

# John Gray



**101**

moduri de a atrage  
simpatia unei femei  
la locul de muncă!



# moduri de a atrage simpatia unei femei la locul de muncă!

---



Când vine vorba despre relația dintre bărbați și femei la locul de muncă, proverbul "Ce ție nu-ți place, altuia nu-i face" nu se mai aplică în totalitate.

De exemplu, o femeie apreciază empatia în momente de stres și oboseală, pe când bărbatului e mai bine să nu-i faci nici un fel de remarcă referitoare la starea lui. Așadar, bărbatul trebuie să învețe puțin din skill-urile femeii de a fi empatică, iar femeia trebuie să învețe să-și stăpânească instinctul de a ajuta și de a empatiza.

Nu e nimic complicat. John Gray explică simplu, cu subiect și predicat, care sunt cele 101 moduri de a atrage simpatia unei femeie la locul de muncă. Toate ușor de înțeles și de implementat:



### Comunică eficient și obține rezultate în mod inteligent

Cum atragi simpatia unui bărbat la locul de muncă?

Cum motivezi un bărbat?

Cum negociezi inteligent cu un bărbat?

Cum îmbogățești comunicarea în relația de cuplu?

Cum atragi simpatia unei femei la locul de muncă?

Cum motivezi o femeie?

Cum negociezi inteligent cu o femeie?

Cum obții rezultatele dorite în relația de cuplu?

Află răspunsurile de la **LEGENDARUL JOHN GRAY**, autorul celebrului bestseller

**Bărbații sunt de pe Marte, Femeile sunt de pe Venus**

București  
17 Noiembrie 2015



un eveniment marca  
**Extreme Training**  
[www.traininguri.ro](http://www.traininguri.ro)

la înscriere folosește cuponul de discount **GRAY112** și vei avea o reducere surpriză.

Detalii și înscrieri [www.traininguri.ro/John-Gray](http://www.traininguri.ro/John-Gray)

1. Când ajungi la birou, salut-o înainte să o întrebi ceva legat de sarcina ei de serviciu.
2. Întreab-o ceva de viața personală. De exemplu: "Cum te-ai distrat în weekend?"
3. Când arată foarte bine, poți să-i faci un compliment fără conotații sexuale.
4. Observă cu atenție schimbările din biroul ei și fă mici comentarii.
5. Folosește-i numele când i te adresezi și amintește-ți numele soțului sau prietenului și al copiilor ei.
6. Femeile sunt foarte sensibile la mediul în care-și desfășoară activitatea. Poți să-i aduci flori din când în când ca să înveselești atmosfera.
7. Dacă încearcă să mute ceva foarte greu, poți să te oferi să o ajuți.
8. Fii atent dacă e stresată sau copleșită. În astfel de momente poți spune cu empatie: "Sunt atât de multe lucruri de făcut..." sau "Ce zi..."
9. Dacă se tunde, fă un comentariu legat de cât de bine îi stă.
10. Dacă face o treabă bună, poți să o feliciți.
11. Pune-i întrebări legate de ceea ce a făcut de-a lungul zilei de muncă.
12. Poți să-i trimiți un e-mail sau un articol care să o ajute sau care poate să o intereseze.



**Comunică eficient și obține rezultate în mod inteligent**

Cum atragi simpatia unui bărbat la locul de muncă?	Cum atragi simpatia unei femei la locul de muncă?
Cum motivezi un bărbat?	Cum motivezi o femeie?
Cum negociezi inteligent cu un bărbat?	Cum negociezi inteligent cu o femeie?
Cum îmbogățești comunicarea în relația de cuplu?	Cum obții rezultatele dorite în relația de cuplu?

Află răspunsurile de la **LEGENDARUL JOHN GRAY**, autorul celebrului bestseller

**Bărbații sunt de pe Marte, Femeile sunt de pe Venus**

București  
17 Noiembrie 2015



un eveniment marca  
**Extreme Training**  
www.traininguri.ro

la înscriere folosește cuponul de discount **GRAY112** și vei avea o reducere surpriză.

