

**SCENARIUSZ LEKCJI**

**KOMUNIKACJA INTERPERSONALNA  
WŚRÓD UCZNIÓW W XXI WIEKU**

# INFORMACJE OGÓLNE

**Temat:** Komunikacja interpersonalna wśród uczniów w XXI wieku

**Czas  
zajęć:** 1 x 45 minut

**Cele  
lekcji:** Po zakończeniu programu uczeń:

1. rozróżnia pojęcie komunikacji werbalnej i niewerbalnej,
2. potrafi wskazać bariery komunikacyjne,
3. umie wyjaśnić podstawowe pojęcia związane z komunikacją interpersonalną,
4. rozumie jak dużą rolę odgrywa komunikowanie się i słuchanie w naszym życiu.

**Materiały:**

- komputer z rzutnikiem
- papier do flipchartu
- markery kolorowe
- wycięte tematy do pracy grupowej

## TEMAT: Komunikacja interpersonalna wśród uczniów w XXI wieku

Wyświetl na slajdzie lub napisz na tablicy następujący cytat:

„... Wykształcenie zdobywa się czytając książki, ale inne,  
ważniejsze wykształcenie – znajomość świata – zdobywa się  
tylko dzięki czytaniu ludzi i studiowaniu ich różnych wydań...”

Lord Chesterfield, „Listy do syna”

Zadaj uczniom pytanie: jak rozumieją to zdanie? Postaraj się ich naprowadzić na definicję i znaczenie komunikacji interpersonalnej.

**TIP!** Człowiek jest istotą stadną i chce żyć w otoczeniu innych ludzi, kontaktować się z nimi, w związku z tym właśnie - komunikacja międzyludzka - jest jedną obok miłości, akceptacji i przyjaźni – z podstawowych potrzeb człowieka. Komunikacja interpersonalna zachodzi nieustannie. Każda sytuacja społeczna implikuje proces nadawania i dobierania różnych informacji. Nie wypowiadając ani słowa nasze ciała nieustannie emitują sygnały wyrażające samopoczucie, nastawienia, postawy.

Nęcki (Komunikacja międzyludzka. Kraków Wydawnictwo Profesjonalne Szkoły Biznesu, 1996) definiuje komunikację interpersonalną, jako podejmowaną w określonym kontekście sytuacyjnym wymianę werbalnych, wokalnych i niewerbalnych sygnałów (symboli) w celu osiągnięcia lepszego poziomu współdziałania.

Pokaż uczniom dwie liczby: 35 tys. oraz 16 tys. Zapytaj czego mogą dotyczyć w odniesieniu do komunikacji.



**TIP!** Dziennie dociera do nas **35 tys.** informacji – wiadomości, polityka, reklamodawcy, dziennikarze, członkowie rodziny, maile, billboardy. **16 tys.** słów dziennie wypowiadamy – przekazujemy coś innym, co tydzień moglibyśmy zapisać trzystustronicową książkę.

# LEKCJA



## PROCES KOMUNIKACJI

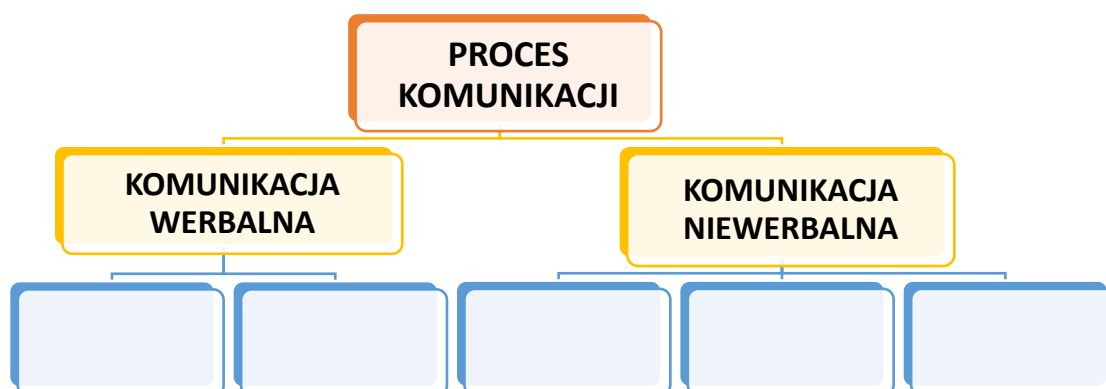
Wyświetl na slajdzie lub rozrysuj na tablicy schemat procesu komunikacji. Dopytaj uczniów, co rozumieją pod pojęciem komunikacji werbalnej i niewerbalnej – zostaw puste pola jak na poniższym obrazku.

