

**Beata Bocian-Waszkiewicz**

Uniwersytet Przyrodniczo-Humanistyczny w Siedlcach

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ WYCHOWAWCZYCH – KOMUNIKACJA INTERPERSONALNA (cz. 1)

### THE SCENARIO OF EDUCATIONAL CLASSES – INTERPERSONAL COMMUNICATION (part 1)

**Streszczenie:** Autorka przedstawia scenariusz zajęć wychowawczych mających na celu kształtowanie podstawowych kompetencji interpersonalnych.

**Abstract:** Author presents a lesson plan includes proposals for activities aimed at developing basic interpersonal skill.

**Keywords:** interpersonal skill, interpersonal communication, lesson plan

Wiele nieporozumień w codziennych relacjach między ludźmi jest wynikiem błędnego odczytania informacji, jakie do nas docierają, czy też nieprawidłowego sformułowania komunikatu wysyłanego przez nas. Niewłaściwe odczytanie intencji z jednej strony, zawołowane oczekiwania z drugiej, prowadzą często do sytuacji problemowych czy nawet konfliktowych w codziennych rozmowach. O efektywnej komunikacji można mówić wówczas, kiedy treść wypowiedzi jest rozumiana zgodnie z intencjami nadawcy przekazu.

Komunikacja interpersonalna to proces, w którym uczestniczymy „cali sobą”. Oprócz komunikatów werbalnych (słownych) porozumiewamy się za pomocą postawy ciała, mimiki, gestykulacji (komunikacja niewerbalna, inaczej mowa ciała). Mimika twarzy stanowi źródło informacji na temat towarzyszących nam uczuć, przeżywanych stanów emocjonalnych i postaw, takich jak sympatia czy niechęć. Umiejętności porozumiewania się wpływają na poczucie własnej wartości oraz określają

stosunki między ludźmi. Ich brak może prowadzić do samotności i przygnębienia. Otwarta komunikacja wzbogaca i wzmacnia relacje między ludźmi. Propozycja zajęć, które mają na celu kształtowanie podstawowych umiejętności interpersonalnych, przyczyni się do rozwoju osobistego uczestników.

### **Temat spotkania: Uczymy się lepiej rozumieć siebie i innych**

#### **Cele zajęć:**

- uświadomienie uczestnikom spotkania, jak ważne są podstawowe umiejętności z zakresu porozumiewania się;
- uświadomienie uczestnikom spotkania zniekształceń informacji przekazywanej przez kolejnych nadawców;
- kształtowanie umiejętności konstruktywnego porozumiewania się z innymi;
- uświadamianie znaczenia niewerbalnego porozumiewania się.

**Czas trwania zajęć:** 2 godziny

**Pomoce:** mazaki, kartki, kłębek włóczki, brystol, farby, klej.

#### **Przebieg zajęć:**

1. **Rundka rozpoczynająca:** Prowadzący trzyma kłębek włóczki i wyjaśnia uczestnikom spotkania, jak będzie przebiegało powitanie na dzisiejszych zajęciach. Każda osoba ma za zadanie przedstawić się i rzucić kłębek do innego uczestnika podając jego imię i kończąc zdanie – *Podoba mi się w Tobie ...* i tak kolejno osoby, do których trafił kłębek, kontynuują tworząc pajęczą sieć (każdy przytrzymuje fragment włóczki). Kiedy kłębek trafi do ostatniej osoby z grupy, to zadaniem jest rozplątanie pajęczej sieci poprzez odrzucanie kłębka i ze skierowaniem do tej osoby pozytywnego komunikatu. Powitanie kończy się, gdy kłębek włóczki powróci do prowadzącego. Prowadzący prowadzi rozmowę na temat tego co się zadziało, jak uczestnicy czują się po tym ćwiczeniu? Co oznaczała ta nić włóczki? Kieruje informację, że to od uczestników zależy, czy więzi będą ścisłe, luźne czy się zerwą. To oni budują atmosferę i więzi między sobą.

