الفصل الأول

◉ يحتوي الفصل الأول على النقاط التالية:

- تعريف الحوار
- وسائل تعلم الحوار
- إختبار القدرة على الحوار الجذاب

❁ ❁ ❁

تعريف معنى الحوار

في البداية لابد أن نتعرف أولا على معنى الحوار:

المعنى اللغوي للحوار:

تعريف و معنى حوار في معجم المعاني الجامع (معجم عربي - عربي):

الأصل (ح - و - ر)، ومنها، حار، يحور: أي رجع، يرجع

حِوار : اسم - الجمع: حوارات

حِوَارٌ: يعني محادثة، نِقَاشٌ، جِدَالٌ،

الحِوارُ: حديث يجْري بين شخصَيْن أو أكثر، يروح ويرجع فيما بينهم،

المعنى الفني للحوار:

الحوار هو عملية تواصل بين طرفين أو أكثر، يتم فيها تبادل الرسائل بين مرسل ومستقبل من خلال قنوات إتصال مناسبة بهدف الوصول إلى نتيجة ما،

وسائل تعلم الحوار

هناك ثلاثة طرق لتعلم الحوار، منها ما هو غير فعال، ومنها ما هو فعال، وتتمثل الطرق الثلاث كما يلي:

١- طريقة المحاولة والخطأ:

هى الطريقة الأكثر شيوعا، والتي يسلكها معظم الناس في تعلمهم للحوار، حيث يبدأ الفرد بتقليد الآخرين، مع تعديل بعض الأمور من خبرته التراكمية،

وهى طريقة أساسية يتعلم الإنسان من خلالها العديد من المهارات والخبرات، وتقوم على تجربة طرق غير فعالة، ثم يتم إكتشاف عدم فاعليتها،

ويحاول الفرد تطوير طريقته في الحوار مع الآخرين، وكلما أخطأ تعلم من أخطائه، ثم عمل على تطوير طريقته في الحوار،

٢- طريقة النمذجة:

هى طريقة مفيدة في مراحل التعلم الأولى، حيث يبحث الفرد عن المميزين في حوارهم وإلقائهم، ويعتبرهم نموذجا له،

ويراقبهم بدقة ويعمل على تقليدهم في طريقة حوارهم، وبالتالي يتعلم بسهولة وسرعة من خلال إستحضار النموذج أثناء حواره،

هؤلاء النماذج قد يكون الفرد قد إلتقى بهم أو تابعهم في وسائل الإعلام أو حتى قرأ عنهم وتأثر بهم، ولكن المشكلة هنا هى الذوبان في شخصية الآخر،

٣- طريقة إكتساب المهارات:

هى الطريقة الصحيحة والأفضل لتعلم المهارات بشكل علمي صحيح من خلال التدريب على يد مدربين متخصصين يملكون القدرة على إكساب المهارات،

كما يمكن تطوير هذه الطريقة من خلال حضور المحاضرات والدورات التدريبية وكذلك من خلال متابعة تلك الدروات على صفحات الإنترنت وغيرها،

هذه هى الطريقة الصحيحة والتي من خلالها يتم تطوير مهارات الحوار تدريجيا وهذه الطريقة تتسم بالإستمرار والفاعلية على المدى البعيد،

إختبار القدرة على الحوار الجذاب

إختبار تقييم قدرتك على الحوار الجذاب (الفعال والمميز):

عزيزي القاريء تخيل معي أن مهارات التواصل عبارة عن شجرة، ولها فروع عديدة، هذه الفروع هى المهارات المتفرعة من شجرة مهارات التواصل،

هذا الإختبار البسيط سوف يساعدك على التعرف على قدراتك على الحوار الجذاب مع الآخرين في المواقف الحياتية المختلفة وأساليب تطوير تلك القدرات،

إقرأ جميع الأسئلة التالية بدقة، ثم أجب عنها، كما أنت عليه بالفعل، وليس كما تحب أن تكون،

ثم اعط نفسك درجة تتراوح من (٠) إلى (١٠) عن كل سؤال:

بمعنى أنك يمكن أن تعطي نفسك: (٠) أو (١) أو (٢) أو (٣) أو (٤) أو (٥) أو (٦) أو (٧) أو (٨) أو (٩) أو (١٠) أو حتى (٧,٥) على سبيل المثال، وهكذا

ملاحظة: إذا كنت تحسن المهارة التي يدور حولها السؤال فاعط نفسك درجة فوق (٥)، أي إذهب في إتجاه الدرجة (١٠)،

بينما إذا كنت لا تحسن المهارة التي يدور حولها السؤال فاعط نفسك درجة تحت (٥) أي إذهب في إتجاه الدرجة (صفر)،

