



# نادي الموارد البشرية

الرسالة الشهرية لنادي الموارد البشرية

فبراير 2015

العدد رقم (17)



## التقمص العاطفي

### التواصل الفعال

الفهم هو النتيجة المرغوبة أو الهدف المطلوب من أي عملية تواصل، ويتحقق الفهم الأساسي بسهولة، غير أن الفهم الأعمق لا يتحقق إلا نتيجة لتواصل فعال.

### قوة الخيال

لكل منا نظرة مختلفة تجاه هذا العالم، وهي تتحدد استناداً إلى خبراته ونشأته وثقافته وديانته وآرائه ومعتقداته، وحتى يتسنى لك أن تتقمص غيرك عاطفياً يتوجب عليك أن تنظر إلى العالم من منظوره هو، وبالتالي عليك التحلي بشيء من الخيال لتصل إلى ذلك المنظور وطبيعته، والكيفية التي ينظر بها إلى العالم، والتوصل إلى سبب اختلاف نظرتك عن نظرتك، ويجد كثيرون أن من السهل عليهم أن يتقمصوا أناساً مقربين منهم عاطفياً، وتجمع بينهم العديد من الخبرات والآراء المشتركة.

التقمص العاطفي هو تفهم المرء لحالة شخص آخر من منظور ذلك الشخص، حيث تضع نفسك في موضعه وتشعر بما يشعر به، والشعور بالتعاطف يؤدي إلى تعزيز السلوك المنفتح اجتماعياً والرغبة في مد يد المساعدة للغير.

ويلزمك كي تتقمص عاطفياً أن تتحلّى بخصلتين:

1. القدرة على التواصل الفعال

2. قوة الخيال

التقمص العاطفي مهارة يمكن تطويرها، وكما هو الحال مع أغلب مهارات التواصل بين الأشخاص فإن شعور التقمص العاطفي يكون (عند مستوى معين) شعوراً طبيعياً لدى أغلب الناس، وبوسعك أن تتذكر مواقف تعاطفت خلالها مع آخرين أو أخرى كنت فيها محل تعاطف الآخرين.

طالع المزيد :

<http://www.skillsyouneed.com/ips/empathy.html>