



IO2 - Zestaw narzędzi do integracji

Podręcznik - skuteczna
komunikacja



exemplar

Young Migrant Integration Leaders

Podręcznik dla liderów integracji

Celem tego krótkiego podręcznika jest wspieranie ciebie, jako młodego lidera integracji, w korzystaniu z zasobów cyfrowych dostarczonych w Toolbox of Integration Resources z młodymi migrantami w twojej społeczności. Za pomocą tego krótkiego podręcznika przedstawimy podstawowe informacje na tematy omawiane w zasobach cyfrowych, a następnie przedstawimy wskazówki dotyczące dalszych działań, które można przeprowadzić z młodymi ludźmi w sieci lokalnej. Działanie zawarte w niniejszym podręczniku będzie miało na celu dalsze pogłębienie zrozumienia tematu nakreślonego w zasobach cyfrowych. Przedstawimy w jaki sposób zorganizować dyskusję w grupie oraz przedstawimy kilka punktów dyskusyjnych i pytań, które możesz przedstawić młodym ludziom w twojej lokalnej grupie.

Temat niniejszego podręcznika odnosi się do zasobów cyfrowych - **skuteczne komunikowanie się**

Wprowadzenie do tematu

W tym zasobie cyfrowym młodzi ludzie są zapoznawani z najbardziej użytecznymi informacjami na temat tego, czym jest komunikacja, różnic w komunikacji, jak rozwijać umiejętności komunikacyjne i właściwie wykorzystywać je w różnych sytuacjach i miejscach.

W kontaktach z ludźmi z innych kultur ważne jest, aby młodzi ludzie znali specyfikę kulturową każdego z nich i byli ostrożni podczas wykonywania pewnych gestów.

Umiejętność skutecznego komunikowania się jest być może najważniejszą umiejętnością całego życia, zwłaszcza dla liderów. Rozwijanie umiejętności komunikacyjnych pomaga poprawić osobowość i postawy, a także czuć się pewniej i wygodniej w nieznanym otoczeniu.

Poniżej znajduje się przegląd różnych rodzajów komunikacji i kilka wskazówek, które mogą być przydatne w rozwijaniu efektywnych umiejętności komunikacyjnych.

Dlatego też zachęca się do wykorzystania tych umiejętności w celu ustalenia swojej pozycji lidera w nowym środowisku.

Wskazówki dotyczące komunikacji:

Komunikacja werbalna jest jednym z najczęstszych typów, używanym do przekazywania informacji poprzez mówienie lub język migowy.

- Używaj silnego głosu i bądź pewny siebie, gdy mówisz, aby twoje pomysły były jasne i łatwe do zrozumienia dla innych.
- Unikaj używania słów wypełniacza, może to rozpraszać, zastąp je oddychaniem.
- Z drugiej strony, używaj aktywnych umiejętności słuchania, co pomoże Ci rozwijać się jako komunikator.

Komunikacja niewerbalna to użycie mowy ciała, gestów i wyrazu twarzy, pomaga zrozumieć myśli i uczucia innych osób.

- Rozwijaj samoświadomość wokół tego, jak twoje emocje wpływają na twoje ciało.
- Użyj języka ciała, aby wspierać komunikację werbalną.
- Używaj mimicznej komunikacji niewerbalnej.

Korzystanie z tego zasobu z grupą lokalną

Aby móc korzystać z tego zasobu w odniesieniu do młodzieży z twojej grupy lokalnej, zalecamy, abyś zaczął od przedstawienia tematu osobom z twojej grupy. Aby przygotować to, co powiesz, powinieneś najpierw samemu obejrzeć zasoby cyfrowe, a następnie możesz podsumować niektóre z kluczowych punktów wymienionych w tym podręczniku.

Następnie należy zaprosić wszystkich młodych ludzi w swojej grupie do obejrzenia zasobów cyfrowych. Ponieważ nie będziesz miał dostępu do projektora i ekranu, możesz zaprosić młode osoby do zalogowania się na stronie internetowej projektu

EXEMPLAR: www.exemplars.eu i obejrzenia zasobów cyfrowych na ich smartfonie, tablecie lub innym urządzeniu.

Kiedy wszyscy młodzi ludzie z twojej grupy obejrzą materiał wideo, powinieneś zacząć od zadania im pytania:

1. Co sądzisz o zasobach wideo?
2. Czego się z tego nauczyłeś? Czy nauczyłeś się czegoś nowego?
3. W jaki sposób ten zasób okazał się przydatny i dlaczego?

