

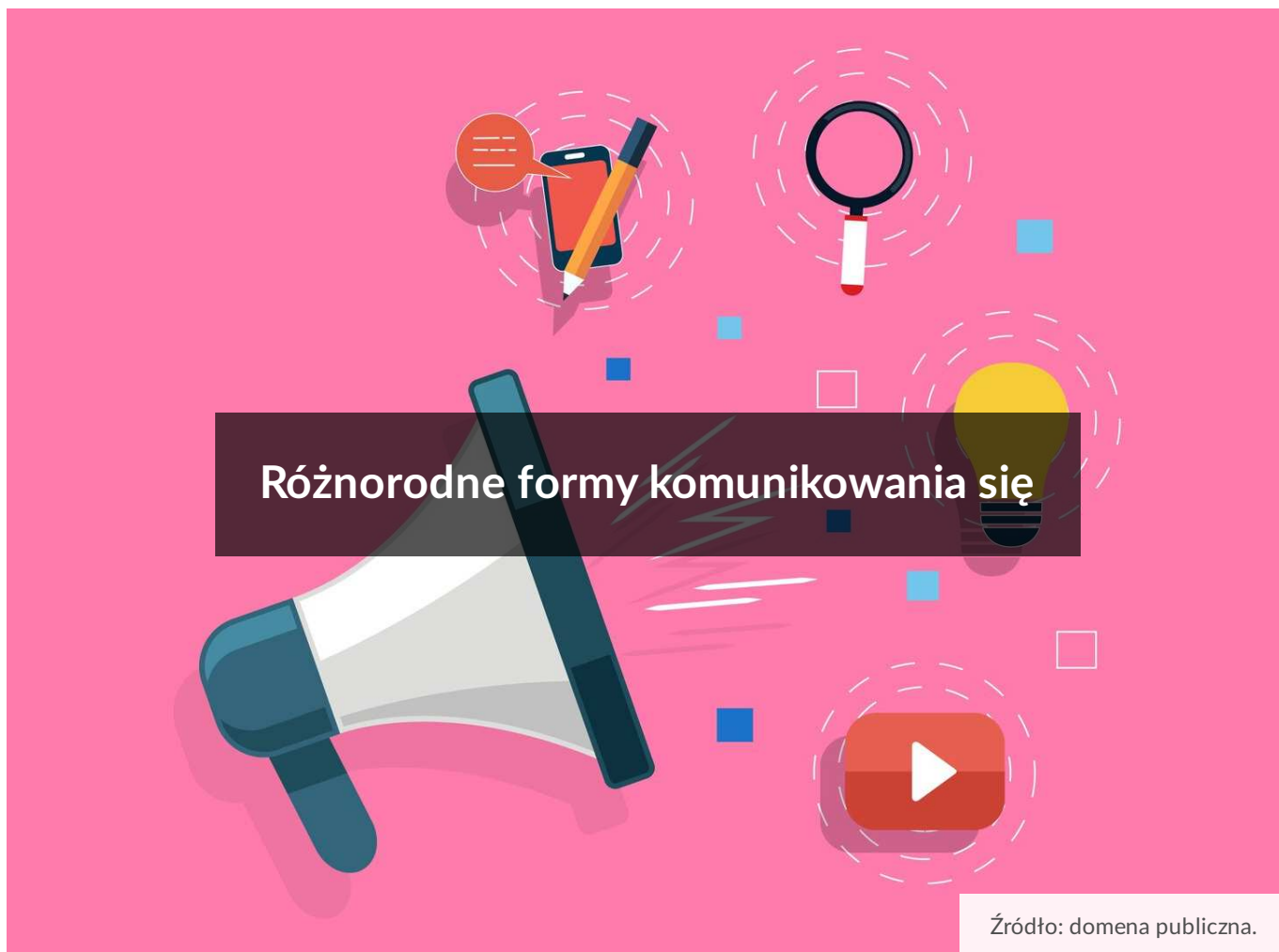


Różnorodne formy komunikowania się

- [Wprowadzenie](#)
- [Przeczytaj](#)
- [Schemat](#)
- [Sprawdź się](#)
- [Dla nauczyciela](#)

Bibliografia:

- Źródło: Katarzyna Zdziech, *Komunikacja interpersonalna w rodzinie – jak ją poprawić?*, 26.02.2019 r., dostępny w internecie: wp.pl [dostęp 10.09.2019 r.].
- Źródło: *Komunikacja niewerbalna: czego można się dowiedzieć?*, 24.10.2008 r., dostępny w internecie: egospodarka.pl [dostęp 10.09.2019 r.].



