

KOMUNIKACE

Co si myslíte o interpersonální komunikaci

1. Se schopností dobré komunikace se lidé rodí, nezískávají ji.
2. Čím více komunikujete, tím lepší bude vaše komunikace.
3. Narozdíl od efektivního mluvení se efektivnímu naslouchání nedá naučit.
4. Úvody jako „Jak se máte?“ a „To máme dnes hezky“ nemají při komunikaci žádný význam.

5. Nejlepší způsob, jak komunikovat s příslušníkem odlišné kultury, je dělat to přesně tak jako s příslušníkem své vlastní kultury.
6. Jestliže jsou verbální a neverbální sdělení v rozporu, lidé věří těm verbálním.
7. Naprostá otevřenost by měla být cílem každého smysluplného osobního vztahu.
8. Konflikt s nějakým člověkem je spolehlivým znamením, že váš vztah se dostal do problémů.
9. Vůdcem se člověk rodí, nestává.
10. Strach z mluveného projevu je škodlivý a dobrý řečník se musí naučit, jak se toho strachu zbavit.

Výsledek

- Ani jedno z předchozích tvrzení není pravdivé.
- Jaká další přesvědčení o komunikaci zastáváte?

Co je komunikace

- je to sdělování významů mezi lidmi
- toto sdělování obsahuje jak odevzdávání významů, tak přijímání významů
- význam je vše o čem lidé komunikují – informace, poznatky, emoce, hodnoty, ideály, postoje, dovednosti
- verbální komunikace
- neverbální komunikace

Komunikační proces

1. záměr či intence původce sdělení
2. smysl sdělení pro původce
3. věcný obsah sdělení
4. smysl sdělení pro příjemce
5. efekt sdělení na příjemce

Neverbální komunikace

Co všechno je neverbální komunikace?

- tělesný kontakt, doteky
- prostorové umístění
- pohledy očí
- výrazy tváře
- gesta
- pohyby
- neverbální aspekty řeči (pauza, smích, pláč)

Gesto

- výrazný pohyb některé části lidského organismu, nejčastěji rukou, nohou, hlavy nebo celého těla
- možnost přesné interpretace gest neexistuje
- význam gest závisí na kontextu, na konkrétní osobě, na kultuře

Prostorové umístění

- umístění účastníků komunikace v prostoru
- pásmo intimní vzdálenosti-kontakt až 45 cm
- pásmo neformální osobní-45 cm až 120 cm
- sociálně poradní pásmo – 120 až 366cm
- veřejné pásmo – od 366 výše
- vzdálenost je kulturně a individuálně podmíněna

Parajazykové projevy

- pauzy v řeči
- sténání
- vzdychání
- smích
- pláč
- důraz
- výška
- rytmus
- hlasitost

Výraz tváře

- mimika
- sdělování emocí
- štěstí
- neštěstí
- překvapení
- strach
- smutek
- zájem
- důležité oblasti-čelo, obočí, oči, víčka, tvář, nos, ústa

Verbální komunikace

- zprostředkovaná jazykovým znakem a významem na něj vázaným
- linie tematická – vyjadřuje to o čem se mluví
- interpretační linie – vyjadřuje význam a smysl, který tematiku komunikující přikládají

Jednocestní komunikace

- předávání informací jednosměrně, bez ověření jak byly informace pochopeny příjemcem
- např. přednáška

Neobvyklý diktát

- vyzkoušíme si předávání informací a úskalí s tím spojená
- vaším úkolem bude podle instrukcí nakreslit co nejpřesněji sérii obrazců
- otázky nejsou možné

- Jaké podmínky usnadňují předávání informací?
- Jak se kreslilo v první a druhé situaci?
- Jaké to bylo neptát se a diktovat naslepo?

Společná kresba : Dům-strom-pes

- ve dvojici nakreslete dům, strom a psa v uvedeném pořadí
- dostanete 1 papír a použijte 1 tužku
- kreslí se beze slov
- vystřídejte partnery

Oblíbené komunikační omyly

- Dorozumíváme se pouze slovy – slovní i mimoslovní složka komunikace mají svoji váhu
- Slova a věty přesně vyjadřují myšlenky
- Nejdůležitější je co říkáme-avšak stejně významné je jak to říkáme
- Používáme-li stejný jazyk, musíme si porozumět –důležité je chtít si rozumět
- Slyšet není totéž co poslouchat

Komunikační stopky

- přikazování
- poučování
- napomínání
- moralizování
- poskytování rad, o které partner nežádal
- hodnocení a posuzování partnera
- vyvracení, odmítání, relativizace pocitů
- strhávání pozornosti na sebe
- interpretování, analyzování
- zvědavé vyptávání
- unikání od tématu, nemístné vtipkování
- souhlas – stručné ano