

대화의

정석

ЧОН ХЫН СУ

КОРЕЙСКОЕ ИСКУССТВО ОБЩЕНИЯ

Как находить подход
к любому собеседнику
и строить прочные
отношения

УДК 159.92
ББК 88.5
Ч-75

대 화 의 정 석
by 정 흥 수
THE ESSENCE OF CONVERSATION
by Heung Su Jung

© 2023 FIKA
Russian Translation Copyright © 2024 «Publishing House «Eksmo»
ALL RIGHTS RESERVED
This translated edition was published by arrangement with FIKA
through Shinwon Agency Co.

Чон Хын Су.

Ч-75 Корейское искусство общения : как находить подход к любому собеседнику и строить прочные отношения / Чон Хын Су ; [перевод Манакова Эвелина Вадимовна]. — Москва : Эксмо, 2024. — 320 с. — (Бог общения. Говори так, чтобы тебя услышал весь мир).

ISBN 978-5-04-200219-9

Эта книга — сборник секретов общения корейцев, которые славятся своим умением быстро очаровывать и вовлекать в диалог любого.

Написанная диктором и преподавателем ораторского мастерства Чон Хын Су она учит заключать выгодные сделки без давления на оппонента.

А еще в книге зашита формула «виртуозного диалога», которую автор протестировал на тысячах своих студентов.

**УДК159.92
ББК 88.5**

Упомянутые в книге социальные сети Facebook и Instagram запрещены на территории Российской Федерации на основании осуществления экстремистской деятельности.

ISBN 978-5-04-200219-9

© Бортник В., иллюстрация на обложке, 2024
© Манакова Э.В., перевод на русский язык, 2024
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2024

СОДЕРЖАНИЕ

Начиная.....	7
Осмысленные вопросы выстраивают живой диалог	17
Учимся слушать.....	60
Характер скрывается в словах, которые мы произносим	97
Насыщенная жизнь начинается с повседневного общения	132
Деловое общение.....	168
Грамотное обращение с эмоциями помогает понять друг друга	221
Начните с заботы о себе	272
Подводя итоги.....	313

НАЧИНАЯ

ЗАЧЕМ ЧИТАТЬ ЭТУ КНИГУ

В наши дни каждый второй человек за год не прочитывает и одной книги. В свободное время люди выбирают не литературу, а быстрые способы получения информации. Они предпочитают короткие видео вроде Shorts в YouTube, чтобы узнать о происходящем в мире, и мельком читают краткое содержание книг. Мир меняется день ото дня, и с развитием технологий мы все больше привыкаем получать новости в реальном времени. Есть ли теперь смысл писать книги? Стоит ли это затраченного времени и усилий?

Да. Эта книга окажется невероятно ценной для всех, кто хочет научиться успешному общению и сделать свою жизнь лучше. Как бы ни менялся мир, кое-что остается неизменным — это сущность человеческих отношений. Книга, которую вы держите в руках, поможет вам выбрать из множества возможных траекторий развития ту, которая нужна именно вам. А вашим секретным преимуществом

на этом пути станет мастерство диалога, о котором здесь пойдет речь. Оно поможет вам достичь желаемого успеха в работе, отношениях и жизни. Теперь вас ждет блестящее будущее.

Диалог важен

С 2012 года я преподаю красноречие, чтобы научить граждан Южной Кореи правильному общению. Для начала я решила сосредоточиться на умении преподносить себя. Мне самой потребовалось много усилий, чтобы преодолеть страх презентаций, который сидел во мне с самого детства. Я победила свою тревогу и за 10 лет успела побывать в роли диктора, ведущего и журналиста. Основываясь на собственном опыте, я преподавала студентам ораторское искусство, которое помогало им обрести веру в себя. Учила их легко доносить собственные мысли, проводить захватывающие презентации и применять невербальный язык в дополнение к своей речи.

Слушатели моего курса учились правилам свободного общения и после прекрасно выступали с презентациями, получали согласие инвесторов и успешно проходили собеседования. Заработало сарафанное радио — и вот я стала колесить по всей стране со своими лекциями. Я встречалась с людьми разных возрастов и профессий: с управленцами, государственными служащими и специалистами, студентами, военными и пожилыми людьми. По мере того как я читала одни и те же лекции, а моя публика расширялась,

я поняла, что есть еще одна вещь, равная по значимости умению говорить. Это тот вид разговора, с помощью которого мы строим отношения, а именно — диалог, и этому важно учить.

