

# Цоммуниџатион Цомиц

Ова лекција помаже ученицима да схвате разлику између агресивне, пасивне и асертивне комуникације. Они ће разговарати о разликама и показати своје учење кроз креирање стрипа који преноси сваки начин комуникације. На крају, лекција повезује комуникацију са поштовањем и бригом, напомињући да начин на који комуницирамо - и начин на који комуницирамо и да ли користимо речи или не - утиче на то како се прима наша порука и како се други осећају.

## БрижанПод-концепт(и)

Саосећање, емпатија, љубазност

## Временски оквир лекције

35-40 минута

## Потребни материјали

- ☐ Папир за стрип
- ☐ Прибор за писање/боје
- ☐ Лењир (за цртање квадрата за стрип, по жељи)

## Четири основна стила комуникације

Ова страница може помоћи у објашњењу три врсте комуникације истакнуте у овој лекцији; за напредне групе, можете разговарати о четвртом типу: пасивно-агресивни.

## Мапа стандарда

Ова лекција је у складу са ЦАСЕЛ компетенцијама, националним стандардима здравственог образовања и заједничким основним државним стандардима. Молимо погледајте на Мапа стандарда за више информација.



**ДЕСИГНЕД БИ ЦАСЕЛ  
КАО ПРЕПОРУЧЕНИ ПРОГРАМ  
ЗА СОЦИЈАЛНО И ЕМОЦИОНАЛНО УЧЕЊЕ.**  
Погледајте последњу страницу за детаље.

## Циљ лекције

Ученици ће:

- Идентификујте различите начине комуникације са другима.
- Комуницирајте асертивно.

## Веза са наставником/негу самога себе

Услужност. Сама реч може да вас подсети на позитивне и негативне слике. Да ли сте тип који помаже у свему? Или сте од оних који избегавате да помогнете јер изгледа не можете да нађете времена? Проналажење равнотеже када је у питању помоћ је од виталног значаја за самоочување у овој професији. Успостављање и одржавање јасних граница са својим тимом, школом и да, чак и сопственом породицом, помоћи ће вам да боље организујете своје време, што ће вам омогућити да или упарите помоћ коју пружате или нађете времена да се укључите у више прилике. Услужност је сјајна особина карактера, али се од наставника често може превише очекивати. Говорите када сте опорезовани.

Нико не воли мрзовољног помагача! Потребне су вам идеје о томе КАКО рећи не?

Погледајте овај

ресурс: <http://теацхерхабитс.цом/еффективе-ваи-теацхерс-саи-но/>

## Савети за различите ученике

- Користите кружни графикон који визуелно представља колико је комуникације вербално; покрети гласа и тела као што је описано у наставку.
- Поделите аналогију вожње да бисте боље разумели разлику између пасивне, агресивне и асертивне (здраве) комуникације: Када се возите у аутомобилу, кладим се да сте видели све врсте возача. Пасивни возачи су они који се суздржавају возећи преспоро док сви пролазе. То може бити несигурно јер се превише споро не придржава правила. Агресивни возачи понекад доносе одлуке као што су сечење пред другим људима или пребрзо кретање. Асертивни возачи поштују правила, возе безбедно и возе са сврхом на уму; знају куда иду и како да безбедно стигну.

- Напишите линије на картице ако имају потешкоћа да се сете својих делова.
- Стрип је добра активност за визуелне ученике, читаоце и писце с потешкоћама и децу са аутизмом.



## Објави

3-5 минута

Замолите ученике да поделе неке начине на које могу да комуницирају са другима без разговора (тј. коришћењем знакова рукама, превртањем очима, прекрштањем руку итд.).

*Добро! Ово се зове невербална комуникација. Сада, хајде да вежбамо. Тражићу добровољце. Извући ћете емоцију из шешира и, без употребе речи – само невербалну комуникацију – пренећете нам емоцију и видећемо да ли можемо да је погодимо.*

За ову брзу активност, једноставно запишите речи о емоцијама као што су срећан, тужан, изненађен, љут, уморан, згрожен, итд., и нека ученици цртају из шешира, канте или било чега што је при руци.



## Инспире

7-10 минута

### Видео клип и дискусија

*Данас ћемо говорити о различитим начинима комуникације, како говоримо тако и кроз наше поступке. Можемо да комуницирамо својим речима или својим телима. Као што смо управо причали, када комуницирамо без речи то се зове невербална комуникација или говор тела. Према експертима, 7% наше комуникације је вербално, 38% је вокално (начин на који говоримо), а 55% су покрети тела! То значи да већину порука које свакодневно шаљемо не шаљемо речима, већ делима. Да ли сте икада чули фразу: „Дела говоре више од речи?“ Сада знате зашто!*

*Сада ћемо погледати снимак који показује колико малишани могу да комуницирају звуковима и гестовима. Док користе своје гласове, не артикулишу речи, тако да ово и даље показује доста прилично доминантне невербалне комуникације.*

Пусти видео (2 мин.): Талкинг Твин

Бабиес: [https://www.иоутубе.цом/ватцх?v=\\_ЈмА2ЦлУвУИ](https://www.иоутубе.цом/ватцх?v=_ЈмА2ЦлУвУИ)

Затим поставите следећа питања: (Ако не можете да стримујете клип, поставите само последње питање.)

