

Принципи формування міжособистісних стосунків з дорослими й однолітками



У будь якій життєвій справі людям доводиться спілкуватися, обмінюватися інформацією, домовлятися, знаходити виходи зі складних ситуацій тощо.

Ефективне спілкування — це не тільки передача інформації. Важливо не тільки вміти говорити, а ще й вміти слухати, щоб зрозуміти, про що говорить співрозмовник.

СПІЛКУВАННЯ – ЦЕ НЕВІД’ЄМНА ЧАСТИНА ЛЮДСЬКОГО ЖИТТЯ
ТА ОСНОВА СТОСУНКІВ МІЖ ЛЮДЬМИ.



Навички ефективного спілкування

1. Упевненість у собі;
2. Взаємодовіра до співрозмовника;
3. Активне слухання;
4. Уміння чітко висловлювати свою думку;
5. Уміння відкрито виражати свої почуття без тривоги і звинувачень
5. Адекватна реакція на критику.
6. Уміння попросити про послугу, по допомогу.
7. Почуття власної гідності;
8. Щирий інтерес до теми бесіди.

9. ДОПОВНІТЬ ВЛАСНИМИ НАВИЧКАМИ



Поради для ефективного спілкування:

- Розмовляючи з людиною, дивіться їй в очі, покажіть, що ви довіряєте їй, а вона цілком може довіряти вам;
- Завжди пам'ятайте ім'я співрозмовника і звертайтеся до нього на ім'я у ході бесіди - це дуже важливо;
- Виявляйте щирий інтерес до людини, цікавтеся її поглядами, думками, діями;
- Не треба забагато говорити про себе, намагаючись слухати співрозмовника, інакше який сенс у розмові, якщо ви не хочете нікого слухати, окрім себе?
- У разі виникнення конфліктної ситуації, використовуйте принцип «Я - повідомлення» та намагайтеся все розв'язати шляхом компромісу.

Як було раніше вивчено, рівень спілкування впливає на формування того чи іншого типу стосунків.

ЗАВДАННЯ. Встановіть відповідність між рівнями спілкування та видами стосунків:

| Рівень спілкування | Вид стосунків |
|--------------------|---------------|
| Фрази | |
| Факти | |
| Думки | |
| Почуття | |
| Довіра | |

 Чи вийшло так, що один рівень спілкування може бути присутнім у різних видах стосунків? ЧОМУ?


Так, залежно від того, яким є наше спілкування з оточуючими, будуються наші особистісні стосунки.


Властивістю цих стосунків є те, що з різними людьми наше спілкування є абсолютно **різним**, проте **якість** цих стосунків є **незмінною**.

За якісними характеристиками стосунки є (встановіть відповідність ілюстрацій):

- доброзичливі (привітні)
- нейтральні (байдужі)
- недоброзичливі (конфліктні)



 Яка, на Вашу думку, якість стосунків є позитивною для людини та її соціального благополуччя?

 Як це впливає на якість життя людини та як пов'язано з іншими складовими здоров'я?

Дайте усні відповіді.

Формування рівноправних позитивних, високоєфективних стосунків базується на **ПРИНЦИПІ ТРЬОХ «К»**

Комунікація

- ❖ Бажання спілкуватися
- ❖ Повага до оточуючих

+

Кооперація

- ❖ Уміти діяти спільно
- ❖ Шукати те, що об'єднує

+

Компроміс

- ❖ Уміти домовлятися
- ❖ Відмовлятися від взаємних претензій

У стосунках завжди проявляються особистісні риси людини, її вікові особливості, навні життєві навички.

Вміння людини будувати доброзичливі стосунки з різними віковими категоріями – є запорукою успішного, щасливого, впевненого майбутнього.



ПРАКТИЧНА РОБОТА

(короткі записи виконуємо в зошит)

Відпрацювання прийомів ефективного спілкування з дорослими й однолітками, розвиток комунікативних навичок.

Завдання 1.

Складіть перелік правил спілкування з однолітками за схемою.

|  МОЖНА |  НЕ МОЖНА |
|--|---|
| | |
| | |
| | |
| | |

Завдання 2.

Складіть перелік правил спілкування з вчителями, дорослими за схемою.

|  МОЖНА |  НЕ МОЖНА |
|--|---|
| | |
| | |
| | |
| | |

Завдання 3.

Складіть перелік правил спілкування з батьками за схемою.

|  МОЖНА |  НЕ МОЖНА |
|--|---|
| | |
| | |
| | |
| | |



Домашнє завдання:

1. Опрацювати §21.
2. Провести інтерв'ю з батьками (див. наст. слайд).

*Про здорові стосунки дбаймо –
Фундамент щастя закладаймо!!!!*

Інтерв'ю з дорослими членами родини

Запитання, що стосуються часу, коли ви були мого віку:

1. Що вам подобалося робити, коли ви були підлітками?
2. Що стало для вас важливим, коли ви подорослішали?
3. Які правила були у вашій родині (о котрій годині треба було приходити додому; що вам забороняли вдягати...)?
4. Чого очікували від вас ваші батьки щодо куріння, вживання алкоголю, інших психоактивних речовин?
5. ____

Запитання, що стосуються вашої ролі як моїх батьків:

1. Що, на вашу думку, змінилося відтоді, як ви були підлітками?
2. Які правила й очікування ви маєте для мене щодо куріння, вживання алкоголю, інших психоактивних речовин?
3. Які наслідки для мене може мати порушення цих правил?
4. Чому, на вашу думку, ці правила є важливими?
5. Які ще правила існують у нашій родині?
6. ____

Зворотний зв'язок

Human

zhannaandreeva95@ukr.net