

CONFIDENTIAL INFORMATION

TOP SECRET

LEVEL 1
SECURITY
CLEARANCE
REQUIRED

DATE:	ORIGINATOR:
SUBJECT:	

S.A.L.T.

DATE	ACTION	INITIAL
ORIGINAL DOCUMENTS		

RAPPORT SPECJALNY

CLASSIFIED

**DO NOT
PHOTOCOPY**

FOR YOUR EYES ONLY

TOP SECRET

Warszawa, 15:37, DZISIAJ

Jest zimowe popołudnie. Ubrana w czarny płaszcz kobieta schodzi po schodkach niewielkiego budynku w centrum miasta. Wieje zimy wiatr, więc stawia kołnierz płaszcza i chowa w nim twarz. Właśnie otrzymała ważne zadanie. Za moment dotrze do samochodu...

Misja rozpoczęta...

mówi do siebie – ostrożnie omijając zaspę śniegu. Jeszcze minuta i będzie w ciepłym samochodzie.

Rozgląda się wokół. Wszystko wygląda spokojnie.

Gdy otwiera drzwi samochodu, ktoś gwałtownie łapie ją za ramię.

„Cześć! Pamiętasz mnie? Widzieliśmy się na konferencji w...”
–kobieta patrzy na twarz młodego mężczyzny i wydaje się jej dziwnie znajoma. Przeszukuje swoją pamięć, jednak nic się jej nie kojarzy. Zero imienia. Znasz to uczucie?

„A tak... To Ty! Oczywiście, że Cię poznaję” – mówi do niego, jednocześnie dodając sobie w myślach „Kłamczucha :)”

„Wiesz, muszę już pędzić. Pogadamy innym razem, okey? Spieszę się” – dodaje zamykając drzwi do samochodu.

„Misja jest najważniejsza” – myśli wkładając kluczyki do stacyjki – „Muszę zebrać informacje o SALT...”

CONFIDENTIAL

TOP SECRET

Czy Ty też jesteś wśród 75% populacji?

Kłopot z zapamiętywaniem imion i twarzy jest prawdziwą plagą. Wpływa na relacje, podkopuje pewność siebie, sabotuje pracę. Problem ten dotyka 3 osoby na 4. Czy Ty też jesteś wśród 75% ludzi?

Zapamiętywanie imion ma szczególne znaczenie, jeśli jesteś:

- Sprzedawcą (szczególnie bezpośrednim)
- Specjalistą pracującym w zespole,
- Szefem lub menagerem
- Politykiem
- Duszą towarzystwa
- Nauczycielem, trenerem, prezydentem

Umiejętność zapamiętywania imion przydaje się każdemu w codziennych sytuacjach. Stale bowiem poznajesz nowych ludzi oraz utrzymujesz relacje ze znajomymi, klientami czy dalszą rodziną.

Na pewno zdarzyło Ci się wiele razy, że rozmawiałeś z kimś mając w głowie pytanie „Jak on/ona ma na imię?”. Zamiast słuchać i koncentrować się na rozmowie poszukujesz odpowiedzi na to proste pytanie.

Pamiętaj!

CONFIDENTIAL

TOP SECRET

To zdarza się nawet najlepszym!

Zanim zdradzę Ci jak z łatwością zapamiętywać imiona, posłuchaj ciekawej historii...

Serge King, autor „Szamana miejskiego” podczas podróży po Afryce został razem ze swoją żoną zaproszony na bankiet, na którym mieli poznać ambasadora USA.

Serge tak się tym przejął, że podczas przedstawiania całkowicie zapomniał imienia swojej żony. Nerwowo tłumaczył ambasadorowi, że są ze sobą już 15 lat i wie jak nazywa się jego żona...

W końcu ona przedstawiła się sama. A Serge tylko potwierdził „No właśnie, Gloria. Wiedziałem”.

Zapamiętywanie imion i przypominanie ich sobie w odpowiednich momentach ma naprawdę duże znaczenie. Czasem nawet decyduje o być albo nie być.

Kim Beazly – przywódczyni australijskiej opozycji w wywiadzie dla największego radio w kraju, nie była w stanie przypomnieć sobie imion i nazwisk swoich 5 lokalnych senatorów. Zgadnij co się stało z poparciem społecznym dla niej? Masz rację - spadło...

Takie przypadki zdarzają się nawet najlepszym.

Jak sobie z nimi radzić?

Zaraz się dowiesz...

CONFIDENTIAL

TOP SECRET

Kraków, 3 godziny później

Kim jest SALT?

