

## نصائح لترك انطباع جيد عنك



«الانطباع الأول هو البصمة الثابتة التي تظل في ذاكرة الآخرين عند لقاءك بهم للمرة الأولى، لذا من الرائع ترك بصمة مميزة عنك يتذكرونك بها إذا حضر اسمك، ولكي تتمكني من خلق انطباع مميز عند الآخرين في حياتك الاجتماعية والعملية، إليك أم القواعد التي عليك الاهتمام بها...

- الحضور المميز: اتركي انطباعاً لا يُنسى من خلال حضورك المميز، وتفهمك للغة الجسد التي تعد إحدى النقاط المهمة التي تترك انطباعاً عنك لدى الآخرين، وركّزي على ابتسامتك الهادئة وصوتك الهادئ بنبرات واثقة، وابرزي ثقتك في نفسك/ من خلال وقفتك المستقيمة وتعاملك المهذب.

- المظهر المناسب: اختاري دائماً طريقة المظهر التي تناسب شخصيتك دون المبالغة بها، فلها عامل قوي في رسم صورتك لدى الآخرين منذ اللحظة الأولى.

- خلق الألفة: كوني شخصية لطيفة مرحة، وتقرّبي من الجميع بهدوء لخلق أجواء من الألفة بينك وبين الآخرين، وابتعدي عن المظهر والسلوك الذي قد يشعر غيرك بالتكبر.

- اللباقة الحوارية: تحدثي مع الجميع، واستمعي أكثر، وتحدثي أقل، وأظهري اهتمامك بجميع من حولك، وامنحيهم مظهر الاهتمام عند حديثهم، وتجاوبي معهم في الحوار دون انتقاد أو مقاطعة لهم.
- المشاركة: احرصي على إظهار الاهتمامات المشتركة بينك وبين غيرك، والتحدث بها، ومشاركتهم في اهتماماتهم. ▶