Многие из нас однажды набираются опыта и становятся руководителями, а лидер должен уметь направлять людей. Это применимо ко всем областям. Управляющий ты, подчиненный, инженер, разработчик, преподаватель, строитель, врач, медицинский работник, фрилансер, инвестор, вовсе не работаешь или еще учишься — всем необходимо умение заинтересовать других. Потому что все мы, независимо от профессии, расы и пола, постоянно строим отношения. Именно это делает нашу жизнь счастливой. А первый шаг к успешным отношениям — это диалог.

Это не всегда легко

И все же множество людей испытывают трудности в общении с окружающими, потому что не умеют вести диалог. Некоторые сотрудники развивающихся компаний признаются, что переживают постоянный стресс из-за необходимости управлять людьми, но от увольнения их удерживает высокая зарплата. Компании переживают кризис, если вкладываются в рекламу и маркетинг, не изучив реальные потребности целевой аудитории. В результате затраченные усилия не приводят ни к какому результату. Неумение разговаривать с людьми дает о себе знать и в повседневной жизни. Многим трудно делать заказы в заведениях

и совершать покупки там, где это требует взаимодействия с живым продавцом. В ответ на такую потребность стали появляться «магазины без продавца», и их количество каждый день растет. Отношения с друзьями и близкими тоже страдают из-за нашего неумения правильно общаться.

Удивительно, что многие испытывают трудности в общении, но все равно хотят в этом преуспеть, особенно сейчас, в эпоху интернета. Кажется, чем больше у человека подписчиков в социальных сетях, тем лучше он понимает людей и быстрее находит с ними общий язык. Поэтому различные компании и организации используют социальные сети, чтобы общаться со своей аудиторией. Такие сообщества увеличивают прибыль компании и облегчают ведение дел. Поэтому так много людей хотят во что бы то ни стало научиться вести соцсети.

Однако в мире легких связей действительно ли мы друг с другом связаны? Кто я для окружающих? Какой видят меня те, кто мне нравится и кого я люблю? Как поладить с людьми? Смогу ли я понравиться человеку, с которым встречусь впервые? Как завязать и поддерживать хорошие отношения? Почему разные люди по-разному меня воспринимают? Многие нуждаются в ответах на эти вопросы.

Проводник на пути к человеческим отношениям

Вот почему появилась эта книга. «Корейское искусство коммуникации» — инструмент, который поможет сделать вашу жизнь счастливой и улучшить отношения

с окружающими. А для этого в первую очередь нужно разобраться, что именно представляют собой человеческие отношения в нашем поколении и во всех других. Общество может меняться, но главное остается неизменным — нам необходима связь с другими людьми. Все хотят получить признание, стать значимыми. Хотят любить и быть любимыми. Все надеются поладить с окружающими, преуспеть в жизни и стать счастливее.

Однако методы и способы коммуникации меняются со временем. Сегодня вы можете общаться, невзирая на расстояния, с помощью телефонных разговоров, СМС, email, комментариев и видео, чатов и мессенджеров. В таком огромном потоке информации бывает трудно вычлени самое главное. Эта книга станет вашим проводником. Она поможет вам научиться говорить с другими так, чтобы всегда достигать взаимопонимания.

Эта книга полна инсайтов, которые помогут преодолеть все трудности в ваших отношениях. Поможет взглянуть на них под другим углом и справиться со всем — от легкого непонимания до серьезных проблем. Вы научитесь находить подход к старшим и младшим, гостям и потребителям, членам семьи и друзьям.

Что изменится в вашей жизни?

Давайте посмотрим на примере. Один руководитель компании возглавляет организацию из 700 человек. Он не замечал трудностей, с которыми сталкивались его сотрудники,

и был шокирован, узнав, что трудности общения тормозят развитие предприятия. Методы, описанные в этой книге, помогли ему увеличить прибыль организации. Сотрудники теперь мотивированы на работу, а когда они о чем-то переживают, то приходят обсудить это с руководителем. В сложных ситуациях они также полагаются на него. Даже собственный заместитель считает его лучшим в мире начальником.

«Среди всех руководителей, с которыми я работал последние 20 лет, этого человека я уважаю больше всего», — говорит он.

Однажды этот руководитель признался, улыбаясь, что обучение принципам общения помогло ему наладить отношения со своими детьми.

