

## IZVAJANJE SOCIALNIH VEŠČIN

**Ključno sporočilo:** Ta vaja je v glavnem namenjena spodbujanju učinkovite komunikacije in spoznavanju logov socialnih veščin, ki nam omogočajo, da zagovarjamo svoje pravice ob istočasnem spoštovanju pravic drugih (odločnost). Razvoj socialnih veščin je zelo pomemben dejavnik tako pri preprečevanju rekrutacije s strani ekstremističnih skupin kot pri integraciji tistih, ki se hočejo iz teh skupin umakniti (ali so to že storili) in so doživeli zlom v svojih družbenih odnosih.

**Ključne besede:** odločnost, razreševanje konfliktov, socialne veščine

### Povzetek:

V različnih situacijah čutimo potrebo po uporabi pravih oblik komunikacije, ki bi nam pomagale pri razreševanju konfliktov na pravi način. Za soočanje s temi vsakodnevnimi situacijami moramo analizirati svoje komunikacijske sloge, spoznati in prepoznati različne vzorce in ugotoviti, kateri od njih so najučinkovitejši.

Modul	Velikost skupine	Starostna skupina	Trajanje
• Preventiva • Intervencija	• majhna • srednja	• 12 - 15 • 16 - 19 • 20 - 24	• 1 ura

### Cilji

- Prepoznati in spoznati najučinkovitejše komunikacijske sloge.
- Prepoznati komunikacijske vzorce v vsakodnevnih situacijah in skupne vidike pri drugih.
- Zamenjevati vloge v komunikaciji, razviti sposobnost analize in izvajati zaznavanje iz različnih gledišč.

### Udeleženci

mladostniki in/ali družine

### Opis dejavnosti

Če želite vajo izvajati z družinami, predlagamo, da pripravite predhodno predstavitev aktivnosti tako mladostnikom kot njihovim družinam, da bodo lahko pred začetkom srečanja razmislili o težavah, ki jih imajo pri komuniciranju (razprava). Za nadaljnje dejavnosti lahko uporabljate isto vajo.

**Korak 1:** Predstavite in opišite tri komunikacijske sloge: "odločnost, pasivnost in agresivnost" (gl. "Pregled komunikacijskih slogov" v nadaljevanju). Poudarite raznolikost vsakodnevnih situacij, v katerih moramo uporabljati svoje komunikacijske spretnosti (npr. prositi za nekaj, podati ali soočiti se s kritiko, spremeniti pravilo, obraniti se pred napadom). Vaji lahko dodate še interpretacijo neverbalne komunikacije ("govorica telesa"), ki je uporabljena v vsakem od primerov (izrazi na obrazu, gibi rok, drža telesa itd.).

## PREGLED KOMUNIKACIJSKIH SLOGOV

**Korak 2:** Sestavite pare (ali majhne skupine) in jim razdelite kartice, na katerih so opisani vsi trije komunikacijski slogi, ali pa jih pustite na vidnem mestu na tabli ali projekciji (gl. izroček: "Pregled komunikacijskih slogov"). Prosite udeležence, da se spomnijo nekaj primerov situacij, v katerih so se odzvali na "agresiven", "pasiven" in "odločen" način.



**Korak 3:** Oblikujte tri skupine in jim dajte situacijo (npr. podaj kritiko, prosi za uslugo itd.) ter vsaki skupini določite enega od komunikacijskih slogov. Vsaka skupina mora pripraviti zgodbo, ki opiše situacijo in določen slog, ter kako bi bilo, če bi uporabili odločen slog. Situacija je lahko ista kot v prejšnjem koraku. \*Ta korak lahko izvedete kot igro vlog, kjer skupinam določimo različne vloge, one pa zgodbo predstavijo pred ostalimi.

**Korak 4:** Izvedite skupinsko razpravo in razmišljajte o čustvih in občutkih, ki so se pojavili pri vsakem slogu, poudarite značilnosti odločnega sloga in vprašajte udeležence, kateri slog se jim zdi učinkovitejši. Izvedete lahko nekaj krogov, v katerih uporabite samo odločen slog, ali pa opišete resnične dogodke udeležencev itd.

Srečanje zaključite tako, da podate primere za nekatere odločne tehnike (gl. literaturo).

### **Potrebni materiali**

Tabla, papir, pisala, izročki: "Prikaz komunikacijskih slogov" (izroček je namenjen ponazoritvi).

[Izvajanje socialnih veščin \(izroček\)](#)

### **Metodologija**

Samoocenjevanje in igra vlog

### **Nasvet za trenerja**

- Vnaprej pripravite jasen opis komunikacijskih slogov in veliko število vsakodnevnih primerov in tipov odločnih odgovorov (kako reči ne, podati in sprejeti kritiko etc.).
- Spodbujajte zamenjavo vlog.

- Priporočljivo je, da vajo predhodno predstavite z neko drugo vajo, povezano z medosebno komunikacijo (komunikacijski slogi).
- Udeležencem lahko predlagate, da vsak teden poročajo, kolikokrat so uporabili odločen odziv.

## Viri / Literatura

povezave do odločnih tehnik:

- <http://justificaturespuesta.com/tecnicas-assertivas-para-afrontar-discusion/>
- <http://www.aulafacil.com/cursos/l11472/psicologia/psicologia/taller-de-habilidades-sociales-y-comunicacion/habilidades-assertivas>



CC - Attribution-NonCommercial-ShareAlike  
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/>

*IZVAJANJE SOCIALNIH VEŠČIN.* Pridobljeno na Sreda Julij 3, 2024 od <https://toolbox.ycare.eu/courses/YCARE570/>

<https://www.ycare.eu>

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Podpora Evropske komisije za pripravo te publikacije ne pomeni potrditve vsebine, saj le-ta odraža zgolj in samo stališče avtorjev; zato komisija ni odgovorna za kakršnokoli uporabo podatkov, ki jih ta publikacija vsebuje