



TEAWAY
Promoting Tea as the Engine of Growth
for the Black Sea Basin Area



Κοινωνικές & Επικοινωνιακές Δεξιότητες Πώς να χειρίζεστε τον Σεβασμό

ΖΗΣΟΠΟΥΛΟΥ ΘΩΜΑΗ

Σεβασμός: Μία Επικοινωνιακή Δεξιότητα που είναι σημαντική

Εχετε ποτέ σκεφτεί τι σημαίνει να δείχνετε Σεβασμό;

Μπορεί να είναι εύκολο για εσάς να λέτε «παρακαλώ» και «ευχαριστώ» και να εξαντλείται σε αυτά ο Σεβασμός. Ωστόσο, σημαίνει πολλά περισσότερα.

Εχετε αναρωτηθεί ποτέ πως μπορείτε να δείχνετε περισσότερο τον Σεβασμό στην Επικοινωνία σας;

Δείτε μερικές συμβουλές για αποτελεσματική επικοινωνία στον χώρο της δουλειάς:

Εξασκηθείτε στην ευγένεια και τους καλούς τρόπους

Πρέπει πάντα να δείχνετε καλούς τρόπους ανεξαρτήτως με ποιον μιλάτε, αν είχατε ή δεν είχατε μια καλή μέρα ή κάτι άλλο που μπορεί να σας απασχολεί.

Να δείχνετε πάντα ευγένεια προς τους άλλους, ακόμα και αν δεν το νοιώθετε.

Η στοιχειώδης ευγένεια θα σας επηρεάζει πολύ θετικά

Να ακούτε με ευγνωμοσύνη

Οι άνθρωποι τείνουν να μιλούν πολύ στα επαγγέλματα του κλάδου του Τουρισμού — ωστόσο θα πρέπει επίσης να ακούτε τους άλλους.

Η επιτυχημένη επικοινωνία είναι αμφίδρομη, οπότε βεβαιωθείτε ότι όταν συνομιλείτε, αφιερώνετε χρόνο για να ακούτε προσεκτικά και ενεργά τους άλλους.

Αποφύγετε τον αρνητισμό

Ανεξάρτητα από το πόσο αναστατωμένοι μπορεί να είστε για κάποιο θέμα, δεν πρέπει ποτέ να προσβάλλετε, να υποτιμάτε ή να γελοιοποιείτε άλλους ανθρώπους ή τις ιδέες τους. Στο τέλος, θα οδηγηθείτε σε αμοιβαία απώλεια σεβασμού που θα μπορούσε να επηρεάσει πολύ αρνητικά τον χώρο εργασίας στο σύνολό του.

Αντί του παραπάνω, επιλέξτε έναν εποικοδομητικό τρόπο για να συμβιβάζετε τα πράγματα και να συνεργάζεστε για να επιλύετε τυχόν προβλήματα που προκύπτουν.

Πως να χειρίζεστε τον Σεβασμό

Εχετε αναρωτηθεί ποτέ πως μπορείτε να δείχνετε περισσότερο τον Σεβασμό στην Επικοινωνία σας;

Δείτε μερικές συμβουλές για αποτελεσματική επικοινωνία στον χώρο της δουλειάς:

Μιλήστε με τους ανθρώπους – όχι για τους ανθρώπους

Εάν αντιμετωπίζετε πρόβλημα με ένα άτομο ή μια κατάσταση, ο καλύτερος τρόπος για να το αντιμετωπίσετε είναι να μιλήσετε με το άτομο αυτό.

Μιλήστε μαζί του με εποικοδομητικό τρόπο που να δείχνει ότι τον σέβεστε.

Μην κρίνετε υπερβολικά τους άλλους

Όταν ηγείστε μίας ομάδας, είναι σημαντικό να κάνετε εποικοδομητικά σχόλια και να αναφέρετε τι θα μπορούσαν να κάνουν διαφορετικά για να δουλεύουν πιο αποδοτικά - το να υποτιμάτε ή να κάνετε συνεχώς αρνητική κριτική θα αποθαρρύνει τους άλλους και θα βλάψει τη σχέση σας μαζί τους.

Αντ' αυτού, προσφέρετε σταθερή θετική ενίσχυση μαζί με εποικοδομητικά σχόλια για να δώσετε στους συναδέλφους σας την εμπιστοσύνη και την ενθάρρυνση που χρειάζονται.

Αντιμετωπίστε τους ανθρώπους ισότιμα

Ανεξαρτήτως διαφορών στο στη θέση, τα προσόντα ή άλλους παράγοντες, να συμπεριφέρεστε σε όλους με τους οποίους αλληλεπιδράτε με έναν δίκαιο και ισότιμο τρόπο για να διατηρείτε έναν θετικό χώρο εργασίας.

