**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.
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!

|  |  |
| --- | --- |
|  **Негативная установка**  | **Позитивная установка** |
| •       Поиск отличий с другим.•       Другой представляет опасность.•       Другой занимает мое место «под солнцем».•       Другой относится ко мне предвзято. | •       Поиск сходств с другим.•       Другой представляет возможность.•       Места хватит на всех.•       Другой не оценивает меня ежесекундно.•       Другой тоже хочет понравиться. |

**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 копмлимента 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)*



1. **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 стеснячется. Или, наоборот, вещь может оказаться очень дорогой, и человека может смутить твой интерес к ней.

1. **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!*»

1. **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.