وإذا كان مستوى مهارتك متوسط فاعط نفسك درجة (٥)،

ملاحظة: هذا الإختبار إسترشادي وغير مقنن،

ملاحظة: الإجابة تكون على المقطع الأول من السؤال، بينما ما يذكر بين القوسين يكون للتوضيح وإظهار المعنى،

والآن نبدأ طرح الأسئلة:

١- هل تحسن ترتيب أفكارك قبل الدخول في حوار مع الآخرين، هل ترتب أفكارك جيدا (أم فقط تعتمد على ما سيتم طرحه من الآخرين أثناء الحوار)؟

٢- هل تدرك أن نغمة صوتك لها تأثير على الآخرين أثناء حوارك معهم وبالتالي تقوم بتنويع نغمة صوتك (أم أن نغمة صوتك واحدة وثابتة)؟

٣- هل تضع نفسك مكان الآخرين أثناء حوارك معهم، بمعنى هل تتفهم وجهات نظرهم والدوافع التي وراءهم (أم تركز فقط على وجهة نظرك)؟

٤- هل تتحدث بالقدر اللازم فقط أثناء حوارك مع الآخرين ولا تتفرع في أمور لا حاجة لها (أم تتحدث أكثر من اللازم)؟

٥- هل تحسن التعبير عن آرائك وأفكارك ومشاعرك للآخرين، بمعنى هل تحسن طريقة طرح أفكارك (أم تتشتت وتتلعثم ولا تحسن التعبير)؟

٦- هل تهتم بكل ما يطرح من أفكار الآخرين، بمعنى هل تظهر إهتمامك بكل ما يتم تداوله من أفكار (أم تهتم فقط بالأمور التى تهمك وفي مجال تخصصك)؟

٧- هل تحسن تفعيل الجانب العاطفي في حوارك مع الآخرين، بمعنى هل تحسن تغليف أفكارك بغلاف من العواطف (أم أنك جاد في حوارك ومشاعرك جافة)؟

٨- هل يسهل إستفزازك أثناء الحوار، بمعنى هل يستطيع الآخرون أن يستفزوك بسهولة أثناء الحوار (أم تحسن ضبط نفسك والثبات الإنفعالي)؟

٩- هل تحسن مجاملة ومدح الآخرين أثناء حوارك معهم، وكذلك مدح النقاط الصحيحة في كلامهم (أم تجد صعوبة في المدح والإشادة بالآخرين)؟

١٠- هل تساعد الآخرين فى فهم وتوضيح أفكارك ومشاعرك، بمعنى هل تقوم بتوضيح أفكارك بطريقة سهلة (أم لا يهمك ذلك، ومن لا يفهم فتلك مشكلته)؟

١١- هل يمكن أن تناقش موضوعا يمس مشاعرك، مثل فشلك في تجربة معينة، أو تأخرك عن الزواج مثلا (أم أنك حساس وتتحاشى مثل هذه الموضوعات)؟

١٢- هل تصبر إلى أن ينهي محدثك كلامه ثم ترد عليه، وتكتب ما تريد الإستفسار عنه في ملاحظات (أم تقاطعه وتقفز على أفكاره)؟

١٣- هل تقبل نقد الآخرين لك وتعمل على تفهم هذا النقد، والرد عليه بموضوعية (أم ترفض النقد مهما كان وترى أن النقد دائما أمر سلبي)؟

١٤- هل تعتذر لمن آذيت شعوره أثناء الحوار، مثلا إذا قلت كلاما جارحا أو أخطأت في حق محدثك دون قصد (أم لا تهتم بمشاعر الآخرين)؟

١٥- إذا أغضبك أحد أثناء الحوار، فهل تحسن ترتيب أفكارك عندما تكون غاضبا وتظل متماسكا (أم تتشتت أفكارك وترتبك)؟

١٦- هل تحسن الإصغاء إلى محدثك وتفكر فيما يقوله، بمعنى هل تقوم بالإصغاء الفعال (أم يظل بالك منشغلا بما تريد أن تقوله فقط)؟

١٧- هل تستطيع أن تدرك الفرق بين ما يقوله المتكلم وبين ما يشعر به فعلا من خلال ملاحظة تعبيرات وجهه ولغة جسده (أم لا تحسن فهم تعبيرات الوجه)؟

١٨- هل تستطيع أن تتوقع ردود أفعال الآخرين على ما تقوله أثناء حوارك وعل أفكارك التي تطرحها عليهم (أم لا تحسن التوقع)؟

١٩- هل تستطيع إبداء ثقتك بنفسك عند طرح أفكارك، بمعنى هل يرى الآخرون ثقتك بنفسك أثناء حوارك معهم (أم تهتز ثقتك بنفسك)؟

