(https://youtu.be/VwRlHLBweoI)

Уильям Шекспир однажды сказал: «Для человека не существует звука слаще, чем звук его или её имени». 400 лет спустя исследования, опубликованные в журнале «Brain research» подтвердили слова Шекспира. Знали ли вы, что в момент, когда вы слышите звук своего имени, ваш мозг активируется больше, чем при любой другой деятельности? Я продемонстрирую. Когда я приветствую кого-то и зову этого человека по имени, «Привет Тэд!» эта часть мозга, средняя головная кора (извилина) активируется. Если сказать то же самое приветствие, но не называть имя, то вы ничего не получите. Называние людей по имени, в буквальном смысле зажигает их.

Но для большинства из нас, запомнить имя- это очень трудная задача. Для тренировки мозга требуются усилия. На самом деле, поднимите руку если вам недавно кто-то представился, и вы в ту же минуту забыли его имя. Представьте, если бы у вас получилось вспомнить его, не только сегодня, но и спустя много лет. Знаете ли вы, что Греки, жившие в 8 веке, могли запоминать стихотворения длинной в 16 000 строк? 13 веков спустя, я использую их техники, чтобы научить студентов как запоминать всё, от орфографии до географии и целых книг Библии. Сейчас я продемонстрирую как использовать одну из их техник при запоминании имён. Во-первых, я хочу, чтобы вы подумали о Мухаммеде Али. Хорошо? Его фамилия А-Л-И будет акронимом для нашего способа, в котором будет 3 шага: ассоциация, локация, изображение. Итак, давайте потренируемся. Представим, как будто мы только что встретили Майка и Люси в бассейне. Для того, чтобы запомнить имя Майка, мы будем ассоциировать или связывать его с картинкой. Когда я слышу имя Майк, то сразу вспоминаю своего брата Майка. О чем вы думаете? Возможно о микрофоне? Или о конфетках «Майк и Айк»? Или о ком-то известном как Майк Уоллес?

Следующее – это локация. Подберите место, которое как-то связано с картинкой у вас в голове. Для примера, говоря о своём брате Майке, как место у меня в голове всплывает его дом. Но если вы ассоциировали его с микрофоном, то в качестве места может быть сцена.

И, наконец, изображение или выдумка: хоть мы и встретили Майка в бассейне, я представлю, как он и мой брат Майк, играют в бильярд у него дома (pool- бассейн, бильярд). Однако, нужно сделать так, чтобы мы это запомнили. Поэтому, вместо игры в бильярд, давайте представим, как будто они танцуют на бильярдном столе, а для того, чтобы мы не забыли имя его дочери Люси, представим, как они поют песню Битлз: «Люси в небесах с алмазами». Вот это запоминающе. Настолько запоминающе, что я никогда не забуду Майка и Люси из бассейна. Возможно кто-то из вас думает «Ну, это интересно, но всё равно не достойно моего времени». Возможно запоминать имена людей не имеет смысла. Или смысл всё-таки есть? Оскар Шиндлер, скорее всего, за этим именем вы узнали человека, который спас 1,100 евреев во время холокоста. Многие люди были свидетелями того, как Шиндлер, из человека, который хотел заработать деньги на евреях, превратился в того, кто тратит свои же деньги ради их спасения. Но почему? В книге «сочувствие», автор верит, что эти изменения вызваны тем, что Шиндлер стал видеть в евреях обычных людей. Он выучил их истории, он выучил их имена. Как говорит сам Шиндлер: «Я знал людей, которые работали для меня. Когда ты знаешь людей, ты должен относится к ним по-человечески». Если знакомство с людьми и название их по имени так повлияло на Шиндлера, то какой отпечаток это наложит на вас? Или лучше спросить: какой отпечаток вы сможете наложить на других? Командир Фитцджеральд. Командир Фитцджеральд почти официально собрался принять командование над первой группой SEAL (подразделение Сил специальных операций). Люди не знали, но командир запомнил все 200 имён и званий курсантов, для того, чтобы при встрече с ними в первый раз, он мог пожать им руки и назвать по имени. Мой муж был таким же мужчиной. На него это произвело такое впечатление, он сказал себе: «Я последую за этим мужчиной через огонь и воду». Это и есть воздействие. Это и есть влияние. Пользуйтесь средством Ассоциации, Локации и Изображения, чтобы запомнить и называть людей по их именам. Это может поменять ваше восприятие людей и, возможно, то, как они видят вас. Назовите кого-нибудь по имени сегодня и пусть они начнут светиться.