



**02: Πακέτο κατάρτισης για υπαλλήλους που εκπαιδεύονται για να γίνουν μέντορες**

Προγραμματιστής: Ινστιτούτο Ανάπτυξης, Κύπρος

Μάθημα 2 - **Πλαίσιο ικανοτήτων για τη μεταφορά δεξιοτήτων**

Έντυπο 3 : 6 απλοί τρόποι για να κάνετε καλή εντύπωση - Μέρος 1

**Δραστηριότητα 3 :** Έξι απλοί τρόποι για να κάνετε καλή εντύπωση

**6 απλοί τρόποι για να κάνετε καλή εντύπωση**" βασισμένο στο βιβλίο του Dale Carnaghie «Πώς να κερδίζετε φίλους και να επηρεάζετε τους ανθρώπους»

1. Ενδιαφερθείτε **πραγματικά** για τους άλλους ανθρώπους. «Μπορείς να κάνεις περισσότερους φίλους σε δύο μήνες με το να ενδιαφέρεσαι γι' αυτούς, παρά σε δύο χρόνια με το να τους κάνεις να ενδιαφέρονται για σένα». Ο μόνος τρόπος για να κάνετε ποιοτικές, μόνιμες φιλίες είναι να μάθετε να ενδιαφέρεστε πραγματικά για τους ανθρώπους.
2. **Χαμογελάστε.** Η ευτυχία δεν εξαρτάται από τις εξωτερικές συνθήκες, αλλά μάλλον από την εσωτερική στάση. Επιπλέον, όταν χαμογελάτε, δείχνετε πιο φιλόξενοι, φιλικοί και ανοιχτοί.
3. **Επαναλάβετε το όνομα του άλλου ατόμου τουλάχιστον 2-3 φορές για να εξοικειωθείτε με αυτό.** Να θυμάστε ότι το όνομα ενός ατόμου είναι, για το άτομο αυτό, ο πιο γλυκός και σημαντικότερος ήχος σε κάθε γλώσσα. Μπορούμε να κάνουμε τους ανθρώπους να αισθάνονται εξαιρετικά πολύτιμοι και σημαντικοί με το να θυμόμαστε το όνομά τους.
4. **Να είστε καλός ακροατής.** Ενθαρρύνετε τους άλλους να μιλήσουν για τον εαυτό τους. Ο ευκολότερος τρόπος για να γίνετε καλός συνομιλητής είναι να γίνετε καλός ακροατής. Πολλές φορές, οι άνθρωποι δεν θέλουν να ακούσουν μια συμβουλή ή μια γνώμη- θέλουν απλώς κάποιον που θα τους ακούσει.
5. **Μιλήστε με όρους ενδιαφέροντος του άλλου.** Αν μιλάμε στους ανθρώπους για αυτό που τους ενδιαφέρει, θα νιώσουν ότι τους εκτιμούμε και θα μας εκτιμήσουν σε αντάλλαγμα.
6. **Κάντε τον άλλον να νιώσει σημαντικός** - και κάντε το με ειλικρίνεια. Ο χρυσός κανόνας είναι να συμπεριφερόμαστε στους άλλους ανθρώπους όπως θα θέλαμε να μας συμπεριφέρονται. Μας αρέσει να νιώθουμε σημαντικοί και το ίδιο κάνει και ο καθένας άλλος.