Źródło: domena publiczna.

Współczesny świat zalewa nas licznymi komunikatami, często sprzecznymi ze sobą. Nie wyobrażamy sobie życia bez dostępu do mediów, znajomych, przyjaciół. Nasze życie opiera się na funkcjonowaniu w świecie komunikatów, rozmów, dialogów. Jednak czy typowy Kowalski potrafi się właściwie porozumiewać? Czy rozumie przyjmowane komunikaty i czy potrafi na nie odpowiedzieć? Okazuje się, że wcale nie jest łatwo dobrze komunikować się z innymi ludźmi. Wymaga to wbrew pozorom dużej wiedzy i praktyki.

Twoje cele

- Scharakteryzujesz różnorodne formy komunikowania się.
- Przeanalizujesz główne różnice między komunikacją werbalną i niewerbalną.
- Ocenisz znaczenie komunikacji niewerbalnej w procesie porozumiewania się.

Przeczytaj

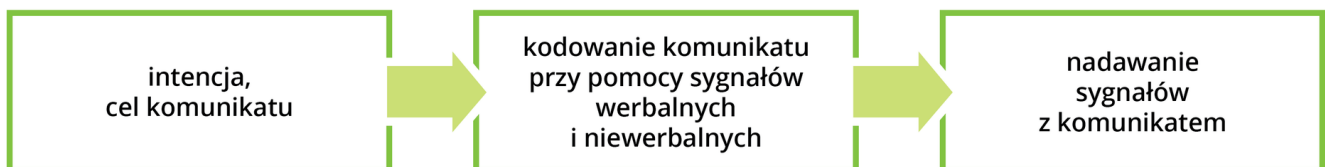
Skuteczna komunikacja, czyli co autor komunikatu miał na myśli

Konsekwencją życia w społeczeństwie jest konieczność skutecznego komunikowania się z jego członkami. Dotyczy to wszystkich bez względu na zajmowane stanowisko, pełnioną funkcję społeczną czy też pozycję społeczną. Do **komunikacji interpersonalnej** dochodzi zawsze, gdy co najmniej dwie osoby stykają się ze sobą. Polega ona na wymianie komunikatów. Ta wymiana może mieć charakter werbalny i niewerbalny.

Komunikacja werbalna odbywa się za pomocą słów, komunikacja niewerbalna zaś poprzez gesty, mimikę, ton głosu, obserwację zachowania rozmówcy.

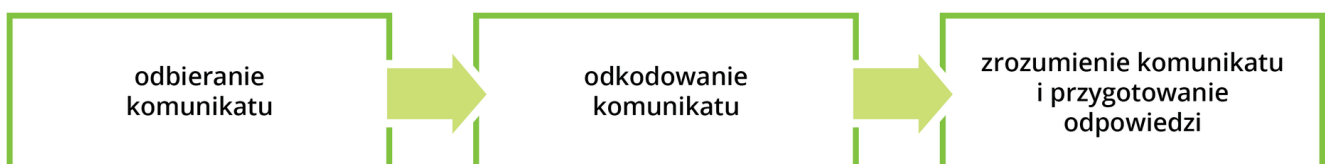
W rozmowie zawsze dochodzi do nadawania i odbierania komunikatów przez odbiorcę i nadawcę. Zamieniają się oni rolą w zależności od tego, kto w danym momencie nadaje wiadomość, a kto ją odbiera. Nadawcą nazywamy osobę, która w danym momencie ma coś do przekazania, nadaje komunikat. Odbiorcą jest osoba, do której komunikat był nadany i która go sobie przyswaja.

Nadawanie (nadawca):



Źródło: Englishsquare.pl sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Odbieranie (odbiorca):



Źródło: Englishsquare.pl sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Komunikacja może mieć charakter jednokierunkowy, jeżeli nadawca komunikatu nie oczekuje odpowiedzi od odbiorców.



