



ทำไมการสื่อสารด้วยความใส่ใจถึงสำคัญ

การสื่อสารเป็นกุญแจสำคัญในการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข ความขัดแย้ง ความเข้าใจผิด หรือความไม่แน่นอนเป็นส่วนหนึ่งของความสัมพันธ์ทุกประเภท ไม่ว่าจะเป็นเพื่อนร่วมงานที่ทำงานมิตรภาพ ความสัมพันธ์โรแมนติก หรือความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และลูก ต่างเป็นเพียงไม่กี่ประเภทของการเชื่อมต่อระหว่างผู้คน หากเราสามารถรักษาการสื่อสารที่ยุติธรรมและเปิดกว้างได้ ความสัมพันธ์เหล่านี้จะยั่งยืน มีความสุข และเต็มไปด้วยความรัก

สำหรับการสื่อสารที่ประสบความสำเร็จ ข้อได้เปรียบ คือ การเข้าใจกลไกบางอย่างและปฏิบัติตามกฎบางประการ

ข้อปฏิบัติที่สำคัญที่สุด คือ ทุกความคิดเห็นและทุกมุมมองนั้นมีความเท่าเทียมกัน เพราะทุกคนต่างมีความจริงหรือข้อเท็จจริงเป็นของตัวเอง ดังนั้นประเด็นไม่ใช่เพียงว่าใครถูกหรือผิด การสื่อสารที่ประสบความสำเร็จที่ดีนั้น คือเมื่อมุมมองความคิดเห็นนำไปสู่การแก้ปัญหาที่ดีต่อทุกๆ คนในเรื่องนี้ ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องโดยตรงมีความเห็นตรงกัน แต่ถ้าหากทำเพียงเพื่อความพึงพอใจเพียงฝ่ายเดียว จะเป็นการแก้ปัญหาที่ปลายเหตุเท่านั้น

การหาทางออกที่ดีสำหรับทุกๆ คนที่เกี่ยวข้องนั้น ค่อนข้างใช้เวลา อย่างไรก็ตาม มันคุ้มค่ามาก และง่ายต่อการแก้ปัญหาและการดำเนินการขั้นตอนต่อไป

การสื่อสารที่ดี เปรียบเหมือนภารกิจต่อเนื่อง และการเรียนรู้กระบวนการลองผิดลองถูก มันคุ้มค่าที่จะเดินไปตามเส้นทาง และเป็นเรื่องที่ยอดเยี่ยมที่จะได้สัมผัสประสบการณ์ ว่าสามารถทำอะไรได้บ้าง

การสื่อสารที่มุ่งเน้นการแก้ปัญหา

เป้าหมายในการสื่อสารที่มุ่งเน้นการแก้ปัญหานั้น คือการหาทางแก้ปัญหาที่มีผลในระยะยาว ทางแก้ปัญหานี้จะได้ผลที่ดีก็ต่อเมื่อทุกๆ คนที่ส่วนรวมเห็นด้วยไปในทิศทางเดียวกันทั้งหมด การประนีประนอม จะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อ เมื่อฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งยินยอมที่จะสื่อสารออกมา เพื่อความสงบสุข แต่ถ้าหากเอาแต่เก็บความรู้สึกโกรธไว้ภายในใจไม่ยอมสื่อสารออกมา จะทำให้เป็นปัญหาที่เกิดขึ้นในระยะยาว