- Како дечаци вербално комуницирају?
- Који су неки од начина на које „разговарају“ без изговарања речи (невербална комуникација)? (Померају ноге, гестикулирају рукама, смеју се, савијају се.)
- На које начине говорите без речи?

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®



## Оснажити

20-25 минута

*Такође можемо да комуницирамо на различите начине, неки који су здрави, а неки не. Шта мислите да значи агресивно комуницирати? Можете ли навести неке примере оваквог начина комуникације? Мислите ли да је ово здраво? Зашто или зашто не?*

Дозволите ученицима да одговоре.

*Агресивна комуникација је штетна или нељубазна. То укључује туче, вербалне или физичке претње или малтретирање, као и оговарање или ширење гласина. Не показује поштовање ни бригу. Који су неки невербални знаци који би могли да иду уз агресивну комуникацију?*

*Шта значи пасивно комуницирати? Пасивна комуникација је комуникација без директног обраћања ономе што покушавате да кажете. Можете ли дати неке примере? Мислите ли да је ово здраво? Зашто или зашто не?*

Дозволите ученицима да одговоре и напишу своје одговоре.

*Пасивно комуницирати значи избегавати проблем и допустити некоме да се према вама опходи с непоштовањем. То укључује игнорисање људи, не говорење ништа и допуштање другој особи да добије оно што жели. То може укључивати да се не залажете за себе, да радите ствари иза леђа других људи или да будете тајновити. Који су неки невербални знаци који би могли да иду уз пасивну комуникацију?*

*Шта мислите да значи комуницирати асертивно? Можете ли дати неке примере? Мислите ли да је ово здраво? Зашто или зашто не?*

Дозволите ученицима да одговоре.

*Добро! Асертивна комуникација је начин на који можете да обавестите друге о вашим потребама и жељама, а да истовремено узмете у обзир потребе и жеље других људи. Борите се за своја права поштујући права других људи. То укључује слушање других, постављање питања, коришћење позитивног говора тела, показивање емпатије, смењивање, коришћење контакта очима, не гледање у свој мобилни телефон итд.*

*Који од ова три типа комуникације има потенцијал да покаже поштовање и бригу према другима? Пасивна комуникација није увек непристојна, па зашто то није пун поштовања, љубазан начин комуникације? (Занемарује бригу о себи ако се не заузимате за себе. Запамтите да је брига о себи важна и када комуницирате!)*

*Како наша средства комуникације утичу на то како други примају или чују нашу поруку? (Пример: Ако разговарате са својим родитељем или старатељем, а ви колутате очима и прекрстите руке на грудима, како ће ваш родитељ/старатељ чути вашу поруку?)*

**Цоммуникатион Цомиц**

Дајте сваком ученику лист папира величине 8,5 к 11 инча и нека га савију у 3 колоне. Означите сваку колону: агресивно, пасивно и асертивно. Нека ученици направе разговор у стрипу који представља сваку врсту комуникације.



## Одразити

5 минута

Да бисте проценили разумевање материјала, изаберите питање за евалуацију или за размишљање као упутства за дискусију, писање или часопис. Размислите о давању додатног времена за дубљу евалуацију и размишљање по потреби.

### Евалуатион Куестионс

- Који су неки примери невербалне комуникације?
- Која је разлика између агресивне, пасивне и асертивне комуникације?
- Како путем невербалне комуникације можете изразити поштовање и бригу? Преко вербалног?

### Питања за размишљање

- На који начин најчешће комуницирате?
- Који су неки кораци које можете предузети да бисте комуницирали на позитивнији начин?
- Да ли мислите да постоје тренуци када би требало да комуницирате на агресиван или пасиван начин? Зашто или зашто не?

*Разговор са неким другим није једини начин на који комуницирамо. Оно што говори наш говор тела може бити једнако, ако не и више, важно! Када комуницирамо, морамо бити сигурни да се не понашамо агресивно или пасивно. Бити асертивни може нам помоћи да ефикасно комуницирамо и покажемо поштовање према другима и себи. Понашање с поштовањем је начин да покажемо љубазност према себи и другима.*



## Идеје за проширење

- Поделите ученике у групе од три до пет ученика и свакој групи ученика дајте игру улога. Обратите пажњу колико ученика је потребно за сваку игру улога. Дајте неколико минута ученицима да направе своје игре улога. Нека свака група изведе своју игру улога и постави питања наведена у свакој игри улога.



ДЕСИГНЕД БИ ЦАСЕЛ  
КАО ПРЕПОРУЧЕНИ  
ПРОГРАМ ЗА

Сарадња за академско, социјално и емоционално учење (ЦАСЕЛ) прегледа СЕЛ програме засноване на доказима од 2003. Кинднесс ин тхе Цлассroom® испуњава ЦАСЕЛ-ов СЕЛЕкт програм и укључен је у ЦАСЕЛ Водич за ефикасне програме социјалног и емоционалног учења.

Љубазност у учионици® је испунила или премашила све критеријуме ЦАСЕЛ-а за висококвалитетно СЕЛ програмирање. Кинднесс ин тхе Цлассroom® је добио највишу ознаку ЦАСЕЛ-а за висококвалитетно СЕЛ програмирање.

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

