ആശയവിനിമയത്തിനും ഉൽബോധനത്തിനുമുള്ള നൈപുണ്യങ്ങൾ

ആശയവിനിമയ നൈപുണ്യങ്ങൾ

- രണ്ടോ അതിലേറെയോ ആളുകൾക്കിടയിലുള്ള അല്ലെങ്കിൽ ഇരുഭാഗത്തേക്കുമുള്ള വിവരങ്ങളുടെ കൈമാറ്റവും പ്രവാഹവുമാണ് ആശയവിനിമയം.
- ശരിയായി ആശയവിനിമയം നടത്താത്ത ആളുകൾ ആശയക്കുഴപ്പവും ബഹളവും പ്രശ്നങ്ങളും സൃഷ്ടിക്കുന്നു.
- ആരോഗ്യവും പോഷണവും പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക, കൂടുതൽ ആരോഗ്യകരമായ ശീലങ്ങൾ സ്വീകരിക്കുക, സർക്കാർ സ്ഥാപനങ്ങളിൽ നിന്ന് സേവനങ്ങൾ കൈവരിക്കുന്നതിനു വേണ്ടി അവ അണിനിരത്തുക എന്നിവയ്ക്കു വേണ്ടി സ്ത്രീകളെയും കുടുംബങ്ങളെയും ഉൽബോധിപ്പിക്കാൻ ആശയവിനിമയനൈപുണ്യങ്ങൾ നിങ്ങളെ പ്രാപ്തരാക്കും.
- തൽപ്പരകക്ഷികളും മറ്റ് ആരോഗ്യ ഉദ്യോഗസ്ഥരുമായും സംബന്ധമുണ്ടാക്കാനും അവ നിങ്ങളെ സഹായിക്കും.

- ആശയവിനിമയത്തിന് മൂന്ന് വിഭിന്ന രൂപങ്ങളുണ്ട് - വാക്കാലുള്ളത്, അവാചികം, എഴുതപ്പെട്ടത്. ഇവയിലോരോന്നും നിങ്ങൾക്ക് ഉപയോഗപ്രദമാണ്.

വാക്കാലുള്ള ആശയവിനിമയം

ആശയവിനി-മയത്തിന്റെ പൊതുവെ-യുള്ള മാർഗ്ഗം

അതിന് കൃത്യത, വ്യക്തത, പിഴയില്ലായ്മ എന്നിവ ഉണ്ടായിരിക്കണം

അവാചിക ആശയവിനിമയം

- തലയുടെ സ്ഥിതി, ഒച്ച, ധ്വനി, വേഗത, ആരോഹണം എന്നിവ അനുയോജ്യമായ വിധത്തിൽ നന്നായി ക്രമീകരിച്ചതായിരി-ക്കണം
- ഉചിതമായ ദൂരം പാലിക്കുകയും അംഗവിക്ഷേപങ്ങൾ നടത്തുകയും വേണം
- ശ്രദ്ധ പതിപ്പിക്കണം, തടസ്സങ്ങൾ നീക്കണം
- വേണ്ടത്ര സമയമെടുക്കുക, കണ്ണുകളിലേക്കു നോക്കുകയും മുഖത്തെ ഭാവമാറ്റങ്ങൾ വരുത്തുകയും വേണം

ആശയവിനിമയവും ഉൽബോധനവും നടത്തുമ്പോൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ

- നിങ്ങൾ വീടുകൾ സന്ദർശിക്കുമ്പോൾ, അവിടെയുള്ളവരെ അഭിവാദ്യം ചെയ്യുകയും നിങ്ങളുടെ സന്ദർശനത്തിന്റെ കാരണം വിശദീകരിക്കുകയും വേണം.
- ആരുമായാണോ സംസരിക്കുന്നത് അവരുടെ കണ്ണുകളിലേക്ക് നിങ്ങൾ നോക്കണം, ആത്മവിശ്വാസത്തോടെ പ്രവർത്തിക്കണം എന്നാൽ സൗമ്യമായ സ്വരത്തിലായിരിക്കണം സംസാരിക്കേണ്ടത്,അത് കേൾക്കാൻ തക്കവിധം ഉച്ചത്തിലുള്ളതായിരിക്കണം കൂടാതെ എപ്പോഴും മാന്യത നിറഞ്ഞതായിരിക്കണം.
- കാര്യത്തിൽ ഉറച്ചുനിൽക്കുക അതിന്റെ ഫലമായി കൂടുതൽ സമയം ഉപയോഗിക്കേണ്ടി വരില്ല.
- പ്രാദേശിക ഭാഷയിൽ ലളിതമായ വാക്കുകൾ ഉപയോഗിക്കുക.
- സാങ്കതിത വാക്കുകളും തൊഴിലുമായ ബന്ധപ്പെട്ട പദങ്ങളും ഉപയോഗിക്കരുത്.
- നിങ്ങളുടെ ഉച്ചാരണം വ്യക്തമായിരിക്കണം.
- ആശയവിനിമയം നടത്തുമ്പോൾ നിർദ്ദിഷ്ടത, ആത്മാർത്ഥത, വിശ്വസ്തത, നിഷ്ക്കപടത എന്നിവ പുലർത്തണം.
- വ്യക്തികളുടെ മനോഭാവങ്ങളോടു തന്മയീഭവിക്കുകയും അവ പങ്കുവയ്ക്കാൻ ശ്രമിക്കുകയും വേണം.
- നിങ്ങളുടെ ഗുണഭോക്താവിനോടു സംസാരിക്കുകയാണെങ്കിൽ അവർക്ക് എന്തെങ്കിലും ചോദ്യങ്ങളുണ്ടോ എന്നന്വേഷിക്കുകയും ലളിതമായ ഭാഷയിൽ അതിന് മറുപടി പറയുകയും വേണം.
- ഗുണഭോക്താക്കൾ നടത്തിയ പരിശ്രമങ്ങൾ അംഗീകരിക്കണം കൂടാതെ അവരെ അഭിനന്ദിക്കാൻ/ സന്തോഷം പ്രകടമാക്കാൻ ഒരിക്കലും മറക്കരുത്.

