

Как начинается дружба

Поиск друзей — одна из серьезных и важных задач для каждого человека. Подходить к таким задачам лучше всего поэтапно, деля их на небольшие части или шаги.

1. Важно знать, где искать

Чтобы найти друзей, первым делом нужно понять, где вообще есть шанс их встретить. Посмотри вокруг! Возможно, будущие друзья учатся с тобой в одном классе; живут на той же улице; посещают тот же школьный кружок или гуляют в твоём любимом парке. Подумай о знакомых своих родителей: если у них есть дети твоего возраста, можно попросить папу или маму пригласить эту семью в гости, чтобы встретиться и пообщаться. Заметь, во всех этих ситуациях ты получаешь шанс найти людей со схожими интересами. Первые занятия в кружке или спортивной секции — отличные возможности встретить новых людей, ведь не все еще друг друга знают, а потому открыты для общения и с готовностью знакомятся.

Обрати внимание на ровесников, которые особенно хорошо умеют находить друзей. У некоторых людей явно есть талант к дружбе, они всегда и везде активно общаются. У кого-то отменное чувство юмора, другие очень разговорчивы, третьи невероятно обаятельны. Понаблюдав за поведением таких людей, ты можешь подглядеть полезные приемы, которые помогут стать общительнее. Вот на что стоит обратить внимание:

- как они здороваются
- о чем говорят
- как выходят из сложных ситуаций
- как реагируют на слова других
- как часто сами начинают разговор
- как часто улыбаются

Когда будешь наблюдать, подумай, что можно у них позаимствовать. Напрямую копировать других не стоит, но наверняка можно использовать какие-то элементы поведения.

2. Общие интересы

Следующий шаг — найти ровесников, с которыми у тебя есть что-то общее. В конце концов, если вы совсем разные, вам и поговорить будет не о чем.

А значит, скорее всего, вы не станете друзьями, по крайней мере близкими. Место, где ты знакомишься с новым человеком, может дать подсказку, какие интересы у тебя и твоих новых приятелей могут оказаться общими. Например, если вы встретитесь в шахматном клубе, то, скорее всего, всем вам нравится играть в шахматы. Выбери момент и начни обсуждать игру с другими посетителями клуба — в перерывах между матчами или даже во время них (только негромко — чтобы не мешать игрокам). Можно «болеть» за одного из игроков и выражать поддержку — так ты покажешь свою открытость для общения.

Общие интересы могут быть, например, такими: вам нравится похожая музыка или одни и те же видеоигры, сериалы, сайты, книги, вы увлекаетесь одним и тем же видом спорта или играете на одном и том же музыкальном инструменте. Старайся запоминать то, о чем говорят другие, и спрашивай, чем они занимаются и чем увлекаются, — все это отличные способы узнать о человеке побольше.

Бывает, что дружеские отношения складываются как бы сами собой, когда вы просто оказываетесь в одной компании, — и уже потом вы узнаете, что еще у вас общего.

Если ты, например, хочешь присоединиться к компании, которая участвует в какой-то спортивной игре, дожись перерыва, наберись смелости и спроси, можно ли тебе тоже поиграть.

3. Приветствие

К человеку, с которым хочешь познакомиться немного ближе, прежде всего нужно как-то обратиться. Часто это оказывается самым сложным делом, особенно для тех, кому свойственно стеснение. Неплохо заранее продумать, как начать разговор, можно даже попрактиковаться. Ничего особенного выдумывать не нужно — начни с простого «привет». Не прячь взгляд и улыбайся (эти детали очень важны) — так ты продемонстрируешь свои добрые намерения и, возможно, поднимешь собеседнику настроение.

4. Как начать разговор

После приветствия начинается разговор, постарайся его поддержать и тоже что-нибудь сказать. Присоединившись к беседе, которая уже началась, можно легко завязать знакомства. Если хочешь проявить инициативу и завести разговор, выбери подходящее время и место. В коридоре, за минуту до звонка на урок,

особенно не поговоришь — времени не хватит, а вот за обедом или на большой перемене, до начала уроков или после школы завязать беседу может быть проще.

5. Спрашивай у собеседника о нем самом

Если разговор начался удачно, можно попытаться узнать друг о друге побольше. Для этого нужно задавать собеседнику вопросы. Так, ты в каком-то смысле становишься журналистом, который берет интервью. Важно показать, что человек тебе интересен, но при этом не менее важно убедиться, что ему, в свою очередь, комфортно с тобой говорить.

