

Skill – 6

मदद माँगना

जब आपको किसी से बात की मदद चाहिये तो :

1. यह सोचिये कि समस्या क्या है?
2. जो व्यक्ति आपकी मदद कर सकता है, उससे बात करने के लिए अनुमति लीजिये।
3. उस व्यक्ति की तरफ देखिये, आपको क्या मदद चाहिये यह साफ-साफ कहिये और यह सब आप अच्छे अन्दाज में कहिये।
4. आपकी मदद करने के लिए, उस व्यक्ति को धन्यवाद दीजिये।

दूसरे से मदद माँगना अच्छा होता है, क्योंकि जिन समस्याओं को आप सुलझा नहीं पा रहे हैं, उनको सुलझाने का यह अच्छा तरीका होता है। किसी व्यक्ति से अच्छे अंदाज में मदद माँगने से, यह संभावना अधिक हो जाती है कि वो आपकी मदद करे।

उपयोगी बातें :

- समस्या की परिभाषा स्वयं कर लेना अच्छा होता है। जिस व्यक्ति को अधिक अनुभव है, या ऐसी समस्याओं को सुलझाने में जिसको महारथ है, उससे मदद माँगना समस्या को सुलझाने का तरीका सीखने का अच्छा तरीका होता है।
- कभी-कभी जब लोग समस्या को पहचान नहीं पाते, तो वह हताश हो जाते हैं। कभी-कभी तो वह पागल भी हो जाते हैं। आप भी पागल हों, इससे पहले ही आप मदद माँगना सीख लीजिये, ऐसा करने से आपको निराशाओं से अधिक सफलतायें प्राप्त होंगी।
- जो भी व्यक्ति आपकी मदद कर रहा है, आप उसको यह बताइये कि आप उसकी मदद के कायल हैं। अगली दफा यदि उस व्यक्ति को मदद चाहिए तो अच्छा होगा कि आप उसकी मदद करें।