WDŻ klasa V

Temat: Porozmawiajmy

*Zasady skutecznej komunikacji:*

1. Posłuchaj uważnie tego , co mówi druga osoba (partner rozmowy).
2. Postaraj się utrzymywać z rozmówcą kontakt wzrokowy
3. Staraj się wczuć w to , o czym opowiada twój rozmówca.
4. Formułuj wypowiedzi w pierwszej osobie liczby pojedynczej: ja myślę… uważam… rozumiem, że…nie zgadzam się z…
5. Unikaj wypominania, atakowania i przesadnych określeń w stylu: bo ty zawsze… bo ty nigdy,,, to nieprawda…(nie prowadzą one do rozwiązania problemu, jedynie zaostrzają konflikt)
6. Nie przerywaj, nie odpowiadaj nie myśl o tym, co za chwilę powiesz.
7. Dopasuj sposób mówienie i język do swojego rozmówcy.

Obejrzyjcie film : Aktywne słuchanie

 <https://www.youtube.com/watch?v=9xDwYIa9MXo>