

Hogyan bánj a nehéz természetű emberekkel ~ Gary Douglas

A nehéz valójában azt jelenti, hogy nehéz a kedvére tenni. Ha ilyen nehéz természetű személlyel akad dolgod, ők általában fix nézőpontból működnek, és megvannak a helyes válaszaik.

Ha valaki ilyennel foglalkozol, nem akarsz harcba keveredni vele, mert a saját nézőpontjukat fogják védelmezni és még erősebben küzdenek. Azt szeretnéd tenni, hogy megkerülöd a helyzetet, és olyan dolgokat mondasz, pl.: "Értem, amiről beszélsz, és mit szólnál ahhoz, hogy..?"

A kérdések új lehetőségeknek nyitnak ajtót. Amikor nem kérdezel, akkor az emberek rá vannak kényszerítve, hogy a nézőpontjaikat védelmezzék.



by Mark Lynch
"Van még más színben is?"

Mekkora változás lehetséges, ha valaki a nézőpontját védi? Na igen, semennyi. Ha kérdezel, akkor megengeded a másoknak, hogy valami olyat mondjon el neked, amit te esetleg nem látsz. Ez nem azt jelenti, hogy nekik van igazuk, és te tévedsz, vagy hogy neked van igazuk és ők tévednek, csak az van, ami.

Három helyzet, amikor a bajos emberek még nehezebbé szeretnék tenni a helyzetet, és amit te tehetsz ezzel kapcsolatban:

1. A nehéz természetű emberek gyakran használnak haragot arra, hogy harcot és védekezést teremtsenek.

Amikor valaki dühös rád, azt akarja, hogy visszavágj vagy megvédd a nézőpontodat. Amikor visszatámadsz, az ennek az energiának a folytatásához tesz hozzá, és még többet teremt belőle. Tényleg ez az, ahol élni és ahonnan alkotni szeretnél, vagy valami másra vágysz? Mire vágysz, amit tenni szeretnél, és amiként létezni szeretnél? Tisztában kell lenned azzal, hogy mi az, amit teremteni szeretnél magadnak, ami működik neked.

2. A nehéz természetű emberek ítéletet használnak a kontrollteremtésre, és arra, hogy meghatározzák a választásodat

Ha valaki ítéletet használ arra, hogy kontrolláljon téged, azt kell mondanod, hogy "Wow, nagyon köszönöm a törődést!". Ez kérdésbe helyezi őket azzal kapcsolatban, hogy vajon valóban gondoskodóak vagy sem és meghátrálnak. Ha az kell nekik, hogy igazuk legyen, akkor soha nem lesznek képesek elismerni, hogy tévednek. Akik ítéletet használnak, azt akarják hinni, hogy bízni fogsz bennük, szeretni fogod őket és igazat adsz nekik. Ezt úgy tudod kezelni, hogy soha nem kell, hogy igazad legyen. Engedd, hogy minden csak egy érdekes nézőpont legyen.

3. A nehéz természetű emberek hazudnak neked

A hazugokkal könnyű bánni, mert igazából megadják neked azt az információt, amivel kezelni tudod őket. Ismerd el a hazugságot, és többé soha nem kell elfogadnod, amit mondanak, mert történjen bármi, hazudni fognak.



Csak köszönd meg, harc vagy szembesítés nélkül és majd változtatnak, ha azt választják. A konfrontáció sosem működik, hanem azt teszi, hogy megköveteli a másiktól, hogy felvegye a kesztyűt és harcoljon.

Mi lenne, ha soha többé nem kellene harcolnod? Mi lenne, ha minden csak egy választás lenne?

Ha valaki olyannal kell foglalkoznod, akinek nehéz természete van, akkor mindig a kérdések terébe akarod helyezni őt, amit te már látsz, de ő még nem. Adj nekik valami olyat, ami miatt azt fogják megkérdezni tőled, hogy "Ez alatt mit értesz?" Egy remek módja ennek az, ha elismered, hogy épp milyenek.



Például, ha valaki bajos természetű, akkor nem akarod neki azt mondani, hogy egy pokoli kis rohadék (Evil Little Fuck) vagy, mert az háborút indít. De ELF-ként elismerheted őket, "Tyűha, micsoda egy ELF vagy!", ami kérdésbe fogja tenni. Meg fogják kérdezni:

"Mi az az ELF? Mit jelent ez?" Ne áruld el neki, hogy mit értettél alatta. Hagyd kérdésben.

A legfőbb dolog, amikor nehéz természetű emberrel van dolgod, az az, hogy megértsd, nem arról van szó, hogy neked igazad van, ő pedig téved. És arról sem, hogy neki van igaza és te tévedsz. Arról van szó, hogy egy másfajta lehetőség bukkan fel. Amikor hajlandó vagy azokat a kérdéseket feltenni, amik őket is kérdezésre sarkalják, akkor számodra a dolog meg fog változni.

Forrás: <http://garymdouglas.com/dealing-with-difficult-people>

Fordította: Szecskó Emese