

NON VERBAL COMMUNICATION

di era ruang kerja digital



AVRAM INSIGHT



Tahukah kamu?

Kebutuhan untuk dapat memahami satu sama lain tidak akan hilang pada komunikasi jarak jauh



Komunikasi non-verbal memiliki dua aspek. Yang pertama tentang bagaimana orang lain memandang kita dan yang kedua adalah bagaimana kita memahami orang lain.



Komunikasi non-verbal bukan ilmu pasti. Akan ada banyak ambiguitas dalam cara menafsirkan seseorang. Ditambah lagi dengan perbedaan bagaimana orang lain melakukannya dan seringkali komunikasi ini sangat tergantung dengan pengalaman dan hubungan dengan lawan bicara.

Namun, terlepas dari perbedaan subjektifitas ini, para ahli mengatakan isyarat non-verbal membawa banyak arti bagi kedua belah pihak dan penting untuk memperhatikannya di lingkungan kerja, baik secara langsung maupun jarak jauh.

Sebenarnya kita sudah terbiasa menganggap penting komunikasi non verbal dalam lingkungan kerja jarak jauh, seperti mempertimbangkan emoji yang cocok digunakan saat chatting. Namun ada beberapa hal yang terkadang luput dari perhatian.

Tempatkan wajah di tengah saat video call serta arahkan mata pada kamera (bukan wajah kita)

Data menunjukkan, selama panggilan video, faktor-faktor seperti sudut kamera, jarak dari kamera, dan kemampuan untuk melakukan kontak mata, semuanya mempengaruhi seberapa disukai seseorang.

Salah satu contoh yang perlu diperhatikan adalah reflek otak yang ingin melihat wajah kita di layar namun kita harus belajar melihat ke kamera saat percakapan berlangsung.



Gunakan avatar yang jelas dan professional

Dalam pertemuan virtual, ada beberapa waktu saat kita tidak dapat menyalakan kamera. Kita bisa mencoba menggunakan foto wajah yang jelas dengan ekspresi tepat. Hal ini dapat membantu membangun kedekatan, alih-alih foto avatar kosong. Ini akan memberikan kesan hangat pada komunikasi jarak jauh.



Upaya memilih foto profil yang profesional, memastikan kamera sudah tepat sebelum rapat, mengirim beberapa emoji positif dalam grup atau melakukan hal kecil lainnya yang tampaknya sepele, ternyata dapat berdampak besar



Sumber

<https://www.bbc.com/worklife/article/20221104-how-non-verbal-communication-is-going-digital>

<https://www.verywellmind.com/types-of-nonverbal-communication-2795397>