2. Ćwiczenie - **Malowanie nastroju** [Sawicka, 1998, s. 77] – każdy z uczestników maluje farbami swój aktualny nastrój. Następnie uczestnicy organizują wystawę swoich prac i omawiają je. Autor pracy ustosunkowuje się do podanych przez innych propozycji odczytania nastroju.
3. Zabawa – **Pantomima czynności** – każdy z uczestników przedstawia pantomimicznie, co potrafi robić najlepiej, inni zgadują, co przedstawił. Aktora nagradza się brawami. Jeśli grupa nie zgadnie, aktor mówi, jaką czynność przedstawiał.
4. Zabawa – **Ślepiec** – uczestnicy zajęć dobierają się parami. Jedna osoba pełni rolę przewodnika, drugiej zawiązujemy oczy i naśladuje ona ślepcę. Przewodnik podaje rękę partnerowi i oprowadza go po sali troszcząc się o jego bezpieczeństwo. Następnie uczestnicy zmieniają się rolami. Po zakończonej zabawie prowadzący rozmawia z uczestnikami. Pomocne pytania: Czy łatwo było zaufać koleżance/koleździe? W której roli czułeś się lepiej? Co czułeś będąc przewodnikiem, a co będąc ślepcem?.
5. Zabawa – **Supel marynarski** – wszyscy stają bardzo blisko siebie, zamykają oczy i szukają dłoni innej osoby. Kiedy każdy uczestnik trzyma dłonie innej osoby/innych osób, otwieramy oczy i próbujemy rozwiązać supel bez puszczenia rąk.
6. Zabawa – **Widzę coś, czego ty nie widzisz** [Koll, 2006, s. 57] – zadanie polega na obserwowaniu i opisaniu czegoś u innego uczestnika. Mogą to być zarówno charakterystyczne cechy ciała, jak również ubrania. Pozostali uczestnicy próbują odgadnąć, o co chodzi osobie opisującej. Prowadzący po zabawie rozmawia z uczestnikami na temat, w jaki sposób formułowane były opisy rzeczy. Czy łatwo było rozpoznać opisywaną rzecz?
7. Zabawa – **Słuchać i kłócić się** [Vopel, 1999, s. 134-135] – Uczestnicy zajęć dobierają się parami. Wybierają jakiś temat, w przypadku którego rzeczywiście ich zdania się różnią albo też decydują się na fikcyjne różnice poglądów, o które chcą się kłócić. (...) Partnerzy stają naprzeciwko siebie i mówią jednocześnie. Przedstawiają oni swoje argumenty; jednocześnie słuchają argumentów partnera i próbują –

tak długo, jak to możliwe – pozostać przy swoim stanowisku lub też doprowadzić do zbliżenia się obu poglądów. Jeśli chcą, mogą być nieustępliwi, mogą spróbować przekonać partnera albo starać się osiągnąć kompromis.

8. Zabawa – **Wygram ja – wygrasz ty, czyli turniej piłek** – prowadzący dzieli uczestników na dwie grupy. Uczestnicy ustawiają się w kręgach. Prowadzący daje każdemu zespołowi piłkę tenisową. Należy rzucać do siebie piłkę cały czas w tej samej kolejności, mówiąc przy tym imię osoby, do której podajemy piłkę. Po zapamiętaniu prowadzący daje każdej z grup jeszcze trzy piłki, aby zwiększyć trudność zadania. Istotną przy tej zabawie jest komunikacja, gdyż osoba rzucająca mówi imię osoby, do której podaje piłkę, a ta musi uważnie słuchać. Należy zwiększać tempo gry. Omówienie zabawy.
9. **Podsumowanie spotkania** – każdy z uczestników dzieli się swoimi przeżyciami i spostrzeżeniami: *W czasie dzisiejszego spotkania .....*

### **Gry i zabawy proponowane w prezentowanym scenariuszu pochodzą z następujących opracowań:**

1. Bollard R., 1998, *Jak żyć z ludźmi. Umiejętności interpersonalne*. MEN, Warszawa.
2. Griesbeck J., 1999, *Zabawy dla grup*. Wydawnictwo „Jedność”, Kielce.
3. Kołodziejczyk A., Czermierowska E., Kołodziejczyk T., 2007, *Spójrz inaczej. Program wychowawczo-profilaktyczny*. Wydawnictwo ATE, Starachowice.
4. Palomares S., Schilling D., Winch C., 2011, *Skrzynia skarbów. Ćwiczenia grupowe*. Wydawnictwo Fraszka Edukacyjna, Warszawa.
5. Tokarczuk O. (red.), 1994, *Zbiór grupowych gier i ćwiczeń psychologicznych. Grupa bawi się i pracuje*. Oficyna Wydawnicza UNUS, Wałbrzych.
6. Vopel K. W., 1999, *Gry i zabawy interakcyjne /cztery części/*. Wydawnictwo „Jedność”, Kielce.
7. Sawicka K. (red.), 1998, *Socjoterapia*. Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej MEN, Warszawa.
8. Koll L.R., 2006, *Wychowanie bez przemocy: zabawy i działania służące rozwiązywaniu konfliktów*, Wydawnictwo „Jedność”, Kielce.