

增進情誼訣

伊 晴

我們都曾有過一個愉快的經驗，當與某人在一起時，覺得格外自在，即使只是初見面，卻一見如故，像是交往了半輩子的老朋友那般地令人舒坦。

這種能製造愉快情緒的人，自有他吸引人之處，我們可以取人之長作為參考。以下提供八個增進情誼的步驟，如果你有心採取行動，不久你也會成為眾人之中的可人兒，人人樂於與你接近，和你相處，漸漸地能侃侃而談，而成為莫逆之交也不一定。

第一、輕鬆寒暄幾句

首先要讓人解決拘泥感，以幾句很平常的話題來引起談話的情緒。不管是多害羞的人，也不致於連一句「謝謝你」都啟不了口吧！事實上，多數容易畏縮的人，是因為多慮，擔心別人誤以為大方是魯莽。

多談談一些無傷大雅的個人問題，以此為開頭更能引起對方的反應。例如問：「你早上做了些什麼事呀？」這種事固然是老生常談，卻有助於談話的進展。還可試著把話題移轉到較屬私人的問題上，這同時可由對方回答問題的態度上，揣測出你們是否有緣交上朋友。

此外，幾個平凡卻有吸引力量的字眼不妨多用。例如「真的？」

「啊！真是令人難以相信呢！」「後來怎樣了？」等等能增加聊天的情緒。

第二、用心聽對方回答

這件事看來容易，做到的人並不多，原因是我們常漫不經心地「嗯，哈」應付過去了。要讓人覺得樂於接近你，不僅你已成功的第一步，你的反應態度更要得體，這樣可避免對方誤認為你只是在「應付」，反而因你用心聽的態度令人感動。

真誠的聆聽，表示你有心去瞭解別人。「聆聽」不只是聽對方回答的內容，還需要聽懂對方回答的音調。

有一次我在興高采烈地描述少棒大賽那支「再見全壘打」的精彩一幕，說完後，才發現對方只冷冷應付兩句，顯然不像我一般「進入情況」，窘得我趕緊收口改換話題。真心的聽要眼、耳並用，假如妳說話時，眼神游移不定，不用明說，就知道你已表示不耐煩。

第三、適時地笑一笑

在談天之中，如果真有令你發笑的事，你就笑一笑。

皓齒綻露，銀鈴悅耳，馬上氣氛就變得熱絡，笑聲可以安慰不安的情緒，增進人際關係。在適當時機裡幽自己一默，反而增加你談吐的魅力。

有一回我參加一次外國友人的雞尾酒會，我的一位作家朋友也在

場，他剛出版了一本新書，會中有位女士因為不認得這位作家，當他和這位作家聊天時，正好談到那本新書，她坦白地說：「那本書寫得並不好，內容不知所云嘛！」

這位作家先生當時楞了一下，立即還口說：「喔！那本書的確不怎麼樣，只因為我寫好了，他們就印出來了！」這位機智的女士恍然大悟地也幽了自己一默：「這種傻事我也做過，當年我也投了尼克森的票，所以他當選總統啦！」

第四、偶爾招待朋友

但不可過多，否則會令人厭煩又不便推託。例如正巧有人在中午時間來公司和你談事情，你就請他便飯，不需要太多的解說，很自然會使人覺得自在。至於「偶爾」的程度如何，全憑你的慧眼來觀察。

第五、幫點小忙

幫助別人記住一些地址或電話號碼。如果你知道某家不錯的旅館或美容院的電話，你抄個紙條給你那位想去的朋友，這樣當別人一看紙條就會想到你，短時間內絕不會忘記你，你的週到和好意更令人感激。這種小忙你幫起來不費事，對你的為人助益很大。

第六、不必怕說：「我喜歡你」

不論是對一個男孩或女孩，如果你真的很喜歡他(她)，即使是第一次認識，也不妨坦率地說：「我喜歡你(妳)！」一般人不太敢如此露

骨地表示他們對某人的印象，你大可不必拘泥這些。你可試著讓對方明白你的意思，不一定說「我喜歡你(妳)」這四個字，也可用真摯的態度來表示。這絕不會是無價的。

第七、與人建立「歸屬感」

這點較不容易做得好。與人交往的第一步要表示你專注的態度，對別人的生活觀產生認同感。有些人際關係成功的人，的確會讓你覺得近乎知音般的瞭解你，那是因為他們懂得如何去建立「歸屬感」，就是說如何讓人覺得他和你站在同一條船上。這種歸屬感一旦建立起來，你幾乎就成為別人的莫逆之交了。

第八、珍重再見

這是關鍵性的一步。最後一步和第一步同樣是關鍵，關係著你和別人的未來關係。最後要離別的一刻，別忘了面帶笑容與人說聲「再見」，並誠摯地握個手，表示你認識他是很大的榮幸。除了行動表示之外，如果你真有意思再深一層認識某個人，可以大方地向他(她)要個地址或電話，別讓你的「遲疑」，使得友誼隨著離別而消逝。有幸交個知心朋友，真教你一生快樂呢！