٢٠- هل تستطيع أن تعترف بخطئك أثناء الحوار مع الآخرين، هل تراجع نفسك وتقر بأخطائك (أم تتشبث برأيك وقناعاتك حتى لو كانت خاطئة)؟

والآن بعد إنتهاء أسئلة الإختبار التقييمي، قم بما يلي:

قم بجمع مجموع الكلي للدرجات،

قم بقسمة المجموع على (٢)،

فتحصل على مجموعك النهائي،

لاحظ أن المجموع النهائي لابد أن يتراوح ما بين (٠) إلى (١٠٠) درجة،

مثال للتوضيح:

إذا كان مجموع درجاتك = ١٦٥ درجة،

فقم بقسمة هذا المجموع على (٢)،

فيكون مجموعك النهائي = ١٦٥ / ٢ = ٨٢,٥ درجة،

تفسير نتائج الإختبار

الفئة الأولى:

إذا كان مجموع درجاتك من (صفر) إلى (٦٠) درجة:

فهذا يعني أن مستوى قدراتك على الحوار: ضعيف جدا إلى ضعيف،

- أنت لا تحسن الحوار ولا التواصل مع الآخرين،
- أنت لا تحسن ترتيب أفكارك أثناء الحوار مع الآخرين،

- أنت لا تحسن التعبير عن أفكارك ولا عن مشاعرك أثناء الحوار،
- أنت لا تحسن تنويع نغمة صوتك وبالتالي لا تحسن التأثير في الآخرين،
- أنت تفتقر إلى الثقة بالنفس أثناء حوارك مع الآخرين، ويبدو عليك الضعف،
- أنت لا تحسن مدح وإطراء الآخرين، بل يبدو عليك التبلد واللامبالاة،
- أنت لا تستطيع توقع ردود أفعال الآخرين، مما يجرك إلى صدامات عديدة،
- أنت لا تحسن الإصغاء للآخرين، بل تظل مشغولا بما تريد أن تقوله،
- أنت لا تقوم بتفعيل دور العاطفة في حوارك، مما يجعل كلماتك جافة
- أنت لا تتقبل نقد الآخرين لك، وتشعر أن النقد هجوم شخصي موجه ضدك،

الفئة الثانية:

إذا كان مجموع درجاتك من (٦١) إلى (٨٠) درجة:

فهذا يعني أن مستوى قدراتك على الحوار: مقبول إلى جيد،

بعض أفكارك واضحة وبعضها مشتت وغير واضح،

- أنت لا تحسن ترتيب أفكارك ترتيبا منطقيا، بل ترتيب عشوائي،
- الترتيب المنطقي معناه أن كل فكرة تكمل ما قبلها وتمهد لما بعدها،
- أنت لا نحسن تنويع نغمة صوتك وبالتالي لا تحسن التأثير في الآخرين،
- تظهر ثقتك بنفسك في بعض المواقف، ويظهر ضعفك في مواقف أخرى،
- أنت لا تحسن إستخدام عبارات مدح وإطراء الآخرين،
- أنت لا تحسن توقع ردود أفعال الآخرين، وتقوم برد الفعل،
- أنت تصغي للآخرين أحيانا، وتقاطعهم كثيرا، الأفكار تقفز داخل عقلك،
- أنت لا تحسن تفعيل دور العاطفة في حوارك، ولكنك أقل جفاءا من غيرك،
- أنت تميل إلى عدم تقبل نقد الآخرين لك، وتشعر بالضيق من النقد،

الفئة الثالثة:

إذا كان مجموع درجاتك من (٨١) إلى (١٠٠) درجة:

فهذا يعني أن مستوى قدراتك على الحوار: جيد جدا إلى ممتاز،

- أنت تحسن الحوار والتواصل مع الآخرين،
- أنت تقوم بترتيب أفكارك أثناء الحوار مع الآخرين،

- أنت تحسن التعبير عن أفكارك وعن مشاعرك أثناء الحوار،
- أنت تقوم بتنويع نغمة صوتك وبالتالي تحسن التأثير في الآخرين،
- أنت تتميز بالثقة بالنفس أثناء حوارك مع الآخرين، وتبدو عليك مظاهر الثقة،
- أنت تحسن مدح وإطراء الآخرين، وتحسن تقدير الآخرين والإحتفاء بهم،
- أنت تستطيع توقع ردود أفعال الآخرين، مما يجعلك تتفادى صدامات عديدة،
- أنت تحسن الإصغاء للآخرين، وتحسن التفكير فيما يقولون،
- أنت تحسن تفعيل دور العاطفة في حوارك، مما يجعل كلماتك شيقة وجذابة،
- أنت تتقبل نقد الآخرين لك، وترد بهدوء، وتعتبر النقد فرصة لتطوير نفسك،