



4 TIPS&TRICKS COMUNICARE ONLINE

Pandemia de coronavirus a cauzat probleme mari privind socializarea! Mijloacele de comunicare online stau acum la baza comunicării între persoane, fie că este vorba despre cursuri academice, fie că este vorba de o convorbire cu persoanele apropiate. Știu că și înainte comunicai prin intermediul rețelelor de socializare, însă acum, specialiștii spun că tu comunici de 7 ori mai mult prin intermediul acestora.

Comunicarea online presupune o serie de reguli diferite față de comunicarea față în față, de aceea, în acest articol o să-ți dau câteva ponturi care să te ajute să comunici cât mai eficient online.

1. Respectul în mediul online

Unul din modurile de a comunica eficient online este să urmezi principiul general al unei etici online. Comunicările arogante sau nepoliticoase creează bariere în comunicarea eficientă, atât în mediul online, cât și în viața cotidiană. Gestionează-ți cu atenție conduita și adoptă o manieră competentă, empatică și profesională!

2. Zâmbeste

Zâmbetul autentic, chiar dacă nu este văzut transmite caldură și deschidere. La fel de bine se poate simți și zâmbetul forțat sau ironic, care transmite dispreț sau aroganță. Zâmbetul sincer și autentic te poate ajuta să câștigi credibilitatea și încrederea celor cu care comunici.

3. Fii conectat cu participanții la conversație

Încearcă să te păstrezi conectat cu audiența! Pentru a înțelege mai bine modul în care gândește persoana cu care comunici, pune întrebări, fie pentru a decoperi ceva nou legat de acea persoană, fie pentru a clarifica ceea ce a spus ea. Pune întrebări care arată conectarea, precum:

Mă întreb dacă...

Nu știu dacă am înțeles bine dar ...

Corectează-mă te rog dacă greșesc dar...



Am impresia că vrei să spui că...

4. Folosește un limbaj concis și clar

Dacă nu comunică preponderent prin intermediul Ms Teams sau alte platforme similare, atunci, cel mai probabil, vei apela la email-uri, chat-uri, forumuri și alte canale de comunicare scrisă online. În acest caz, utilizarea unui limbaj corect, concis și clar este foarte importantă, fiind cheia transmiterii corecte a mesajului.

Redactarea unui mesaj scris presupune parcurgerea următoarelor etape:

- stabilirea oportunității transmiterii mesajului;
- precizarea scopului mesajului;
- adaptarea informațiilor la tipul de receptor;
- structurarea cât mai bună a ideilor;
- ierarhizarea ideilor;
- accesul la informațiile transmise;
- informațiile să fie corecte;
- anticiparea reacției receptorului.

Pentru a atinge obiectivele comunicării, evită ambiguitatea și elimină informațiile suplimentare sau irelevante.

Sper că aceste sugestii îți sunt utile și că te sprijină să fii mai eficient în a comunica online! Dacă întâmpini dificultăți în a comunica online și vrei să gestionezi mai bine situația ne poți trimite un e-mail pe adresa: centru.consiliere@upb.ro și te vom sprijini!

Luca Andra Gabriela

Psiholog și consultant în carieră CCOC