



Veckans Coachtips #293
28 februari 2023

Försök först förstå

Nyckelmeningen för bra kommunikation; *försök först förstå innan du gör dig förstådd*. Goda kommunikatörer är känsliga för nyanser och bra på att sätta sig in i och förstå andras perspektiv. Goda kommunikatörer avbryter inte andra i deras tankepauser, utan låter personen prata till punkt. Men dessa förmågor finns inte naturligt hos alla.

"Att vara en god kommunikatör är en av nycklarna för att bli en effektiv ledare."

Kenth Åkerman

Vi har istället en benägenhet att avbryta och komma med goda råd i förtid. Jag minns fortfarande så väl när vår son var två-tre år gammal. Jag och min fru satt på var sin sida om middagsbordet och pratade med varandra och Emil satt på nocken.

Efter ett tag sträckte han fram handen framför sig och sa:

- "Man måste lyssna på någon...!"

Så enkelt använde han en analog markering med handen och gjorde oss uppmärksamma på att det var dags för oss att lyssna till honom!

Det absolut största hindret för all kommunikation är våra förutfattade meningar.

Precis som ordet säger: *förut* fattade meningar. Våra egna tankar svävar iväg och vi underlåter oss att först ställa en bra diagnos för att verkligen förstå problemet. Att lyssna och ställa frågor för att få en ordentlig förståelse för det som sägs.

Att vara tyst kan ibland vara den absolut bästa kommunikationen.

Att stänga munnen och lyssna till medarbetarna, för att sen vara nyfiken och ställa öppna frågor. De flesta, för att inte säga, *alla människor gillar att prata om vad de gjort, hur de skulle vilja göra och varför*. Lyssna, ta till dig och stötta genomförandet så har du fått både högre motivation och bättre prestationer.

Denna princip är sannolikt nyckeln till effektiv kommunikation mellan människor oavsett sammanhang. De flesta människor lyssnar inte i avsikt att försöka förstå, de lyssnar i avsikt att svara.

- Vill du ha omtanke om andra – lyssna.
- Vill du ha omtanke om dig själv - tala.
- Vill du ha högre motivation – lär dig lyssna och förstå.

Hur gör du?

Veckans Coachtips med Kenth Åkerman.

www.kenthakerman.com - att ändra går fort skapa en vana tar tid

Kopiera gärna och sprid så länge källan kvarstår.

(c) Kenth Åkerman, 2023