Działania następcze

Po upewnieniu się, że wszyscy młodzi ludzie w twojej grupie obejrżeli zasoby cyfrowe, następną rzeczą, którą możesz zrobić, jest wprowadzenie tych krótkich działań, które pomogą młodym ludziom w twojej grupie ćwiczyć to, czego nauczyli się z tych zasobów cyfrowych.

Nazwa działania: "Telefon".

Czas: To ćwiczenie powinno zająć tobie i twojej grupie 10-15 minut, w zależności od liczby uczestników.

Materiały: Ta czynność jest przykładem komunikacji werbalnej. Nie potrzebujesz żadnych materiałów na to ćwiczenie, tylko to, by mieć miejsce do siedzenia i interakcji z młodymi ludźmi w swojej grupie.

Opis działania:

- ❖ Zaczynij od poproszenia wszystkich młodych ludzi, by usiedli w kręgu.
- ❖ Młodzi ludzie powinni zostać poproszeni o wymyślenie wyrażenia lub zdania.
- ❖ Kolejno młodzi ludzie są kierowani, aby szeptać do ucha siedzącego obok niego człowieka.

- ❖ Następnie każdy uczestnik szepcze to, co jego zdaniem usłyszał do następnego uczestnika obok niego.
- ❖ Ostatni uczestnik proszony jest o wypowiedzenie wyrażenia lub zdania na głos.
- ❖ Wreszcie, pierwsza osoba mówiąca, czy to było ich zdanie. Coś się zmieniło? Czy wiadomość zgubiła się lub zmieniła w tłumaczeniu?
- ❖ Po zakończeniu tego działania, możesz zaprosić młodych ludzi do drugiego działania zwanego "Cicha telewizja".

Nazwa działania: "Cicha telewizja".

Czas: To ćwiczenie powinno zająć tobie i twoim uczestnikom 15 minut - grupa może również wykonać to ćwiczenie w swoim czasie, jeśli nie ma czasu na jego wykonanie w ramach pracy grupowej.

Materiały:

W tym celu należy dostarczyć następujące materiały:

- PC/Laptop/Projektor
- Długopisy i materiały do robienia notatek dla wszystkich młodych ludzi.
- Kopie wydrukowanego arkusza (jeśli to możliwe).

Ponieważ wykonujesz tę pracę na zasadzie dobrowolności i nie ma budżetu na materiały, powinieneś skontaktować się ze swoim lokalnym centrum społecznym, lokalnym urzędem rządowym lub nawet zwrócić się do lokalnych firm działających w społeczności i sprawdzić, czy byłyby one skłonne ofiarować Ci jakieś artykuły papirnicze, biurowe, aby móc prowadzić tę działalność z twoją grupą lokalną. Mogą oni również być w stanie pomóc Ci z drukowaniem!

Opis działania:

- ❖ Rozpocznij od zebrania grupy wokół monitora/ekranu.
- ❖ Następnie rozdaj wszystkim młodym ludziom z twojej grupy kartkę papieru i ołówek i poproś, aby zapisali wszystkie niewerbalne wskazówki, które zobaczą w poniższym filmie.

- ❖ Następnie młodzi ludzie oglądają pierwsze pięć minut nagranych sitcomów, którego nikt wcześniej nie oglądał.
- ❖ W drugiej części sitcomu wyłącz dźwięk i obserwuj grupę przez kolejne pięć minut.
- ❖ Zbierz wszystkie notatki z grupy i przekształć pomysł każdego z nich w scenariusz oparty na tym, co uważali, że bohaterowie mówią i robią.
- ❖ Na koniec, obejrzyjcie ponownie sitcom z włączonym dźwiękiem, aby zobaczyć, czym była prawdziwa komunikacja werbalna i omówcie różnice.
- ❖ Celem tego działania jest odczytanie języka ciała innej osoby, wyrazu twarzy, oczu, kontaktu wzrokowego, ruchów górnych partii ciała i postawy osoby w celu zinterpretowania niewerbalnych wskazówek w rozmowie poprzez obejrzenie wcześniej podsłuchanego sitcomu.



exemplar





exemplar

Young Migrant Integration Leaders

INNEO



JUGEND- &
KULTURPROJEKT E.V.



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