ആശയവിനിമയ നൈപുണ്യങ്ങൾ

ഉൽബോധനത്തിന്റെ ലക്ഷ്യങ്ങൾ:

ഒരു അംഗൻവാടി പ്രവർത്തക എന്ന നിലയിൽ, നിങ്ങളുടെ സമൂഹവുമായി ആശയവിനിമയം നടത്തുന്ന വേളയിൽ താഴെപ്പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ മനസ്സിൽ കരുതുക.

- സമൂഹവുമായി ആശയവിനിമയം നടത്തുന്ന വേളയിൽ ഒരിക്കലും ജാതിയുടെയോ വർഗ്ഗത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ വേർതിരിവ് കാണിക്കരുത്.
- സാമൂഹികവും സാമ്പത്തികവുമായി പ്രതികൂലാവസ്ഥയിലുള്ള ഒരു സമൂഹത്തിലെ അംഗങ്ങളുമായി സംസാരിക്കുമ്പോൾ നിങ്ങളുടെ സ്വരവും ആംഗ്യങ്ങളും ഒരിക്കലും വ്യത്യാസപ്പെടരുത്.
- അവരോട് ആദരവോടെ മാന്യമായി സംസാരിക്കണം.
- ഒരു സമൂഹത്തിന് വളരെയധികം അറിവും അനുഭവജ്ഞാനവുമുണ്ട്. അത് പങ്കുവയ്ക്കാനും ഉപയോഗിക്കാനും ആളുകൾക്ക് ഒരവസരം നൽകുക. ശൂന്യമായ പാത്രങ്ങളെപ്പോലെ അവരെ കണക്കാക്കരുത്.
- ലിംഗ അസമത്വത്തിന് ഊന്നൽ നൽകുന്ന എന്തെങ്കിലും അഭിപ്രായപ്രകടനം ഒരിക്കലും നടത്തരുത്. നിങ്ങളുടെ ആശയവിനിമയം ലിംഗസംവേദനത്വമുള്ളതായിരിക്കണം.
- പൊടുന്നനെ പ്രതികരിക്കരുത്. ശ്രദ്ധിക്കുക, സ്വാംശീകരിക്കുക, അപഗ്രഥിക്കുക, തുടർന്ന് പ്രതികരിക്കുക.

അംഗൻവാടി പ്രവർത്തക ചെയ്യേണ്ടത്	അതിന്റെ ഫലമായി ഗുണഭോക്താവിന് കഴിയുന്നത്
കേൾക്കുക	അയാളുടെ/അവളുടെ ചിന്ത വികസിപ്പിക്കാൻ കഴിയും
വിധിക്കരുത്	സുരക്ഷിതവും ആദരിക്കപ്പെടുന്നതുമായി അനുഭവപ്പെടും
ശ്രദ്ധ പതിപ്പിക്കണം	നിങ്ങൾക്ക് കരുതലുണ്ടെന്ന് മനസ്സിലാക്കുന്നു
ഗുണഭോക്താവിന്റെ തോന്നലുകൾ സ്വീകരിക്കണം	ഗുണഭോക്താവിന്റെ തോന്നലുകൾ സ്വീകരിക്കണം
ഗുണഭോക്താവിനെപ്പറ്റി ചിന്തിക്കണം	ഏറ്റവും മികച്ച സഹായം ലഭിക്കും
ചോദ്യങ്ങൾ ചോദിക്കണം	അയാളുടെ/അവളുടെ സ്വന്തം ചിന്താശേഷി വികസിപ്പിക്കുക
സംഗ്രഹിക്കണം	അവളുടെ/അവളുടെ ചിന്തകൾ കേട്ട് അയാൾ/അവൾ കാര്യങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കിയോ എന്നു ഗ്രഹിക്കണം

__ശ്രദ്ധിക്കുക__: ആരോഗ്യത്തെയും, പോഷണത്തെയും കുറിച്ചുള്ള ആശയവിനിമയത്തിൽ, വ്യക്തികളെ ഉൽബോധിപ്പിക്കുന്ന സമയത്ത്, അവർ എന്താണ് പറയുന്നതെന്ന് നിങ്ങൾ ഉത്സാഹത്തോടെ കേട്ട്, എല്ലാ ഘടകങ്ങളും അപഗ്രഥിക്കുകയും ആ വ്യക്തിയുമായി സംഭാഷണം നടത്തുകയും വേണം, അതിന്റെ ഫലമായി, ഒരുമിച്ച്, ശരിയായ തിരഞ്ഞെടുപ്പുകൾ നടത്താൻ കഴിയും. ഉൽബോധനത്തിൽ ശരിയായ വഴക്കങ്ങൾ സ്വീകരിക്കാനുള്ള ഉപദേശം നൽകൽ മാത്രമല്ല, പ്രശ്നം പരിഹരിക്കുന്നതും ഉൾപ്പെടുന്നു.