Πως να χειρίζεστε τον Σεβασμό

Εχετε αναρωτηθεί ποτέ πως μπορείτε να δείχνετε περισσότερο τον Σεβασμό στην Επικοινωνία σας;

Δείτε μερικές συμβουλές για αποτελεσματική επικοινωνία στον χώρο της δουλειάς:

Να δείχνετε συναισθηματική ενσυναίσθηση

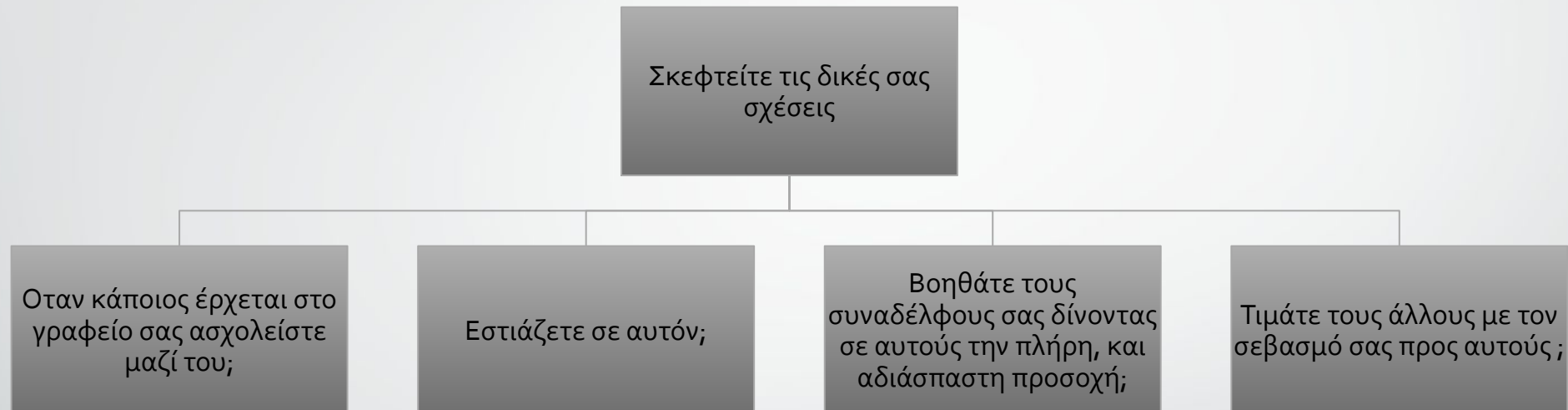
Ποτέ δεν μπορείτε να γνωρίζετε ακριβώς τι συμβαίνει στη ζωή κάποιου άλλου - οπότε όταν μιλάτε με άλλους, μην κάνετε κριτική, ούτε να είστε απρόσωποι ή κλειστοί.

Να είστε συναισθηματικά ανοιχτοί, ακολουθήστε τις υποδείξεις των άλλων και εξασκήστε την ενσυναίσθηση. Θα σας βοηθήσει σε κάθε σας σχέση.

Να εκτιμάτε τις απόψεις των άλλων

Διαφορετικές ιδέες και προοπτικές είναι αυτά που κάνουν έναν χώρο εργασίας πολύπλευρο και βοηθούν στην πρόοδο, οπότε φροντίστε πάντα να εκτιμάτε τις απόψεις των άλλων, να ενθαρρύνετε την έκφραση, να λαμβάνετε υπόψη τις απόψεις τους και να επιζητάτε την συνεργασία.

Μάθετε πως να κερδίζετε τον Σεβασμό των άλλων και πως να δείχνετε τον Σεβασμό στους άλλους



Σας προκαλώ να προσπαθήσετε να δείχνετε σεβασμό στους ανθρώπους με τους οποίους αλληλεπιδράτε. Δεν πρόκειται απλά για την πρόθεσή σας να δείχνετε σε αυτούς ότι τους σέβεστε. Αυτό είναι εύκολο. Εδώ μιλάμε για την αλλαγή της συμπεριφοράς σας προς τους άλλους για να αισθάνονται αυτοί ότι τους σέβεστε. Είναι αυτό το «αίσθημα σεβασμού» που έχει πραγματική αξία.

ΣΕΒΑΣΤΕΙΤΕ ΤΗΝ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑ



Σκεφτείτε το...

- Σκεφτείτε λοιπόν τις επαγγελματικές σας σχέσεις. Όταν κάποιος μπαίνει στο γραφείο σας ασχολείστε πραγματικά μαζί του; Βοηθάτε τους συναδέλφους σας δίνοντάς τους την πλήρη και αδιάκοπη προσοχή σας; Τους τιμάτε δείχνοντάς τους τον απαραίτητο σεβασμό;

**Σας ευχαριστώ για
την προσοχή σας!**