

Podstawy komunikacji interpersonalnej

dr inż. Marzena Banaszek

mail: banaszek@pg.edu.pl marzena.banaszek@pg.edu.pl

tel.: 58 347 21 99

KONSULTACJE: PONIEDZIAŁEK 11:30-13:00

pokój 15, Laboratorium Maszynowe

Podstawy komunikacji personalnej

TREŚĆ WYKŁADÓW

<https://mech.pg.edu.pl/zaklad-mechaniki-plynow-turbin-wodnych-i-pomp>

www.mech.pg.edu.pl

Katedra Energetyki i Aparatury Przemysłowej

Zespół Mechaniki Płynów i Maszyn Przepływowych

zakładka: materiały dydaktyczne

TERMINY ZAJĘĆ

Zajęcia z **Podstaw komunikacji interpersonalnej:**

ROK AKADEMICKI 2017/2018 SEMESTR ZIMOWY – STUDIA STACJONARNE, ZiIP & IM

TERMINY ZAJĘĆ 04.10, 05.10, 11.10, 12.10, 18.10, 19.10,
25.10
26.10, 02.11, **08.11**

ZALICZENIE **26.10.2017**

WYNIKI I PODSUMOWANIE **08.11.2017**

TERMINY ZAJĘĆ

Zajęcia z Podstaw komunikacji interpersonalnej:

ROK AKADEMICKI 2017/2018 SEMESTR ZIMOWY – STUDIA STACJONARNE, MiBM sem.1

TERMINY ZAJĘĆ **06.10, 13.10, 20.10, 27.10, 03.11, 10.11,**
17.11, 24.11

ZALICZENIE **17.11.2017**

WYNIKI I PODSUMOWANIE 24.11.2017

UCZESTNICTWO W ZAJĘCIACH

Lista studentów uprawnionych do uczestniczenia w zajęciach:

środa 16:15-18:30 & czwartek 15:15-17:30

ZiIP (sem.7), ZiIP (sem.1), IM (WM, WCh, WFTiMS sem.7)

piątek 16:15-17:45

MiBM (sem.1)

ZALICZENIE

FORMY ZALICZENIA PRZEDMIOTU: OPCJONALNE

Student wybiera **jedną** z form zaliczenia przedmiotu:

1. Praca zaliczeniowa polegająca na pisemnej odpowiedzi na dwa znane pytania.

WYBÓR: praca pisana z materiałów własnych lub z pamięci

2. Praca zaliczeniowa polegająca na pisemnym opracowaniu zagadnienia związanego z komunikacją personalną (napisanie referatu)

WYBÓR: temat zagadnienia podany przez prowadzącego lub wybrany przez studenta

3. Praca zaliczeniowa: prezentacja na wybrany temat

WYBÓR: temat prezentacji podany przez prowadzącego lub wybrany przez studenta

4. Obecność i aktywne uczestniczenie w zajęciach

ZALICZENIE

PRACA ZALICZENIOWA: ODPOWIEDŹ NA DWA PYTANIA

(PISANA Z MATERIAŁÓW WŁASNYCH: RĘCZNIE LUB NA KOMPUTERZE, OCENA $\leq 4,0$)

1. Po co ludzie się ze sobą komunikują?
Co chcą osiągnąć poprzez komunikację i jakich metod używają, aby zrealizować swoje cele?
2. Jak należy mówić, żeby inni nas słuchali.
Jak należy słuchać, żeby zrozumieć to, co mówią inni.

ZALICZENIE

PRACA ZALICZENIOWA: ODPOWIEDŹ NA DWA PYTANIA

(PISANA Z PAMIĘCI: RĘCZNIE, BEZ MATERIAŁÓW, OCENA $\leq 5,0$)

1. Po co ludzie się ze sobą komunikują?
Co chcą osiągnąć poprzez komunikację i jakich metod używają, aby zrealizować swoje cele?
2. Jak należy mówić, żeby inni nas słuchali.
Jak należy słuchać, żeby zrozumieć to, co mówią inni.

ZALICZENIE

PRACA ZALICZENIOWA: REFERAT = OMÓWIENIE ZAGADNIENIA ZWIĄZANEGO Z KOMUNIKACJĄ PERSONALNĄ

(WYBÓR TEMATU PRZEZ PROWADZĄCEGO ZAJĘCIA LUB STUDENTA,
8-10 STRON A4, PISANA RĘCZNIE LUB NA KOMPUTERZE, OCENA $\leq 5,0$)

Przykładowe tematy:

1. Dlaczego plotkujemy? O plotce jako narzędziu komunikacji społecznej.
2. Cyberprzemoc. Wirtualna agresja, realne ofiary.
3. Mnemotechniki. Jak to sobie przypomnieć.
4. Stalking. Fascynacja czy nękanie?
5. Blaski i cienie ślepego posłuszeństwa.
6. 10 mitów bezpiecznego internetu.
7. Efekty działania mediów.
8. Natura i motywy kłamstwa.

