

Игорь Незовибатько

Игорь Незовибатько

ОБЩЕНИЕ КАК ИСКУССТВО ОЧАРОВАНИЯ

ПРАКТИКИ, ПРИЁМЫ, МЕТОДИКИ



Издательство АСТ
Москва

Первая встреча

О себе

Познакомимся? — Ведь я уже общаюсь с вами — или в книжном магазине, или с экрана компьютера, или мой голос звучит в наушниках или смартфоне, а может, мы на каком-то тренинге, у ваших друзей или, возможно, я почему-то оказался у вас дома... Чтобы наше общение продолжилось, оно должно быть интересно нам обоим, не так ли? И вам и мне. И, естественно, вам хочется узнать:

Кто я и чего можно ждать от нашего знакомства? Стоит ли его продолжать дальше? — Я не буду скромничать — молчать и смущённо опускать глаза (интересно, как это можно сделать в книге?), задавать банальные вопросы или говорить о чём-то непонятном. Или же твердить: «*Закройте эту книгу, закройте. Не слушайте. Она не для вас*». Я откроюсь вам. Откроюсь настолько, чтобы вам было хорошо со мной, не скучно и даже полезно вместе провести время — сколько вы сможете себе позволить. И я начну это делать уже сейчас...

Как меня зовут? — Игорь. Фамилия — Незовибатько. Да-да, это фамилия, не псевдоним...

Запоминающаяся и весьма редкая? — Это одна из моих изюминок — то, на что обращают внимание в первый момент, когда её слышат.

Что означает моя фамилия? — Потом-потом... И совсем не то, что первым приходит в голову. Её значение и то, как она звучит по-настоящему, расскажу позже — при наших следующих

встречах, на страницах этой книги или на тренинге. Если, конечно, вам будет интересно и вы дочитаете до этого момента или успеете задать мне тот вопрос лично.

Интригуго? — Да. Это может быть полезным для вас, для моей книги и для нашего будущего общения. Интерес — мощное чувство, и нам пригодится.

Чем я занимаюсь? — Ответ мой прост: **Я создаю мир, в котором хочу жить.**

Понимаю, что звучит это, может быть, пафосно и не слишком понятно. Но, по сути, и сейчас вместе с вами я делаю это. Ведь мир, в котором я живу и хочу жить, — это не только место и дом, страна и город, а прежде всего те люди, с которыми я общаюсь, и то дело, которое я с ними вместе делаю. Получается, если я сам определяю, с кем мне общаться, а с кем — нет, как общаться и что при этом делать, то я и создаю мир, в котором живу. Более того, эта книга и написана для того, чтобы вы так же создавали такой мир для себя. И есть вероятность, что наши миры будут схожи и дружелюбны, а значит, это будет наш общий мир. И мы с вами вместе, читая эту книгу или встречаясь на курсах, будем создавать **мир, в котором каждый из нас хотел бы жить.**

И для этого я помогаю людям и самому себе (разве можно помогать развиваться другим, не развиваясь самому?) быть очаровательными и эффективными, находить общее с теми людьми, с которыми интересно вместе жить и строить партнёрские отношения.

Я знаю несколько путей в этом направлении:

жить и общаться так, как я считаю полезным и приносящим удовольствие мне и тем, кто рядом, вести курсы, где люди могли бы учиться этому, писать книги, которые могут подсказать, как это лучше делать.

Я не переделываю *целый мир* — я создаю с вами вместе *свой мир*, и в нём живу. Книга — это часть того мира, в который я вас приглашаю.

Почему я взялся за это? — Этот вопрос мне задают часто: ведь раньше я занимался делом понятным — театром, и вдруг, будучи уже известным в этой области человеком, имевшим свой театр в Москве и кое-чего достигшим в этом искусстве, посвятив ему 18 лет своей жизни, ушёл в совершенно иную область — вести тренинги и писать книги, которые их дополняют. И делаю это уже почти 25 лет...