Один терапевт работает главврачом в районной больнице. Однажды его детище чуть не закрылось. В местном интернет-сообществе появился пост дочери одного из пациентов с призывом не обращаться в эту больницу, и многие действительно отказались от ее услуг. Дело в том, что врач хотел повысить осведомленность 70-летнего пациента с диабетом о его болезни. Для этого он рисовал картинки и с их помощью объяснял старику, как неправильное питание на протяжении жизни привело его к смертельному заболеванию. Пациент понял из его слов одно: «Вы умрете от диабета». Неудивительно, что его дочь, услышав это, разместила в сообществе негативный пост. Изучив методы разговора, описанные в этой книге, терапевт научился учитывать в общении с пациентами их чувства, а не только сухие медицинские факты. Теперь он не называет диабет неизлечимой болезнью, он поясняет, что забота о здоровье

на протяжении всей жизни важна, и предоставляет подробную информацию о том, как улучшить пищевые привычки. После этого больница прославилась как самая привлекательная для пациентов во всей округе.

Глава одного стартапа представил свой проект чиновникам и получил большую финансовую поддержку. Если бы он следовал своим обычным привычкам, он бы, используя сложные технические термины, объяснял, какую передовую технологию собирается разработать его компания и сколько денег на это потребуется. Но тогда он вряд ли добился бы инвестиций. Но был и другой вариант — взглянуть на ситуацию с точки зрения правительства и жителей города. Сделав это, глава стартапа рассказал на презентации, почему людям нужна эта технология, какую пользу она принесет в их жизнь и как вырастет рейтинг правительства благодаря поддержке такой важной программы. Он дал понять, что страна сможет использовать технологию как трамплин, чтобы повысить свой статус в мировом сообществе. Благодаря изучению методов общения из этой книги руководителю небольшой компании удалось добиться тесного сотрудничества с государством и финансовой поддержки со стороны правительства.

Волнующие сердца истории — теперь ваш конек

Эти трогательные истории я слышу каждый день, потому что мои многочисленные студенты в красках рассказывают о своих успехах. Возможно, вы, читающие эту книгу,

тоже испытываете трудности в общении и отношениях. Все мы в этом похожи, потому что это наша первая жизнь. Более того, никто не учит нас строить достойные отношения и вести интересные беседы. Ни один университет не преподаёт последовательно эту дисциплину. Мы можем только учиться на своих и чужих ошибках. Как бы умны, образованны и опыты мы ни были, необходимость общаться с людьми все еще вызывает у нас неловкость. К счастью, освоить искусство диалога и научиться взаимодействию может любой — нужно только не пожалеть на это времени и усилий.

Когда я впервые устроилась на работу в крупную компанию, мне было сложно даже здороваться. Я не могла решить, стоит ли мне громко произнести общее приветствие или подойти к каждому и поздороваться отдельно. Мне никто не сказал, как себя вести. Я не знала, можно ли задавать такие вопросы старшей коллеге. Я боялась зря потратить ее время, выглядеть глупо. Если я сталкивалась в лифте с начальником, то просто молчала, не зная, о чем говорить. Я надеялась, что с опытом все станет лучше, но, как оказалось, это труднее, чем я думала. Быть младшей в коллективе непросто. Хуже всего было то, что я не находила общего языка со своими сверстниками, совершенно не понимала их интересы и старалась держаться от них подальше.

Я внимательно читала книги по саморазвитию, написанные успешными людьми, в том числе книги по технике разговора, психологии и принципам человеческих отношений. Я анализировала поведение специалистов, которые

зарекомендовали себя как лучшие в своих областях, и тех, кто добился успеха в разных организациях. И в конце концов я выяснила, что между ними общего. Неважно, в какой именно области эти люди достигли успеха — их секрет всегда был в способности хорошо общаться и строить отношения. Возможно, это очевидная истина. Для того чтобы достичь вершины, необходима поддержка и доверие окружающих. Человеку нужен человек.

Ваше будущее в ваших руках

Я применила перечисленные в книге методы в жизни и теперь наслаждаюсь каждым днем. Мир приветствует меня, все обо мне заботятся. Личные и деловые отношения процветают, каждый день я завоевываю доверие множества людей. Я делюсь с ними искусством коммуникации, которое изменило мою жизнь, посредством лекций и видео. Мои ученики используют эти знания, чтобы добиваться невероятных результатов. Они радуются переменам и с удовольствием рассказывают о своей новой жизни. Все методы, которым я их обучаю, собраны и включены в эту книгу.

Теперь ваша очередь. Принципы общения, описанные в этой книге, станут большим подспорьем в решающие моменты вашей жизни. С их помощью вы воплотите будущее, о котором мечтаете, в реальность. Люди станут помогать вам и заботиться о вас как о самих себе. Работа и бизнес будут процветать, а число ваших сторонников расти