

## НЕ ВИНОВАТАЯ Я, ОН САМ ПРИШЁЛ...



Что делать, если начальник или коллега вдруг начал проявлять к вам нездоровый интерес? Как с достоинством и даже пользой для себя выйти из сложившейся ситуации? Каким образом наладить эффективное деловое взаимодействие с руководством? Все эти вопросы можно решить с помощью знания несложных

психологических приёмов и тактик.

Каждый преследует свои цели, устраиваясь на работу. Кто-то хочет всего лишь реализовать свои умения, знания и навыки, профессионально расти, а кто-то мечтает «как в кино» выйти замуж за шефа-миллионера. Мечтать, конечно, хорошо, но жизнь намного прозаичнее сериалов.

Как правило, большинство служебных романов между начальником и подчиненной заканчиваются весьма плачевно. Мужчина, который является руководителем женщины, пусть и понравившейся ему, не рассматривает ее как абсолютно равную себе. Он может проконтролировать каждый ее шаг и знает, что она от него зависит. Такая позиция изначально не располагает к формированию того глубокого и красивого чувства. Как известно, условием серьезных намерений мужчины является его чувство любви, которое складывается не только из сексуального притяжения, но и из уважения как к личности.

В народе неспроста сложилась поговорка «что мы ищем, то и находим»: ищем проблемы и неприятности – проще простого, а вот для построения конструктивных взаимоотношений и позитивного имиджа делового, серьезного, умного и достойного уважения работника нужно хорошо потрудиться.

### Тактика несоблазнения

Желательно уже при приеме на работу во время собеседования расставить все точки над «i», ответив на вопрос директора о вашем семейном положении приблизительно так: *«Я замужем. У меня любящий муж и очень дружная семья»*. Если вы еще не замужем, то скажите: *«У меня пока нет семьи, но есть друг, с которым мы скоро спланируем оформить наши отношения официально»*. Одним словом, ваши ответы должны продемонстрировать (на будущее), что вторгаться в ваше личное пространство бесперспективно.

Если вы уже давно работаете, а проблема с шефом возникла только сейчас, то стоит задуматься, не спровоцировали ли вы ее своим поведением. Какие сигналы (осознанно или неосознанно) «транслируются» на начальника, так он их воспринимает и трактует.

В ситуации, когда секретарь настроен на долгие продуктивные и деловые взаимоотношения с руководством, стоит обратить внимание и проанализировать свою манеру поведения. Другими словами, при любом (формальном либо неформальном) общении с директором следует использовать так называемую «тактику несоблазнения», избегая сигналов сексуальной привлекательности со своей стороны, а именно:

- яркого макияжа (существуют законы этикета, диктующие повседневный, деловой и праздничный макияж);
- учащенного или долгого контакта глаз (взгляд «глаза в глаза», продолжающийся дольше одной минуты говорит о личной заинтересованности собеседника);
- взглядов искоса («стрельбы глазами»);
- жестов прихорашивания перед начальником;
- игриво-кокетливого стиля беседы;
- фамильярного общения, включающего не всегда пристойные шутки или анекдоты;
- «неделовой» (ближе расстояния вытянутой руки) дистанции в процессе коммуникации;
- сидения на лодыжке одной ноги;
- демонстрации запястий (например, во время курения);
- покачиваний туфелькой на пальцах ноги во время совещания или беседы тет-а-тет;
- медленного закидывания ноги на ногу и медленного возвращения их в обратное положение;
- приоткрытого рта и влажных губ (не смотря на обилие в магазинах помад с «влажным» эффектом), когда начальник отдаёт какие-то распоряжения (не путайте это с выражением «слушать открыв рот» или «ловить каждое слово», это абсолютно разные понятия).

**Строгий деловой внешний вид:** длина юбки – до или чуть выше колен, ничего обтягивающего, каблук – максимум 5 см, волосы убраны или аккуратно уложены, никаких декольте. Общение ограничено только обсуждением конкретных дел и решением рабочих вопросов.

Если же вы, прикрывая свой непрофессионализм, делаете акцент на собственной внешности, то маловероятно, что к вам работнику будут относиться серьёзно и с уважением. Такова психология восприятия подчинённого начальством и коллегой коллеги. Так что, элегантности и скромности – «да», откровенной сексуальности на работе – «нет».

### **Отказать, не повредив карьере**

Случается и так, что даже целомудренное безупречное поведение не спасает от настойчивых мужских ухаживаний. В этом случае необходимо помнить, все, что предпринимает человек, ему зачем-то нужно.

Поэтому, прежде чем поговорить с начальником «по душам» и высказать ему, как вы относитесь к «домогательствам», следует подумать: а почему он выбрал именно вас? Если это проявление естественного мужского

интереса к женщине, то и отказывать этому человеку нужно не как начальнику, а как мужчине. Желательно, конечно, при этом его не оскорбить.

Безусловно, подобное фривольное поведение со стороны руководителя должно получить решительный отпор. Глядя ему в глаза (один на один), спокойно, но твердо и уверенно (если начнете улыбаться, «стрелять» глазками и кокетничать, то только усугубите положение), скажите примерно следующее: *«Василий Васильевич, я признательна вам за ту симпатию, которую вы выказываете в мой адрес. Безусловно, вы очень привлекательный мужчина, однако хочу напомнить вам, что я замужем, а вы женаты. У нас с вами есть определенные обязательства перед нашими супругами. Кроме того, я очень уважаю и всем сердцем люблю моего мужа. Уверена, что вы, как человек глубоко порядочный, не станете впредь создавать ситуации, которые могут разрушить мое личное счастье. Я благодарю вас за понимание и прошу вас больше никогда не возвращаться к этой теме»*. Ваш руководитель, без сомнения, оценит такой корректный ответ, ибо ваш отказ будет продиктован не личным отвращением и нелюбовью к нему, а высокими нравственно-этическими принципами «но я другому отдана, и буду век ему верна»...

**Автор** Людмила Стрельникова,  
Практический психолог, бизнес-тренер

**Источник** сайт <http://hrm.bz/stati>

**Использование материалов сайта возможно только с указанием источника – прямой, активной, не закрытой ссылки на ресурс <http://hrm.bz/stati>**