ZALICZENIE

PRACA ZALICZENIOWA: PREZENTACJA ZAGADNIENIA ZWIĄZANEGO Z KOMUNIKACJĄ INTERPERSONALNĄ (WYBÓR TEMATU PRZEZ STUDENTA, 8-10 MINUT, OCENA =5,0)

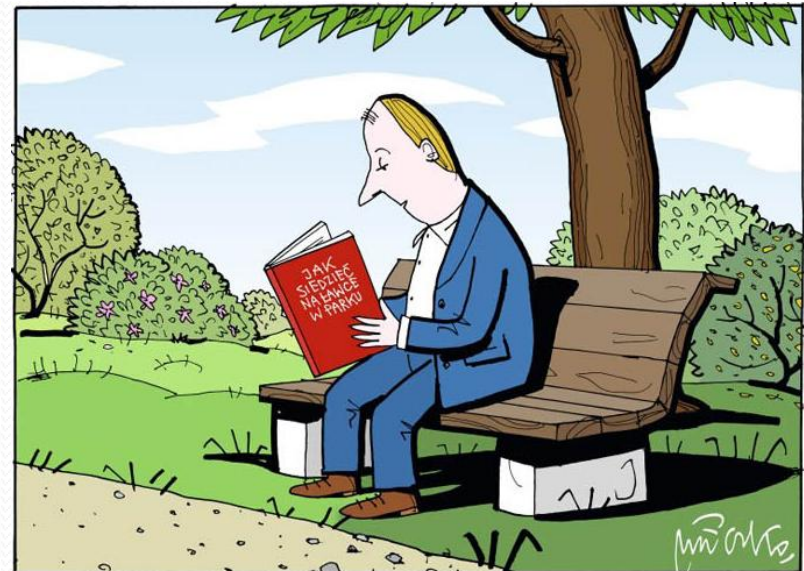
Przykładowe tematy:

1. „Znajdziesz mnie na Facebook’u”, czyli o fenomenie serwisów społecznościowych.
2. Manipulacja w reklamie telewizyjnej, czyli dlaczego Goździkowa z reklamy telewizyjnej jednych przekonuje a innych śmieszy.
3. Sesja LAST MINUTE, czyli dlaczego warto uczyć się w grupie.
4. Wyuczona bezradność. Przyczyny i konsekwencje.
5. Halo mówi się ! Jak od pierwszego zdania przykuć uwagę rozmówcy.
6. Mowa ciała. Jak świadomie wpłynąć na rozmówcę i zmienić jego nastawienie.
7. Praktyczne wskazówki dla tych, którzy chcą kogoś o czymś przekonać.
8. 10 najskuteczniejszych sposobów radzenia sobie ze stresem.
9. Lubienie i sympatia, czyli kogo lubimy i za co.
10. Moja pasja.

ZALICZENIE

PRACA ZALICZENIOWA: PREZENTACJA ZAGADNIENIA ZWIĄZANEGO Z KOMUNIKACJĄ INTERPERSONALNĄ (WYBÓR TEMATU PRZEZ STUDENTA, 8-10 MINUT, OCENA =5,0)

Prezentacja: Moja pasja.



Źródło: mleczko. pl

ZALICZENIE

OBECNOŚĆ I AKTYWNE UCZESTNICTWO W ZAJĘCIACH (OCENA ZALEŻNA OD ILOŚCI OBECNOŚCI I AKTYWNOŚCI NA ZAJĘCIACH)



