

# الطريقة الأكثر فاعلية في الاعتذار بطريقة علمية



الخميس 13 أبريل 2017 09:04 م

مررنا جميعًا بالموقف الذي يجب فيه أن نعتذر فيه لشخص آخر فكلنا بشر وخطأون ولكن لا يستطيع الشخص الآخر أن يتقبل هذا الاعتذار وهذا المقال يحتوي على بعض المعلومات العلمية التي يمكنك استخدامها لكي يكون اعتذارك صادقًا ومتقبلًا

## الاعتذار بطريقة فعالة، ثق نفسك 1

وجد الباحثون أن هناك 6 أشياء يمكنها أن تقوي من تقبل الشخص للاعتذار مما يجعله أكثر فاعلية: تعبير الندم، شرح لما يمكن أن يكون قد حدث خطأ، الاعتراف بتحمل مسؤولية ما حدث، التصريح بأنه لن يكرر ما حدث مرة أخرى، القيام بما يمكن أن يصلح الأمور، طلب السماح يقول روي لويك القائم على الدراسة ودكتور إدارة السلوك والموارد البشرية في جامعة أوهايو أن الاعتذار يحقق الهدف منه فعلاً ولكن يجب أن تتأكد من أن تحقق الشروط الست التي ذكرناها في الفقرة السابقة

وفي حالة لم تستطيع العمل على الأشياء الست أثناء عملية الاعتذار فقد وجد الباحثون في الدراسة أن هناك عدة عوامل تؤثر بشكل أكبر من الأخرى وقد نُشرت هذه الدراسة في negotiation journal and conflict management في 12 ابريل

1. أول هذه العوامل المؤثرة هو الاعتراف بتحمل المسؤولية عن هذا الخط

2. ثاني أهم العوامل المؤثرة في الاعتذار القيام باصلاح الخطأ الذي حدث حيث أن هذا يؤكد جدية الاعتذار من قبلك بالفعل وليس بالقول كما أنه يقلل الضرر الذي نتج عن هذا الخطأ

3. بالرغم من أن الاعتذار وطلب المسامحة شئ مهم إلا أنه الأقل تأثيرًا في عملية الاعتذار الفعال

قام الباحثون بتحليل اختبارين وضمهما إلى بعضهما بمجموعة 755 شخص تم إجراء الاختبارين عليهما

## التجربة الأولى:

تم اجراء التجربة على 333 من البالغين حيث قام كل منهم بقراءة نص الاعتذار الذي يحتوي على واحد أو ثلاثة أو ستة من عوامل الاعتذار الفعال وقياس مدى فاعليته وتقبله من أشخاص آخرين معنيين بهذا الاعتذار وقد تم اعلامهم بالدراسة وكم من العوامل التي توفرت في هذه المقطوعة التي تم قراءتها

## التجربة الثانية:

تم اجراؤها على 422 من طلبة الجامعة والذين قاموا بقراءة الاعتذار والذي يحتوي على مجموعة من العوامل وتم طلب تقييمه منهم طبقًا للتجربة ولكن في هذه التجربة لم يتم اعلام الطلبة محل الاختبار بعدد العوامل التي يحتويها الخطاب

وفي التجريتين توصل الباحثون والدارسون لكليهما أنه كلما احتوي الاعتذار وطريقة تقديمه على أكبر كمية ممكن من العوامل المؤثرة في الاعتذار والتي ذكرناها سابقًا كلما كان الاعتذار مقبول من الناس وكلما كان أكثر فاعلية

ولكن يجب أن نفرق بين الموقف الحقيقي للاعتذار ومجرد قراءة الاعتذار من ورقة تملى عليك ويقول لويك مدير الدراسة أن المشاعر

الصادقة ولغة الجسد وتعابير الوجه أيضاً تعد من أهم العوامل التي تؤثر فمن دونها قد لا يكون للاعتذار قيمة حيث أن الشخص المعني بالاعتذار لن يشعر بمصداقية ما تقوم به ما لهم يرى هذه الكلمات على وجهك