

TEMAT 1: Komunikacja w rodzinie. (29.05.2020r)

1. **KOMUNIKACJA**- co to takiego?
2. Niby znamy słowo, wiemy czego dotyczy, ale czy umiejętnie ja stosujemy?
3. Otóż **KOMUNIKACJA**- to sposób porozumiewania się między ludźmi.
4. Mamy dwa rodzaje komunikowania się:
 - Werbalny- kiedy do siebie mówimy
 - Niewerbalny- to nasze miny, grymasy, gesty
5. Kiedy z kimś rozmawiamy (**MOWA WERBALNA**)- stosujemy wymianę słów. Rozumiemy słowa i temat na jaki toczy się rozmowa.
6. Tak samo bywa z **MOWA NIEWERBALNA**- jeżeli rozmawiając- nasz rozmówca zrobi dziwna minę, to rozumiemy znaczenie tego grymasu.
7. Nie trzeba używać słów, żeby zobaczyć na czyjejś twarzy: zdziwienie, smutek, przerażenie czy politowanie.
8. Rozmowa, to bardzo ważny element naszego życia.
9. Już zaraz po urodzeniu się dziecka- próbujemy do niego mówić. To bardzo ważny element w rozwoju maluszka.
10. Rozmawiamy dużo i o wszystkim. To dobrze! Rozmowa, to podstawowy sposób podczytywania relacji między ludźmi!!!
11. I tak, przykładowo:
 - rozmawiamy na jakiś temat, wymieniając poglądy,
 - mówimy do drugiej osoby coś tłumacząc, wyjaśniając,
 - mówimy, gdy jesteśmy podekscytowani czy zdenerwowani,
 - mówimy oczekując zrozumienia czy poparcia, gdy czujemy się zagrożeni, bo zrobiliśmy coś czego nie jesteśmy pewni- że dobrze,
 - rozmawiamy o uczuciach.



12. Powodów do rozmowy jest bardzo dużo.

13. Nawet kłótnia jest jednym z wielu rodzajów rozmowy.



14. W dzisiejszych czasach- pojęcie **ROZMOWY** przyjęło szersze znaczenie.

15. Starsze osoby za rozmowę uważają:

- komunikację słowną i gesty- czyli rozmowa bezpośrednia lub telefoniczna czy ostatecznie na skype (musimy się widzieć lub słyszeć);



natomiast dla osób młodych rozmowa to też:

- sms,



- mail,



- czat,- **czyli słowo pisane**- nie musimy się widzieć czy słyszeć, żeby ze sobą rozmawiać.



16. Tak czy inaczej- ROZMOWA jest bardzo ważna w RELACJACH MIEDZYLUDZKICH.
17. Ważne jest też, żeby mówić szczerze, nie kłamać, kręcić- bo to wszystko wyjdzie za pewien czas na jaw i osoba, która nie była szczerą- staje się NIEWIARYGODNA, nie godna rozmowy z nią i nie godna zaufania.
18. ROZMOWA- to podstawa porozumienia w rodzinie, w grupie przyjaciół, w małżeństwie.
19. Pamiętajmy szczerłość w rozmowie z ludźmi, na których nam zależy- to droga do prawidłowych RELACJI i zrozumienia.



20. Rozmowa z kimś bliskim, zaufany pozwala wiele wyjaśnić, ustalić zasady, wyciszyć złe emocje.
21. Jeżeli nauczymy się rozmawiać w domu rodzinnym, to łatwiej będzie nam rozmawiać z nowo poznanymi ludźmi: w sklepie, pociągu, w pracy.
22. Często rozmowa jest trudna, ale potrzebna do oczyszczenia się ze złych emocji.



