

ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΔΗΜΟΣΙΩΝ ΣΧΕΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ

Σεμινάριο ΔΣΠ1,10-10 «Αποτελεσματική Γραμματέας»

Εκπαιδευτής: Μιχάλης Κωνσταντίνου *M(PR)PA, MCIPR*

Τηλέφωνο: 99646922

Οι διαφορές αντρών και γυναικών και πως επηρεάζουν την επικοινωνία

Η ζωή στον εργασιακό χώρο
Εισαγωγή

Άντρες και γυναίκες μπορούν να μιλούν σήμερα για τα οφέλη της κατανόησης των διαφορών στη δουλειά τους.

Το νέο εργασιακό περιβάλλον έχει αλλάξει δραματικά. Η επικοινωνία ή έλλειψή της μεταξύ αντρών και γυναικών καθορίζει την επιτυχία μιας εταιρείας, σε κάθε τομέα τα επιχείρησης.

Οι παλιοί κανόνες του ανδροκρατούμενου κόσμου σε ένα περιβάλλον περιορισμένης επικοινωνίας και επιλογών ήταν ιδιαίτερα αποτελεσματικοί, αλλά σήμερα είναι πια ξεπερασμένοι. Όσοι άντρες δεν αρχίσουν να ξεφεύγουν απ' αυτούς, θα μείνουν πίσω.

Μικρές και σημαντικές αλλαγές και αναπροσαρμογές στον τρόπο που άντρες και γυναίκες επικοινωνούν και προσεγγίζουν την επίλυση προβλημάτων, προετοιμάζει το έδαφος για να κερδηθούν οι κοινοί επιχειρησιακοί στόχοι.

Οι διαφορές δε χρειάζεται να δημιουργούν απόσταση και ένταση. Με ξεκάθαρη και θετική κατανόηση των διαφορών, αυξάνει ο αμοιβαίος σεβασμός, η εμπιστοσύνη και η αλληλοϋποστήριξη μεταξύ αντρών και γυναικών, και όλοι οι τομείς του εργασιακού χώρου εμπλουτίζονται.

Χωρίς θετική κατανόηση των διαφορών μας, πολλές ευκαιρίες συνεργασίας και εμπιστοσύνης παραβλέπονται και δεν αξιοποιούνται.

Για να επιτευχθεί ένας νέος τρόπος εργασίας, είναι σημαντικό για τα δύο φύλα να αναγνωρίσουν πως παραβιάζουν τους «κανόνες» και τους τρόπους το ένα του άλλου. Αν γνωρίσουν πως μπορούν να είναι πιο υποστηρικτικοί μεταξύ τους, ο εργασιακός χώρος θα αντανakλά ένα αρμονικό μείγμα αντρικών και γυναικείων τρόπων επικοινωνίας και καλής συμπεριφοράς για το καλό όλων και κυρίως της επιχείρησης.

Η επίγνωση των διαφορών των δύο φύλων αυξάνει την ευελιξία του ατόμου να προσαρμόζει τον ενστικτώδη τρόπο με τον οποίο δημιουργεί σχέσεις με ένα πιο κατάλληλο τρόπο. Η επιτυχία έρχεται με την ικανότητα προσαρμογής στις καταστάσεις. Χωρίς κατανόηση των διαφορών μας, πολλές ευκαιρίες συνεργασίας και αμοιβαίου σεβασμού κι' εμπιστοσύνης παραβλέπονται και δεν αξιοποιούνται.

Ο επαγγελματικός χώρος έχει όρους. Το συναίσθημα υποχωρεί μπροστά στην ικανότητα. Μπορεί να θέλουμε να δώσουμε στους πάντες, αλλά τελικά δίνουμε σ' αυτούς που πληρώνουν. Βελτιώνοντας την επικοινωνία, κερδίζουμε το σεβασμό που αξίζουμε και την εμπιστοσύνη που ενισχύει την επιτυχία.

Χρησιμοποιώντας διαφορετικό τρόπο ομιλίας και έκφρασης

Οι άντρες και οι γυναίκες μιλούν διαφορετικές γλώσσες, χωρίς να το συνειδητοποιούν. Αν και οι λέξεις μπορεί να είναι οι ίδιες, το νόημα τις περισσότερες φορές είναι διαφορετικό. Η ίδια έκφραση μπορεί να έχει άλλη σημασία, ή διαφορετική συναισθηματική έμφαση. Οι γυναίκες και οι άντρες σχηματίζουν διαφορετικό συμπέρασμα για το άλλο φύλο, που περιορίζει ή εμποδίζει τη φυσική τους προθυμία να σεβαστούν και να εμπιστευτούν ο ένας τον άλλο.