Źródło: mleczko. pl

LITERATURA

1. Bieniok H.: *Sztuka komunikowania się, negocjacji i rozwiązywania konfliktów*. Wydawnictwo Akademii Ekonomicznej, Katowice 2005.
2. Cialdini R.B.: *Wywieranie wpływu na ludzi. Teoria i praktyka*. GWP, Gdańsk 2011.
3. Dobek-Ostrowska B.: *Podstawy komunikowania społecznego*. Astrum, Wrocław 2007.
4. Griffin E.: *Podstawy komunikacji społecznej*. GWP, Gdańsk 2003.
5. McKay M.: *Sztuka skutecznego porozumiewania się*. GWP, Gdańsk 2007.
6. Morreale S.P.: *Komunikacja między ludźmi: motywacja, wiedza i umiejętności*. PWN, Warszawa 2007.
7. Nęcki Z.: *Komunikacja międzyludzka*. Antykwa, Kraków 2000.
8. Pease A.B. *Mowa ciała*. Dom Wydawniczy Rebis Poznań 2011.
9. Pease A.B. *Mowa ciała w pracy*. Dom Wydawniczy Rebis Poznań 2011.
10. Stewart J. (red.): *Mosty zamiast murów. O komunikowaniu się między ludźmi*. PWN, Warszawa 2000.
11. Tokarz M.: *Argumentacja, perswazja, manipulacja*. GWP, Gdańsk 2006.
12. Wiszniewski A.: *Jak przekonywująco mówić i przemawiać*. PWN, Warszawa-Wrocław 1994.

FILMY FABULARNE ILUSTRUJĄCE TEORIE KOMUNIKACJI

Komunikaty interpersonalne: *Pigmalion/My Fair Lady, Życie jest piękne, Dom gry, Żądło, Sekrety i kłamstwa*

Przetwarzanie poznawcze: *Zabić drozda, Ania z Zielonego Wzgórza*

Kształtowanie związków: *Cztery wesela i pogrzeb, Bezsensowność w Seattle, Woźąc Miss Daisy*

Utrzymywanie związków: *Zwykli ludzie, Kiedy mężczyzna kocha kobietę, Dzieci gorszego Boga*

Wywieranie wpływu: *Kolor purpury, Wszystko albo nic, Przed egzekucją, Adwokat, Dwunastu gniewnych ludzi*

Grupowe podejmowanie decyzji: *Karmazynowy przyływ, Apollo 13, Stowarzyszenie umarłych poetów*

Komunikowanie się w organizacji: *Good Morning, Vietnam, Firma*

Retoryka publiczna: *Wyrok w Norymberdze, Juliusz Cezar, Forrest Gump*

Media i kultura: *Sieć, Rok niebezpiecznego życia*

Wpływ mediów: *Wystarczy być, Wszyscy ludzie prezydenta, Truman Show*

Komunikacja międzykulturowa: *Podróż do Indii, Świadek, Tańczący z wilkami, Sprawa Kramerów*

Komunikacja a kwestia rodzaju: *Kiedy Harry poznał Sally, Tootsie, Thelma i Lousie*

Rozmyślanie o etyce: *Rydwany ognia, Oto jest głowa zdrajcy*

TREŚĆ PROGRAMU



Źródło: mleczko.pl

1. Analiza elementów komunikacji.

Definicja pojęcia komunikacja.

Cechy procesu komunikacji.

Elementy procesu komunikacji.

Poziomy procesu komunikowania.

Sposoby porozumiewania się ludzi.

Typy komunikowania.

Komunikacja: informacyjna i perswazyjna.

2. Podstawy teorii komunikacji.

Tradycje w dziedzinie teorii komunikacji.

Komunikacja interpersonalna.

Komunikacja grupowa i publiczna.

Komunikacja masowa.

Modele komunikacji.

3. Zasady skutecznego porozumiewania się między ludźmi.

Znaczenie słuchania w procesie zdobywania informacji.

Techniki aktywnego słuchania.

Jak mówić by być zrozumianym? Jak słuchać by inni czuli się wysłuchani?

Umiejętność słuchania:

Pseudosłuchanie i słuchanie prawdziwe.

Bariery utrudniające ważne słuchanie.

Cztery kroki uważnego słuchania.

Sztuka słuchania w związkach.

4. Formy komunikacji: komunikacja werbalna i komunikacja niewerbalna.

Komunikacja werbalna:

Formy komunikacji werbalnej, język, konotacja i denotacja.

Czynniki determinujące procesu komunikacji werbalnej.

Komunikacja niewerbalna:

Parajęzyk.

Metakomunikaty.

5. Komunikacja niewerbalna.

Skuteczność przekazu.

Rozkład znaczenia komunikatu.

Komunikaty niewerbalne: parajęzyk, kinezjetyka - mowa ciała, samoprezentacja, dotyk, proksemika, chronemika, elementy otoczenia.

Funkcje komunikacji niewerbalnej.

Różnice między komunikacją werbalną a niewerbalną.

Zakłócenia w komunikacji.

6. Aspekty komunikacji międzykulturowej.

Komunikowanie się w kontekście międzykulturowym.

