**11.01.21**

[**Техніки ефективної комунікації**](https://drive.google.com/file/d/1KdpsnKlpBfilEcvKWZVtjza_v3Kl6cms/view?usp=sharing)

Позиції у спілкуванні

Я – ОК

ТИ – ОК

Позиція САМОПРИНИЖЕННЯ з іншими, неадекватна тактика залежності

від думки інших, стратегія «Програв – Виграв»

Я – ОК

ТИ – НЕ ОК

Позиція НЕДОВІРИ, тактика ухиляння від взаємодії з іншими, стратегія

«Програв - Програв»

Я – НЕ ОК

ТИ – НЕ ОК

Позиція ПОВАГИ до себе з ПОВАГОЮ до інших передбачає настанову на

успіх та стратегію «Виграв – Виграв»

Я – НЕ ОК

ТИ – ОК

Позиція ПЕРЕВАГИ над іншими, тактика переслідування та агресії,

стратегія «Виграв – Програв»

Позиції у спілкуванні

Я – ОК

ТИ – ОК

Позиція ПОВАГИ до себе з ПОВАГОЮ до інших, передбачає настанову на

успіх та стратегію «Виграв – Виграв»

Я – ОК

ТИ – НЕ ОК

Позиція ПЕРЕВАГИ над іншими, тактика переслідування та агресії,

стратегія «Виграв – Програв»

Я – НЕ ОК

ТИ – НЕ ОК

Позиція НЕДОВІРИ, тактика ухиляння від взаємодії з іншими, стратегія

«Програв – Програв»

Я – НЕ ОК

ТИ – ОК

Позиція САМОПРИНИЖЕННЯ з іншими, неадекватна тактика залежності

від думки інших, стратегія «Програв – Виграв»

**Питання для обговорення:**

• Як можна визначити, з якої позиції людина спілкується з тобою?

• Що заважає спілкуватися на позиції «Виграш – Виграш»?

**Вправа «На каву з кумиром».**

Попросіть учасників та учасниць написати на аркуші паперу ім’я їхнього кумира, людини, яку б вони хотіли запросити на каву. Це може бути як відома зірка, так і вигаданий персонаж чи історична постать. 2. Об’єднайте учасників/учасниць в пари. Тепер кожен/кожна з пари має розповісти, чому саме його/її кумира варто обрати. В кінці пари мають обрати одного з кумирів. На обговорення дайте 3 хвилини. 3. Далі об’єднайте пари в четвірки. Завдання теж саме – обрати лише одного кумира. На обговорення дайте 3 хвилини. 4. Тепер поверніть учасників та учасниць у велике коло. Запропонуйте обрати лише одного кумира, якого ви запросите на каву. Питання для обговорення: • Чому залишився саме цей кумир? • Чи легко було домовитись? • Які прийоми ви використовували, щоб впливати на інших?

**Вправа «Сурдопереклад».**

Оєднайте учасників та учасниць у пари. Запропонуйте обрати ролі: сурдоперекладача та декламатора. 2. Зазначте, що пара має презентувати свій вірш аудиторії. Декламатор має чітко і виразно розказати вірш. Але, щоб вірш краще зрозуміли, потрібен сурдоперекладач, який/яка буде своїми жестами та мімікою розповідати вірш. Роздайте парам вірші. На підготовку відведіть 7 хв. 3. Далі запропонуйте парам по черзі декламувати свої вірші з сурдоперекладом. Питання для обговорення: • Як було в ролі декламатора? • Як було в ролі сурдоперекладача? • Чому важливо розвиватати свої навички жестикуляції? • Чому міміка є важливою в спілкуванні?

Міміка та жести беруть активну участь у спілкуванні. Вони допомагають в активному слуханні, також можуть свідчити про включеність людини в процес спілкування.