Μια γυναίκα θεωρεί εσφαλμένα τον άντρο εγωιστή και αναίσθητο, καταλήγοντας ότι δεν του αξίζει η εμπιστοσύνη της. Με τον ίδιο τρόπο, ο άντρας θεωρεί τη γυναίκα ανίκανη και, άρα ανάξια του σεβασμού του.

Παλιά τα δύο φύλα ζούσανε και δουλεύανε σε διαφορετικούς κόσμους. Υπήρχε μια ξεκάθαρη διαχωριστική γραμμή στη δουλειά των αντρών και των γυναικών. Σήμερα όμως δουλεύουν μαζί. Όσο καθυστερούν να ερμηνεύσουν σωστά τα μηνύματα, τόσο θα αυξάνεται η επαγγελματική τους δυσαρέσκεια και θα μειώνεται η παραγωγικότητα.

Μπορούν τα δύο φύλα να δουλέψουν μαζί, σαν ομάδα, και να ωφεληθούν από τις διαφορετικές ικανότητές τους αντί να τις πολεμάνε ή να τις δέχονται παθητικά; Ασφαλώς! Με τη σωστή ερμηνεία και επικοινωνία αυξάνει η αρμονία και μια νέα ζωή ξημερώνει στον εργασιακό χώρο.

Οι διαφορές

Μια από τις σημαντικότερες διαφορές στην επικοινωνία είναι η έμφαση που δίνουν οι άντρες στο έργο και οι γυναίκες στις σχέσεις.

Οι άντρες χρησιμοποιούν την επικοινωνία κυρίως για να λύνουν προβλήματα και να ολοκληρώνουν ένα έργο. Οι γυναίκες τη χρησιμοποιούν και για άλλους σκοπούς!!

Για τους άντρες επικοινωνία σημαίνει πρωτίστως ανταλλαγή πληροφοριών.

Για τις γυναίκες είναι πολλά περισσότερα.

- Είναι ένας τρόπος να λύνουν προβλήματα, να μειώνουν το άγχος και να νιώθουν καλύτερα,
- να βελτιώνουν τις σχέσεις,
- να δημιουργούν συναισθηματικούς δεσμούς,
- να διεγείρουν τη δημιουργικότητα και να
- ανακαλύπτουν νέες ιδέες.

Αυτή η διαφορά δημιουργεί πολλές παρερμηνείες και παρεξηγήσεις.

Ο λόγος έχει διαφορετικό νόημα για τον καθένα

- ✓ Όταν οι άντρες μιλούν γενικά προσπαθούν να αποδείξουν κάτι ή να συλλέξουν πληροφορίες.
- ✓ Οι περισσότεροι άντρες συνήθως σκέφτονται μόνοι τους και μετά το συζητούν.
- ✓ Για τους άντρες ικανότητα σημαίνει να χρησιμοποιείς λίγο χρόνο και να περνάς πολλές πληροφορίες.

Χρησιμοποιούν εκφράσεις και λέξεις όπως:

- ✓ «Ο χρόνος είναι χρήμα»
- ✓ «Λακωνικό στυλ ομιλίας»
- ✓ «τα πολλά λόγια είναι φτώχεια»
- μιλούν υποτιμητικά για τους «λογάδες», «πολυλογάδες», «λαφαζάνιδες», «εκατάπια ράδιο» κ.α.

Υπάρχουν και άντρες ασφαλώς που μιλούν πολύ αλλά το κάνουν με τρόπο που να φαίνεται πως κάθε κουβέντα τους είναι σημαντική και απαραίτητη. Οι ομιλίες των άντρων έχουν πάντα στόχο και καταλήγουν σε ένα κατά την άποψή τους λογικό συμπέρασμα. Διαφορετικά δεν έχει νόημα γι' αυτούς η συζήτηση.

Με αυτό τον τρόπο ομιλίας οι άντρες κερδίζουν το σεβασμό των άλλων αντρών, αλλά χάνουν την εμπιστοσύνη των γυναικών. Μια γυναίκα είναι εξίσου ικανή να λύνει προβλήματα αλλά το στυλ της ομιλίας της δίνει στον άντρα την εντύπωση ότι η ίδια αμφιβάλλει για τις ικανότητές της. Για να βρει ή να προτείνει λύσεις μια γυναίκα εστιάζεται περισσότερο στις σχέσεις. Τα λόγια μεταφέρουν όχι μόνο περιεχόμενο, αλλά και συναισθήματα. Το στυλ της ακούγεται αβέβαιο και με ερωτηματικά.

Με το να μην παρουσιάζεται σαν να έχει έτοιμες όλες τις απαντήσεις, συγκεντρώνει τη συμπαράσταση των άλλων. Αυτό ισχύει όμως μόνο στις γυναίκες. Οι άντρες το βλέπουν διαφορετικά, αλλά αυτή δεν το ξέρει. Η τάση της να ψάχνει έγκριση, στους άντρες υποδηλώνει ανασφάλεια και έλλειψη ικανότητας.