Źródło: Englishsquare.pl sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Komunikacja dwukierunkowa ma miejsce, gdy odbiorca komunikatu odpowiada nadawcy (prowadzi rozmowę).



Źródło: Englishsquare.pl sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Komunikacja werbalna i niewerbalna

Są dwa podstawowe sposoby komunikowania się. Jest to komunikacja werbalna i niewerbalna.

Źródło: Englishsquare.pl sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Obie formy komunikacji przeplatają się ze sobą, jednocześnie mówimy w sposób werbalny i przekazujemy liczne komunikaty niewerbalne. Stosunek procentowy [komunikacji werbalnej](#) i [niewerbalnej](#) w trakcie rozmowy dwóch osób wynosi: 35% do 65% na korzyść komunikacji niewerbalnej.

Komunikacja werbalna i niewerbalna w ujęciu procentowym podczas typowej rozmowy

Label : komunikacja niewerbalna

Value : 65%

Label : komunikacja werbalna

Value : 35%

Zastanów się, z czego może wynikać stosunek procentowy na korzyść komunikacji niewerbalnej.

Źródło: Englishsquare.pl sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Mowa ciała

Komunikacja niewerbalna zwana jest także [mową ciała](#). Jej właściwe zrozumienie może dać nam więcej informacji niż komunikaty werbalne przekazywane podczas rozmowy.

Obserwowanie mowy ciała, gestów, mimiki pozwala często zrozumieć prawdziwe intencje rozmówcy. Należy nadmienić, że każda osoba ma inne charakterystyczne dla siebie gesty, mimikę, tiki, sposób zachowania się w określonej sytuacji. Dlatego warto je obserwować, a zarazem pamiętać, że inni też uważnie nas obserwują.



Konsternacja

Źródło: Englishsquare.pl sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Przeanalizuj przedstawione na grafice przykłady mowy ciała i zastanów się, czy opis oddaje ich wymowę.

Jak skutecznie się porozumiewać

Istnieje wiele wzorów skutecznego porozumiewania się. Każdy z nas opracowuje własne strategie, jak osiągnąć zamierzony cel. Zawsze jednak należy pamiętać o podstawowych zasadach skutecznego porozumiewania się.

Źródło: Englishsquare.pl sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Źródło: Englishsquare.pl sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Oczywiście nie zawsze stosowanie się do tych zasad gwarantuje sukces, należy pamiętać, że każdy rozmówca jest inny. Do każdego należy trafić w odpowiedni, często indywidualny sposób.

Słownik

komunikacja interpersonalna

inaczej rozmowa; to wymiana komunikatów zarówno werbalnych, jak i niewerbalnych między co najmniej dwoma osobami; jest ona składową komunikacji społecznej; składa się z wielu aktów mowy

komunikacja werbalna

komunikacja, w której środkiem jest język, to ogółem wymiana sensów między ludźmi za pomocą języka lub innego zestawu symboli; najczęściej towarzyszy jej także komunikacja niewerbalna

komunikacja niewerbalna

wszystkie komunikaty na kanałach innych niż język; to np. gesty, mimika; komunikaty te często nadawane są nieświadomie, choć część z nich może być nadawana i odbierana świadomie; komunikacja niewerbalna jest równie istotna, co werbalna

mowa ciała

element komunikacji niewerbalnej; gesty, mimika, ruchy oczu, używanie przestrzeni w komunikacji

Schemat

Polecenie 1

Zapoznaj się ze schematem na temat mowy ciała i wykonaj ćwiczenia.

Mowa ciała – klucz do sukcesu w rozmowie

Źródło: domena publiczna.

Ćwiczenie 1

Zastanów się, jakimi gestami posługujesz się najczęściej w sytuacji niepewności.

Ćwiczenie 2

Oceń, czy łatwo jest zrozumieć mowę ciała, jeżeli komunikaty są sprzeczne z informacją przekazywaną werbalnie. Które informacje są prawdziwe?

Ćwiczenie 3

Czy twoim zdaniem mowa ciała jest kluczem do sukcesu w rozmowie? Wyraż swoją opinię i ją uzasadnij.

