

## PROIECT DIDACTIC. CONSILIERE

**Data:**

**Clasa :**

**Subiectul activității:** Comunicarea eficientă

**Strategii de realizare (metode, procedee, mijloace, forme de organizare):**

### **Obiectivele activității:**

- Promovarea activității de grup și surprinderea beneficiilor acesteia.
- Cunoașterea tipurilor de comunicare :**verbală** [orală], cu utilizarea canalului auditiv ; **scrisă**, prin utilizarea analizatorului vizual ; **paraverbală**-prin elemente prozodice și vocale precum :pronunție, ton, intensitate, ritm, intonație etc. ;**nonverbală**-prin elemente posturale, gestuale, mimice etc.
- Evidențierea influenței stării emoționale asupra comunicării(comunicare pasivă, asertivă și agresivă).
- Cunoașterea regulilor minimale ale unei comunicări eficiente:
  - orientarea pozitivă a comunicării [ pe fapte plăcute, stimulatoare, afirmative,sugestii și soluții]
  - concordanța comunicării verbale cu cea mimico-gestuală
  - evitarea suprapunerii, interferențelor în emiterea de mesaje [ a intervenției peste cuvântul celuilalt]
  - evitarea: unui limbaj excesiv de colorat, neologismelor sau expresiilor puțin cunoscute, în exces a metaforelor, clișeele verbale, vorbirii în argou, onomatopeelor, gesticulației excesive.
- Optimizarea abilității de recunoaștere și exprimare a emoțiilor.

### **Strategia didactică :**

- *Brainstorming*
- *Expunere*
- *Fișe de lucru*
- *Activitate în echipe*
- *Analiza*

**Resurse materiale (mijloace de învățământ):**

- *marker*
- fișe de lucru

**Scenariul desfășurării activității:**

**1) Organizarea clasei în vederea desfășurării activității**

- li se cere elevilor să se pregatească în vederea realizării activității.

**2) Motivarea elevilor**

- li se cere elevilor să spună ce presupune o comunicare eficientă

**3) Anunțarea temei și a obiectivului activității**

- profesorul anunță tema și obiectivele activității:

**4) Desfășurarea activității**

- se comunica elevilor că în cadrul acestei ore vom vorbi despre problematica comunicării. Ora se va desfășura sub forma unui workshop. Se va începe cu o serie de exerciții de ice- breakers.

**1. Exerciții de “ice-breakers”:**

-se folosesc în scopul realizării unei atmosfere relaxante și dezinhibate

**Activitatea nr.1.1.- Simbolul**

Fiecare elev își scrie prenumele pe o bucată de hartie și un semn caracteristic pentru el (un desen reprezentativ), își prinde hârtia în piept cu un ac de gămălie. Fiecare elev se prezintă clasei, explicând semnificația simbolului ales.

**Activitatea nr.1.2. –Jocul cu portocala**

Toți elevii se așează în cerc. Se trece pentru început portocala sau mingea din mâna în mâna ; ulterior portocala se trece de la elev la elev, prinzând-o cu ajutorul gâtului.

**Activitatea nr.1.3**-exercții de autocunoaștere și comunicare :

- alcatuirea listei limbajului nonverbal [pe baza jocului de rol se desprind elementele limbajului gestual].
- exprimarea prin mimică și gestică a unui cuvânt, sentiment [o persoana mimează un cuvânt iar ceilalți decodifică semnificația gesturilor].
- oglanda-reflectarea celuilalt [se formează perechi, un participant se mișca iar celalalt încearca să fie oglinda lui].

**2. Abordarea problematicii comunicării**

**Activitatea nr.2.1**

-li se cere participanților,pe trei grupe a câte patru, să încerce o definiție a comunicării, pornind de la ce s-a discutat până acum și de la ceea ce cunosc; pe baza definițiilor date de grupuri se prezintă o definiție comprehensivă, corelată și cu definițiile riguroase existente în literatura de specialitate.

**Activitatea nr.2.1.**

Ce este comunicarea?

.....  
.....  
.....

**Activitatea nr.2.2.**

Ruperea hârtiei-relevarea faptului că la aceleași comenzi se obțin rezultate diferite, din cauza opticii personale diferite [ se ia o coală ministerială , se îndoaie și se rupe colțul din dreapta sus la comandă ; se compară rezultatele].

**Activitatea nr.2.3.**

-activitatea se desfășoară pe patru grupe a câte șapte elevi, fiecare grupă având alte instrucțiuni, alte sarcini de îndeplinit în cadrul exercițiului;

grupul nr.1 – simulează sub forma unui joc de rol, o situație de comunicare din clasă și o prezintă, o interpretează în fața celorlalte trei grupuri;

grupul nr.2 – urmaresc situația și acordă feedback (cum văd ei situația simulată);

grupul nr.3 – surprind avantajele, aspectele pozitive ale situației;

grupul nr.4 – surprind dezavantajele, consecințele, aspectele negative ale situației;

toate aceste observații sunt consemnate de grupuri pe foile care le sunt puse la dispoziție, după care se discută situația cu grupul mare)

**5) Asigurarea feed-back-ului**

- elevii vor fi rugați să completeze un chestionar de cunoștințe orientate pe problematica comunicării:

Va rugam sa cititi cu atentie afirmatiile de mai jos si sa notati in dreptul fiecareia in ce masura considerati ca afirmatia este adevarata sau falsa:

**A**

**F**

1. O relatie de comunicare dificila poate face ca tensiunea unei persoane sa se mentina scazuta.
2. Daca ne credem neinteleși nivelul stresului la care suntem supusi crește .
3. E posibil ca o persoana necomunicativa sa se simta confuza .
4. Suprasolicitarea apare atunci cand oamenii sunt capabili sa-si indeplineasca sarcinile.
5. De obicei o persoana introvertita este in stare sa-si indeplineasca sarcinile mai bine decat ar face-o intr-o situatie normala.
6. Un anumit grad de comunicare este necesar vietii .
7. Insuccesul pe care il resimtim intr-o anumita situatie depinde mai mult de situatia respectiva decat de felul cum reactionam.
8. Asteptarile unei persoane in legatura cu o situatie pot influenta considerabil atitudinile persoanei respective.
9. Comportamentul asertiv are ca efect relatii interpersonale pozitive.
10. Comunicarea agresiva determina rezolvarea conflictelor.
11. Pentru a fi eficienta, comunicarea presupune imbunatatirea relatiilor interpersonale,
12. Focalizarea atentiei asupra trasaturilor pozitive de caracter imbunatateste imaginea personala si reduce stresul.
13. Acceptarea faptului ca nimeni nu poate face totul perfect ajuta la echilibrul in comunicare.
14. Relatiile stranse cu alti oameni reduc in mod cert conflictele.
15. Uneori, cea mai buna metoda de reducere a stresului este evitarea locurilor/situatiilor care ne provoaca tensiune.