Μόνο αν δεν σέβεται κάποιον ή δεν την ενδιαφέρει, η γυναίκα θα μπει αμέσως την ουσία. Δεν ενδιαφέρεται να κτίσει σχέση.

Γυναίκα και συναισθήματα

Μια γυναίκα ενδιαφέρετε περισσότερο να δουλέψει με έναν άντρα που πιστεύει ότι θα ενδιαφερθεί για τα συναισθήματά της.

Αν ένας άντρας είναι πολύ ευθύς, η γυναίκα μπορεί λανθασμένα να πιστέψει ότι είναι θυμωμένος μαζί της ή ότι δεν τη συμπαθεί. Στην πραγματικότητα ο άντρας μπορεί να την εκτιμά και να τη συμπαθεί πολύ.

Τέσσερις λόγοι των γυναικών για επικοινωνία

Οι άντρες στη δουλειά χρησιμοποιούν την επικοινωνία για ένα λόγο, ενώ η γυναίκες για τέσσερις:

A. Για να επιχειρηματολογήσουν. Για να επικοινωνήσουν το περιεχόμενο των σκέψεων τους, όπως και οι άντρες, αλλά αυτοί χρησιμοποιούν λιγότερες λέξεις.

B. Για ανταλλαγή συναισθηματικής υποστήριξης. Οι γυναίκες χρησιμοποιούν την επικοινωνία για να μεταδώσουν συναισθήματα. Μια γυναίκα μπορεί να μην θέλει να αποδείξει κάτι, αλλά απλώς να ενημερώσει για τη συναισθηματική της κατάσταση. Συνήθως εκφράζει αρνητικά συναισθήματα για να ανταλλάξει υποστήριξη.

Γ. Για να ανακουφιστούν από την ένταση. Μιλούν για τα προβλήματά τους απλώς για να νιώσουν καλύτερα. Όταν κουβεντιάζουν μεταξύ τους οι γυναίκες νιώθουν επιβεβαίωση, αυξάνονται τα συναισθήματά και η εμπιστοσύνη και μειώνεται η ένταση και το άγχος τους. Αναφέρουν κάποιες αγχωτικές εμπειρίες χωρίς συγκεκριμένη σειρά και καθώς μιλά, συνειδητοποιεί ότι κάποια πράγματα δεν είναι και τόσο σημαντικά όσο φανταζόταν. Όταν τα λέει, όμως, σε έναν άντρα τα αποτελέσματα ενδέχεται να είναι καταστροφικά

Δ. Η επικοινωνία ως τρόπος εντοπισμού μιας ιδέας. Η ομιλία είναι ένας τρόπος για να ξεπηδούν οι ιδέες από το υποσυνείδητο της γυναίκας. Οι γυναίκες περιτριγυρίζουν αυτό που θέλουν να πουν και κάποια στιγμή αυτό ξεπηδάει. Οι άντρες δεν το κατάλαβαν ποτέ αυτό. Όταν ένας άντρας μιλά, ξέρει που το πάει ή τι θέλει να πει. Οι περισσότερες γυναίκες αρχίζουν να μιλάνε και σταδιακά ανακαλύπτουν που θέλουν να καταλήξουν. Το ίδιο σύστημα ακλουθούν και οι περισσότεροι δημιουργικοί άνθρωποι: Αρχίζουν να δουλεύουν και αυτό που θέλουν να δημιουργήσουν ξεπηδά. Δεν χρειάζεται απαραίτητα να ξέρουν τι θα προκύψει.

Καλό είναι να προετοιμάσει η γυναίκα, τον άντρα για τον επικοινωνιακό τρόπο που θα χρησιμοποιήσει.

Μοίρασμα και απομόνωση

Ο τρόπος που οι γυναίκες αντιδρούν στο άγχος στον εργασιακό χώρο επηρεάζει δραματικά τον τρόπο επικοινωνίας τους. Όταν οι άντρες βρίσκονται υπό πίεση εστιάζονται περισσότερο και απομονώνονται στον εαυτό τους και θυμώνουν ή γκρινιάζουν όταν τους διακόπτουν οι «ενοχλητικές» γυναίκες.

Μην χρησιμοποιείτε συναισθήματα όταν θα παραπονεθείτε

Οι γυναίκες από τη φύση τους χρησιμοποιούν συγκινησιακούς τόνους για να εκφράσουν συναισθήματα. Η γυναίκα εξασθενεί σοβαρά τη θέση της όταν χρησιμοποιεί αρνητικά συναισθήματα για να εκφράσει τα παράπονά της.