ขั้นตอนการหาทางแก้ไขปัญหา

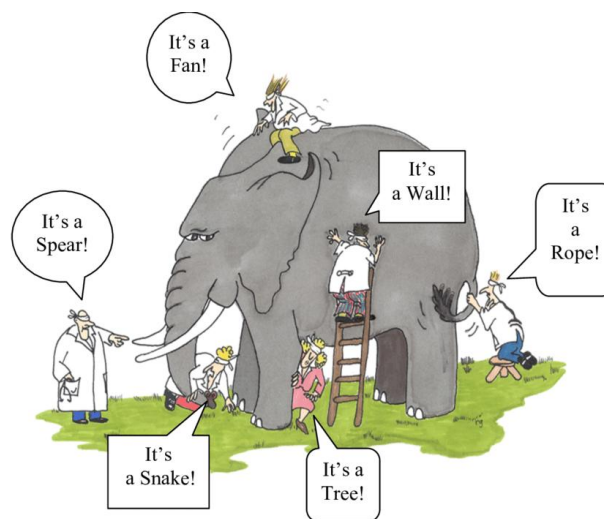
1. ชี้แจงสถานการณ์ และข้อเท็จจริงทั้งหมดอย่างแม่นยำ เพื่อให้แน่ใจว่าทุกคนกำลังพูดถึงสิ่งเดียวกัน
2. ทุกคนแบ่งปันความรู้สึกที่แท้จริงและข้อเท็จจริงของตนเอง โดยปราศจากรามณ์ส่วนตัว การหาทางแก้ปัญหามองต้องขึ้นอยู่กับข้อเท็จจริงเท่านั้น
3. ทุกคนที่เกี่ยวข้องเสนอวิธีแก้ปัญหา ความคิดสร้างสรรค์เป็นสิ่งสำคัญในส่วนนี้ของกระบวนการ เป้าหมาย คือ การค้นหาวิธีแก้ปัญหาที่เป็นที่ยอมรับสำหรับความเป็นอยู่ที่ดีของผู้ที่เกี่ยวข้อง
4. หาวิธีการดำเนินการแก้ปัญหา และลงมือปฏิบัติดำเนินการตามวิธีแก้ปัญหา

สร้างและปฏิบัติตามกฎการสื่อสาร

ขอแนะนำให้สร้างกฎบางอย่างขึ้น สำหรับการสื่อสารในกลุ่มที่พบกันเป็นประจำ (เช่น ครอบครัว) ด้านล่างนี้เป็นกฎพื้นฐานบางประการ แน่ใจว่าสามารถเพิ่มกฎเพิ่มเติมได้

- ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องโดยตรงอยู่ในสถานที่เดียวกัน
- ทุกความคิดเห็นหรือมุมมองมีค่าเท่ากัน (หนึ่งคน = หนึ่งความคิดเห็นหรือมุมมอง)
- ทุกคนได้รับอนุญาตให้พูดจบ
- หมายเหตุ: ผู้ที่พูดไม่สามารถฟังได้ เพราะสมองของเราไม่สามารถพูดและฟังด้วยความตั้งใจเต็มที่ในเวลาเดียวกัน ผู้ที่ไม่พูด (ผู้ฟัง) โปรดฟังอย่างตั้งใจ

ความเข้าใจผิด



ความเข้าใจผิดมีส่วนเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ทั้งหมด ดังนั้นการสื่อสารที่แม่นยำ ชัดเจน และเปิดกว้างจึงเป็นสิ่งสำคัญ ความเข้าใจผิดเกิดขึ้นจาก :

- สมมติฐาน การบอกเป็นนัย ความคลุมเครือ การตีความผิดของสถานการณ์ ความคาดหวังที่แตกต่างกัน ฯลฯ
- อารมณ์ที่รุนแรงและปฏิกิริยาที่หุนหันพลันแล่น
- การเลือกใช้คำที่แตกต่างกัน

ดังนั้น :

ถามคำถามจนกว่าทุกคนจะพูดถึงสิ่งเดียวกัน!

สรุป: ช้างและคนตาบอด

เรื่องราวเกี่ยวกับช้างและคนตาบอด เกี่ยวกับมุมมองที่แตกต่างกัน และแสดงให้เห็นว่าทุกคนมีมุมมองที่จำกัด การสื่อสารที่เคารพและชัดเจนเป็นกุญแจสำคัญ

ในนิทานคนตาบอดหลายคนสัมผัสส่วนต่างๆ ของช้าง พวกเขาถูกถามว่าช้างเป็นอย่างไร คำตอบแตกต่างกันมากเนื่องจากส่วนต่างๆ ของช้างรู้สึกแตกต่างกัน ตัวอย่างเช่น คนที่สัมผัสหางบอกว่าช้างเหมือนเชือก ดังนั้นพวกเขาจึงเริ่มทะเลาะกัน

มีข้อสรุปหลายประการจากเรื่องนี้ ดังนั้นอย่ายึดติดกับการมองเห็นของคุณ เกี่ยวกับสิ่งหนึ่งๆ เปิดใจรับฟังให้สามารถพิจารณามุมมองอื่นๆ ได้ด้วย

ด้วยการสื่อสารที่เปิดกว้างและเป็นมิตร คนตาบอดสามารถสนุกกับการพูดคุยเกี่ยวกับช้าง ว่ามีลักษณะเป็นเป็นอย่างไรสำหรับพวกเขา

February 2025 / © Barbara Kundert