Bariery w komunikacji międzykulturowej: etnocentryzm, uprzedzenia, stereotypy, komunikacja niewerbalna w komunikacji międzykulturowej.

Zderzenie z obcością: koncepcja szoku kulturowego.

Różne konteksty komunikacji międzykulturowej: polityka wielokulturowości, mass media w komunikacji międzykulturowej, komunikacja międzykulturowa w biznesie i małżeństwie.

7. Wywieranie wpływu na ludzi.

Narzędzia wpływu w procesach komunikacji.

Reguły i techniki wywierania wpływu na ludzi:

- reguła wzajemności,
- reguła kontrastu,
- reguła niedostępności,
- reguła społecznego dowodu słuszności,
- reguła lubienia i sympatii,
- reguła autorytetu,
- reguła zaangażowania i konsekwencji.

8. Manipulacja i perswazja.

Autoprezentacja jako forma manipulowania wywieranym wrażeniem.

Wywieranie wpływu w procesach komunikacji.

Manipulacja.

Perswazja.

Negocjacje jako sztuka osiągnięcia porozumienia.

Manipulacje w negocjacjach.

Wybrane metody manipulacji.

Taktyki negocjacyjne.

9. Komunikacja w sytuacjach konfliktowych.

Komunikacja w zespole:

Obserwacja bez osądu: pierwsze wrażenie, mowa ciała, spójność komunikatów werbalnych i niewerbalnych.

Aktywne słuchanie.

Sztuka udzielania informacji zwrotnych.

Asertywność w komunikacji:

Teoria asertywności: uległość, agresja i asertywność

Prawa, reguły i techniki asertywnej komunikacji.

Umiejętności asertywne: odmawianie, radzenie sobie z krytyką, wyrażanie i przyjmowanie pochwał, wyrażanie opinii.

Komunikacja w sytuacjach trudnych:

Przyczyny powstawania konfliktów.

Techniki rozwiązywania sytuacji konfliktowych.

10. Pozytywne i negatywne skutki stresu. Techniki radzenia sobie ze stresem.

Pojęcie stresu i jego rodzaje.

Przyczyny stresu.

Objawy stresu.

Radzenie sobie ze stresem.

Sugestie antystresowe: profilaktyka, coping, terapia.

Studiowanie jako sytuacja stresująca. Pozytywne i negatywne skutki stresu.

11. Problemy społeczeństwa informacyjnego – utopia czy rzeczywistość?

Spółeczeństwo informacyjne:

- definicja,
- cechy charakterystyczne,
- właściwości,
- funkcje.

Przemiany społeczne w erze informacji.

Wpływ techniki informacyjnej na komunikację międzyludzką.

12. Społeczność internetowa czy wirtualne społeczeństwo?

Utożsamianie przekazu medialnego z rzeczywistością.

Demografia Internetu.

Wirtualny świat i cyberprzestrzeń: slang internetowy, NETykieta.

Grupy społeczne w cyberprzestrzeni. Fenomen cyberprzyjaciół.

Tożsamość sieciowa.

Relacje międzyludzkie i wartości komunikacji internetowej. Po co ludziom blogi?

Anonimowość i agresja w zachowaniach internautów. Cyberprzemoc.

Syndrom uzależnienia od Internetu.

Przyszłość Internetu.

13. Mechanizmy skutecznego uczenia się. Czynniki warunkujące sprawność uczenia się. Techniki zapamiętywania.

Psychologiczne uwarunkowania stylu uczenia się.

Style uczenia się.

Nawyki sprzyjające skutecznemu uczeniu się.

Czynniki usprawniające i utrudniające naukę.

Wewnętrzna motywacja.

Techniki uczenia się i zapamiętywania.

Mnemotechniki – metody skutecznego zapamiętywania.

Jak to sobie przypomnieć? – czyli o metodach wydobywania informacji z pamięci. Mapy skojarzeń.

14. Zasady przygotowania i prowadzenia prezentacji oraz wystąpień publicznych.

Przygotowanie się do prezentacji.

Etapy prezentacji: prawidłowe zachowanie się, przygotowanie materiałów wizualnych.

Sterowanie emocjami: psychologiczne aspekty kontaktu z publicznością, panowanie nad stresem.

Techniki przemawiania: metody skupiania uwagi, doskonalenie przekazu werbalnego.

15. Praktyczne wykorzystanie zasad komunikacji międzyludzkiej: motywacja, samoocena, odpowiedzialność, funkcjonowanie w grupie.



Źródło: mleczko.pl