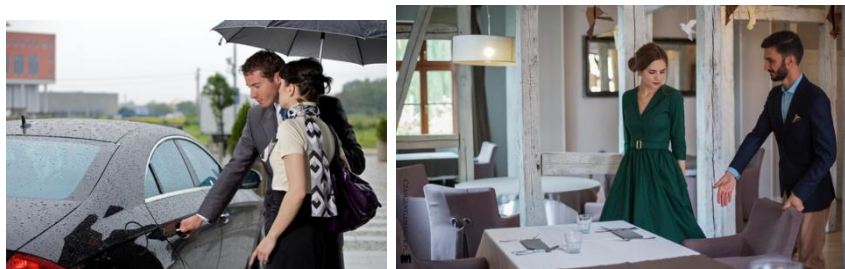
PODSTAWĄ DOBRZYCH RELACJI MIĘDZY LUDŹMI JEST- ROZMOWA!!!

TEMAT 2: Savoir vivre, czyli zasady dobrego wychowania. (29.05.2020r)

1. **DOBRE WYCHOWANIE**- czy ten zwrot w dzisiejszych czasach jeszcze funkcjonuje?
2. Co tak naprawdę oznacza to stwierdzenie? Kiedy mówimy, że „**ktoś jest dobrze wychowany**”?
3. Otóż **DOBRE WYCHOWANIE**- to zbiór pewnych zasad i norm, które wiele mówią o człowieku je stosującym.
4. Czyli, co możemy uznać za **DOBRE WYCHOWANIE**? Zastanówmy się:
 - otwieranie drzwi i wpuszczanie pierwszej kobiety,
 - przepuszczanie kobiety przy drzwiach,
 - mówienie słów (odpowiednio do sytuacji): **PROSZĘ, PRZEPRASZAM, DZIĘKUJĘ**,
 - mówienie dzień dobry osobie od nas starszej i cześć- znajomym,
 - ustępowanie miejsca np. w autobusie lub pociągu,
 - składanie życzeń z okazji: świąt, urodzin, imienin osobom zaprzyjaźnionym.



5. To kilka podstawowych zasad, które powinny obowiązywać nas wszystkich- na co dzień.
6. Może wielu z Was uzna, że to zbyt wiele. Zapewniam was, że nie.
7. Jeszcze do dzisiaj, w niektórych kręgach obowiązują zasady, np.
 - mężczyzna otwiera drzwi kobiecie, kiedy ta ma wsiąść lub wysiąść z samochodu,
 - będąc w restauracji mężczyzna wstaje od stołu, kiedy wstaje kobieta, bo ta np. chce iść do toalety,
 - również w restauracji mężczyzna zasuwa krzesło kobiecie, gdy ta chce usiąść,
 - to mężczyzna zakłada płaszcz kobiecie przed wyjściem
- to on płaci za posiłek w restauracji czy bilety do kina, teatru itd.





8. Sami widzicie, zasad DOBREGO WYCHOWANIA jest dużo, pytanie, czy będziecie chcieli z nich skorzystać w swoim życiu.
9. Są też zasady, które są nam bliższe i powinniśmy się do nich stosować, a mianowicie:
- myjemy ręce po wyjściu z toalety,
 - przy stole nie podpieramy się łokciami,
 - nie mlaszczemy podczas jedzenia,
 - nie mówimy z pełnymi ustami,
 - nie nakładamy sobie na talerz dużo jedzenia, lepiej dotożyć później niż zostawić,
 - ziewamy z zasłoniętą twarzą,
 - kichamy i kaszemy zasłaniając usta i odwracając się od osoby, z którą rozmawiamy,
 - w towarzystwie nie dłubiemy w zębach, w nosie, uchu,
 - odchodząc od stołu mówimy: dziękuję,
 - przed jedzeniem (jeżeli koło naszego talerza leży serwetka) układamy ją na kolanach- nigdy nie pod szyją!



Dobrze☺



Źle☹



Dobrze☺



Dobrze☺



Źle☹



Dobrze☺

10. Pamiętajcie:

DOBRE WYCHOWANIE ZAWSZE JEST W CENIE- JEST DOBRZE WIDZIANE I WZBUDZA POZYTYWNE MYŚLENIE O OSOBIE, KTÓRA WIE JAK ZACHOWAĆ SIĘ W DANEJ SYTUACJI☺

11. Życzę Wam, abyście zawsze wiedzieli, jak zachować się w sytuacji, a której się znaleźliście i nie wstydzieli się: **MANIER☺**