

Voici un texte que je trouve très bien...

### L'AMITIE N'EST PAS GRATUITE, ELLE SE MERITE !

Pour améliorer vos relations

1. Encouragez les autres à parler d'eux-mêmes.
2. Parlez des sujets qui intéressent le plus vos interlocuteurs.
3. Parlez aux gens d'eux-mêmes et reconnaissez leur importance
4. Respectez le jugement des autres et évitez les conflits.
5. Ne dites jamais à quiconque qu'il a tort : nous avons tous tendance à rationaliser la croyance que nous avons indubitablement raison.
6. Faites votre propre critique avant que d'autres aient l'occasion de vous critiquer: si vous avez tort, admettez-le!
7. Avancez doucement, vous irez plus loin.
8. Nous devrions tous permettre à nos amis de sentir qu'ils nous ont surpassé à un moment ou à un autre.
9. Laissez parler les autres plus que vous.
10. Découvrez pourquoi les autres pensent de cette façon; considérez les choses de leur point de vue.
11. Témoignez de la compassion aux autres (on en a tous grand besoin )
12. Traitez les gens avec respect, dignité, honnêteté, et un intérêt sincère; en général, ils vous renverront les mêmes sentiments.
13. Mettez les autres au défi de mieux faire, ne les forcez jamais.
14. Attirez l'attention sur les erreurs des autres de manière indirecte (n'allez pas le crier sur les toits)
15. Faites en sorte que les difficultés semblent faciles à surmonter.
16. Complimentez les plus petits progrès et stimulez les trésors cachés dans les individus
17. Soyez amical.
18. Efforcez-vous à sourire ! (vous y arriverez)
19. Remarquez les qualités des autres
20. Faites en sorte que les autres souhaitent suivre vos suggestions.
21. Respectez toujours le temps des autres.
22. Témoignez de l'intérêt à chaque personne que vous rencontrez.
23. Rappelez-vous toujours que les bonnes manières sont faites de menus sacrifices
24. Souvenez-vous des noms : le nom d'une personne est ce qu'il y a de plus doux à ses oreilles. Utilisez les principes I.R.O. pour vous aider à retenir le nom d'une personne :

I. (Comment est-elle ? )      R. (Répétez 5 fois son nom)      O (Qu'est-ce qu'elle fait ?)

M	E	C
P	P	C
R	E	U
E	T	P
S	I	A
S	T	T
I	I	I
O	O	O
N	N	N

25. Répétez trois (3) fois ceci : "Agis avec enthousiasme et tu seras enthousiaste"- ça marche.
26. Travaillez sur votre propre amélioration d'abord, souciez-vous de celle des autres après.
27. Essayez d'offrir un peu de sympathie, de tolérance et de douceur, vous obtiendrez de bien meilleurs résultats qu'en étant impatient.
28. Apprenez à faire la différence entre l'appréciation et la flatterie : l'une vient du coeur, l'autre du bout des lèvres.
29. Acceptez le fait que chaque individu vous est supérieur d'une façon ou d'une autre, et tirez la leçon de ce principe.
30. Quand elle n'est pas engagée dans la recherche d'une solution à un problème particulier, la majorité des hommes pense, 95% du temps, à soi-même. Si l'on pouvait réduire ce temps à 50%, les résultats seraient impressionnants.
31. Pourquoi les gens s'intéresseraient-ils à vous et à moi, si nous ne nous intéressons pas d'abord à eux?
32. Nous sommes tous préoccupés par ce que nous désirons; soyez un peu différent : intéressez-vous aux besoins et aux désirs de l'autre : essayez de comprendre son point de vue et de voir les choses de sa perspective autant que de la votre. Occupez-vous des autres et non seulement de vous.
33. Essayez d'agir sans arrières-pensées.
34. Si nous faisons les choses qui exigent du temps, de l'énergie, de la générosité et de la réflexion, nous nous ferons beaucoup d'amis.
35. La capacité d'écouter est la plus rare des qualités (écoutez et apprenez).
36. Ceci est un vieil adage: "agis avec les autres comme tu aimerais qu'ils agissent avec toi", nous savons tous qui l'a dit.
37. Agis avec les autres comme ils aimeraient que tu agisses avec eux.
38. Usez, dans vos rapports avec les autres, de petites phrases comme: "Je suis désolé de vous déranger », « auriez-vous l'amabilité... ? », « Pourriez-vous, s'il vous plaît... ? », « Merci », ce sont les marques d'une bonne éducation.
39. Si c'est possible, soyez plus sage que les autres, mais sans le leur dire.

(c)Dan Auito, 2004 et (c)[www.club-positif.com](http://www.club-positif.com), 2005 pour la traduction française. Vous êtes invité à faire circuler librement ce texte à condition de laisser le copyright.

Bien amicalement,

Xtian