Не жалею ли о том, что ушёл из театра? Не хочу ли вернуться? — Я рассматриваю то, что со мной происходит, как новый этап своего развития и возможность более полно реализовать в жизни свои возможности. В профессии ведущего и тренера я могу использовать многое из предыдущего моего театрального опыта (кто был на тренингах, это видит) и при этом освободиться от многого, что не удовлетворяло и не нравилось мне в театре — оторванность от реальной жизни. Ведение тренингов для меня — новый и более высокий уровень развития. Это возможность непосредственно влиять на окружающую жизнь и помогать в этом своим ученикам.

Что такого особенного в этих тренингах? — В хорошем тренинге нет разделения на наблюдателей и тех, кто им что-то представляет или показывает. Участие в тренинге — это интересный и полезный, эмоциональный и яркий опыт проживания своей жизни и выстраивание новой. **Тренинг — это жизнь в концентрированном виде.**

Это порой возможность в течение нескольких часов или минут пережить и понять больше, чем в течение нескольких месяцев или лет обычной жизни, а также после просмотра десятков спектаклей или фильмов. И важно: участник прожи-

вает свою нынешнюю и возможную иную жизнь уже сейчас, а не смотрит, как делают это другие — тренинг непосредственно связан с жизнью, перетекает и влияет на неё. Мне кажется это существенным отличием от любого вида традиционного искусства, да и от обычных семинаров и лекций. Это интереснее.

А как же творчество? — На тренинге я и актёр, и режиссёр, и автор сценария, и мужчина, и личность, которая выражает не чужие (по роли или тексту пьесы), а именно *свои мысли* — и потому я имею возможность творить наиболее полно. И вы — те, кто читает мои книги и встречаетесь со мной на тренинге, — также творите рядом со мной сейчас свою жизнь. И каждый раз это неповторимо.

Почему я так много и увлечённо говорю о себе и своих тренингах? — Потому, что раз вы взяли и открыли эту книжку, то вам ваша судьба не безразлична. И у нас есть уже общие интересы.

О вас мне уже известно кое-что: вы читаете книги, вы интересуетесь не просто развлекательной литературой, но и той, что развивает и обогащает, вы готовы следовать не стереотипам поведения (тому «как принято»), а способны менять или улучшать что-то в своей жизни. И, как мне кажется, вам небезразличны люди, в том числе представители противоположного пола. Значит, ***эта книга — для вас и таких людей, как вы.*** Ибо то, что вы читаете сейчас, — не литература в чистом виде, а именно ***книга-тренинг***, который вы вместе со мной, читая и практикуясь, сможете пройти.

Вам интересно это? Если да, мы продолжим общение, встретившись вновь или тут же устроив нашу новую встречу.

Как и где это будет происходить? — Это зависит от вас. Вам нужно лишь перевернуть эту страницу...

Продолжение встречи. Искусство очарования

Можно ли учиться очарованию?

Предвижу сомнения:

Можно ли научиться быть очаровательной? Не даётся ли это от рождения? — Да, в слове «очарование» есть что-то мистическое, что-то «оттуда» (смотрю вверх). Вроде от меня это не зависит и даётся от «Кого-то». Или есть или нет, и ничего не поделаешь. Как будто ветром надуло: раз — и обаятельный! Ветра нет — ничего не поделаешь, хоть на пупе вертись.

Очарование ассоциируется с волшебством? — Но то, что мы называем «волшебством», для кого-то — умение или действие, мастерство или наука, и у них есть свои законы (которым можно научиться). Но они могут быть кому-то пока неизвестны, и для него это — как раз волшебство.

Если бы волшебству очаровательного общения учили в школе, то данный предмет воспринимался бы вполне реально, как математика или химия.