Detalii și înscrieri [www.traininguri.ro/John-Gray](http://www.traininguri.ro/John-Gray)

13. Observă dacă e obosită și du-i un pahar cu apă sau recomandă-i o pauză.
14. Folosește întrebări deschise. Spune-i de exemplu "Cum merge proiectul?", în loc de "Ai terminat proiectul?".
15. Încearcă să ascuți mai mult și să vorbești mai puțin dacă observi că domină discuția. De asemenea, poți pune mai multe întrebări.
16. Dacă se subestimează, încearcă să îi redai încrederea în ea însăși.
17. Nu îi rezolva problemele. Încearcă, mai degrabă, să afli ce are de gând să facă.
18. Poți solicita întâlniri private în care să te oferi să o ajuți și în care să ascuți ceea ce are de spus.
19. Când o femeie vorbește, încearcă să nu te uiți la ceas, decât dacă e absolut necesar și dacă poți fi destul de discret. Poți folosi o frază de genul: "Scuză-mă, dar întârzii la o întâlnire. Putem termina discuția mai târziu?".
20. Fă-i o surpriză. Femeile apreciază micile dovezi de susținere. De exemplu, poți să-i aduci niște hârtie pentru imprimantă, chiar dacă nu e de datoria ta și nici nu a cerut acest lucru.
21. Poți să-i aduci o mică amintire din vacanță sau să-i trimiți o vedere pe adresa firmei. O va face să se simtă inclusă printre prietenii tăi.
22. Arată-i poze de la o ocazie specială din viața ta.

23. Interesează-te de reușitele copiilor ei. Poți viziona, eventual, un meci sau un spectacol în care participă și ei.

---
24. Invit-o la unele evenimente speciale din viața ta.

---
25. Invit-o la o cină cu familia ta.

---
26. Nu o exclude din conversațiile de grup. Poți să o stimulezi dacă-i ceri părerea în legătură cu ceea ce se discută.

---
27. Anunță dacă întârzii la întâlnire.

---
28. Dacă e în vizită în orașul tău, poți să-i recomanzi niște locuri interesante și niște restaurante bune, chiar dacă nu îți cere acest lucru.

---
29. Folosește superlative pentru a o lăuda. În loc de "Ai făcut o treabă bună", spune-i "Ai făcut o treabă excelentă".

---
30. Ca răspuns unei cereri, spune-i "E plăcerea mea", în loc de "Nicio problemă". E mai personal.

---
31. Anunț-o din timp că o să lipsești. De asemenea, o poți ajuta să-și organizeze munca suplimentară pe care o va avea de făcut.

---
32. Dacă trebuie să deranjezi dosarele, spune-i că o să faci ordine mai târziu și ține-te de promisiune.

---
33. Când apare o schimbare de plan, anunț-o și pe ea sau cere-i părerea.

---
34. Când ești în peșteră, ea se va simți ignorată, așa că poți măcar să îi spui salut și la revedere.

---

**Arată-i înțelegere atunci când e supărată. Dacă ea spune "E prea mult", el ar trebui să răspundă "A fost o zi lungă" în loc de "Asta se numește muncă."**

35. La serviciu, sarcinile sunt clar împărțite. Dacă e copleșită, poți să te oferi să rezolvi una dintre probleme. Așa va simți că nu e singură.
36. Dacă te roagă să faci ceva ce îți ia doar câteva minute, nu lăsa pe altă dată. Chiar dacă nu e urgent sau important, o vei face să se simtă foarte bine.
37. Dacă muncește în pauza de masă, adu-i un sandviș.
38. Invit-o să ia masa de prânz cu tine sau cu grupul tău.
39. În ocazii obișnuite, poți să-i spui cât de bine arată, dar în întâlniri oficiale, nu face aluzii la aspectul ei fizic. Poți vorbi despre reușitele ei profesionale.
40. Fii autocritic, dar cu umor și într-un mod în care să nu-i rănești pe alții.
41. Liniștește-o dacă face o greșeală. Când spune "Nu cred că o să termin vreodată", răspunde-i cu "Sunt sigur că o să reușești."
42. Arată-i înțelegere atunci când e supărată. Dacă ea spune "E prea mult", el ar trebui să răspundă "A fost o zi lungă" în loc de "Asta se numește muncă."
43. Dacă e obosită, ocupată sau copleșită, deranjeaz-o altă dată cu problema ta. "Cred că nu e un moment potrivit. Te sun și ne întâlnim mai târziu."
44. Încearcă să termini proiectul din timp. În caz că apare ceva neașteptat, să fie destul timp să se ocupe de noile probleme.



