

1 | 기본 수준의 공감적 표현 이해하기1 (선택형)

기본 수준의 공감적 표현

- 상대방의 말 속에 표현된 느낌, 감정, 동기, 행동을 있는 그대로 잘 드러내 주는 말
- 상대방이 전하는 메시지 내용을 잘 듣고 이를 잘 돌려주는 표현
- 명령, 지시, 설득, 당부, 충고, 조언, 해결책 제시 등을 일체 할 필요가 없음

2 | 기본 수준의 공감적 표현 이해하기2 (주관형)

공감

- 상대방을 비추는 거울 같은 것
- 상대방의 말 속에 담긴 감정을 존중하고, 수용하고 마치 내가 그 사람인 듯 느껴야 함

3 | 직장생활에서 기본 수준의 공감적 표현 적용하기

- 공감이 결여 되어있는 대화는 걸치레일 뿐이다.
- 상대방에게 진실한 대화가 되려면 **진정성이 바탕**이 되어야 한다.
- 진정성을 가지고 상대방에게 깊이 있게 집중하여 **진실된 대화**를 하도록 노력해야 한다.

