**Drodzy Czytelnicy**

**Sztuka porozumiewania się -**

**komunikacja interpersonalna**

**Komunikacja -** oznacza porozumiewanie się, przekazywanie myśli, udzielanie wiadomości, łączność, wymianę, rozmowę.

Wraz z upowszechnianiem się pracy zdalnej umiejętność skutecznej komunikacji staje się ważniejsza niż dotychczas. O czym pamiętać?

Pracujemy z domu i porozumiewamy się z innymi za pośrednictwem maili, SMSów, czatu, wideorozmów czy rozmów telefonicznych.

*Nasze codzienne życie wypełnione jest doświadczeniami porozumiewania. Komunikując się ze sobą, ludzie osiągają wzajemne zrozumienie, uczą się lubić siebie, wpływać na siebie, budować zaufanie, dowiadują się czegoś o sobie samych i o tym, jak inni ich widzą.*

*Tego kto wysyła informację będziemy nazywać* ***nadawcą,*** *a adresata przekazu-* ***odbiorcą****.*

*Informacje można przekazać za pomocą sygnału werbalnego, niewerbalnego.*

***Komunikacja werbalna(słowna)*** *- przekazywanie informacji i wiadomości słowem.*

***Komunikacja niewerbalna( bezsłowna)*** *może wyrażać się poprzez: gestykulację, mimikę i wyraz twarzy, dotyk i kontakt fizyczny, dystans przestrzenny, kontakt wzrokowy i wymianę spojrzeń, sposób w jaki chodzimy , stoimy, siedzimy, nasze otoczenie, nasz wygląd, niewerbalne aspekty mowy ( intonacja głosu, akcent, rytm mówienia).*

*Podczas normalnej rozmowy dwóch osób, tylko niecałe 35 % informacji przekazywanych jest werbalnie, a niewerbalnie ponad 65%.*

Pamiętaj w pacy zdalnej stosuj zasady dotyczące grzeczności, tj. netykietę (net ang. ‘sieć’ i etiquette fr. ‘formy zachowania się’).

Oto trzy podstawowe nakazy netykiety:

 – Myśl!

 – Nie działaj na czyjąś szkodę!

– Nie nadużywaj!

Zasady te są uniwersalne w każdej sytuacji komunikacyjnej w sieci i powiązane są zarówno z formą, jak i treścią przekazu.

***Dobra komunikacja*** *sprzyja dobrym relacjom. Jest to taki sposób porozumiewania się, w którym nie ma oceniania, osądzania czy bezpodstawnego krytykowania drugiego człowieka. Każdy ma prawo odczuwać i mówić o swoich emocjach, wyrażać własne zdanie i ma prawo zostać wysłuchany.*

**POMYSŁ NA WSPÓŁNĄ ZABAWĘ W DOMU Z RODZICAMI I RODZEŃSTWEM**

**Kalambury** – to super gra nie tylko dla dzieci, ale i dorosłych. Hasła, pokazywanie lub rysowanie, odgadywanie… Gra prosta, a zarazem dostarczająca ogromnej porcji śmiechu!. **Kalamburowe zagadki** najlepiej rozwiązuje się w drużynach trzyosobowych, ponieważ jedna osoba pokazuje lub rysuje hasło, a dwie osoby zgadują. Istnieją jednak sytuacje, w których jest mniej lub więcej osób, dlatego można wyróżnić dwa **rodzaje kalambur**.

* **Drużyny**
* kalambury drużynowe

W kalamburach drużynowych czuć ducha rywalizacji. Jeśli jest więcej osób, można podzielić się na więcej drużyn, jednak każda powinna [mieć](https://turystyka.wp.pl/male-6050031134733441c) taką samą lub podobną liczbę graczy. Można również wyznaczyć osobę prowadzącą kalambury, która będzie sprawdzała czas przedstawienia/ rysowania oraz liczbę punktów

* kalambury bezdrużynowe

W tym wypadku, kolejność osób przedstawiających kalambury zależy od tego, kto zgadł hasło. Kolejną zagadkę otrzymuje się od uczestnika wcześniej pokazującego / rysującego.

* **Hasła do gry**

powinna wymyślać osoba prowadząca grę. Chociaż mogą one być wymyślone przez uczestników zabawy, napisane na kartkach i wrzucamy np. do słoika, koszyka. Hasła przedstawiane są gestami ([pantomima](https://pl.wikipedia.org/wiki/Pantomima)) lub rysunkami (elementy [rebusu](https://pl.wikipedia.org/wiki/Rebus)).

**Uwaga!**

* Podczas pokazywania lub rysowania nie wolno używać dźwięków ani słów, które mogłyby podpowiedzieć hasło.
* Nie można pisać ani podpowiadać cyfr, liter.
* Nie można pokazywać kolorów na swoim ubraniu.
* Nie można wskazywać na osoby lub rzeczy, będące w pobliżu pokazującego
* **Gra**

Wychodzi pierwsza osoba na środek (obojętnie z której drużyny) i za pomocą gestów i/lub rysunków przedstawia wylosowane hasło. Kolejne hasło przedstawiane jest przez osobę z drużyny przeciwnej. Jeśli gra jest bezdrużynowa wówczas osoba która odgadnie hasło pokazuje je w następnej rundzie.

Przykładowe hasła znajdziesz

<http://piekne-rzeczy.pl/kalambury-cz-2-czyli-30-hasel-do-zabawy-ze-starszymi-dziecmi/>

<http://piekne-rzeczy.pl/czy-warto-grac-w-kalambury-30-hasel-do-zabawy-z-dziecmi/>

W tej grze liczy się wyobraźnia, refleks i duża dawka kreatywności. Kalambury to doskonały sposób na rozbudzenie w dzieciach śmiałości do występów przed publicznością i ćwiczenie wyrażania myśli. W tę grę można grać do znudzenia.

Miłej zabawy…

Żródła:

<https://pl.wikipedia.org/wiki/Kalambury>

<https://pl.pinterest.com/pin/679551031246589826/>

<https://gra-planszowa.pl/kalambury-recenzja-gry/kalambury-kategorie-hasel/>

[file:///C:/Users/efbar/Downloads/Poradnik\_Jak\_prowadzic.pdf](file://C:\Users\efbar\Downloads\Poradnik_Jak_prowadzic.pdf)