

در محیط کار، با دیگران چگونه رفتار کنیم؟

هر فردی باید بداند که چگونه می‌تواند با دیگران ارتباط برقرار نماید. به یاد داشته باشید ...



هر فردی باید بداند که چگونه می‌تواند با دیگران ارتباط برقرار نماید. به یاد داشته باشید که عدم مهارت‌های رفتار با دیگران، سبب دل‌سردی و ناامیدی می‌شود. یک انسان موفق می‌داند که کار کردن با دیگران به خصوص در دنیای کنونی، ارتباطی توأم با مهارت را می‌طلبد. جامعه‌شناسی می‌گوید: «هنگام برخورد با مردم به خاطر داشته باشید که با مخلوقات منطقی طرف نیستید، با موجوداتی که سرشار از غرور، خودبینی و تعصب هستند، طرف هستید.» در این نوشته سعی شده است تا برخی از قوانین اصلی ارتباطات انسانی در فضای کاری به شما معرفی شود. پس با ما همراه باشید.

1- دیگران را با نام صدا بزنید:

این خوشایندترین صدا برای گوش هر کسی است. وقتی نام فردی را به کار می‌برید، در حقیقت پیغام خود را تنها برای آن شخص ارسال می‌کنید. این کار شما سبب می‌شود فرد مقابل دریابد که برای او اهمیت و ارزش قائل هستید. جملات خود را با اسامی افراد پیام‌رسان و با سوالاتی نظیر: «علی، امروز خوب هستی؟» آغاز نمایید.

2- اشتباه خود را بپذیرید:

اگر این مسئله را بپذیرید که اعتراف به اشتباهات در محیط کار، یکی از ستوده‌ترین اعمال است، پس با اعتراف به اشتباه خود، هرگز فکر نخواهید کرد که وجهه خود را از دست خواهید داد.

یادمان باشد در اعتراف به اشتباهاتمان زیاده روی نکنیم مثلاً لازم نیست با عذرخواهی فراوان در جلسات، اقدام به بیان اشتباهات خود نمایید. جمله «من اشتباه کردم و متوجه آن هستم» کفایت می‌کند.

3- دیگران را با معیارهای بالا در نظر بگیرید:

اندک افرادی در بین ما هستند که معمولاً عقل کل خطاب می‌شوند. به نظر می‌رسد این گونه افراد فکر می‌کنند که هیچ کس جز خودشان قادر به انجام صحیح امور نیست. جزو این گروه از افراد نباشید. به قابلیت‌های دیگران اعتماد نمایید. در واقع به آنها در انجام دادن کارها به بهترین وجه ممکن اطمینان داشته باشید. این به معنای داشتن انتظارات بیش از حد نیست. باور داشتن یک فرد او را تشویق به انجام کارها با حداکثر توان می‌کند و از ناامیدی جلوگیری می‌کند.

4- علاقه‌ای صادقانه از خود نشان دهید:

به سخنان خود دقت کنید و بدانید چه وقت باید آنها را بیان کنید. هر فردی در محیط کار شما، دارای سابقه‌ای از علایق و تجارب و سلیقه گوناگون است. حتی اگر نقطه اشتراکی با هم ندارید، در مورد اطرافیان اطلاعات کسب نمایید. مردم دوست دارند که دیگران آنها را به خاطر داشته باشند پس در سخن گفتن دقت نمایید.

5- از دیگران تعریف و تمجید کنید:

در مورد تعریف خود صریح باشید و نشان دهید که در مورد آنچه که فرد انجام داده است، آگاهی دارید، به طور مثال بگویید: «علی، تو خیلی خوب جلسه را اداره کردی به خصوص وقتی همه از مسیر موضوع اصلی منحرف شده بودند». در عین حال سعی کنید به ندرت و فقط زمانی که واقعا نیاز است، انتقاد نمایید، انتقاد را طوری بیان کنید که مانند یک نصیحت سازنده از طرف دوستی قابل اعتماد در نظر گرفته شود.

6- مراقب حرف‌هایتان باشید:

اگر قصد ندارید، کاری را انجام دهید، هرگز نگویید که آن را انجام خواهید داد. یادتان باشد اعتبار شما، ارتباطی تنگاتنگ با گفتارتان دارد. اگر به قول خود عمل نکنید، در مورد کارهای بزرگ به شما اعتماد نخواهد شد و در نتیجه پیشرفتی حاصل نمی‌شود.

7- قدردانی و سپاسگزاری فراموش نشود:

اگر فردی لطفی به شما کرد، تشکر نمایید و مقابله به مثل کنید و این را بدانید که شما به خودی خود مستحق لطف نیستید و کسی به شما بدهکار نیست. پس تشکر فراموش نشود.

8- با فکر و ملاحظه باشید:

اگر قبل از صحبت نمودن خوب فکر کنید شاید هیچ‌وقت، ابهامی در گفتارتان سبب سوء تعبیر نشود. در صورت بروز سوء تفاهم یادمان باشد، نظرات دیگران را محترم بشماریم. ببینید چرا آنها این‌گونه فکر می‌کنند. به جای مشاجره از دیگران بخواهید در مورد مواضع‌شان توضیح دهند، مجبور نیستید، موافقت کنید، اما می‌توانید بگویید: «من متوجه هستم شما چه می‌گویید.»

9- از خودگذشتگی فراموش نشود:

بد نیست گاهی اوقات از مکان شغلی خود خارج شده، به دیگران در کارهای‌شان کمک نمایید. این عمل را بدون این‌که از شما

درخواست شود، انجام دهید، گفتن: «کمک لازم ندارید؟» شما با این کار، دیگران را تشویق به از خودگذشتگی نموده و در نتیجه محیط کاری مثبت قوی ایجاد خواهد شد و دیگر این که برای خود لطفی دو جانبه را خریداری می‌نمایید، چرا که مهربانی همیشه باز می‌گردد.

10- متواضع و فروتن باشید:

یادمان باشد اگر به کامیابی دست یافتیم، خود از آن تعریف نکنیم بلکه دیگران خود متوجه آنها گردند، «همچنان که گفته‌اند، مشک آن است که خود ببوید نه آن که عطار بگوید.»

11- به حفظ آبروی دیگران کمک کنید:

اگر همکاران اشتباهی کرد با خندیدن به اشتباهی که شخص (نه با خندیدن به خود شخص) مرتکب شده، به همراه ضربه‌ای دوستانه به شانه‌های او از پریشانی‌اش بکاهید و بگویید: «این برای بهترین افراد هم ممکن است پیش بیاید.» با این کار به او و دیگران اطمینان می‌دهید که دنیا به پایان نرسیده است.