Kobieta w czarnym płaszczu wchodzi do dużego, szarego budynku. Mija recepcję. W przestronnej sali stoją ustawione rzędami komputery. Kilkoro ludzi zatopionych we własnych myślach stuka monotonnie w klawiaturę.

„Chcę skorzystać z waszej bazy danych” – mówi do zmęczonej blondynki za ladą.

„Oczywiście” – odpowiada blondynka i pokazuje jej komputer pod oknem na końcu sali.

Kobieta loguje się i wchodzi do bazy danych. W wyszukiwarce wpisuje „SALT”. Naciska Enter i obserwuje jak rzędy wyników pojawiają się na ekranie. Po chwili podnosi głowę i obserwuje salę.

Spokój. Koncentruje się na wynikach. Wśród nic nie znaczących wyszukiwań w końcu odnajduje nazwisko.

“Profesor Douglas J. Herrmann”

„Mam trop. Nareszcie!” – myśli z radością – „SALT, SALT, SALT?” Wychodzi z budynku.

„Jaki związek ma SALT z profesorem Herrmannem?” – zastanawia się wsiadając do samochodu – „Muszę to natychmiast ustalić”...

CONFIDENTIAL

TOP SECRET

Jak odkrycia kognitywistyki pomogą Ci w zapamiętywaniu imion?

Jako trener poznaję dużą osób na szkoleniach. W ciągu kilku minut poznaję imiona 15 - 20 osób, które chcę zapamiętać.

Wcześniej używałam technik pamięciowych i skojarzeń, aby zapamiętać imię. Jednak tworzenie w głowie kolorowej, zabawnej historii nie szło w parze z uważnym słuchaniem o potrzebach i oczekiwaniach kursantów. Dlatego zapamiętywałam ich imiona, lecz często kosztem innych ważnych dla mnie informacji.

Było tak do momentu, aż...

poznałam odkrycia profesora Douglasa J. Herrmanna. Ten znany amerykański naukowiec z Uniwersytetu Memphis od wielu lat bada działanie ludzkiego mózgu i pamięci.

Jest autorem 10 bestsellerów na temat poprawy pamięci i twórcą techniki SALT.

SALT to prosty przepis na zapamiętywanie imion poznanych osób, oparty na działaniu pamięci. Składniki przepisu ukryte są pod literami SALT, tworząc łatwy do zapamiętania akronim.



CONFIDENTIAL

TOP SECRET

FOR YOUR EYES ONLY

1. Powiedz głośno imię, które chcesz zapamiętać.

Bardzo ważne, abyś poprawnie użył imienia po raz pierwszy. Dlatego, gdy usłyszysz czyjeś imię powiedz je na głos. To pozwoli Ci dobrze zrozumieć i skoncentrować się na informacji, którą chcesz zapamiętać.

W razie pomyłki osoba poprawi Cię, co da gwarancję, że informacja, którą zapamiętujesz jest poprawna.

Mówiąc głośno wzmacniasz sygnał nerwowy i dajesz do zrozumienia mózgowi, że ta informacja jest ważna.

Pamiętaj! Jak najszybciej powiedz imię osoby na głos. Wystarczy proste: „Miło mi Cię poznać Aurelio”

FOR YOUR EYES ONLY

2. Zapytaj o coś używając imienia.

To bardzo ważny punkt metody SALT. Rozmawiając z kimś, szczególnie, gdy poznajesz nową osobę, jest wiele okazji, aby zapytać o coś drugą osobę. Może o pracę, zainteresowania, lub choćby o sytuację, w której się poznajecie.

Drugie użycie utrwali informację w pamięci. Wzmocni sygnał o ważności informacji i pomoże Ci łatwiej przypomnieć sobie imię kolejny raz.

Pamiętaj! Możesz zapytać o dowolną rzecz. Po prostu użyj imienia pytając: „Powiedz mi Kamilu, czy często jesteś w tych okolicach?”

CONFIDENTIAL

TOP SECRET

FOR YOUR EYES ONLY

3. Co najmniej JEDEN raz użyj imienia w rozmowie.

Zdradzę Ci sekret. Ludzie (w większości) uwielbiają, gdy ktoś zwraca się do nich po imieniu. Czują się zauważeni i docenieni, bo niewiele osób używa imienia podczas rozmowy. Dlatego masz szansę na dobry kontakt już podczas pierwszych kilku minut znajomości.

