

## Anexa 1

### **Instrumente/tehnici de lucru specifice și studii de caz pentru dezvoltarea de abilități emoționale, consilierea socială și vocațională adaptate la nevoile de servicii psiho-sociale de sprijin ale preșcolarilor/ elevilor din grupul țintă constituit în județul Botoșani, de către experții de specialitate din echipa de proiect, transpuse în format specific pentru încărcarea în baza de date online**

#### **Fișa de lucru „COMUNICAREA EFICIENTĂ”**

Prin comunicare, omul modern se analizează pe sine, îi analizează pe cei cu care se află în interacțiune și, în ultimă instanță, poate găsi un mod propriu de investigare a lumii care-l înconjoară.

##### **Ce sunt informațiile ?**

Informațiile sunt date prelucrate, înzestrate cu o anumită semnificație și sens, prin raportarea lor la alte elemente; furnizează răspunsuri la întrebările de genul : “cine?”, “unde?”, “când?”, “cum?”.

Semnificația lor poate fi utilă, dar la fel de bine inutilă.

Informațiile sunt date organizate. Ele scot la iveală modele, tipare, grile care vor constitui baza unor decizii.

##### **Ce este comunicarea ?**

Prin comunicare se subînțelege, pe de o parte, schimbul propriu-zis de mesaje, iar pe de altă parte, activitatea individuală și colectivă referitoare la ansamblul de emisie-recepție a unor date, fapte sau idei.

Altfel spus:

O acțiune ce constă din emiterea unui semnal, de către o sursă X și transmiterea lui printr-un canal, către un destinatar.

Sunt implicate elemente verbale, nonverbale paralingvistice și socio-culturale.

##### **Tipuri de comunicare**

- Directă: - impersonală,
  - de masă
- Indirectă: - de masă,
  - impersonală mediată.

Comunicarea poate fi: - descendentă - informația vine de la consilierul clasei la elevi  
- ascendentă - informația vine de la elevi la consilierul clasei  
- orizontală - informația circulă între grupurile de elevi sub forma schimbului de informații.

##### **Limbajul comunicării**

**Limbajul verbal** - cuvinte scrise, cuvinte rostite

**Paralimbajul** - timbrul vocii, elemente de tonalitate, temporism, intensitatea rostirii, dicția

**Limbajul nonverbal** - gesturi, mimica, priviri, elemente grafice, distanțe, tăceri

##### **Elementele comunicării**

Oricum decidem să comunicăm cu cineva despre problemele de instruire și perfecționare fie verbal sau în scris, oficial sau neoficial, va avea loc același proces care ne permite să facem aceasta.

Acest proces poate fi împărțit în șase elemente principale:

1. Expeditorul - incepe procesul de comunicare si trebuie sa decida ce informatie trebuie sa trimita. Folosind cuvinte si imagini , expeditorul reuneste informatia pe care doreste sa o comunice
2. Mesajul - este informatia pe care expeditorul doreste sa o comunice
3. Metoda - este calea prin care este trimisa informatia. Aceasta se poate face oficial sau neoficial, scris sau vorbit
4. Receptorul - este persoana sau oamenii la care este trimisa informatia. Receptorul trebuie sa ia in considerare informatia primita si sa interpreteze sensurile ei.
5. Zgomotul - este orice obstacol ce se poate interfera cu mesajul care este trimis si blocheaza interesul lui. Acesta poate fi zgomot real si de asemenea zgomot intern, ca si alte daune si idei preconcepute. Zgomotul in acest context este numit bariera in comunicare.
6. Feedback-ul - o data ce receptorul a interpretat interesul mesajului, el va trimite cateva reactii sau raspunsuri expeditorului, in felul acesta continuand transmiterea.

Propus de expert de sprijin psiho social Hurjui Elena