

WSPOMAGANIE UMIEJĘTNOŚCI KOMUNIKACYJNYCH U DZIECI- KOMUNIKACJA INTERPERSONALNA.

- ❖ **Komunikacja interpersonalna** -porozumiewanie się między ludźmi, jej istotną cechą jest bezpośredni kontakt nadawcy (osoby mówiącej) z odbiorcą (osoba słuchająca).
- ❖ Rodzaje:
 1. Werbalna - słowna.
 2. Niewerbalna - zastępuje mowę (gesty, mimika twarzy, pozycja ciała itp.).
 3. Pisana - symbole graficzne (litery) i dźwiękowe (gwizdek, klakson w aucie).

RODZAJE KOMUNIKATÓW:

KOMUNIKAT „JA” (pozytywny)	KOMUNIKAT „TY” (negatywny)
<p>-nieagresywne informowanie rozmówcy o tym co czuję, jaka jest moja reakcja na jego zachowanie.</p> <p>Z czego składa się komunikat „ja”:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>wyrażamy własne myśli i uczucia (jestem zły, jest mi przykro, czuję smutek itp.)</i> 2. <i>opisujemy sytuację, która wywołała w nas wyżej wymienione uczucia.</i> 3. <i>wyjaśnienie swoich potrzeb czyli wyjaśniamy co w tej sytuacji spowodowało, że tak się poczuliśmy.</i> 4. <i>wyrażamy nasze oczekiwania-czyli prosba o konkretne zachowanie w przyszłości.</i> <p style="text-align: center;">SCHEMAT:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. CZUJĘ, JEST MI..... 2. KIEDY /GDY TY..... 3. PONIEWAŻ..... 4. CHCĘ..... <p>Przykłady:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. jestem zła (wyrażenie uczuć) 2. gdy opowiadasz innym o tym, co Ci powiedziałam w tajemnicy 	<p>-komunikat oskarżycielski, niekiedy mocno obraźliwy, mocno oceniający. Jest dla rozmówcy bardzo nieprzyjemny. Prowadzi do tworzenia się napięć, kłótni.</p> <p>Przykłady:</p> <ul style="list-style-type: none"> -nie wtrącaj się w nie swoje sprawy! -ciągle nie masz odrobionych lekcji! -co Ty sobie wyobrażasz!? -jak mogłeś tak się zachować? -masz na jutro przepisać zeszyt! -ale Ty jesteś nieodpowiedzialny! -powinnaś bardziej uważać na lekcjach! -mógłbyś w końcu wziąć się do roboty!

<p>3.ponieważ było to przeznaczone tylko dla Ciebie</p> <p>4.oczekuję, że nigdy więcej tak się nie zachowasz.</p> <p>5.Czuję się nieszanowany, gdy mówię do Ciebie, a Ty odbierasz telefon ponieważ mam Ci coś ważnego do przekazania i oczekuję, że następnym razem zachowasz się inaczej.</p> <p>6.Jest mi przykro kiedy rysujesz w moim zeszyte do polskiego ponieważ przez to mogę mieć kłopoty i chciałbym abyś więcej tego nie robił.</p> <p>7.Denerwuję się gdy się spóźniasz ponieważ nie wiem co się z Tobą dzieje i chciałabym abyś informowała mnie sms-em o swoim spóźnieniu.</p>	
---	--

Proszę o zastanowienie się, które z komunikatów chcielibyście usłyszeć.....

Komunikat „ty”	Komunikat „ja”
Nie odzywaj się do mnie!	Jest mi przykro, gdy się do mnie tak zwracasz.
Daj mi szybko zeszyt!	Chciałbym skorzystać z twojego zeszytu.
Oddawaj mój długopis!	Chciałbym żebyś odłożył mój długopis do piórnika.
Nie niszczy tych kwiatków.	Jest mi przykro, gdy ktoś niszczy rośliny.
Zamknij buzię!	Chciałabym abyś nic nie mówił i wysłuchał co mam do powiedzenia.

Opr. A. Mierzejewska

Bibliografia: Mierzejewska A., Rudzińska B.

„Wspomaganie umiejętności komunikacyjnych u dzieci”-program socjoterapeutyczny.
Warszawa, 2011r.