**TIP!** Język, którym władają ludzie – niezależnie od rasy, miejsca urodzenia czy ilorazu inteligencji – jest podstawowym sposobem na **porozumiewanie się**. Tworząc komunikaty za pomocą słów, możemy osiągać bardzo zróżnicowane cele i przekazywać informacje w sposób zrozumiały dla innych. **KOMUNIKACJA WERBALNA** jest więc sposobem komunikowania się z innymi za pomocą języka mówionego – jest absolutnym fundamentem funkcjonowania społecznego człowieka. Występuje w dwóch formach - komunikacji ustnej i pisemnej.

Komunikacja za pomocą środków innych niż słowa jest określana jako **KOMUNIKACJA NIEWERBALNA**. Jak sama nazwa wskazuje, technika ta nie wymaga słów. Nazywamy ją często "mową ciała".

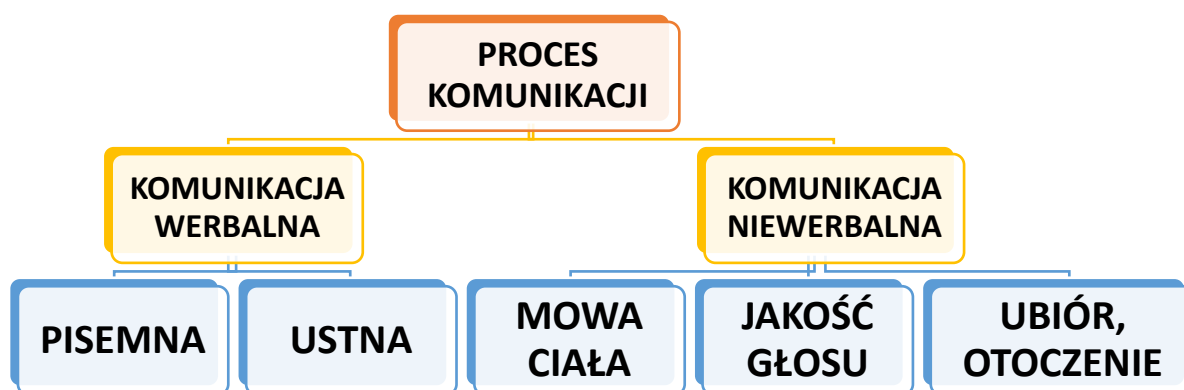
**KOMUNIKACJA NIEWERBALNA** istnieje ponad milion lat, jest więc starsza od mowy. Jest to pierwotna forma komunikacji - początkowo zwierząt – mimika, pomrukiwania, warknięcia, gesty - sprawiały, że tak dobierano partnerów, ustalano hierarchię i dominację czy współpracę.

ISTNIEJE PONAD MILION świadomych i nieświadomych gestów, a 550 000 słów w słownikach.



# LEKCJA

Uzupełnij schemat według poniższej grafiki



## ĆWICZENIE

Podziel klasę na 4 grupy. Najprościej będzie podzielić klasę na grupy według dat urodzenia lub nazwisk.

### METODA 1:

Prosimy uczniów o ustawienie się w rzędzie według dat urodzenia – mowa tutaj o miesiącach, ale UWAGA bez używania słów, a jedynie przy wykorzystaniu komunikacji niewerbalnej. Następnie nauczyciel dzieli uczniów na cztery grupy według kwartałów urodzenia lub liczebności, jeżeli przeważają osoby urodzone w danych miesiącach.

### METODA 2:

Prowadzący zabawę rozdaje uczestnikom przygotowane wcześniej kartki z nazwiskami, które podobnie do siebie brzmią np. Trąbalski, Kochalski, Dzierżawski itp. Na odwrocie, każdego nazwiska napisana jest także, funkcja członka rodziny, np. matka, ojciec, dziadek. Uczestnicy po dostaniu kartek chodzą po sali i szukają swoich rodzin (UWAGA: bez używania słów, wyłącznie za pomocą komunikacji niewerbalnej), na słowo STOP członkowie poszczególnych rodzin odnajdują się wzajemnie wykrzykując swoje nazwiska.

*Rozdaj każdej grupie temat do opracowania oraz kartkę z flipchart i kolorowe markery. Wyniki pracy prezentowane będą na forum. Każda osoba z grupy powinna coś powiedzieć.*

## **1. Kiedy komunikacja jest efektywna?**

- Kiedy warunki zewnętrzne są sprzyjające (np. wyłączony telewizor)
- Kiedy mamy świadomość wypowiedzi.
- Kiedy mamy wiedzę o naszym rozmówcy.
- Język wypowiedzi powinien być dostosowany do poziomu wiedzy, wykształcenia, wieku, itd.
- Kiedy włączamy słuchacza do rozmowy.
- Kiedy szanujemy naszego rozmówcę i jesteśmy na niego otwarci.
- A przede wszystkim: kiedy pozostajemy z drugą osobą w kontakcie!

