**Claves para tener una personalidad agradable y caer bien a los demás**

Las relaciones con los demás son uno de los pilares de una vida plena y satisfactoria.

 **Cómo tener una personalidad agradable**

El primero de estos factores es el poder: para que los demás nos perciban como carismáticos y agradables, tienen que sentir que tenemos poder. Es decir, tienen que sentir que tenemos algo valioso que ofrecer.

El poder es la capacidad de ofrecer algo valioso. Y puede ser cualquier cosa.

Una persona que sabe hacer reír tiene poder. Una persona cariñosa tiene poder. Una persona que explica historias interesantes tiene poder. Una persona que sabe escuchar con interés sincero tiene poder. Cualquier persona que tenga algo de valor para ofrecer tiene poder. (Esto significa que, como veremos en breve, todos tenemos poder, porque todos tenemos cosas valiosas para ofrecer.)

Y el segundo elemento para tener una personalidad agradable es la cordialidad: para que estén a gusto con nosotros, los demás tienen que percibir que, ese poder que tenemos, lo vamos a usar en su beneficio. Tienen que percibir que deseamos sinceramente que estén bien y que pondremos de nuestra parte para que así sea.

Es importante ver que una de estas dos cualidades solas no es suficiente. Si los demás nos perciben como poderosos pero no cordiales, no se sentirán a gusto con nuestra presencia, sino todo lo contrario: se sentirán amenazados. Y si nos perciben como cordiales pero no poderosos, sentirán que no aportamos nada interesante a su vida, y tampoco valorarán positivamente nuestra compañía.

Así que hay que desarrollar las dos cualidades. Una sola no vale.

Los demás nos percibirán como personas agradables si nos perciben como poderosos y cordiales.

**Cómo Conectar con Tu Poder y Tu Cordialidad** Así pues, si queremos tener una personalidad agradable y que los demás estén a gusto con nosotros, tenemos que conectar con nuestro poder y nuestra cordialidad.

El poder y la cordialidad que emanamos dependen de nuestros pensamientos. Y la manera de activarlos es pensar de forma poderosa y cordial.

En primer lugar, tenemos que tomar conciencia de que todos y cada uno de nosotros somos poderosos. Tú eres poderoso. Tú eres una persona única e irrepetible. Tienes cualidades únicas, ideas únicas y has vivido experiencias únicas. Y todo esto lo puedes ofrecer al mundo.

Es muy importante que este pensamiento te acompañe siempre, y en especial cuando te relaciones con otras personas: eres único y tienes cosas únicas para ofrecer. En función de tu manera de ser, pueden ser cosas distintas: puede ser tu compañía (nadie más es como tú), pueden ser tus ideas (nadie tiene las mismas), pueden ser tus bromas y chistes, puede ser tu capacidad de escuchar, pueden ser tus conocimientos, etc. Puede ser cualquier cosa. Pero tú, como todo el mundo, tienes cosas únicas que ofrecer. Y esto te hace poderoso y valioso.

Y además de esto, hay que tener una actitud cordial. Este poder que tienes, debes estar dispuesto a ofrecerlo a cualquier persona con la que te cruces.

Esto también depende de tus pensamientos. Si tienes pensamientos positivos sobre las demás personas, de forma natural, tu actitud será cordial hacia ellas. En cambio, si tienes pensamientos negativos, desprenderás hostilidad.

Por este motivo, es muy importante que, independientemente de quién tengas delante, tus pensamientos sean del tipo: “deseo que estés bien, y todo lo que yo haga o diga tendrá esta intención hacia ti.” Tus pensamientos deben reflejar tu intención sincera de buscar el beneficio de cualquier persona con la que te relaciones.

*Jan Anguita Terapeuta*