Sprawdź się

Pokaż ćwiczenia:   

Ćwiczenie 1



Wskaż, które stwierdzenia są prawdziwe, a które fałszywe.

Stwierdzenie	Prawda	Fałsz
Odbiorca to osoba wysyłająca komunikat.	☐	☐
Komunikacja werbalna odbywa się tylko za pomocą gestów.	☐	☐
Komunikacja niewerbalna odbywa się za pomocą gestów.	☐	☐
Komunikacja interpersonalna ma miejsce wtedy, gdy biorą w niej udział minimum trzy osoby.	☐	☐

Ćwiczenie 2



Dopasuj ciąg do odbiorcy i nadawcy informacji w procesie komunikowania się.

Nadawca

Odbieranie komunikatu –
odkodowanie komunikatu –
zapoznanie się z komunikatem

Odbiorca

Odebranie komunikatu –
zapoznanie się z komunikatem –
odkodowanie komunikatu

Żaden z powyższych

Cel komunikatu – kodowanie
komunikatu – nadanie
komunikatu

Cel komunikatu – odkodowanie
komunikatu – nadanie
komunikatu

Ćwiczenie 3



Wskaż, jakie problemy w poprawnym komunikowaniu się mogą mieć osoby niewidome i z czego to wynika.

Ćwiczenie 4



Wskaż, które z zasad skutecznego komunikowania się powinien stosować nadawca komunikatu.

☐ Słuchać z zainteresowaniem.

☐ Obserwować reakcje odbiorcy.

☐ Dopuszczać odbiorcę do głosu.

☐ Zadawać pytania.

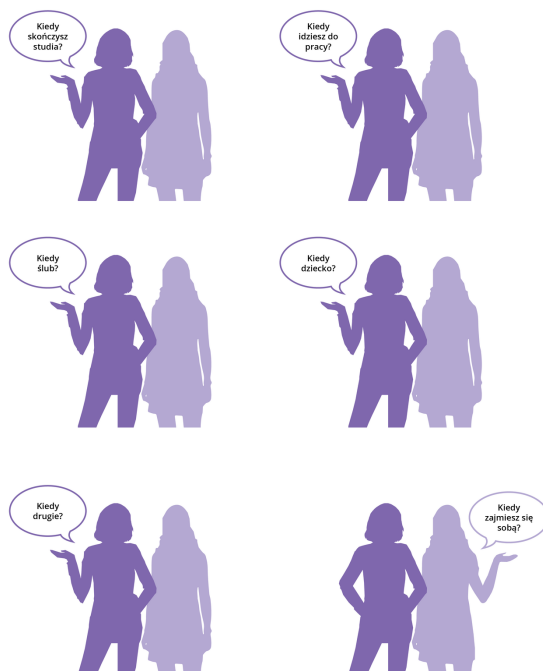
☐ Mówić konkretnie i na temat.

☐ Patrzeć rozmówcy w oczy.

Ćwiczenie 5



Zapoznaj się z ilustracją i wykonaj zadanie.



Źródło: Englishsquare.pl sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Oceń, czy ilustracja przedstawia prawidłowy proces komunikowania się. Odpowiedź uzasadnij.

Ćwiczenie 6



Zapoznaj się z materiałem graficznym i wykonaj zadanie.



I.

Źródło: domena publiczna.



II.

Źródło: domena publiczna.



III.

Źródło: domena publiczna.

Na podstawie zaprezentowanego materiału graficznego wyjaśnij mowę ciała jego bohaterów.



Przeczytaj tekst i wykonaj zadanie.

((Katarzyna Zdziech

Komunikacja interpersonalna w rodzinie – jak ją poprawić?

Komunikacja interpersonalna w rodzinie to proces przekazywania informacji między jej członkami. Jej zakłócenia mogą się pojawić w każdym momencie i są groźne, ponieważ negatywnie wpływają na trwałość rodzinnych relacji.

Jak działa komunikacja interpersonalna w rodzinie?

Komunikacja interpersonalna to proces przekazywania i odbierania informacji między dwiema osobami. W rodzinie przejawia się nie tylko jako sposób kontaktu i rodzaj porozumiewania się, ale służy również do wyrażania uczuć i pogłębiania więzi między jej członkami.