## **2. Co utrudnia nam budowanie kontaktu (dobrej komunikacji, jakie bariery potraficie wymienić?**

- Przeszkody fizyczne;
- Stan fizyczny nadawcy lub odbiorcy;
- Posługiwanie się odmiennymi kodami;
- Brak umiejętności poprawnego zakodowania wiadomości;
- Emocje;
- Brak wiarygodności nadawcy;
- Różnice w postrzeganiu,
- Różnice kulturowe;
- Sprzeczność komunikatów;
- Manipulowanie informacjami;
- Przeciążenie informacyjne;
- Brak kooperacji ze strony partnera;
- Różnice płci.

### 3. Powiedzcie, co to jest i co Waszym zdaniem wpływa na aktywne słuchanie.

#### **AKTYWNE SŁUCHANIE** Polega na:

empatii (zdolność do wczucia się w sytuację innej osoby) akceptacji (pozytywna reakcja na zachowanie rozmówcy)

**Aktywne słuchanie to towarzyszenie w samodzielnym rozwiązywaniu problemu, wspieranie**

W aktywnym słuchaniu ważna jest:

**Intencja zrozumienia, akceptowanie uczuć, parafrazowanie** – sprawdzenie, czy dobrze zrozumieliśmy komunikat rozmówcy, zwrócenie uwagi na język ciała rozmówcy, okazywanie empatycznego zrozumienia.

Postawa ciała, utrzymanie kontaktu wzrokowego, zwrócenie się przodem do rozmówcy, zachowanie otwartej postawy utrzymanie dystansu fizycznego, komfortowego dla słuchającego i dla mówiącego.

Werbalne oznaki zainteresowania - zadawanie pytań otwartych: Co? Jak? zachęcanie do wypowiedzi poprzez dźwięki wyrażające zrozumienie, zainteresowanie: hmm, taak

STOP! Pamiętaj: nie przerywaj, nie zadawaj zbyt wielu pytań, nie udzielaj rad, nie osądzaj

### 4. Co obejmuje Waszym zdaniem przekaz niewerbalny?

Komunikacja za pomocą środków innych niż słowa jest określana jako komunikacja niewerbalna:

- tembr i brzmienie głosu, jego ton, modulacja,
- mimika twarzy,
- gesty, ruchy rąk,
- postawa ciała,
- szybkość i płynność poruszania się,
- sposób oddychania,
- zapach,
- kolorystyka stroju, jakość odzieży, staranność w jej doborze

Następnie każda z grup prezentuje to co przygotowała. Najlepiej na środku klasy, o ile jest miejsce i czas na to pozwala. Inni uczniowie lub nauczyciel mogą dopowiedzieć, czego ich zdaniem jeszcze brakuje.

*Prezentowane prace na flipchartach można rozwiesić po klasie.*

# LEKCJA



## EMOCJE

*Wyświetl twarze osób, które chcą przekazać pewne emocje. Poproś uczniów o odgadywanie konkretnej emocji i mówienie jej na głos.*

WSTYD:



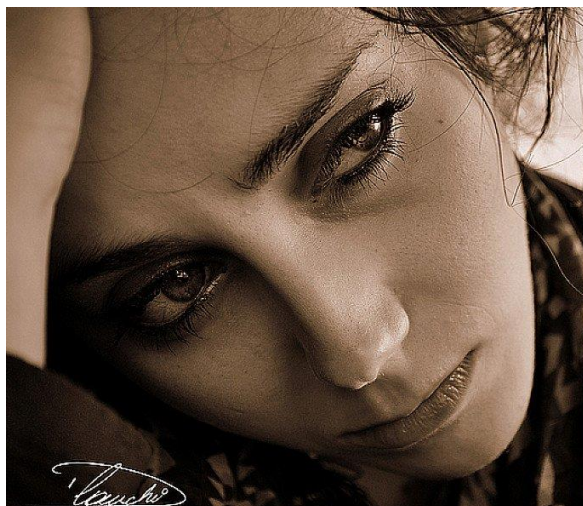
WSTRĘT:



ZASKOCZENIE:



SMUTEK:



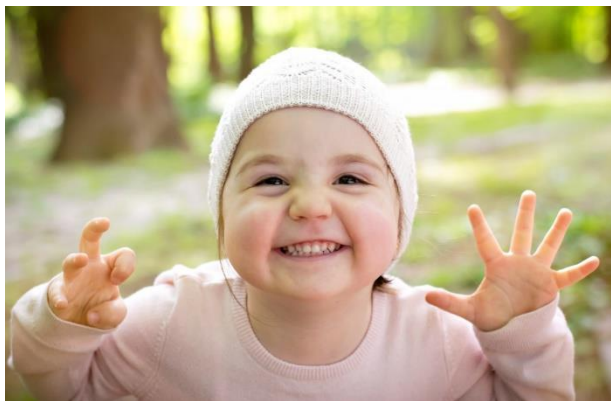


# LEKCJA

STRACH:



