

## Temat zajęć: Komunikowanie społeczne

**Grupa (wiek, liczebność):** młodzież oraz seniorzy, 10 osób

**Czas trwania:** 8 godzin lekcyjnych

**Cele:** zaznajomienie uczestników z rodzajami komunikacji oraz efektywnymi metodami komunikacyjnymi

**Metody pracy:** prezentacja multimedialna, pogadanka, warsztaty, ćwiczenia praktyczne

**Materiały i środki dydaktyczne:**  
Kartki, długopisy, flipcharty, markery itp.

**Materiały merytoryczne:** prezentacje multimedialne, karty pracy – testy, załączniki, podręcznik Mela Silbermana

**Przebieg zajęć:**

Zadanie/czas trwania	Potrzebne materiały	Charakterystyka
Czym jest komunikacja społeczna?/ 30 minut	Prezentacja 1 – komunikacja społeczna i jej poziomy	Prowadząca przedstawia krótką definicję komunikacji społecznej, jej cechy po to, aby uczestnicy wiedzieli czym będą się zajmować w trakcie zajęć. Omówione zostają także trzy najniższe poziomy komunikacji (interpersonalna, grupowa oraz międzygrupowa), ponieważ te poziomy dotyczą bezpośrednio uczestników.
Komunikacja niewerbalna – helikopter/15 minut	Kartki z nazwami maszyn	Prowadząca dzieli grupę na dwa zespoły. Każdy zespół otrzymuje kartkę z nazwą maszyny, pojazdu np. traktor, helikopter, kosiarka, ciężarówka. Zadaniem każdej grupy jest przedstawienie tylko za pomocą mowy ciała otrzymane urządzenie. Każda osobą musi być jego częścią (!). Druga drużyna odgaduje jakie pierwsza miała zadanie. W razie potrzeby, po paru sekundach grupa przedstawiająca może imitować dźwięki.

<p>Komunikacja niewerbalna - noworodek w kąpielni/20 minut</p>	<p>brak</p>	<p>Zadaniem każdego uczestnika ćwiczenia jest przedstawienie wcześniej obejrzanej scenki. Całość rozpoczynamy od wyznaczenia jednej, rozpoczynającej ćwiczenie osobie, natomiast reszta uczestników ćwiczenia opuszcza na moment salę. Tylko pozostała w sali jedna osoba dowie się temat scenki: „Noworodek w kąpielni” (w trakcie zadania nie zdradzamy tematu scenki innym osobom), możemy dodać do tego pewien opis czynności tj. naszykowanie wanny, środków pielęgnujących, czynności związane z zabiegami przy dziecku. Zapraszamy do sali jedną osobę. Wszystko odbywa się bez słów, komunikacji werbalnej; liczą się tylko gesty, mowa ciała, obraz. Pierwsza osoba odgrywa scenkę przed drugą. Następnie proszona jest trzecia i ta ogląda tą samą scenkę, ale przedstawioną już przez drugą osobę. Kolejne osoby, kolejne scenki. Oczywiście osoby, które weszły już do sali i odegrały swoją scenkę pozostają w niej, ale w milczeniu także obserwują kolejne sposoby przedstawiania tematu. Po wystąpieniu ostatniej osoby prowadzący podaje temat odgrywanej scenki. Omawiamy ćwiczenie.</p>
<p>Komunikacja i aktywne słuchanie- figury/ 30 minut</p>	<p>Karta A, Karta B, kartki, długopisy/ołówki</p>	<p>Osoba prowadząca przygotowuje karty A i B, które zawierają szablon figur geometrycznych, co ważne nie pokazuje ich uczestnikom ćwiczenia.</p> <p>Karta A: zadaniem jednego uczestnika jest dokładne wytłumaczenie drugiej osobie (reszcie osób), w jaki sposób ma odwzorować rysunek na karcie. Opisuje rysunek szczegółowo, wzajemne położenie figur względem siebie, ich wielkość, ale co bardzo ważne: nie może powtarzać instrukcji. Osoby, które rysują nie mogą zadawać pytań.</p> <p>Szablon B. Sytuacja podobna, ale z podstawową różnicą: osoba rysująca może zadawać dowolne pytania. Po skończonym działaniu następuje konfrontacja: Należy porównać rysunki uczestników z</p>

