



IO2 – Soubor integračních nástrojů

Příručka – Efektivní
komunikace



exemplar

Young Migrant Integration Leaders

Příručka integračního leadera

Cílem této krátké příručky je podpořit vás, jako mladého integračního leadera, ve využívání digitálních zdrojů poskytovaných v Souboru integračních nástrojů s mladými migranty ve vaší komunitě. Prostřednictvím této krátké příručky vám poskytneme několik základních informací o tématu diskutovaném v digitálním zdroji a pokyny ohledně následné činnosti, kterou můžete realizovat s mladými lidmi ve vaší místní síti. Aktivita obsažená v této příručce povede k dalšímu rozvoji porozumění tématu uvedenému v digitálním zdroji. V některých případech, kde jsou vhodnější skupinové diskuse, vám nabídneme návod, jak zahájit skupinovou diskusi, a poskytneme vám několik diskuzních bodů a otázek, které byste měli probrat ve vaší místní skupině.

Téma této příručky se týká digitálního zdroje – **Efektivní komunikace**

Úvod k tématu

V tomto digitálním zdroji jsou mladí lidé seznámeni s nejužitečnějšími informacemi o tom, co je to komunikace, o rozdílech v komunikaci, o tom, jak rozvíjet komunikační dovednosti a jak je správně používat v různých situacích a na různých místech.

Při interakci s lidmi z jiných kultur je důležité, aby mladí lidé znali specifika chování každé konkrétní kultury a byli opatrní při používání některých gest.

Schopnost efektivně komunikovat je možná nejdůležitější dovedností celého života, zejména pro leadery. Rozvíjení komunikačních dovedností pomáhá zdokonalovat osobnost a postoje a cítit se sebevědomě a komfortně i v neznámém prostředí.

Níže je uveden přehled různých typů komunikace a několik tipů, které mohou být užitečné pro rozvoj vašich efektivních komunikačních dovedností. Doporučujeme vám využít tyto dovednosti k tomu, abyste si ustanovili pozici leadera v rámci vaší skupiny a v novém prostředí.

Typy komunikace:

Verbální komunikace je jedním z nejčastějších typů komunikace, která se používá k přenosu informací prostřednictvím mluveného nebo znakového jazyka

- Při hovoru používejte silný hlas a buďte sebevědomí, aby vaše myšlenky byly jasné a snadno pochopitelné pro ostatní.
- Nepoužívejte slovní vatu jako "jakoby", "vlastně", "prostě" nebo „takže“, může to rušit, nahraďte ji dechem.
- Používejte aktivní poslechové dovednosti, což vám pomůže růst jako komunikátor.

Neverbální komunikace je používání řeči těla, gest a výrazů obličeje, pomáhá nám pochopit myšlenky a pocity ostatních.

- Rozvíjejte sebeuvědomění toho, jak vaše emoce ovlivňují vaše tělo.
- Pro podporu vaší verbální komunikace používejte řeč těla.
- Používejte mimickou neverbální komunikaci.

Použití tohoto zdroje se skupinou

Chcete-li tento zdroj použít s mladými lidmi ve vaší místní skupině, doporučujeme vám začít tím, že lidem ve vaší skupině představíte téma. Chcete-li si připravit to, co řeknete, měli byste nejprve shlédnout tento digitální zdroj sami a pak můžete shrnout některé z klíčových bodů uvedených v této příručce.

Pak byste měli pozvat všechny mladé lidi ve vaší skupině, aby se na tento digitální zdroj podívali. Pokud nebudete mít přístup k projektoru a obrazovce, můžete vyzvat své vrstevníky, aby se přihlásili na web EXEMPLAR projektu: www.exemplars.eu a podívali se na digitální zdroj na svých smartphonech, tabletech nebo jiných zařízeních.

Jakmile se všichni dodívají, měli byste se jich začít ptát:

1. Co si o tomto video zdroji myslíte?
2. Co jste se z něho dozvěděli? Dozvěděli jste se o něčem novém?
3. Případá vám tento zdroj užitečný a proč?