Komunikacja interpersonalna w rodzinie różni się znacznie od komunikacji między znajomymi, ponieważ zachodzi w obrębie zamkniętego systemu rodzinnego. Taki system jest szczególnie trwały, a relacje interpersonalne w rodzinie są dodatkowo pogłębiane przez dużą ilość czasu, który spędzamy z bliskimi. Komunikacja w rodzinie ma charakter cyrkularny. Oznacza to, że każdy członek w równym stopniu oddziałuje na pozostałe osoby. Dlatego niezwykle ważną zasadą w rodzinnej komunikacji interpersonalnej jest współpraca. Wszystkie decyzje powinny być podejmowane wspólnie na drodze porozumienia lub kompromisu.

Prawidłowo funkcjonujący system rodzinny daje możliwość otwartej komunikacji pomiędzy wszystkimi jego członkami, bez strachu przed

odrzućeniem czy przed tematami tabu.

Źródło: Katarzyna Zdziech, *Komunikacja interpersonalna w rodzinie – jak ją poprawić?*, 26.02.2019 r., dostępny w internecie: wp.pl [dostęp 10.09.2019 r.].

Przedstaw, jak autorka artykułu opisuje komunikację interpersonalną w rodzinie na tle innych form komunikacji.



Przeczytaj tekst i wykonaj zadanie.

“ ***Komunikacja niewerbalna: czego można się dowiedzieć?*** ”

Mowa ciała jest najstarszą formą porozumiewania się, nasi prymitywni przodkowie, nie znając języka, posługiwali się właśnie gestami, mimiką, kontaktem wzrokowym, aby przekazać sobie informacje. Podobnie sytuacja wygląda w świecie zwierząt, które wyuczyły się zachowań pozwalających np. na ostrzeżenie innych przed drapieżnikiem. (...)

Czego dowiadujemy się o rozmówcy, odczytując jego gesty, mimikę i postawę?

Po zachowaniu drugiego człowieka łatwo określić, jaki ma temperament. Czy jest osobą wesołą, radosną, rozrywkową, zabawną, nerwową czy smutną. Można też łatwo przypisać ją go któregoś z typów osobowości. Dużo ruchów, częsta zmiana pozycji, gestykulacja, uśmiech i wesoły wyraz twarzy może sugerować, że mamy do czynienia z sangwinikiem. Nerwowe potrząsanie nogą, niepewne spojrzenie, nerwowe ruchy wskazują na choleryka, natomiast spuszczone głowa, smutny wyraz twarzy, powolne ruchy wskazują na flegmatyka.

Z mowy ludzkiego ciała możemy dowiedzieć się także o pozycji społecznej naszego rozmówcy, typie pracy, jaką wykonuje. Zupełnie inaczej będzie zachowywał się robotnik i inaczej księgowy.

Z gestów możemy wywnioskować także, jakie rozmówca ma wobec nas zamiary. Możemy dowiedzieć się, czy widzi w nas tylko partnera biznesowego, czy ma wobec nas matrymonialne zamiary. Od tego, czy

zgadzamy się kontynuować rozmowę schodzącą na teren osobisty
zależy sukces rozmowy oraz to, co chcemy osiągnąć (...).

Źródło: *Komunikacja niewerbalna: czego można się dowiedzieć?*, 24.10.2008 r., dostępny w internecie: egospodarka.pl
[dostęp 10.09.2019 r.].

Wyjaśnij, jakie informacje o rozmówcy możemy uzyskać dzięki komunikacji niewerbalnej.

Dla nauczyciela

Autor: Jarosław Dyrda

Przedmiot: wiedza o społeczeństwie

Temat: Różnorodne formy komunikowania się

Grupa docelowa: III etap edukacyjny, liceum, technikum, zakres rozszerzony

Podstawa programowa:

Zakres rozszerzony

I. Człowiek w społeczeństwie.

Uczeń:

8) przedstawia różnorodne formy komunikowania się; wykazuje znaczenie komunikacji niewerbalnej w porozumiewaniu się.

