

المحاضرة الثانية

اهداف الاستماع

اسس تعلم مهارة الاستماع

اهداف الاستماع:

- القدرة على الاصغاء بدون ان يشتت الذهن.
- القدرة على تتبع المسموع ، وربط اجزاء الفكرة.
- القدرة على فهم المسموع بسرعة ودقة.
- القدرة على تحليل الكلام المسموع والحكم عليه.
- القدرة على معرفة الآخرين وفهم ما يريدون.
- زيادة محبة الناس لك، وزيادة قدرة التأثير.

اسس تعلم مهارة الاستماع:

- التمرين على الانتباه لمدة طويلة مع عدم الانشغال
- محاولة ادراك الافكار الاساسية والفرعية.
- محاولة الربط بين الافكار المختلفة.
- التمرين على سرعة الفهم ودقته.
- التمرين على فهم معاني المفردات.
- التمرين على اصدار حكم على النص.
- التمرين على الاستماع لمن لم تكن تستمع لهم.

التمرين على الانتباه مع عدم الانشغال:

معظم الناس يتكلمون بمعدل ١٢٠ كلمة في الدقيقة، ومتوسط قدرة الاستماع يبلغ حوالي ٤٨٠ كلمة في الدقيقة، وهذا الفرق يجعل عقولنا تسرح، فإذا استطعنا ان نعطي المتحدث اهتماما عن طريق تركيز اعيننا على المتحدث، فإن عقولنا لن تسرح.

محاولة ادراك الافكار الرئيسية والفرعية:

هئي نفسك للاستماع الى الموضوع الذي سوف يتناوله المتكلم وحدد اهدافا ترغب في تحقيقها عند الانصات له.

محاولة الربط بين الافكار المختلفة:

حاول ان تدرك الفرق بين الافكار الرئيسية والفرعية، ثم حاول الربط بينها بأن ترسم خريطة في ذهنك للموضوع.

التمرين على سرعة الفهم ودقته:

انتبه للإشارات التي تصدر عن المتكلم، او يده، او نبرة صوته، او حركة من جسده؛ لان في ذلك دلالات مهمة.

تجربة: حاول ان تجلس في مجلس وان تضع اصبعيك في اذنك وترى انفعالات المتحاورين وحركاتهم.

التمرين على فهم معاني المفردات:

أحرص على ربط ما تسمعه بما تراه من صور لتضافر السمع والبصر على استيعاب المعلومات.

دون الكلمات التي تحتاج لفهمها واسأل عنها المتكلم أو ابحث عنها في المعاجم.

التمرين على اصدار حكم على النص:

لا تقاطع المتحدث واعطه الفرصة ولا تجعل الحكم عليه الا بعد ان ينتهي من حديثه واستوضح منه عما يبدو غامضا لك.

لا تشغل نفسك بالرد على المتحدث اثناء كلامه، لأن ذلك سيشتت ذهنك ، ويجعل حكمك غير صحيح.

التمرين على الاستماع لاشخاص لم تكن تستمع لهم:

أكثر الناس يفضلون المنصت الجيد على المتكلم الجيد، ويستجيبون لمن يتمتع بهذه الصفة، فالانصات من افضل الوسائل لإظهار الاحترام للآخرين. ويقال ان كل شخص يولد وعبي جبهته علامة تقول: "اناشدك ان تشعرني بأهميتي".

إذا اردت ان تؤثر في القريبين منك ما عليك الا ان تستمع لهم جيدا ؛ فالاستماع لشخص ومعرفة رأيه غالبا ما يكون افضل وسيلة لاستقطابه الى طريقة تفكيرك.