Následné aktivity

Když všichni mladí lidé ve vaší skupině digitální zdroj již viděli, můžete jako další činnost představit tuto krátkou aktivitu, která pomůže mladým lidem ve vaší skupině procvičit si, co se dozvěděli z tohoto digitálního zdroje.

Název aktivity: “Telefon”

Doba trvání: Tato aktivita by měla vám a vašim vrstevníkům zabrat 10-15 minut – v závislosti na počtu účastníků.

Materiál: Tato aktivita je příkladem verbální komunikace. Pro tuto aktivitu nepotřebujete žádný materiál, pouze místo, kde si můžete sednout a vést interakci s mladými lidmi ve vaší skupině.

Popis aktivity:

- ❖ Začněte tím, že je požádáte, aby si sedli do kruhu.
- ❖ Dále jim řekněte, aby si vymysleli nějakou frázi nebo větu.
- ❖ Pak by ji měli zašeptat do ucha další osoby, která sedí vedle nich.
- ❖ Dále každý účastník zašeptá, co si myslí, že slyšel dalšímu účastníkovi vede něho.
- ❖ Poslední účastník je požádán, aby frázi nebo větu řekl nahlas.
- ❖ Nakonec první osoba řekne, o jakou frázi se jednalo. Změnilo se na ní něco? Ztratila se úplně nebo byla nějak pozměněna?
- ❖ Po dokončení této aktivity, můžete mladé lidi vyzvat k účasti na aktivitě „Tichá TV“.

Název aktivity: “Tichá TV”

Doba trvání: Tato aktivita by vám a vašim vrstevníkům měla zabrat 15 minut – ale pokud nemají dostatek času na její dokončení v rámci skupinové práce, mohou aktivitu provést ve svém vlastním čase.

Materiál:

Pro tuto aktivitu bude zapotřebí následující materiál:

- PC/Notebook/Projektor/Obrazovka
- Psací potřeby a materiál na psaní pro všechny.
- Vytisknuté kopie pracovního listu (pokud je to možné).

Protože tuto práci děláte dobrovolně a nemáte k dispozici žádný rozpočet na materiály, měli byste kontaktovat místní komunitní centrum, úřad místní správy nebo se dokonce obrátit na místní podniky a zjistit, zda by vám byli ochotni darovat nějaké potřeby pro realizaci této aktivity se svými vrstevníky. Mohou vám také pomoci s tiskem!

Popis aktivity:

- ❖ Začněte tím, že se shromáždíte kolem TV/obrazovky.
- ❖ Poté dejte všem mladým lidem ve vaší skupině list papíru a tužky a požádejte je, aby si zapsali všechny neverbální znaky, které uvidí v následujícím videu.
- ❖ Dále se mladí lidé podívají na prvních pět minut nahrané situační komedie, kterou nikdo předtím neviděl.
- ❖ Pro druhou část sitcomu vypněte zvuk a sledujte dalších pět minut.
- ❖ Shromážděte všechny poznámky od skupiny a rozvíjejte myšlenky každého z nich do skriptu na základě toho, co si mysleli, že postavy říkají a dělají.
- ❖ Nakonec se podívejte na situační komedii znovu se zvukem, abyste viděli, jaká je skutečná slovní komunikace, a diskutujte o rozdílech.
- ❖ Cílem této skupinové aktivity je číst řeč těla jiného člověka, jeho výrazy obličeje, oči, oční kontakt, pohyby horní části těla a postoj osoby, aby bylo možné interpretovat neverbální znaky v konverzaci sledováním předem nahraného sitcomu.



exemplar

Young Migrant Integration Leaders

INNEO



JUGEND- &
KULTURPROJEKT EV.



HUBKARELIA

The Rural Hub

SUSTAINABLE EDUCATION
SEAL
CYPRUS
ACTIVE LEARNING



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Project Number: 2018-1-DE02-KA204-005035