### Comunică eficient și obține rezultate în mod inteligent

Cum atragi simpatia unui bărbat la locul de muncă?

Cum motivezi un bărbat?

Cum negociezi inteligent cu un bărbat?

Cum îmbogățești comunicarea în relația de cuplu?

Cum atragi simpatia unei femei la locul de muncă?

Cum motivezi o femeie?

Cum negociezi inteligent cu o femeie?

Cum obții rezultatele dorite în relația de cuplu?

Află răspunsurile de la **LEGENDARUL JOHN GRAY**,  
autorul celebrului bestseller

**Bărbații sunt de pe Marte,  
Femeile sunt de pe Venus**

București  
17 Noiembrie 2015



un eveniment marca  
**Extreme Training**  
[www.traininguri.ro](http://www.traininguri.ro)

la înscriere folosește cuponul de discount  
**GRAY112** și vei avea o reducere surpriză.

Detalii și înscrieri [www.traininguri.ro/John-Gray](http://www.traininguri.ro/John-Gray)

45. Când o femeie cere ajutor, înseamnă că are într-adevăr nevoie și probabil a așteptat mult timp înainte să-și facă curaj să o spună. Răspunde-i cu "Sigur" fără să-i pui la îndoială necesitatea.
46. Când o femeie se plânge, nu o întrerupe. Înainte să-i dai un răspuns sau o explicație, reformulează pe un ton pozitiv ceea ce a spus ca să o asiguri că ai ascultat și că ești alături de ea.
47. Anunț-o când pleci ca să nu se îngrijoreze că nu te mai vede prin preajmă.
48. Când te duci să-ți iei un pahar de apă sau o cafea, întreab-o și pe ea dacă are nevoie de ceva.
49. Încearcă să o privești în timp ce vorbește și evită să te uiți pe pereți sau într-un punct fix.
50. Privește-o în ochi atunci când vorbește sau când faceți cunoștință, dar nu te holba.
51. Întreabă ce mai are de făcut pentru că, astfel, o vei ajuta să își organizeze gândurile și să diminueze stresul. Să nu îi spui ce trebuie să facă, dar poți să te oferi să o ajuți după ce termină de vorbit.
52. Dacă pleci să ridici o comandă sau să faci o livrare, poți să o întrebi dacă are nevoie de ceva. Această simplă întrebare va genera un sentiment de cooperare.
53. Fii informat despre starea ei de sănătate. Dacă e bolnavă, întreab-o cum se simte. Poți să-i dai și sfaturi pentru o însănătoșire grabnică, de exemplu: "Să bei multe lichide."



### Comunică eficient și obține rezultate în mod inteligent

Cum atragi simpatia unui bărbat la locul de muncă?

Cum motivezi un bărbat?

Cum negociezi inteligent cu un bărbat?

Cum îmbogățești comunicarea în relația de cuplu?

Cum atragi simpatia unei femei la locul de muncă?

Cum motivezi o femeie?

Cum negociezi inteligent cu o femeie?

Cum obții rezultatele dorite în relația de cuplu?

Află răspunsurile de la **LEGENDARUL JOHN GRAY**, autorul celebrului bestseller

**Bărbații sunt de pe Marte, Femeile sunt de pe Venus**

București  
17 Noiembrie 2015



un eveniment marca  
**Extreme Training**  
[www.traininguri.ro](http://www.traininguri.ro)

la înscriere folosește cuponul de discount **GRAY112** și vei avea o reducere surpriză.

