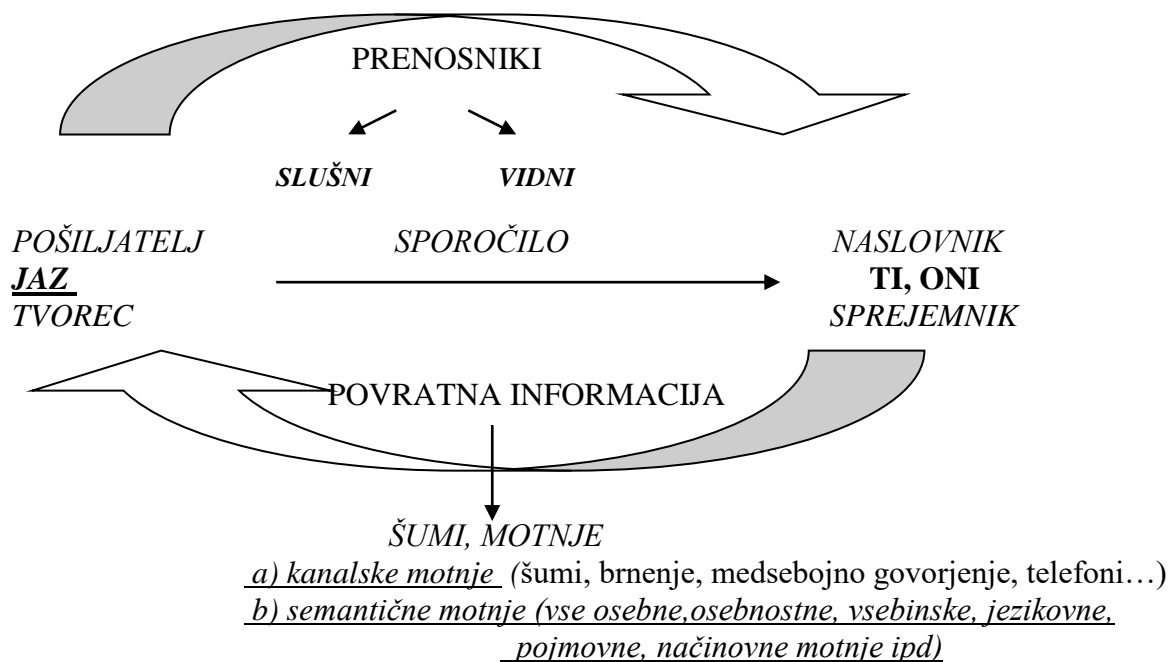


## Kanali, motnje in konflikti v sporazumevanju - I del

### SPOROČEVALNI PROCES ALI VERIGA SPOROČANJA (prirejeno po Slovenska slovnica, Toporišič 2000)



#### I. del. delovnega lista:

Skušajmo razložiti na primerih kaj pomenijo semantične motnje in zakaj motijo sporazumevanje

**1. Osebno nerazumevanje in osebna nesprejetost:**

**2. Nejasna, nerazločna in neprimerna vsebina, sporočilo (jezik, govor):**

**3. Nepoznana vsebina, sporočilo, ki ga posredujemo, pripovedujemo.**

**4. Količinsko neprimerna vsebina:**

**5. Pomanjkljivo sporočilo:**

**6. Delno ali v celoti nepoznavanje naslovnika:**

## 7. Neprimerni prenosniki

### II. del : Individualna vaja + samorefleksija

*1. Katere od zgoraj naštetih motenj bi pripisal sam sebi (prim: zakaj se mi zdi da drugi ne razumejo mojih sporočil?)*

- a).
- b)
- c)

*1a) Katere motnje bi po večini pripisali drugim, da me ne razumejo, da sporočilo ni popolno?*

*2. Kaj osebno te najbolj moti pri dvosmerni komunikaciji? Naštej največ tri stvari i (prim: preveč besed, zgrešeno bistvo, obnašanje...)*

*3. Katere lastnosti te najbolj motijo pri sogovorniku? (prim: nepoštenost, lenoba, naivnost, pametnjaštvo, kletvice, zaprtost, resnost, ...)*

