

## Moc słów ...

Dziś jeszcze słów parę na temat komunikacji interpersonalnej, a w szczególności na temat tego, jak ważne są słowa.

Mówicie nam często, że z Waszych relacji z ludźmi, zarówno dorosłymi jak i rówieśnikami to, co utkwiło Wam w pamięci i co miało dla Was znaczenie, to słowa, które usłyszeliście od swoich rozmówców. I macie tu na myśli zarówno słowa pochwały, mówiące, że jesteście OK, że dobrze poradziście sobie z trudnym, skomplikowanym zadaniem, ale także te, które sprawiły Wam ból, zraniły, wyrządziły krzywdę. Słowo ma wielką moc, wiecie to doskonale. Zarówno samo słowo, ale także to, w jaki sposób je wypowiadamy. Nie raz zdarzało się nam wszystkim usłyszeć, powiedziane z przekąsem: „Ale fryzura!”, „Widzę, że masz niezłe buty...”, itp. Oczywiście jest, że można to powiedzieć tak, żeby słychać było podziw, ale także tak, że usłyszymy drwinę, powątpiewanie a może nawet szyderstwo. Jasne jest też, że to, co mówimy i jak mówimy do ludzi ma wpływ na nasze z nimi relacje. Na to, jak się ludzie z nami czują. Czy są skłonni zaprzyjaźnić się z nami, czy będą nas unikać. Pamiętajmy też, że nasze słowa mają wpływ na to, co inni myślą o sobie. Nasze słowo może przyczynić się do tego, że rozmówca poczuje ulgę, radość, satysfakcję, ale możemy sprawić, że czyjś świat zachwieje się w posadach albo nieomal legnie w gruzach. Dlatego należy ważyć słowa. Dobierać je starannie. Szczególnie w tych sytuacjach, które wymagają powiedzenia czegoś niezbyt miłego dla ucha rozmówcy. I jeszcze jedno, zanim coś powiemy, zastanówmy się, czy to co chcemy przekazać jest prawdą. Jeśli tak, to czy to co chcemy powiedzieć będzie służyć rozmówcy. I po trzecie, jak to wpłynie na nasze relacje. I na koniec, wszystkie przykre słowa należy przekazywać rozmówcy z szacunkiem czyli trzymamy emocje na wodzy i prowadzimy rozmowę w cztery oczy. Jeśli jesteśmy zbyt wzburzeni, by rozmawiać spokojnie, przełożmy spotkanie na inny, lepszy ku temu czas. Oczywiście, jeśli widzimy, że nasz rozmówca jest zdenerwowany, zawsze możemy poprosić go o przełożenie rozmowy.

Wrzucamy Wam link do filmiku, który spodobał się nam, stąd mamy nadzieję, że i Wy obejrzyjecie go z przyjemnością. 😊

Link: <https://www.biteable.com/watch/moc-swaj-2568841>