

VASIL NAÇI

**SJELLJA
E PËLQYESHME
&
MENÇURIA
NË KOMUNIKIM**

Çelësi i harmonisë dhe i suksesit



AGNA
LEADERSHIP
ACADEMY

SHKËRIMET

Fjalorin "Drejtësi" e përbën 2000 fjalë të shprehura në 1000 fraza. Ky fjalor është rezultat i punës së bashku të autorit dhe të lexuesit.

Fjalorin "Drejtësi" e përbën 2000 fjalë të shprehura në 1000 fraza. Ky fjalor është rezultat i punës së bashku të autorit dhe të lexuesit.

Fjalorin "Drejtësi" e përbën 2000 fjalë të shprehura në 1000 fraza. Ky fjalor është rezultat i punës së bashku të autorit dhe të lexuesit.

Fjalorin "Drejtësi" e përbën 2000 fjalë të shprehura në 1000 fraza. Ky fjalor është rezultat i punës së bashku të autorit dhe të lexuesit.



*Ky libër është publikim i "Agra Group".
Të ardhurat nga shitja e tij do të shkojnë për bamirësi.*



Fjalorin "Drejtësi" e përbën 2000 fjalë të shprehura në 1000 fraza. Ky fjalor është rezultat i punës së bashku të autorit dhe të lexuesit.

Fjalorin "Drejtësi" e përbën 2000 fjalë të shprehura në 1000 fraza. Ky fjalor është rezultat i punës së bashku të autorit dhe të lexuesit.

MIRËNJOHJE

Falënderoj Besnik Pepin, Menaxher i Rekrutimeve në “Aagna Group”, për bashkëpunimin, përkushtimin dhe punën e palodhur në realizimin e këtij libri.

Falënderoj Departamentin e Burimeve Njerëzore dhe, në veçanti, drejtuesin e departamentit, Artan Koxhuku për kontributin e vazhdueshëm, mendimet dhe sugjerimet gjatë gjithë procesit të përgatitjes së librit.

Falënderoj Alma Bicin, Drejtoreshë e Marketingut dhe PR në “Aagna Group”, për mençurinë dhe sugjerimet për ta bërë librin më të vlefshëm dhe më të bukur.

Falënderim dhe mirënjohje për stafin e mrekullueshëm të “Aagna Group” që më japin çdo ditë kënaqësi dhe energji pozitive me sjelljet, profesionalizmin dhe mençurinë e tyre.

Falënderoj Petraq Qurkun, Genti Kaçin, Greta Hysin, Andreas Pappas, Armand Frangun, Endri Panon, Entela Bardhon, Dr. Mirdaim Axhamin, Valentina Çamatin, Arti Markon, Vasil Pagunën, Leonard Elezin, Dhimitraq Ilian, Ipokrat Mitsin dhe Sinan Vrapin, të cilët ndihmuan me mendimet e tyre shumë të vlefshme për librin. Gjithashtu, Jona Kostën, Ina Trifonin, Marsida Velian dhe Eftimika Kostën për ndihmën dhe suportin e tyre në përkthimet e materialeve.

Dua të falënderoj partnerët e mi: Kosta Sotirin, Kristo Naçin dhe Behar Malen, që kanë ndihmuar për të kultivuar në biznesin tonë, ndër vite, mençuri dhe harmoni.

Një mirënjohje për trajnuesit e “Aagna Leadership Academy”: Avinash Ananda, Ahmet Shala, Prof. Claude Varley, Yianis Sotiropoulos, Yiannis Kalogerakis dhe Dritan Mezini, të cilët kanë ndihmuar për të konsoliduar qëndrimet dhe sjelljet e duhura në “Aagna Group”.

Falënderim të veçantë dua të shpreh për njeriun që më mbështet, më jep energji dhe dashuri të përditshme, bashkëshorten time Marthën, si edhe për të katërt fëmijët e mi: Aglaia, Spiro, Eli dhe Nikoleta, që janë bekimi më i bukur. Ata kanë kontribuar me këndvështrimet dhe mendimet e tyre të sinqerta për këtë libër.

Në fund, por jo për nga rëndësia, dua të falënderoj dhe t'u shpreh mirënjohjen nënës dhe babait tim, që më kanë mësuar që ditën që linda se, respekti dhe dashuria për veten, për njerëzit dhe për punën, është modeli që duhet të ndjek në jetë.