Если волшебник (колдун, шаман) берёт, скажем, веточку дерева, втыкает её в землю, плюёт на неё и говорит некий набор звуков, а в результате этого после месяцев засухи идёт дождь, то значит, что это работает и в этом искусстве есть свои закономерности вне зависимости от того, знаем ли мы их или нет. В этом колдовство мало отличается, например, от включения лампочки на кухне: мы нажимаем на какую-то кнопку в одном месте (в коридоре), а загорается свет в ином месте. Незнакомому с электричеством человеку это показалось бы колдовством.

И очарование — это включение той же лампочки, но кнопку вы нажимаете в себе, а загорается — в другом человеке.

Кто-то жмёт или не жмёт случайно. Он не знает, от чего зависят результаты его действий и что делать, чтобы «свет загорелся» — на какую кнопку и как нажать. Ну, не научился он этому! Кто-то зажигает нужный ему свет привычно легко, даже не понимая как (повезло ему — жизнь научила). А кто-то к тому же ещё и понимает, как, что и для чего он это делает. Вернее, когда лампочка привычно загорается, он не думает об этом действии привычно. А вот если нет... Тогда он и понимает, что с этим делать: лампочку менять или проводку, а может, и на другую кнопку нажать.

И потому, чтобы знать, что для этого делать и какой результат получать — чтобы достигать нужного «колдовского» результата, — необходимо изучить и опробовать вполне конкретный набор действий. Поэтому «очарование» можно рассматривать как науку, и в нём есть свои законы, познав которые вы можете импровизировать и творить. И тогда очарование из *ремесла* превращается в *искусство*.

С чем можно сравнить очарование? — Прежде всего, с музыкой. Создающий это искусство — одновременно и музыкант, и инструмент. Музыкант должен знать, какие мелодии, как и для кого он будет играть. А его инструмент: тело, голос, взгляд, движения, внешность, эмоциональные реакции, слова, руки, энергия, запах и так далее — позволяют ему эти мелодии успешно и с удовольствием играть. Если человек слаб в том или ином качестве — как музыкант или как инструмент — то происходит следующее: на прекрасном инструменте (скажем, скрипке Страдивари) играют какой-то примитив (пусть «Собачий вальс») и больше не знают, какие звуки можно ещё извлекать. Или же пытаются на детском пластмассовом пианино играть, скажем, Второй концерт Рахманинова — много сыграешь?

Если музыкант знает и умеет играть различные мелодии и его инструмент ему это позволяет, то он

сможет устанавливать контакт с различными людьми (если ему это надо): сыграть простейшие танцевальные мелодии для посетителей дискотеки (и заставить их танцевать) или же сложнейшие симфонические произведения для завсегдатаев консерватории (и заслужить их горячие аплодисменты).

Всем ли дано быть очаровательными? — Очарование может создавать, выстраивать и излучать по собственному желанию практически каждый психически здоровый человек — надо лишь не лениться и прилагать к этому усилия. В каждом из нас есть практически всё — мы можем быть в определённые моменты нашей жизни и привлекательными, и отталкивающими. И *очаровательным* — то есть притягательным, обольстительным, желанным, интересным — может быть любой из нас, если мы не поленимся найти в себе и развить то, что может быть желанным и притягательным для других людей.

Умение использовать эти свои способности в нужное время и в нужном месте, чтобы добиваться того, что нам нужно в общении, — это и есть *мастерство общения и искусство очарования*.

Почему люди хотят быть очаровательными?

Вот варианты наиболее частых ответов, которые дают мне участники моих курсов:

- Для того, чтобы не быть в одиночестве.
- Для того, чтобы общаться именно с теми, с кем я хочу общаться.
- Чтобы жить интересно среди интересных людей.
- Для того, чтобы добиваться в жизни необходимого, используя своё обаяние.
- Чтобы меня любили те, кто мне нравится.
- Получить хорошую работу и успешно продвигаться по службе.