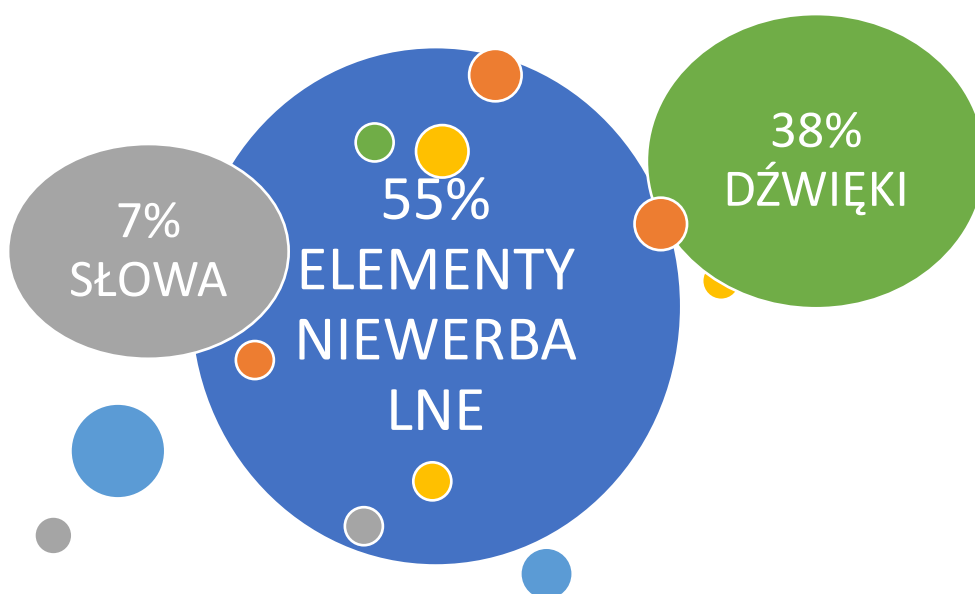
RADOŚĆ:



**TIP!** Podsumowując zwróć uwagę na fakt, że zespół niewerbalnych komunikatów nadawanych i odbieranych przez ludzi na wszystkich niewerbalnych kanałach jednocześnie, informuje o podstawowych stanach emocjonalnych, intencjach, oczekiwaniach wobec rozmówcy, pozycji społecznej, pochodzeniu, wykształceniu, samoocenie, cechach temperamentu itd. Tak jak przedstawione obrazki – bez względu na to, w jakiej kulturze się znajdziemy lub z osobą jakiej narodowości będziemy rozmawiać – będziemy w stanie odczytać wszystkie podstawowe stany emocjonalne (bez problemu). Komunikaty te nadawane są i odbierane najczęściej na poziomie nieświadomym i jednakowo odczytywane.

# LEKCJA

*Na koniec wyświetl slajd z poniższymi danymi i pokaż jak istotną rolę odgrywa komunikacja niewerbalna w naszym życiu.*



Albert Mehrabian odkrył, że wszystkie docierające do nas informacje podczas rozmowy to w 7% słowa, 38% dźwięki i aż 55% elementy niewerbalne. BIEGŁOŚĆ W KOMUNIKACJI WERBALNEJ JEST CZĘŚCIĄ KOMPETENCJI SPOŁECZNEJ, PRZY CZYM CZĘŚĆ SYGNAŁÓW JEST AUTOMATYCZNA (NAWYKI), A CZĘŚĆ PODLEGA KONTROLI MYŚLOWEJ. Komunikacja niewerbalna jest o wiele bardziej skomplikowanym procesem niż tylko odbicie stanu ducha (nawyki). Nadawanie sygnałów ma charakter mieszanych sygnałów spontanicznych i zamierzonych.

**Uwagi dla prowadzącego:** • Napięty harmonogram lekcji wymaga ścisłego trzymania się ram czasowych

**Załączniki** • Prezentacja: Komunikacja interpersonalna

**Polecana literatura**

- E. Schein, Potęga dobrej komunikacji w zespole,
- J. Maxwell, Wszyscy się komunikują niewielu potrafi się porozumiewać,
- Carol Goman Kinsey, Komunikacja, pozawerbalna. Znaczenie mowy ciała...,
- Monika Maj-Osytek, Komunikacja niewerbalna,
- Allan, Barbara Pease, Mowa Ciała
- Joe Navarro, Mowa ciała
- John Stewart, Mosty zamiast murów. Podręcznik komunikacji interpersonalnej