

المهارات العاطفية التي يحتاجها الموظف



أحمد البشير

يعتقد ثلث الموظفين أن الروبوتات وأجهزة الحاسوب سوف تستحوذ على معظم وظائف البشر خلال 50 عاماً من الآن. وبالفعل، فإن العديد من الوظائف التي كان يعتقد بأنها آمنة من الأتمتة أصبحت في خطر وهذا ينطبق على العاملين في المكاتب والموظفين الإداريين وعمال المصانع. وتتوقع بعض الدراسات أن 5 ملايين وظيفة ستصبح مؤتمتة بحلول العام 2020.

فما هي المهارات التي يمكنك اكتسابها لحماية فرصك الوظيفية في المستقبل؟
المثير للدهشة أن هذه المهارات ليست منوطة بوظيفة أو قطاع معين، ولكنها تستند إلى الذكاء العاطفي. وفيما يلي، إليك بعض أفضل المهارات التي لا يمكن أتمتتها

معرفة نفسك: إذا كنت على بينة من نفسك وتعرف وظيفتك في الحياة، فأنت مدرك لمشاعرك وعلى دراية بنقاط -1- القوة والضعف لديك، كما تعرف أيضاً كيف أن عواطفك وأفعالك يمكن أن تؤثر على الناس من حولك. وهذه الصفات، وخاصة قدرتك على مساعدة الآخرين، مهمة لشخص يعمل مع فريق ناجح.

بناء العلاقات: كلما أصبحت الأشياء مؤتمتة، كلما زادت حاجتنا على تعزيز اتصالاتنا وعلاقاتنا. إنها الإيجابية ونبرة 2- الاهتمام التي تسمعها من شخص عبر الهاتف أو البريد الإلكتروني الذي تتلقاه من شخص يريد مساعدتك في حل مشكلتك. البشر مخلوقات اجتماعية بطبيعة الحال، ونحن نتوق لبناء العلاقات والتفاعل بإيجابية. لذلك فمن المنطقي أن المهارات التي ينطوي عليها بناء العلاقات والحفاظ عليها لن تختفي أبداً

الاستماع بنشاط: نحن نميل إلى إيلاء اهتمام كبير بقدرتنا على التحدث، ولكن التواصل الناجح يتطلب وجود 3- متحدث ومستمع. وعندما يتحدث أحدهم من المهم أن تكون حاضراً تماماً وتستمع إليهم بشكل جيد. وسواء كنت تتفق مع المتحدث أم لا، عليك أن تركز في كلماته، فلغة الجسد والإيماءات ستشعر المتحدث بأن كلمته مسموعة بطريقة لا يمكن للآلات استنساخها

التعبير عن تعاطفك: التعاطف هو القدرة على فهم مشاعر الآخرين والتعاطف معهم، وهو عنصر أساسي لبناء الثقة 4- بالإضافة إلى أنه من لبنات القيادة. والمهارات العاطفية سوف تمنحك القدرة على وضع نفسك في مكان الشخص الآخر، وهي صفة لا يمكن للآلة اكتسابها

طرح الاقتراحات: إن توفير اقتراحات وتغذية راجعة فعّالة ستكون مفيدة لكل من المرسل والمستقبل. ويمكن 5- الاستفادة من الاقتراحات بشكل جيد لتحفيز النمو، وهذا الأمر يتطلب اتصالاً دائماً بين شخص وشخص آخر

السيطرة على التوتر: إن مهارة إدارة التوتر والإجهاد الخاص بك وبالأخرين، ستكون دائماً مهمة. والتوتر يؤثر على 6- قدرة الفريق على القيام بوظائفه بفعالية، ويؤثر على كيفية عملنا مع الآخرين. نحن نشعر بالتوتر عندما نحس بالتهديد أو نعتقد أننا نفتقر للموارد للتعامل مع الأوضاع الصعبة. أنشئ خط دفاع ضد المواقف التي لا يمكن السيطرة عليها، واستعن بشبكة علاقاتك وتأكد أنك تحصل على ما يكفي من قسط الراحة وتعلم الاسترخاء أيضاً