

O POROZUMIEWANIU SIĘ NA RZECZ WSPÓŁPRACY

Mimo, iż zazwyczaj porozumiewamy się tym samym językiem to używamy znaczenia poszczególnych słów i sformułowań w sobie właściwy sposób. Innymi słowy ludzie używając tych samych słów i sformułowań mają najczęściej różne rzeczy na myśli. Skuteczne porozumienie się w jakiejś kwestii wymaga zdefiniowania znaczeń niektórych wyrażań lub, co najmniej sprawdzenia, czy dwie osoby używające tego samego zwrotu mają podobne treści na myśli.

SZTUKĄ JEST ZROZUMIEĆ, CO CZŁOWIEK CHCE POWIEDZIEĆ,
GDY MÓWI TO, CO MÓWI.

POMOCNE MOŻE BYĆ TU UWAŻNE SŁUCHANIE

Wskazówki dla uważnego słuchacza:

1. Bierz pod uwagę perspektywę drugiej osoby - ta osoba może czuć, reagować, rozumieć zupełnie inaczej niż Ty. Postaraj się wejść w jej skórę i zrozumieć, co się z nią dzieje, co przeżywa i czego potrzebuje
2. Skup się na swoim rozmówcy, poświęć mu swój czas, nie próbuj robić niczego innego. Jak chcesz stworzyć warunki sprzyjające rozmowie to wyłącz telewizję i przestań grać na komputerze. Może Ty potrafisz robić kilka rzeczy na raz, ale Twojego rozmówcę może to zniechęcić
3. Pokazuj mówiącemu, że go słuchasz, rozumiesz i akceptujesz - tonem głosu, utrzymywaniem kontaktu wzrokowego, pozycją ciała, kiwaniem głowy etc. Warto też czasami zadać jakieś istotne pytanie
4. Nie przerywaj, nie dawaj rad, nie sugeruj rozwiązań, unikaj jak ognia oceniania, nie kończ za niego zdań, daj mu powiedzieć, co chce powiedzieć i nie zaczynaj swoich opowieści niezależnie od tego jak bardzo są na rzeczy - pamiętaj, że to nie Twój czas. Czasami uważne słuchanie wystarczy, ale czasami przydaje się coś jeszcze: aktywne uważne słuchanie i jego podstawowe narzędzia...