

Pokažite vaše dobre strane

Pozitivnom spoljnom slikom čovek može da upravlja.

Važno je voleti samoga sebe.

Slika o nama samima određuje utisak koji ostavljamo kod drugih ljudi.



Bečki psiholog Julia Umek otkriva kako možete da pokažete vaše dobre strane.

1. Slaganje uz celokupnu ličnost

Obratite pažnju na to da vaša dobra strana koju želite da pokažete odgovara vašoj celokupnoj ličnosti. Jer, ako pokažete „dobru stranu“ koja ne odgovara vašem biću, vaše ponašanje će delovati izveštačeno i sasvim sigurno promašiti željeni efekat. Potražite kod sebe pozitivno ponašanje koje se takoreći provlači kroz vaš život kao crvena nit. Ako ste vi na primer neko ko rado pomaže, ko je rado tu za druge kada imaju probleme, onda pokažite tu dobru stranu.

2. Priznajte slabosti

Dobra strana nikako ne služi za to da se time hvalite, to bi totalno promašilo efekat. Dobra strana se pokazuje kada otvoreno priznate male slabosti i vašem sagovorniku date one informacije koje će skrenuti pažnju na vaše dobre strane. Dobre strane su one koje su za druge ljude od značaja. Umetnost je upravo u tome da među mnogim dobrim stranama koje svako od nas ima pokažemo one koje će nas povezati sa drugima koje omogućavaju jedno MI.

3. Prihvatite pohvalu

Kada pokazujete vaše dobre strane i za to dobijete pohvalu, prihvatite pohvalu sa jednim skromnim hvala. Mnogi ljudi naginju tome da odbace pohvalu i da se ponize. Ko ima dobre strane i učinio ih je vidljivim treba da prihvati i pohvalu za to.

4. Pričajte o jačim stranama

Samopohvala nije bas umesna, ali ne morate da potcenjujete vaše dobre strane. Ko može dobro da ukaže na to što ume, pokazaće drugima šta oni mogu da očekuju od njega i šta rado voli da radi. Ko o svojim jačim stranama priča tako da ulivaju poverenje, pokazaće se sa svoje dobre strane.

5. Pozitivno gledajte sebe

Posmatrajte se iz vašeg unutrašnjeg oka kao kad se slikate za fotografiju za koju svako brine da ga uslikaju sa dobre strane. Mnogi ljudi naginju tome da su previše kritični prema sebi. Vežbajte da počnete da gledate sebe iz pozitivnog ugla. Oslobodite se unutrašnjih glasova i pogrešnih uverenja iz vašeg detinjstva koji su vas obezvređivali.

http://www.b92.net/zivot/vesti.php?nav_id=373630