21.02.2022 Основи здоров’я вчитель Вахненко В.М.

4 урок 6 - А

5 урок 6 - Б

Тема уроку: Стилі спілкування.

Мета:розповісти про стилі спілкування; відпрацювати з учнями навички ефективного спілкування; дослідити переваги і недоліки різних стилів спілкування;

Робота над темою

Заради чого людина вступає в процес спілкування? Чи впливає спілкування на здоров'я людини?

Індивідуальність людини у взаємодії з іншими реалізують і через стиль спілкування. Стиль спілкування – система принципів, норм, методів,прийомів діяльності й поведінки індивіда. Найяскравіше стиль спілкування виявлений у діловій та професійній сферах, взаєминах ділових партнерів, керівника і підлеглого.

Виокремлюють три стилі: авторитарний (ділові, короткі розпорядження, чітка мова, заборони без поблажливості, уникнення емоцій), демократичний (інструкції у формі пропозицій, товариський тон розмови, розпорядження й заборони з дискусіями, заохочення та покарання із порадами) і ліберальний (брак співробітництва, заохочень і покарань, конвенційний тон розмови).

У кожної людини сформовані певні стереотипи комунікативної взаємодії, які визначають її стиль спілкування. На неї відчутно впливають тип поведінки людини, її ставлення до діяльності, соціокультурні особливості людини. Стиль спілкування, будучи однією із сутнісних характеристик особистості, відображає усталені способи діяльності певного типу людини; має тісний зв'язок із психологічними особливостями її мислення, прийняття рішень, вияву комунікативних властивостей. Він формується й розвивається в процесі взаємодії. Ефективні в одній культурі стилі спілкування можуть не спрацьовувати в іншій. Особливо це стосується ділової сфери. Тому під час встановлення ділових контактів слід ураховувати, що «ділові» люди, виховані в різних національних традиціях і умовах, дотримують відповідно різних принципів поведінки, налагодження соціальних контактів.

Уміння спілкуватися передбачає певний рівень психологічної культури, яка включає уміння:

розумітися в інших людях;

адекватно  відгукуватися на поведінку людей;

вибирати такі способи збирання, які підходять, відповідають індивідуальним особливостям тих, хто вступає у спілкування.

Психологічна культура – це насамперед стихійний досвід. Але стихійний досвід збагачують теоретичними знаннями, формуванням здібності співпереживати, вправами в такій поведінці, яка б не принижувала гідності інших людей.

* Як зробити наше спілкування приємним, радісним, бажаним, продуктивним?
* Яких правил слід дотримуватися в процесі спілкування зі співрозмовником?

Отже, можна виділити такі основні правила спілкування:

Будьте завжди ввічливими, привітними та доброзичливими в спілкуванні. З повагою ставтеся до співрозмовника.

Будьте уважними до співрозмовника, до його стану і настрою, до того, що і як він говорить, як реагує на ті чи інші слова.

Умійте слухати і не перебивати інших.

Не бійтеся вступати в контакти (усні чи письмові) з людьми, навіть не знайомими вам, але при цьому уникайте нав'язливості.

Говоріть про те, що може бути цікавим і корисним для тих, хто вас слухає.

Не завдавайте людям прикрощів словом (не ображайте, не говоріть неприємного не виявляйте своєї неповаги, не вживайте грубих слів тощо).

Умійте ввічливо попросити про щось і ввічливо відмовити в чомусь, не образивши людину своєю відмовою. Намагайтеся чемно пояснити причину прохання чи відмови.

Використовуйте в спілкуванні слова «будь-ласка», «вибачте», «не ображайтеся», «чи не змогли б ви», «на жаль». Стежте за культурою мовлення.

Умійте підтримати людину словом і ділом у будь-якій ситуації.

Вчитель: Отже, із усього сказаного можна зробити висновок, що спілкування – це чи не найважливіша для людини річ. І для того, щоб воно приносило задоволення і бажаний результат, слід виробити в собі ті якості, про які ми сьогодні говорили, пам'ятати вислів древніх: «Заговори, щоб я тебе побачив».

Завжди пам'ятайте просту народну істину, що до людей слід ставитися так, як хочеш, щоб вони ставилися до тебе. Також у спілкуванні людей дуже важливу роль відіграють почуття та емоції.

**Упевнена поведінка** – це вміння домовлятися з урахуванням інтересів усіх сторін, здатність ввічливо відмовитись від того, що не підходить, і рішуче – від того, що може бути небезпечним. Упевнену поведінку ще називають гідною, інтелігентною або самостверджувальною

**Домашнє завдання: параграф 17 стор. 86 - 89**