

Zajęcia rozwijające komunikację.

Temat: Autoprezentacja.

Autoprezentacja jest to sposób, w jaki każdy człowiek komunikuje innym to jaki jest. Może to zrobić w sposób werbalny (czyli za pomocą słów) oraz niewerbalny (za pomocą gestów, mimiki, zachowania).

Gdy przedstawiamy się drugiej osobie, to nie tylko słowa trafiają do niej, ale wszystko, co nas w danym czasie dotyczy, np. nasze emocje (czy się przy tym uśmiechamy, a może krzywimy?), nasze gesty, nasze spojrzenie (czy patrzymy rozmówcy prosto w oczy czy raczej wstydzimy się i nasz wzrok spuszczone jest w dół), a nawet to w jaki sposób jesteśmy ubrani (czy nasza odzież jest czysta, czy mamy na sobie strój elegancki, a może niedbały?). Wszystko co nas dotyczy w danej chwili tworzy nasz wizerunek (czyli obraz), który widzą inni.

Co zatem zrobić aby nasza autoprezentacja była jak najlepsza?

1. Przede wszystkim patrzymy na rozmówcę (a nie w podłogę).
2. Nasza mimika powinna być naturalna, czyli możemy się lekko uśmiechnąć, ale nie róbmy tego „na siłę”.
3. Nasze słowa powinny być wypowiedane głośno i wyraźnie, żeby druga osoba nas zrozumiała (ale nie krzyczymy!).
4. Nasz strój powinien być czysty i zadbane, włosy uczesane.

Po takim wstępie czas na praktykę.

Poniżej znajduje się autoprezentacja chłopca o imieniu Michał. Przeczytaj ją uważnie (lub poproś rodzica o przeczytanie) a następnie napisz taką samą autoprezentację (dotyczącą siebie).

MICHAŁ OPOWIADA O SOBIE

Cześć. Mam na imię Michał. Moja mama ma na imię Ewa, a tata ma na imię Tomek.

Mam młodszego brata Marcina oraz starszą siostrę Agatę. Mam też pieska Azorka.

Bardzo lubię chodzić do szkoły i się uczyć. Lubię też pływać w basenie oraz grać w piłkę.

Opowiedziałem trochę o sobie a teraz Ty opowiedz coś o sobie 😊