Wykorzystaj tę szansę, używając co najmniej 1 raz czyjegoś imienia podczas całej rozmowy, na przykład na zasadzie „**Stuchaj Małgosiu, tak się zastanawiam...**”

FOR YOUR EYES ONLY

4. Zakończ rozmowę używając imienia.

Z punktu widzenia działania mózgu, ważne jest jak zaczynasz i jak kończysz. Te dwa momenty pamięć wyłapuje najszybciej z całej rozmowy.

Jeśli chcesz mieć pewność, że imię danej osoby będzie dostępne dla Ciebie zawsze i wszędzie, gdy tego potrzebujesz:

Zakończ rozmowę używając imienia. Nawet proste: „Do zobaczenia Piotrze. Czekam na e-mail od Ciebie” z całą pewnością wystarczy.

Zapamiętywanie imion jest proste, gdy znasz SALT. Nie potrzebujesz historyjek ani kombinowania skojarzeń. Wystarczy odrobina koncentracji i pamiętanie o tym, aby używać imienia podczas całej rozmowy.

Tylko jak pamiętać, żeby o tym pamiętać? O tym powiem Ci już za chwilę...

CONFIDENTIAL

TOP SECRET

Drzwi otwały się z hukiem. Kobieta wpada do biura. Zrzuca z siebie czarny płaszcz.

Siada na krześle. Przez chwilę masuje sobie dłońmi zmęczoną twarz. Aż wreszcie jej oczy rozbłyskują, a z gardła wydobywa się krzyk.

- „Mam! SALT jest szyfrem, pod którym profesor sprytnie ukrył informacje o swoim projekcie. Że też wcześniej o tym nie pomyślałam”

Jej umysł pracował z zawrotną szybkością. Wyszukawszy informacje o profesorce, kobieta błyskawicznie połączyła je z literami S, A, L, T. „Banalne” – pomyślała – „Tak jakby chciał, aby je ktoś szybko rozszyfrował”.

„Ale jedno nie jest dla mnie jasne...” – powiedziała do siebie –

Jak i gdzie można zastosować SALT??

Technika SALT jest tak prosta, że możesz ją stosować praktycznie w każdej sytuacji. Szczególnie podczas:

- kontaktu osobistego
- rozmów przez telefon, skype itd
- kontaktu przez email, komunikator itd
- korzystania z portali społecznościowych

Pomyśl, ile nowych znajomości możesz nawiązać, ilu klientów czy partnerów biznesowych zdobyć, dzięki dobremu kontaktowi i pewności siebie wynikającym z umiejętności zapamiętywania imion.

CONFIDENTIAL

TOP SECRET

Jedyne, co musisz zrobić to sprawdzić SALT w praktyce jak najszybciej.

Pamiętaj! Powiedz imię głośno, zapytaj o coś używając imienia, użyj imienia w rozmowie i zakończ używając imienia. Banalne, prawda?

Żadnych kombinacji, wyobrażeń, historyjek, cudów wianków...

Skuteczność: 100%

Mam dla Ciebie jeszcze jedną ważną wskazówkę.

Podczas kontaktu z nową osobą **KONCENTRUJ SIĘ** i słuchaj, co mówi.

Ile razy miałeś tak, że podczas rozmowy układałeś sobie w głowie własny plan wypowiedzi? Chciałeś dobrze wypaść i powiedzieć wszystko odpowiednio.

Zgadnij co się dzieje, gdy to robisz?

Przestajesz słuchać. Koncentrujesz się do wewnątrz, a nie rozmówcy i tym co mówi. Przez to nie pamiętasz imienia, ani żadnych informacji.

Aby dobrze zapamiętać, musisz się skoncentrować. Rzadko używam słowa „musisz”, jednak w tym wypadku musisz :)

Koncentracja jest kluczem do pamięci, dlatego koncentruj się na rozmówcy. Na tym co mówi, szczególnie, gdy się przedstawia. A potem zaprzęgnij SALT do działania. Tylko tyle masz zrobić, aby z łatwością i bez wysiłku zapamiętywać imiona.

11
CONFIDENTIAL

TOP SECRET

Działaj teraz!

Wiesz kiedy zapamiętujesz najlepiej?

Kiedy działasz :)

Jeśli teraz, od razu wprowadzisz SALT w życie, będziesz o tych zasadach pamiętać już zawsze przy każdym spotkaniu czy rozmowie.

Zacniemy od najprostszej rzeczy.