Вот какие вопросы можно задать тому, с кем ты знакомишься:

- «Чем ты любишь заниматься?»
- «Какие твои любимые сериалы и видеоблоги?»
- «Какие компьютерные игры тебе нравятся?»
- «Ты занимаешься каким-нибудь видом спорта?»
- «А где ты живешь?»
- «Какое у тебя любимое блюдо?»
- «Ты в группе состоишь? Какую музыку вы играете?»
- «Тебе нравится ходить в школу? Какой предмет любишь больше всего?»

Если выяснится, что у вас с новым знакомым есть что-то общее, продолжать разговор станет гораздо легче. Достаточно ответить: «И я тоже!» — и дальше обсуждать тему, которая интересна вам обоим. Если сразу не удастся найти общие интересы, продолжай расспрашивать, но не слишком назойливо, и обязательно реагируй на ответы.

Источник

6. Рассказывай о себе

Если тебе комфортно задавать вопросы и комментировать ответы, значит, ты можешь поделиться какой-то информацией о себе. При этом старайся не отступать от темы. Например, если за обедом одноклассники обсуждают, не поиграть ли на перемене в «Вышибал», а ты вдруг заговоришь о любимой видеоигре, они будут в замешательстве. Лучше поддержи разговор про игру в «Вышибал» или дождись паузы, чтобы начать обсуждать новую тему.

Прислушавшись к тому, о чем говорят другие, ты быстрее поймешь, какие у вас общие интересы. Первым делом попробуй завести разговор о том, что близко и тебе, и собеседникам, — так между вами возникнет эмоциональная связь. Потом можно переходить к темам, которые интересны лично тебе: ты сразу увидишь, поддержат ли разговор твои знакомые. Если заранее сложно понять, будет ли какая-то тема интересна, спроси напрямую: «Хочешь, расскажу, какие я делаю гимнастические упражнения?» У твоего собеседника будет возможность согласиться или отказаться. Не обижайся, если он не проявил интереса, — просто спроси что-нибудь еще. Не страшно, если выяснится, что вам нравятся разные вещи.

Одно из главных преимуществ дружбы в том и состоит, что друзья помогают друг другу узнавать что-то новое, о чем в иной ситуации они бы не узнали.

Рассказывая о себе, ты позволишь другим узнать тебя поближе и найти в тебе что-то интересное. Только старайся не говорить слишком много и не перетягивать все внимание на себя. Поделившись кое-какой информацией о себе, снова задавай вопросы собеседнику.

7. Обращай внимание на реакцию

Во время любого разговора очень важно, чтобы он был интересен для собеседника. Вот по каким признакам можно понять, что человеку интересно:

- смотрит тебе в глаза
- улыбается
- задает вопросы о том, что ты рассказываешь
- выглядит увлеченным, проявляет энтузиазм в общении
- поддерживает разговор и рассказывает о чем-то похожем

Если в ходе разговора ты замечаешь какие-то из этих признаков, то можешь считать, что общение сложилось и вам обоим не скучно. Это отлично, продолжай в том же духе!

8. Поддерживай разговор

Начав разговор, важно следить, чтобы он сразу же не угас, для этого тоже требуется практика. Не забывай, что нужно соблюдать баланс, рассказывая о себе и задавая вопросы собеседнику. Не говори о себе слишком много, но и не донимай нового приятеля потоком вопросов.

9. Присоединяйся к общей беседе

Общаться в группе бывает сложнее, чем один на один. Если вы, например, сидите за большим столом во время обеда и кто-то начинает разговор о видеоигре или новом фильме, то все начинают отвечать разом, и сложно понять, когда стоит вступить в разговор и что-нибудь сказать, а когда лучше просто послушать. Если ждать слишком долго, может получиться, что кто-то другой уже тебя опередил, а если начать говорить одновременно с кем-то еще, получится грубо.

Вступать в разговор лучше всего во время короткой паузы — конечно, если тебе есть что сказать на тему, которая обсуждается. Если голос у тебя тихий, постарайся говорить громче, чтобы всем было слышно.

10. Прощайся

Рано или поздно разговор придется заканчивать. Возможно, вы к этому моменту уже столько всего обсудили, что общие темы иссякли, или кому-то из вас просто пора идти. Это нормально, потому что разговор не может продолжаться вечно, однако в любом случае важно не забыть попрощаться. Просто молча уйти невежливо. Уходя, дай понять, что разговор тебе понравился, или пожелай чего-то собеседнику. Чтобы попрощаться, дожись паузы в разговоре, не обрывай собеседника на полуслове. И обязательно улыбайся!

По мотивам книги Джеймс Джей Крист «ДАВАЙ ДРУЖИТЬ!»

Источник: [Электронный ресурс], <https://deti.mann-ivanov-ferber.ru/2021/07/27/kak-podrostku-poznakomitsya-i-najti-novyx-druzej-10-shagov/>, Доступ 09.10.2023