↪ Përmbajtja

Parathënie	ix
Hyrje	xi
Disa këshilla për të përvetësuar sa më shumë nga ky libër	xv

Sjelljet e pëlqyeshme

Çfarë janë sjelljet e pëlqyeshme	1
Përfitimet nga përdorimi i sjelljeve të pëlqyeshme	5
Çfarë e dallon njeriun e sjellshëm	7
Formula e pëlqyeshmërisë	8
Fushat ku shtrihet “Sjellja e pëlqyeshme”	9

Burimi i sjelljeve tona

Cili është burimi i sjelljeve tona	11
------------------------------------	----

Pesë parimet bazë të sjelljeve të pëlqyeshme

1. Respekti	18
2. Ndershmëria	20
3. Dashuria	23
4. Shprehja e mirënjohjes	25
5. Falja	28

Prezantimi dhe përshëndetja

Prezantimi	33
Përshëndetja	35

Mençuria dhe arti i komunikimit

Arti i komunikimit	43
Mençuria në komunikim dhe bashkëbisedim	49
Si të përdorim urimet, lavdërimet dhe ngushëllimet	66
A duhet të themi një gënjeshtër të bardhë?	70
Si të sillemi kur bëjmë ose marrim dhurata	72
Si të sillemi kur kërkojmë ose japim borxh	74

Mjetet e komunikimit dhe sjelljet e hijshme

Përdorimi i telefonit	78
Përdorimi i <i>e-mail</i> -it	82
Përdorimi i <i>Facebook</i> -ut dhe i rrjeteve sociale	85
Letrat, korrespondenca	88
Ftesat	89

Komunikimi dhe sjellja e pëlqyeshme në mjediset e punës

Sjellja e pëlqyeshme në mjediset e punës	91
Komunikimi i mençur dhe profesional në punë	95
Rregulla të sjelljes gjatë mbledhjeve	103
Disa sugjerime për një <i>Curriculum Vitae</i> profesionale	105
Rregulla të sjelljes gjatë një interviste pune	106
Disa këshilla për veshjen profesionale	107
Sjellja gjatë përdorimit të automjetit	110

Si të sillemi kur ftojmë ose jemi të ftuar në evente

Si të sillemi kur ftojmë miq në shtëpi	113
Si të sillemi kur na ftojnë në shtëpi	114

Si të sillemi nëse na ftojnë jashtë vendit	116
Si të sillemi në restorant	117

Si të sillemi në mjediset publike

Sjellja në mjediset publike	121
Si të sillemi në ashensor	124
Si të sillemi në taksi	125
Si të sillemi në teatër, kinema, koncerte, ekspozita	126
Si të sillemi në plazh apo në pishinë	126
Si të sillemi në palestër ose komplekse sportive	127
Si të sillemi në mjetet e transportit publik	129
Si të sillemi kur vizitojmë një person të sëmurë	131

Si të sillemi në familje

Disa këshilla si të sillemi me fëmijët tanë	133
Si të sillemi me prindërit	137
Si të sillemi në çift	140
Si ndërtohet besimi në një marrëdhënie	146

Si mund ta ndryshojmë një sjellje jo të mirë

Disa këshilla sesi të sillemi me ata që shfaqin sjellje jo të mira	149
Kushtet për të ndryshuar një zakon të keq	152
Disa këshilla sesi ju mund të ndryshoni një zakon	154
Tri teknika për të ndryshuar një sjellje	156

Epilog	159
--------	-----

PARATHËNIE

Duke njohur autorin dhe vlerat nga të cilat udhëhiqet Ai dhe “Aagna Group”, më duhet të them: asgjë befasuese për mua - edhe një tjetër “perlë e këndshme” dhe e mirëseardhur, në vazhdën e botimeve të “Aagna Leadership Academy”.

Ky libër përbën një kod, një miniciklopedi, një set rregullash e këshillash të sjelljeve të pëlqyeshme e të mençurisë në komunikim, që përbëjnë çelësin e suksesit në jetën tonë personale e atë profesionale.

Në mënyrë shumë të natyrshme, të këndshme, lehtësisht të lexueshme e të kuptueshme, ky material na vendos në rrethana e situata të ndryshme, me të cilat secili prej nesh përballet vazhdimisht gjatë jetës dhe karrierës sonë dhe me shumë delikatesë, na ofron një spektër të gjerë këshillash e sugjerimesh.

Çdo ditë ne ofrojmë apo konsumojmë sjellje të pëlqyeshme ose të papëlqyeshme, ndaj autori me të drejtë këmbëngul që të jemi “besnikë” të reflektimit të vazhdueshëm, të ndryshimit dhe të zëvendësimit urgjent të “së keqes” me “të mirën”, të pranimit, përsëritjes dhe praktikimit të sjelljeve të pëlqyeshme, derisa ato të na kthehen në shprehje dhe zakone të mënyrës së jetës.

