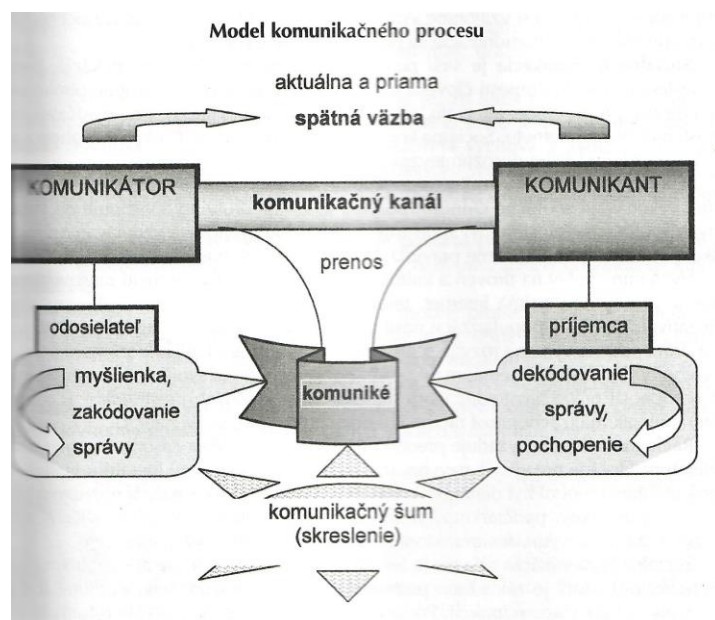


DIGI SCHOOL 2020-1-SK01-KA226-SCH-094350

## Komunikácia – rozdelenie, význam

Komunikácia:



### Hlavné funkcie komunikácie

- ✓ **Informatívna funkcia** - jasne, jednoducho a zrozumiteľne sformulovať informáciu
- ✓ **Motivačná funkcia** - stimulovať komunikáciou ku konaniu žiaducim spôsobom a odvádzať efektívnu prácu.
- ✓ **Kontaktná funkcia** - komunikačný kontakt s partnerom počas celého komunikačného aktu
- ✓ **Emotívna funkcia** - prostredníctvom komunikácie vytvoriť priestor na nasýtenie potrieb sociálneho kontaktu (t.j. možnosť vyjadrenia určitých myšlienok, názorov, pocitov )
- ✓ **Sebapoznávacia funkcia** - schopnosť sebareflexie pretože každý účastník komunikácie prostredníctvom vlastného príspevku do dialógu odráža svoju vlastnú sebadôveru, sebavnímanie



Spôsoby komunikácie:

Priama – rozhovor tvárou v tvár

Nepriama – účastníci komunikácie sú rozdelení priestorom a časom, patria sem aj fotografie, ilustrácie, piktogramy

Jednostranná komunikácia – monológ rečníka

Dvojstranná komunikácia – rečník a poslucháč si role vymieňajú

Skupinová komunikácia – sú prítomní viacerí účastníci s rôznymi názormi

Pozitívna komunikácia – vyjadruje súhlas

Negatívna komunikácia – vyjadruje nesúhlas

Agresívna komunikácia – útočná, ubližujúca komunikácia

Asertívna komunikácia – presadzujeme svoje práva ale nie na úkor iných

Manipulatívna komunikácia – používa nečestné formy konania

Intrapersonálna – vnútorný monológ

Interpersonálna – komunikácia medzi dvomi, prípadne viacerými ľuďmi

Najčastejšie rozdelenie komunikácie:

1. Verbálna komunikácia – využíva slová
2. Neverbálna komunikácia – komunikácia iným spôsobom, nie slovami
3. Komunikácia činom

Na verbálnu komunikáciu majú vplyv aj vlastnosti osobnosti. Spoločensky žiadúci charakter má asertívna komunikácia – sebapresadzujúce správanie, ktoré rešpektuje aj práva iných.

Neverbálna komunikácia :

Zrakový kontakt – druh pohľadu

Mimika – pohyby očí, úst, tvárové svaly

Kinetika – pohyby tela, chôdza

Gestika – pohyby rúk

Haptika – dotyky

Proxemika – miera vzdialenosti od iných ľudí

Teritorialita – priestor a jeho obsadenie

Posturoológia – poloha tela, držanie rúk, poloha nôh

Paralingvistika – zafarbenie hlasu, rýchlosť a plynulosť reči

Chronemiks – narábanie s časom pri komunikácii

Neurovegetatívne reakcie – reakcie človeka na podnety v komunikácii – trasenie rúk, červenie

Prostredie – hovorí o človeku, ktorý v ňom žije

Rekvizity – celkový zjav, úprava zovňajšku, vôňa, auto, dom

Aktívne počúvanie :

- ✓ Neverbálne vyjadriť akceptáciu, porozumenie
- ✓ Dávať otázky, preformulovať myšlienky
- ✓ Byť empatický

Význam aktívneho počúvania:

- ✓ Napomáha utvárať atmosféru rozhovoru, konania
- ✓ Napomáha budovať vzťah k partnerovi
- ✓ Získavanie informácií

Efektívna a optimálna komunikácia.

- ✓ Vede k pozitívnemu efektu, výsledku

Zásady efektívnej a optimálnej komunikácie

- ✓ Prejav záujem, neskáč do reči
- ✓ Hovor o tom čo zaujíma aj druhých
- ✓ Opatrne narábaj s kritikou a príkazmi



- 
- ✓ Uznaj vlastné chyby
  - ✓ Pochváľ
  - ✓ Buď empatický
  - ✓ Nešetri úsmevom
  - ✓ Nezhadzuj druhých
  - ✓ Nesťažuj sa, nepoučuj
  - ✓ Nebuď náladový
  - ✓ Nedávaj nevyžiadané rady
  - ✓ Vyhýbaj sa slovám : vždy, nikdy, stále...