

Общение - это неотъемлемая часть нашей жизни. Мы общаемся постоянно, даже когда молчим (через наши жесты, движения, мимику).

Так пусть общение станет еще эффективнее!

Контакт

Помните, что для того чтобы общение было эффективным, между вами и вашим собеседником нужно установить контакт. В ходе общения каждый из нас желает, чтобы его услышали и поняли, по этой причине в ходе разговора проявляйте уважение к точке зрения говорящего. Для эффективного общения рекомендуется также говорить в том же темпе и в том же объеме, а также используя аналогичную позу (стоя либо сидя) что и ваш собеседник.

Говорите по существу

Не стоит использовать витиеватые длинные фразы в разговоре, используя лишь общие слова, ведь в этом случае вы рискуете остаться непонятыми. Важно все же говорить конкретно и по существу, чтобы собеседник мог без труда вас понять и при этом понять именно так, как вам хотелось бы.

Невербальное общение

Невербальное общение - это очень важная составляющая общения. Лишь 7% общения составляют непосредственно слова. Это означает, что 93% общения состоит из мимики и жестов. Невербальное общение мы используем и для того, чтобы показать нашу ответную реакцию на то, что нам сообщают.

Убедитесь в том, что вас поняли правильно

После того как вы закончили разговор, сообщили определенную информацию, обязательно убедитесь в том, что вас поняли правильно. Для этого просто задайте несколько вопросов типа «Понимаешь ли ты то, о чем я собственно хотел/хотела сказать?» либо аналогичный вопрос.

Реагируйте на информацию собеседника

Не стоит пассивно воспринимать информацию собеседника. В ходе беседы рекомендуется давать понять жестами, мимикой словами то, что вы слушаете и слышите собеседника, вы понимаете то, о чем он сообщает. Если вам что-то не совсем понятно, обязательно переспрашивайте «А правильно ли я тебя понял/поняла?».