5 خطوات للتحلي بالجاذبية

1- اختاري شخصيّة لافتة مثالاً لك: راقبي كيف تتصرّف خلال تواجدها ضمن مجموعات من الناس، وانتبهي إلى الحركات التي تقوم بها والتي قد تستفيدين منها. 2- إعرفي السبب الذي يدفعك إلى تنمية سمة الكاريزما: يمتلك الأشخاص الناجحون دوماً طموحاً أو هدفاً ما. فهل تريدين توسيع دائرتك الاجتماعية أو التعرّف إلى صديقات جديدات أو الحصول على ترقية في مكان عملك؟ 3- فكّري بطريقة جذّابة: تعدّ الأفكار حجر الأساس لأيّ تصوّر. لذا عليك التفكير بوضوح وإيجابية وإصرار لتثبتي تحلّيك بجاذبية خاصّة. دوّني بعض الجمل التي تعكس ثقتك بنفسك وتخيّلي نفسك مرتاحة وسط مجموعة كبيرة من الناس. 4- حافظي على شخصيّتك الحقيقة. لا تتقمّصي شخصيّة أخرى لأنّ الآخرين سيلاحظون هذا التظاهر الكاذب، بل أظهري شخصيّتك الفعلية عندما تتكلّمين مع الآخرين واصغي باهتمام إلى حديثهم. 5- تمرّني! إبدأي بتجربة مهارة الإصغاء على صديقاتك وأفراد عائلتك. وبعد أن تكتسبي ثقة أكبر بنفسك، يمكنك أن تجرّبي هذا التمرين في مختلف المناسبات الاجتماعية.