

10 gyakori kommunikációs hiba és kezelési módszerei

01 A kommunikáció tanulható

Sokan azt gondolják, hogy a jó kommunikáció velünk született képesség. Valójában ez egy fejleszthető készség: tudatossággal, gyakorlással és visszajelzésekkel jelentősen javítható.

02 A legtöbb hiba nem szándékos

A kritika, a félbeszakítás, az általánosítás vagy a védekező reakció gyakran automatikusan jelenik meg. Az első lépés a változáshoz az, hogy felismeritek ezeket a saját működéseitekben.

03 A kisebb hibák is felhalmozódhatnak

Egy-egy rosszul sikerült beszélgetés még ritkán okoz komoly problémát. Ha azonban ugyanazok a kommunikációs minták ismétlődnek, idővel bizalomvesztéshez, érzelmi távolsághoz és visszatérő konfliktusokhoz vezethetnek.

04 A cél nem a hibátlan kommunikáció

Nem az a fontos, hogy soha ne hibázzatok, hanem hogy észrevegyétek, amikor elakadt a beszélgetés, és képesek legyetek visszatérni egy nyitottabb, egymást jobban megértő kommunikációhoz.