Kształtowane kompetencje kluczowe:

- kompetencje w zakresie rozumienia i tworzenia informacji;
- kompetencje cyfrowe;
- kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie umiejętności uczenia się;
- kompetencje obywatelskie;
- kompetencje w zakresie przedsiębiorczości;
- kompetencje w zakresie świadomości i ekspresji kulturalnej.

Cele operacyjne:

Uczeń:

- charakteryzuje różnorodne formy komunikowania się;
- rozumie znaczenie komunikacji niewerbalnej;
- dostrzega różnicę między komunikacją werbalną i niewerbalną.

Strategie nauczania:

- konstruktywizm;
- konektywizm.

Metody i techniki nauczania:

- praca z e-materiałem;

- burza mózgów;
- rozmowa nauczająca z wykorzystaniem ćwiczeń interaktywnych;
- mapa myśli.

Formy zajęć:

- praca indywidualna;
- praca całego zespołu klasowego.

Środki dydaktyczne:

- komputery z głośnikami i dostępem do internetu, słuchawki;
- zasoby multimedialne zawarte w e-materiale;
- tablica interaktywna/tablica, pisak/kreda.

Przebieg zajęć:

Faza wstępna

1. Przedstawiony zostaje temat i cele zajęć.
2. Klasa słucha krótkiego wprowadzenia na temat skutecznego porozumiewania się.

Faza realizacyjna

1. Wyjaśnienie przez nauczyciela pojęcia komunikacja interpersonalna – rozmowa nauczająca. Zespół klasowy zastanawia się nad jej znaczeniem dla społeczeństwa, propozycje uczniów są zapisywane przez ich reprezentanta na tablicy jako część notatki z lekcji.
2. Nauczyciel rozmawia z klasą na temat rodzajów komunikacji, przedstawia jej przykłady, na podstawie których uczniowie wspólnie dochodzą do różnic w porozumiewaniu się, dzieląc komunikację na werbalną i niewerbalną.
3. Omówienie przez zespół klasowy pod kontrolą nauczyciela funkcji, jakie w procesie komunikacji ma nadawca i odbiorca komunikatów.
4. Uczniowie analizują wykres kołowy prezentujący podział na ilość informacji, które są przekazywane w komunikacji w sposób werbalny i niewerbalny. Próba, przy pomocy nauczyciela, ustalenia proporcji tych informacji w typowym komunikacie nadawanym przez nadawcę.
5. Mowa ciała i jej znaczenie w komunikacji interpersonalnej. Zespół klasowy analizuje schemat interaktywny „Mowa ciała – klucz do sukcesu w rozmowie”, próbując odczytać prawidłowe znaczenie mowy ciała.

6. Jak się skutecznie porozumiewać? – burza mózgów. Zespół klasowy zastanawia się nad postawionym problemem, szukając skutecznych metod porozumiewania się. Propozycje uczniów dotyczące skutecznego porozumiewania się zapisywane są na tablicy w podziale na te, które dotyczą nadawcy komunikatu, i dotyczące odbiorcy. Efektem pracy będzie mapa myśli, którą uczniowie mogą porównać z zamieszczonym schematem w e-materiale.

7. Wykonanie przez uczniów ćwiczeń dołączonych do medium.

Faza podsumowująca

1. Podsumowanie wiedzy na temat komunikacji werbalnej i niewerbalnej. Klasa wspólnie pod kontrolą nauczyciela przygotowuje notatkę z lekcji.

2. Uczniowie wykonują ćwiczenia interaktywne wskazane przez nauczyciela. Wspólne omówienie odpowiedzi.

Praca domowa:

Dokonaj analizy zachowania członków rodziny w kontekście komunikacji niewerbalnej.

Materiały pomocnicze:

Bogusława Dobek-Ostrowska, *Podstawy komunikowania społecznego*, Wrocław 1999.

Allan Pease, Barbara Pease, *Mowa ciała*. Poznań 2018.

Wskazówki metodyczne opisujące różne zastosowania multimedium:

Schemat interaktywny może zostać wykorzystany do opracowania prezentacji multimedialnej o sposobach komunikowania się lub jako materiał szkoleniowy do kontroli własnego zachowania się podczas rozmowy.