Test aktywnego słuchania/ 15 minut	Test – załącznik 1	przygotowanymi wzorami kart A i B. Ile jest treści z oryginalnego rysunku? Z punktu widzenia komunikacji: jak ona przebiegała? Co można o niej powiedzieć? Co pomogło, a co poprzekadzało w działaniu? Podkreślamy temat komunikacji werbalnej, aktywnego słuchania.
Jak poprawnie mówić i słuchać / 15 minut	Prezentacja 2 - zasady poprawnej komunikacji	Uczestnicy dostają do wypełnienia test aktywnego słuchania. Następnie omawiamy wyniki.
Jakim jestem rozmówcą?/ 25 minut	Test „style komunikacji” dla każdego uczestnika – załącznik 2	Osoba prowadząca przedstawia informacje dotyczące poprawnego tworzenia komunikatów.
Komunikacja bezpośrednia: Wy piszecie scenariusze/ 40 minut	Kartki, długopisy, podręcznik „Aktywne ćwiczenia szkoleniowe” Mela Silbermana, s. 47-48.	Prowadząca rozdaje uczestnikom testy do rozwiązania. Następnie omawia wyniki zgodnie z załącznikiem 2.
Problemy komunikacyjne w grupach zróżnicowanych wiekowo-rozmowa/30 minut	Kartki, długopisy	Dzielimy grupę na dwa zespoły (w każdym senior_młodzież). Zespoły te tworzą scenariusze skeczów, zgodnie z zasadami komunikacji bezpośredniej i niebezpośredniej. Przedstawiają swoje skecze na forum grupy. Omawiamy wyniki i ryzyko związane ze stosowaniem komunikatów niebezpośrednich.
Jak poprawnie się komunikować?/ 15 minut	Prezentacja 3 - jak stworzyć poprawny komunikat	Uczestnicy odpowiadają anonimowo na zadane pytania: Jakie dostrzegli bariery w komunikacji u uczestników młodszych w stosunku do starszych? Jakie dostrzegli bariery w komunikacji u uczestników starszych w stosunku do młodszych? Osoba prowadząca odczytuje odpowiedzi. Następnie na forum grupy próbujemy ustalić, jak można usprawnić komunikację między uczestnikami młodszymi i starszymi.
		Osoba prowadząca przedstawia modele komunikowania, które mogą być stosowane w zespołach i przez niewielkie organizacje.

<p>Przekazywanie informacji zwrotnej – 35 minut</p>	<p>Załącznik 3, kartki, długopisy</p>	<p>Uczestnicy losują sytuację z przygotowanych (załącznik 3). Przygotowują komunikat korzystając z modelu FUEO lub MPE, następnie przekazują go na forum grupy. Omawiamy wszystkie komunikaty.</p>
<p>Tworzenie notatki prasowej/45 minut</p>	<p>Kartki, długopisy, telefony z dostępem do internetu</p>	<p>Dzielimy uczestników na 3 grupy (w każdej senior). Każda grupa musi przygotować notatkę prasową na temat planowanego przez siebie działania. Notatka ma być kierowana do społeczności Lublina.</p>
<p>Podsumowanie – stosowanie różnych form dyskusji.</p>	<p>Formularz 10 form dyskusji w grupie z podręcznika „Aktywne ćwiczenia szkoleniowe” Mela Silbermana, s.59-61</p>	<p>Każdy uczestnik dostaje formularz do zapoznania. Omawiamy i podajemy przykłady zastosowania każdej z form, wskazujemy, która może zostać zastosowana do komunikacji nie tylko w grupie, ale także międzygrupowej. Pytamy, z której już korzystali, mieli do czynienia.</p>

W trakcie zajęć pożądane są energizery, które zapewniają lepszą dynamikę pracy grupy. Wybór pory i typu energizera zależy od trenera, który zna już grupę.