

لغة الجسد والأصدقاء

يمكنك السيطرة على الطريقة التي تقدم بها نفسك إلى أصدقاء محتملين. بالطبع إنك تريد أن تعطي الناس انطباعا جيدا عموما من خلال جعل التواصل معهم ومعرفة المزيد عنهم، ولكن قبل أن تتمكن حتى أن تصل لهذا المرحلة، يجب عليك أن تبين لهم أنك مهتم. لغة الجسد جيدة (التواصل بالنظرات والابتسامات) وتعطي الانطباع بأنك ترغب في التعرف على شخص ما حتى قبل أن يقول لك أي كلمة. ولكن، كن حذرا لتجنب وقوع أخطاء في لغة جسدك عندما يتعلق الأمر بتكوين صداقات جديدة.

انتبه من التواصل بالنظرات - القليل أو الكثير منها قد تخيف الناس:

التواصل بالنظرات يمكن أن يظهر لشخص أنك ترغب في التعرف عليه، ولكنه توازن دقيق بين الفضولية والخوف. اطرح سؤال ومن ثم اسمح لصديقك أن يتكلم. في حين يتحدث، انظر إليه لمدة خمس أو عشر ثوان، وهز برأسك قليلا وهو يتكلم، وبعد ذلك انظر بعيدا لبضع ثوان.

انتبه لوضعية جسمك:

أمك كانت تقول لك أن تجلس بشكل مستقيم، وهذه نصيحة جيدة عندما تجتمع بأصدقاء جدد. التراخي يعطي الانطباع أنك لست مهتماً ولا يهتمك أن تكلف نفسك عناء الالتفات إلى أصدقاؤك الجدد. هذا أيضا يقول للناس أنك لن تضع الكثير من الجهد في الصداقة الجديدة.

التراخي أيضا يعبر عن قلة احترام الذات. إنه يعني أنك غير متأكد من نفسك، لذلك فإن الناس الذين تنوي جذبهم ربما لن يقدموا لك شيئا أكثر من مجرد صداقة غير متوازنة.

أعط الكمية المناسبة من المساحة الشخصية:

عندما تتعرف أكثر على الناس، سوف تقترب منهم أكثر بطبيعة الحال. هذا الأمر يبدو معقولا تماما، خصوصا عندما سيكون لديك محادثة وجهًا إلى وجه مع شخص ما في حفلة أو في العمل. الخير السار هو أن المساحة الشخصية هي بشكل طبيعي تنبت من قلبنا.

لكن الشخص يمكن أن ينتهك هذه الحدود الطبيعية عندما يقترب جدا بشكل جسدي من الناس. وعندما يحدث ذلك، إن الشخص الآخر سوف يشعر

بالعدوانية، فالأصدقاء المحتملين سوف يتراجعون لاستعادة مستوى راحتهم الشخصية.