Ky material bëhet edhe më i fuqishëm, më i natyrshëm, më i besueshëm, por edhe lehtësisht më i pranueshëm, pasi duke pasur fatin ta njoh nga afër autorin si njeri, si profesionist, jam dëshmitar se ai vetë, me sjelljet dhe veprimet, punën dhe karrierën, me mënyrën e tij të jetesës, ka arritur që të jetë një shembull “i gjallë” i sjelljeve të pëlqyeshme, në familje, fqinjësi e biznes; në Shqipëri, në rajon e më gjerë. Dëshmia më e bukur është vetë “Aagna Group”, një organizatë e suksesshme e vizionare, ku diferencën e bëjnë jo thjesht brandet e fuqishme, por njerëzit që ajo ka dhe vlerat e tyre. Ndaj ky libër tejkalon përmasat e një manuali të sjelljeve të pëlqyeshme.

Struktura dhe përmbajtja e librit, të fisnikëruara me citate e thënie të autorëve të njohur dhe përvoja të veçanta, të mbajnë të etur e pa frymë për ta lexuar atë deri në germën e fundit, për të thithur, kuptuar e përvetësuar çdo këshillë e sugjerim të tij. Dhe, më në fund, pothuajse është e parzistueshme që pas leximit të parë të mos t’i kthehemi së lexuari edhe një herë, mbase edhe disa herë, të paktën në disa pjesë të caktuara, të cilat sigurisht që do të begatojnë thesarin tonë të diturisë e të përvojës. Provojeni dhe Ju, nëse do mund të rezistoni!

Në këtë kontekst, nëse i përmbahemi këshillës aq bukur të shkruar nga vetë autori se “njerëzit nuk mund t’i detyrojmë të ndryshojnë, por vetëm të japim shembullin tonë”, ju ftoj ta lexoni, përvetësoni dhe praktikoni këtë doracak të përgatitur me aq zell e pasion nga z. Naçi dhe ekipi i Tij dhe do të vëreni ndryshimin në jetën tuaj.

Ahmet Shala

Visiting Professor

*(James Madison University, Christopher Newport University,
Eastern Mennonite University, USA)*

HYRJE

Mësimi ndoshta më i mirë që kam përvetësuar në jetë, është se të mësuarit dhe përmirësimi është një proces i vazhdueshëm, që nuk ka fund.

Më është dashur më shumë se një vit të punoj mbi këtë material, të studioj literaturën mbi sjelljet e pëlqyeshme dhe shumë vite për të kuptuar mençurinë në komunikim. Gjatë këtij procesi, më është dashur të kuptoj, të studioj dhe të njihem më thellë me sjelljet e pëlqyeshme dhe mençurinë në komunikim. Gjithashtu, kam konfirmuar shumë nga bindjet e mia, por edhe kam mësuar po aq shumë. Disa nga këto bindje, të krijuara rishtazi, përpiqem çdo ditë t'i zbatoj për t'i bërë shprehi në jetën time. Askush nuk është i përsosur, por është e rëndësishme që në mënyrë të vetëdijshme të përpiqemi që të bëhemi çdo ditë më të mirë.

Zanafilla e këtij libri vjen nga bindja se komunikimi është parakusht për sukses, pasi përmes komunikimit ne shprehim veten tonë, ndërtojmë ura bashkëpunimi, krijojmë familje e organizata solide, si edhe një shoqëri të shëndetshme. Qëllimi i këtij libri është të ofrojë një manual praktik, që na ndihmon të jetojmë bukur me njerëzit, në punë, familje dhe kudo në shoqëri.

Komunikimi është kompleks dhe kërkon mençuri. Komunikimi përbëhet nga fjalët, gjestet dhe sjelljet. Sjelljet janë pjesa më "kokëfortë" e komunikimit. Sjelljet na përfaqësojnë, ndaj nuk mjafton të kemi sjelljet e duhura vetëm në disa raste, me disa njerëz, por nevojitet t'i bëjmë ato pjesë të vetes sonë. Nëse nuk i bëjmë shprehi, ne mund të jemi të pëlqyeshëm për një kohë të shkurtër, por pastaj, jo se nuk duam, jo se harrojmë, por nuk mundemi, nuk dimë të jemi vazhdimisht të sjellshëm. Prandaj duhet të mësojmë dhe t'i bëjmë sjelljet e pëlqyeshme zakon për të gjitha situatat dhe me të gjithë njerëzit që takojmë. Vetëm kështu do të kemi natyrshëm sjellje të pëlqyeshme.