Detalii și înscrieri [www.traininguri.ro/John-Gray](http://www.traininguri.ro/John-Gray)

54. Nu o încărca cu problemele tale, chiar dacă ea îți împărtășește unele detalii personale, pentru că va începe să se îngrijoreze pentru tine.
55. Nu o pune în situații delicate prin criticarea unuia dintre prietenii ei și nu o obliga să păstreze pentru ea ceea ce s-a spus.
56. Nu-i cere mult mai multe. Deși femeile par foarte amabile, nu le place să fie obligate să facă mai multe.
57. Femeile sunt foarte atente la cum se îmbracă cei din jur, deși sunt un pic mai puțin pretențioase când vine vorba de bărbați. Încearcă să te îmbraci frumos pentru întâlnirea cu ea. O vei face să se simtă importantă și specială.
58. Laudă-i realizările de față cu ceilalți.
59. Dacă te laudă, trebuie să-i răspunzi în același fel.
60. Fii constant în atenția pe care i-o acorzi. De exemplu, recomandă-i un film bun sau un articol interesant, deschide-i ușa și nu uita să-i lași întotdeauna chiuveta curată – fiecare detaliu contează.
61. Dacă o femeie are nevoie de mai mult timp să reflecteze, respectă-i dorința. Amintește-ți că și ea va face asta pentru tine.
62. Dacă sunteți într-o întâlnire prelungită sau într-o călătorie, stabiliți momente de pauză la intervale regulate, ca fiecare să aibă ocazia să se îmbroască.
63. Stabilește un program flexibil în care să respecti urgențele familiale. Când e posibil, încearcă să stabilești un

echilibru între timpul acordat familiei și cel destinat muncii.

---

64. Fii politicos atunci când ceri ceva. Poți folosi "Vrei să" sau "Vrei, te rog, să" și nu uita să mulțumești.

---

65. Când e în deplasare, roagă-i pe cei de la hotel să o aștepte cu un mesaj, o floare sau bomboane de ciocolată.

---

66. Amintește-ți ziua ei de naștere și trimite-i o felicitare, invit-o la masă sau fă-i un mic cadou.

---

67. În călătoriile de afaceri poți să te oferi să conduci tu, dar, dacă îi face plăcere, las-o pe ea.

---

68. Atunci când conduci, fi atent să se simtă bine. Un alt bărbat îți va spune fără reținere să încetinești, dar o femeie va încerca să nu pară sensibilă și se va abține. Dacă ești demn de apreciat ca șofer, înseamnă că ești demn de apreciat și în alte situații.

---

69. Dacă te înfurii, încearcă să nu mai vorbești, să tragi aer adânc în piept și să bei un pahar cu apă. Ea va aprecia foarte mult faptul că reușești să te abții.

---

70. Fii atent la cum se simte și fă o remarcă de genul: "Ești foarte fericită azi" sau "Pari un pic obosită."

---

71. În călătorie, când te rătăcești, oprește și cere indicații.

---

72. Dacă spui că vei face ceva, asigură-te că va fi așa. După întâlnire, poți trimite un mesaj prin care să-i amintești lucrurile pe care le vei rezolva.

---

73. Scrie citeț mesajele pe care i le lași ca să nu fie nevoită să se chinuiască să le descifreze.

---

**Dacă e răcită, oferă-i niște șervețele de nas și ceai fierbinte.**

74. Ridică-te de pe scaun atunci când vrei să o saluți sau să-i dai mâna.

---
75. Prezintă-o celorlalți participanți la conversație.

---
76. Prezintă-i numele și funcția. Descrie rolul pe care îl are în companie și în proiect.

---
77. Demonstrează că te interesează ceea ce spune și răspunde-i.

---
78. În timpul conversațiilor mărunte, poți să-ți exprimi interesul prin sunete ca aha, hmmm, ooo sau alte onomatopee.

---
79. Într-o întâlnire de grup, încearcă să-i lauzi contribuțiile la diferite proiecte.

---
80. Recunoaște-i meritele atunci când le are. Dacă ea le atribuie altora, ia cuvântul și informează-i pe ceilalți despre rezultatele ei.

---
81. Cere detalii despre pozele de pe biroul ei.

---
82. Dacă strănută, urează-i "Sănătate" sau "Noroc".

---
83. Dacă se întâmplă să verse ceva, ia repede un prosop să o ajuți să șteargă.

---
84. Dacă e răcită, oferă-i niște șervețele de nas și ceai fierbinte.

