Автор: admin
29.09.2011 17:28 -

Как вы используете «волшебные» слова?

С детства родители учат нас «волшебным» словам. Это «спасибо» и «пожалуйста», употребление этих слов свидетельствует о хорошем воспитании. Словом «спасибо» мы выражаем свою благодарность, слово «пожалуйста» мы используем вместе с просьбой о чем-либо. Редко кто использует эти слова по другому назначению, а ведь их употребление действительно можно сравнить с волшебством.

Слово «спасибо» воспринимается человеком позитивно, оно несет в себе положительный заряд. Если мне говорят «спасибо», значит, меня благодарят, значит, я хороший, и это меняет мое отношение к человеку, от которого я это слышу.

Так как же еще можно использовать эти «магические» сочетания букв? Например, на совещании начальник за незначительную недоработку «пропесочил» вас перед коллегами. Наша реакция, как правило, – это молчание или слабые попытки как-то себя защитить, в результате чего остается злоба и испорченное настроение. А если сказать такую фразу, глядя начальнику прямо в глаза: «Спасибо вам большое за объективную критику, я обязательно учту замечания, устраню все недоработки, спасибо»? Какова будет реакция у всех присутствующих? Попробуйте, вы увидите волшебный эффект.

В семье, к примеру, теща зятю говорит: «Ты, сынок, лентяй, гвоздя забить не можешь», а вы в ответ: «Спасибо, мама, вы абсолютно правы, но именно сейчас я с работы пришел уставший, и забивать гвозди нет ни сил, ни желания».

Так же можно отвечать и на колкости в свой адрес. «Вам эта стрижка не к лицу!» – «Спасибо, что заметили мою новую стрижку, хотя ваше мнение и не совпадает с мнением других». «Вы с этим заданием не справитесь, оно сложное» – «Спасибо, что так за меня беспокоитесь, я приложу все силы для его выполнения».

Если вы не умеете говорить «Нет», скажите вместо него «Спасибо». Пример: вы на диете и шоколад нельзя употреблять, а кто-то настойчиво вам его предлагает, ответ прост: «Спасибо, я возьму, если захочу», – а когда вы захотите, никто не знает. Если вас просят сделать что-то, что не входит в ваши планы, скажите: «Спасибо за доверие, у меня не получится, я буду занят».

Почему же эти слова так на нас воздействуют? Все дело в нашем восприятии и стереотипном мышлении. С детства мы привыкли, что эти слова подчеркивают хорошее отношение, выражают благодарность. Это своеобразная оплата за доброе дело. Изначально поведение ребенка направляется в русло «будь о'кей, выполняй просьбы родителей, здоровайся, помогай старшим, и ты получишь за это спасибо». То есть, подтверждение того, что ты «хороший», ты «о'кей».

В нашем мозге идет ассоциативная цепочка: хороший поступок – спасибо – я хороший – комфорт. Неполнота цепочки или замена звеньев ведет к психологическому дискомфорту. Сделали что-то хорошее, а нас не поблагодарили – неприятно. Сделали что-то плохое, а нас поблагодарили – тоже неприятно. Вот в чем секрет! Незаслуженная оплата (благодарность) тоже вызывает психологический дискомфорт, ведь в цепочке звено «я хороший» не соответствует действительности.

Благодарность за не очень хорошие поступки указывает человеку на его ошибку, и при этом сам остаешься воспитанным, культурным человеком. На «спасибо» редко кто сможет ответить грубостью и хамством, а если и ответят, то получат в ответ опять же: «Спасибо, вы так любезны». И каждый останется при своем, грубиян со своим ответом, а вы со своим.

Если мы чаще будем говорить друг другу «спасибо», мир станет чуточку добрее и лучше. Спасибо тебе, читатель, за то, что уделил мне минутку внимания. Спасибо!

Автор - **Марина Курочкина**
Источник