Αν μια γυναίκα θέλει να δημιουργήσει μια υπόληψη σαν ικανή επαγγελματίας, όταν έχει παράπονο δεν πρέπει να το παρουσιάζει με πολύ συναισθηματικό τρόπο. Είναι καλύτερα, αν είναι αναστατωμένη, να αφήσει για άλλη στιγμή να εκφράσει ένα παράπονο.

Χρειάζεται να επεξεργαστεί λίγο τα συναισθήματα της και μετά να εκφράσει τα παράπονά με πιο χαλαρό και αντικειμενικό τρόπο. Αφήνοντας έξω το συναίσθημα, θα πάρει πιο εύκολα αυτό που θέλει.

Είναι καλύτερα να αποφύγει εκφράσεις όπως: «Δεν πίστευα ότι θα μου φερόταν ποτέ έτσι», «Δε σεβάστηκε καθόλου τις ανάγκες μου», «Είναι αδύνατο να δουλέψει κανείς μαζί του», «Ποτέ δεν ακούει τι του λέω». Κλπ.

Το παιχνίδι των ερωτήσεων

Για τους άντρες η εστίαση και η διαύγεια έχουν μεγάλη σημασία. Οι άντρες σκέφτονται όπως το νομικό μας σύστημα: « Κάποιος είναι αθώος μέχρι αποδείξεως του εναντίον».

Όταν ένας άντρας είναι αναστατωμένος κάνει μη ρητορικές και ευθείς ερωτήσεις. Ο άντρας παρόλο που έχει σχηματίσει μια αρνητική κρίση, όταν κάνει ερωτήσεις ενδεχομένως προτίθεται να αλλάξει άποψη. Αν οι πληροφορίες που θα πάρει του φανούν λογικές και ικανοποιητικές είναι πιθανόν να αλλάξει την άποψή του.

Η γυναίκα όταν δέχεται τέτοιου είδους ερωτήσεις, νιώθει ότι ο άντρας της επιτίθεται προσωπικά. Αν ένας άντρας κάνει ερωτήσεις με έντονο τόνο, η γυναίκα μπορεί να είναι σίγουρη ότι η αναστάτωσή του θα φύγει μόλις πάρει καλές λογικές απαντήσεις. Όταν ένας άντρας κάνει ερωτήσεις, είναι καλό σημάδι, είναι ανοικτός να ακούσει και να αλλάξει τη γνώμη του. Οι άντρες βγάζουν βιαστικά συμπεράσματα, αλλά μπορούν να τα αλλάξουν αν πάρουν απαντήσεις που θα τους ικανοποιήσουν. Οι γυναίκες μαζεύουν πληροφορίες πριν σχηματίσουν άποψη, κι όταν τη σχηματίσουν μένουν αμετακίνητες.

Οι άντρες επιδιορθώνουν οι γυναίκες βελτιώνουν

Το πιο συνηθισμένο παράπονο των γυναικών για τους άντρες στον εργασιακό χώρο είναι ότι δεν ακούν. Είτε την αγνοεί τελείως όταν του μιλά, είτε την ακούει για λίγο και στη συνέχεια τη διακόπτει για να της δώσει συμβουλές και λύσεις στα προβλήματά της. Τούτος εδώ ο άντρας δεν έχει ιδέα πόσο υπονομεύει τις εργασιακές του σχέσεις μαζί της. Χωρίς να καταλαβαίνει, ο άντρας υψώνει τοίχους αντίστασης κλείνοντας τα' αυτιά του.

Νομίζει ότι δίνει ένα καλό παράδειγμα αποδοτικότητας, αλλά δυστυχώς έχει το αντίθετο αποτέλεσμα. Προσφέροντας γρήγορες λύσεις στις γυναίκες, οι άντρες λανθασμένα πιστεύουν ότι κάνουν καλή εντύπωση. Το πιο συχνό παράπονο των αντρών για τις γυναίκες στον εργασιακό χώρο είναι ότι εκνευρίζονται όταν μια γυναίκα θέλει να κάνει καλύτερο κάτι που φαίνεται εντάξει. Όταν μια γυναίκα αφοσιώνεται στον εργασιακό της χώρο, η τάση της να φροντίζει τα πάντα βγαίνει στην επιφάνεια και θέλει να βελτιώσει τα πάντα.

Συχνά, αυτό που θέλει να βελτιώσει πρώτα είναι οι άντρες συνάδελφοί της. Οι γυναίκες θεωρούν τις ερωτήσεις και τις προτάσεις σαν έκφραση στήριξης στους άντρες προσπαθώντας να βελτιώσουν τα πάντα. Οι άντρες μοιάζουν να μην ενδιαφέρονται και οι γυναίκες εμφανίζονται σαν ταραχοποιά στοιχεία.

Τα λάθη μας: οι άντρες διακόπτουν δίνοντας λύσεις και οι γυναίκες κάνουν αυτόκλητες προτάσεις.