---
85. Când argumentele ei devin prea încărcate emoțional, poți impune o pauză printr-o afirmație ca: "Lasă-mă un pic să mă gândesc și vorbim mai târziu."

---



### Comunică eficient și obține rezultate în mod inteligent

Cum atragi simpatia unui bărbat la locul de muncă?

Cum motivezi un bărbat?

Cum negociezi inteligent cu un bărbat?

Cum îmbogățești comunicarea în relația de cuplu?

Cum atragi simpatia unei femei la locul de muncă?

Cum motivezi o femeie?

Cum negociezi inteligent cu o femeie?

Cum obții rezultatele dorite în relația de cuplu?

Află răspunsurile de la **LEGENDARUL JOHN GRAY**, autorul celebrului bestseller

**Bărbații sunt de pe Marte, Femeile sunt de pe Venus**

București  
17 Noiembrie 2015



un eveniment marca  
**Extreme Training**  
[www.traininguri.ro](http://www.traininguri.ro)

la înscriere folosește cuponul de discount **GRAY112** și vei avea o reducere surpriză.

Detalii și înscrieri [www.traininguri.ro/John-Gray](http://www.traininguri.ro/John-Gray)

86. Râzi sau zâmbește la glumele ei în loc să te gândești la altceva.
87. Asigură-te că a terminat ceea ce avea de spus înainte să schimbi subiectul. Poți spune: "Dacă ai terminat, putem vorbi despre..."
88. Fii atent la momentul în care intră în cameră și nu o lăsa să treacă neobservată. Dacă e supărată, poți să o întrebi ceva de genul: "Nu ți-e bine?", "Ce te supără?" Sau "A fost o întâlnire dificilă?"
89. Dacă te sună și nu poți vorbi, spune-i că o vei suna tu mai târziu.
90. Răspunde-i la mesaje cât de repede poți. Acest lucru e foarte important pe Venus.
91. Dacă pare supărată sau stresată, întreab-o dacă e totul în regulă. O va lua ca pe o invitație să vorbească despre ce o deranjează.
92. Când ești frustrat sau nervos, evită întrebările usturătoare. Încearcă să te calmezi și apoi cere-i să înțeleagă situația și să nu se simtă atacată.
93. Când se împart responsabilitățile, dă-i șansa să-și exprime dorința. Poți să-i spui: "Vrei să lucrăm împreună? Mie mi-ar face plăcere. Ce zici?" sau "Cred că e un plan bun. Tu ce crezi?"
94. Când se întoarce dintr-o călătorie, spune-i că s-a simțit lipsa ei. "Am avut nevoie de ajutorul tău. Nimeni nu știa ce să facă..."

- 
95. Sărbătorește finalizarea proiectelor, indiferent de importanța lor. Poți face certificate sau premii care să menționeze acest lucru.
- 
96. Fă o poză de grup de la o conferință și trimite-i și ei o copie.
- 
97. Încearcă să-i anticipezi nevoile fără să fie nevoită să te roage ceva.
- 
98. Repetă aceste mici gesturi cât de des poți. Nu considera că o dată e de ajuns.
- 
99. Cere-ți scuze dacă faci o greșală.
- 
100. Confirmă faptul că ai rezolvat o problemă.
- 
101. Dacă ai o soție și copii, atârnă poze cu familia ta pe pereți sau pune-le pe birou. Păstrează câteva și în portofel. Dacă femeile văd că bărbatul își apreciază soția, se vor simți și ele susținute.
- 

Dacă bărbatul își aduce aminte de aceste mici gesturi, va crea un mediu plăcut la locul de muncă, mediu în care fiecare poate să-și realizeze scopurile.

Aceste 101 sfaturi sunt culese din cartea Marte și Venus la locul de muncă, scrisă John Gray, autorul bestsellerului Bărbații sunt de pe Marte, femeile sunt de pe Venus. Cartea merită citită în întregime pentru a aprofunda sfaturile de mai sus.

Pentru a descoperi o mulțime de strategii utile în relațiile bărbat și femeie vă recomandăm să participați la conferința susținută de John Gray în România în data de 17 Noiembrie 2015.

[Click aici pentru detalii deconferință!](#)

P.S. la înscriere folosește codul **GRAY112** pentru reducere