1. **Wejdź na dowolny portal społecznościowy**, na którym masz konto. Może to być Facebook.pl, Goldenline.pl czy nawet Nasza-Klasa.pl lub inny dowolny portal. Jeśli nie masz żadnego, rejestracja na którym z nich zajmie Ci 60 sekund.

2. Dodaj nową osobę do znajomych, wybierając kogoś kto wyda Ci się interesujący, ciekawy czy po prostu przyciągnie Twoją uwagę.

3. W komentarzu do zaproszenia napisz krótką wiadomość, używając techniki SALT. Czyli zapraszając osobę:

- a. powiedz jej imię na głos.
- b. zapytaj ją o coś używając imienia np. „Basiu, czy mogę dołączyć do grona twoich znajomych?”
- c. napisz coś o sobie, zwracając się do nowej osoby po imieniu
- d. zakończ używając imienia np. „czekam na twoją odpowiedź Kamilu”

Jutro lub za kilka godzin wróć do portalu i sprawdź swoje zaproszenie. Zdziwisz się, jak serdeczną otrzymasz odpowiedź. Zanim jednak wejdiesz, przypomnij sobie imię zapraszanej osoby. Ciekawe jak szybko je sobie przypomnisz :)

CONFIDENTIAL

TOP SECRET

Poniżej załączam zrzut ekranu z mojego ostatniego zaproszenia "Metodą SALT".



Jeśli masz okazję poznawać ludzi osobiście lub przez telefon, korzystaj z SALT jak najczęściej! Po krótkim czasie stanie się to dla Ciebie tak naturalne, że nie będziesz musiał o tym pamiętać.

Imię osoby samo będzie się zapamiętywało. A Ty będziesz się cieszył świetnymi relacjami, większą pewnością siebie, lepszymi kontaktami w pracy czy biznesie i ogromnym zadowoleniem z siebie.

Pomyśl tylko, jakie to proste!

13
CONFIDENTIAL

TOP SECRET

To nie może zostać ujawnione

- pomyślała kobieta wstając z krzesła. Światło lampy oświetliło jej zmęczoną twarz. Wiedziała, że musi zrobić wszystko, żeby odkrycia profesora Herrmanna nigdy nie ujrzały światła dziennego.

Nie wiedziała jednak najważniejszego: było już za późno!

„Jak wyglądałby świat, w którym wszyscy mieliby tę wiedzę?” – myślała – „Szczęśliwi ludzie, lepsze relacje, większa pewność siebie, większe pieniądze. O nie! To zbyt niebezpieczne. Musze coś zrobić, aby powstrzymać SALT”

W tej chwili zadzwonił telefon. Jego dźwięk odbił się głucho od ścian ciasnego biura agencji. Kobieta podniosła słuchawkę. Słuchała przez moment, a jej twarz wykrzywił grymas wściekłości.

„Co takiego? Ktoś opublikował w Internecie raport o SALT i udostępnił go 20 tysiącom ludzi! To niemożliwe... Ludzie przesyłają go wszystkim znajomym?”

„NIEEEEE!!!!!!” – jej krzyk brzmiał złowrogo, odbijał się od ścian i cichł nad zaśnieżonym miastem, gdzie ludzie już korzystali z SALT, aby mieć lepsze relacje, więcej pieniędzy i satysfakcję z siebie i swojej pamięci.

CONFIDENTIAL

TOP SECRET

NOWY YORK w tym samym czasie

Krople deszczu rozbijały się o parasole przechodniów. Deszcz ze śniegiem padał już od kilku dni, przemaczając wszystko do suchej nitki. Mężczyzna w średnim wieku zakaszłał nerwowo idąc ulicą górnego Manhattanu...

Płatek śniegu spadł mu na rękawicę, aby za chwilę stopnieć pod ciepłym oddechem. "To mi przypomina..." - pomyślał - "Czasy, gdy zima była moją ulubioną porą roku..."

Nie zdążył dokończyć myśli, gdy zza zakrętu wypadł czarny mercedes. Z piskiem opon zahamował, ślizgając się na mokrej nawierzchni...

Z wozu wyskoczyło dwóch osiłków. "Wsiadaj!" - powiedział jeden z nich wpychając przerażonego mężczyznę do auta.

W wozie panował przenikliwy mrok. Zanim porwany zdołał się otrząsnąć, z głębi dobiegł go głęboki głos. "Czyli to Pan jest tym słynnym Mistrzem Pamięci. Doskonale, mam do Pana parę pytań"

Samochód zniknął w gąszczu miasta, zabierając ze sobą kolejną zagadkę pamięci...