*4. Se vam zdi, da sami (na splošno) dovolj jasno podajate vsebino, sporočilo in stvari, ki jih želite izraziti? (ocenite se od 1-5)*

*5. Kaj pri sebi bi spremenili, v pogovoru z drugo osebo?*

6. V parih stavkih skušajte opisati vaš odnos do drugih (na splošno – povežite ga s komunikacijo, z govorom.

II. del :

## **REŠEVANJE KONFLIKTOV**

*Za boljše razumevanje, skušajmo razložiti nekaj pojmov:*

**Konflikt:** nesporazum, nesoglasje, nestrinjanje; konflikti se pojavljajo zaradi drugačnosti in posebnosti (ljudje imamo različne cilje, vrednote, kulturne in dedne danosti, interese ipd. Kadar jih ne zmoremo uskladiti **S SAMIM SEBOJ, Z DRUGIM IN Z DRUGIMI V SKUPINI IN ŠIRŠI/OŽJI DRUŽBI**, nastane konflikt, težava, problem.

**Problem:** Gre za dolgotrajen ali dolgo časa prisoten konflikt s samim seboj, z drugim/drugimi in povzroča vedno večjo telesno in duševno stagniranje.

**Težava:** Nima trajnih posledic, lahko pa je prav tako velika in boleča. Težava se razlikuje od problema, ker ni konstantna (traja malo časa, če se reši in se začne ponavljati preide v problem; težava izhaja iz konflikta (nekega nestrinjanja, nesoglasja ipd)

**Stres:** Stanje, ki telo in duha nekontrolirano pahne v stanje nepredvidljivosti. Stres se pojavi zaradi trajnih in sproti nerešljivih problemov (se kopičijo iz dneva v dan. Nekega ne izbruhne, človek ne vzdrži.....stres lahko pripelje do nekaterih duševnih motenj in stanj:

**Duševne motnje:** Depresija (črnogledost, misel na samomor, nejevoljnost, obupanost...); nervoze in živčni zlomi (agresija, nekontroliranost...)

Glede na zgornjo delitev je konflikt lahko enostranski (konflikt znotraj nas same); dvostranski (jaz in drugi) in večstranski (v skupini ipd). Ne glede na delitev pa so faze reševanja enake, le kadar gre za skupinski problem je timsko reševanje problema bolj kompleksno, zahtevno, pa tudi bolj uspešno in učinkovito (predhodno se v timu določijo vloge vodenja in izpeljevanja tima)

**Pomembno:** Sprotno reševanje in kontroliranje samega sebe (negovanje) pomaga telesu in duhu ohranjati zdravo presojo glede vseh stvari. Človeku lahko vzamemo vse, njega samega njegov odnos do njega samega, ne moremo. Smrt ni nič v primerjavi s tem, da v človeku ubijemo duha. Duhovna, osebna smrt, smrt za voljo do življenja je edini resni problem – toda tega lahko z vajami odpravimo.

*S pomočjo slovarjev in mentorjevih navodil, ustrezno rešimo naslednje vaje:*

*1. Poveži naslednje pojme in besede za katere misliš, da spadajo skupaj*

<i>Komunikacija</i>	<i>Introvertiranost</i>
<i>Dialog</i>	<i>utemeljena dejstva</i>
<i>Zaprto</i>	<i>občevanje, medosebni stik</i>
<i>Konflikt</i>	<i>svobodnost</i>
<i>Argument</i>	<i>posebnost</i>
<i>Kreativnost</i>	<i>spodbujanje</i>
<i>Avtonomnost</i>	<i>spor</i>
<i>Svojevrstnost</i>	<i>stanje občutka nemoči, utrujenosti in razburjenosti</i>
<i>Stres</i>	<i>sporočanje, sporazumevanje</i>

*2. Dopolni stavke*

- a) Težava se mi zdi kadar.....*
- b) problem imam.....*
- c) Motivira me.....*
- d) Vso energijo mi pobere.....*
- e) Najbolj ustvarjalen sem takrat.....*
- f) Največ spodbud dobim od.....*
- g) konflikti v skupini so zaradi.....*
- h) Komaj čakam, da.....*
- i) Vsem skupaj bi rad/rada sporočila.....*