- Достигать материального и личного успеха через общение с людьми.
- Чтобы не давать собой управлять или манипулировать.
- Чтобы жить мирно и гармонично с близкими и друзьями.
- Чтобы комфортно чувствовать себя среди малознакомых людей.
- Чтобы лучше чувствовать себя, зная о своей привлекательности.
- Чтобы чувствовать себя настоящей женщиной (ответ женщин).
- Чтобы чувствовать себя настоящим мужчиной (говорят мужчины).
- Для того, чтобы самому выбирать, с кем и как жить.
- Получать удовольствие от жизни и дарить его через общение.

Для чего я развиваю в себе способности быть очаровательным и помогаю в этом другим, я уже сообщил раньше.

А вам для чего это нужно?

...(время на ответ)

Не полнитесь ответить — понимание этого поддерживает интерес к тому, чем мы с вами занимаемся, а потому и результаты будут более явственными. Иначе как вы поймёте, в какую сторону и для чего вы движетесь?

«Для того, кто никуда не плывёт, не бывает попутного ветра».

Какой курс мы выбираем?

Определившись с целями (время на их корректировку ещё есть), я предлагаю определиться с курсом — направлением и этапами продвижения.

Искусство очарования, проявленное через общение, можно рассматривать как цепочку действий,

приводящих к нужному результату. Вот эта схема — цепочка или основные составляющие общения:

- настройка на общение,
- выбор объекта общения,
- привлечение внимания,
- создание первого впечатления (формирование оценки),
- эмоциональный фон и передача эмоционального настроения,
- пристройка — согласование,
- вовлечение в общение,
- узнавание и поиск интересов партнёра,
- заинтересовывание партнёра собой,
- нахождение взаимных интересов,
- предложение,
- прояснение и снятие возражений и сомнений (если они есть),
- достижение взаимовыгодных договорённостей,
- развитие или изменение отношений,
- поддержание партнёрских отношений,
- прекращение отношений (если нужно) или перевод их в иное русло.

Вот по этому плану мы и пойдём (или этим курсом и поплывём), чтобы случайное волшебство сделать запланированным мастерством. Притом эти этапы общения не обязательно идут друг за другом в этом порядке, а потому и рассматриваться нами будут в разное время. Они могут пересекаться, совпадать, иногда меняться местами, сжиматься или растягиваться — но, как правило, они в наличии, если общение успешно развивается. А потому мы их все и рассмотрим.

Предлагаю:

Вспомните варианты создания успешных отношений (кратковременных или длительных), которые были или есть у вас в жизни. Какие из вышеназван-

Общение как искусство очарования

ных этапов (как вы их понимаете) вы можете заметить при начале и развитии вашего общения?

А когда отношения не складывались (особенно в самом начале), что отсутствовало тогда?

Это для разминки. Предлагаю держать примеры из вашей жизни всё время перед собой, чтобы сопоставлять то, о чём я говорю и пишу, с вашей жизненной практикой.

Теперь о них подробнее — при нашей следующей встрече...

Встреча вторая.

Настройка на общение

Изначально я предлагаю вам отнестись к тому, что мы делаем, как к игре. Более того — и к тому, что мы называем «человеческим общением», лучше, приятнее и полезнее относиться, как к игре.

Общение как игра

Как общение превратить в игру?

Общение — это всего лишь игра? — Да, превратите занятия по искусству очарования в лёгкую и забавную игру. Не относитесь к её промежуточным результатам — удачам или сбоям — слишком серьёзно. И вы увидите, что поставленные цели: нахождение интересных спутников жизни или извлечение максимальной пользы от общения с людьми — достигаются так значительно быстрее.

Люди, общаясь, играют постоянно. Трудно найти те редкие мгновения, когда они перестают играть хотя бы на время. Сетовать на это так же бессмысленно, как сетовать на то, что у человека только два глаза или он не может долго жить под водой. Раз так, то примите это как данность и играйте на здоровье!

Многие люди относятся к этим играм очень серьёзно, до умопомрачения и страшно переживают по поводу того, что игра (ведь они не относятся к ней как к игре) в чём-то не задалась. Советую