

**Otázka:** Komunikace a její techniky, alternativní a augmentativní komunikace

**Předmět:** Psychologie, Společenské vědy

**Přidal(a):** Miloslava Skopalová

#### **Obsah:**

- Neverbální komunikace
- Komunikační techniky a dovednosti
- Alternativní a augmentativní komunikace

## **Neverbální komunikace**

- Druh sdělení, při kterém si předáváme informace beze slov
- Podporuje nebo plně nahrazuje řeč
- Sdělujeme jí emoce, zájem, dojmy, postoje
- Celkový dojem (oblékání, líčení, vůně, vzdálenost těla)

### **KATEGORIE NEVERBÁLNÍHO SDĚLENÍ**

#### **1. Symboly**

| Strana 1 | Odkaz:

<https://studijni-svet.cz/komunikace-a-jeji-techniky-alternativni-a-augmentativni-komunikace/>

- vizuální znak, znamení nebo značka, která odkazuje na určitý význam
- Srdce = láska, kříž = smrt, bíložlutý kosočtverec = hlavní silnice

## 2. Ilustrátor

- Doprovodná ilustrativní gesta
- Užívaná pro zdůraznění obsahu řeči, naznačení vztahů, udávání tempa/rytmu
- Podmínkou porozumění je kongruence verbální komunikace a pohybů těla.
- Mluvíme o kruhu, naznačíme ho pohybem dokola

## 3. Regulátory

- Usměrnující a řídicí signály
- Patří sem podání ruky, kývání hlavou a pohledy
- Kývavý pohyb ukazováčku na ruce umístěné před tělem říká „pojd' sem“

## 4. Adaptéry

- Pohyby, gesta, ostatní činnosti používané pro zvládnání našich pocitů a k řízení našich reakcí
- Kousání nehtů, hraní s vlasy, poklepávání nohou

# Komunikační techniky a dovednosti

## MIMIKA

- Vyjadřování výrazem obličeje (stavy obličejových svalů)
- Nejvýznamnější a nejméně ovlivněna vůlí
- Dozvídáme se to, co neprojde ústy
- Vyjadřujeme jí emoce

## **Dělení obličeje:**

- Horní část - od obočí k čelu (úzkost, překvapení, zájem, přísnost, vztek, podráždění)
- Střední část - oči, nos
- Dolní část - ústa, rty

## **OČNÍ KONTAKT**

- Jádro neverbální komunikace
- Střetnutí dvou pohledů
- Nezbytný pro zahájení rozhovoru
- Sledování zornic (nemůžeme je ovlivnit, reagují na emoce)
- Rozšířené - napětí, očekávání, zlost
- Čárky - klid, pohoda
- Házení - nervozita, nejistota, stud

## **GESTIKULACE, GESTA**

- Gesto - pohyb nebo uspořádání částí těla mluvčího, něco naznačuje
- Spolu s mimikou jsou hlavními prostředky neverbální komunikace
- Doprovází řeč
- Ruka v pěst - napětí, neklid
- Roztažené ruce - mám tě rád

## **PROXEMIKA**

- Spočívá ve vyjádření vztahu na základě vzdálenosti mezi osobami
- Závisí na: věku, pohlaví, kultuře, náboženství

## **Zóny:**

1. Intimní zóna : 15-45 cm (rodina, páry)
2. Osobní (rodinná) : 45-120 cm (spolužáci, kamarádi)
3. Společenská : 1,2-3,7 m (společnost- vzdálenost mezi podáním ruky)
4. Veřejná : 3,7 m (kdekoliv - letadlo, tramvaj, autobus,....)

## **POSTUROLOGIE**

- Řeč našeho těla - v jeden moment dáváme najevo, co si myslíme
- Konfigurace - celkové položení všech částí těla při základní poloze
- Kongruentní postoj - vzájemný soulad mezi postojem a emocemi
- Nekongruentní postoj - nesouhlas, opozice členů

## **HAPTIKA**

- Kontakt hmatem
- Význam: přátelský ( podání ruky, objetí, polibek), nepřátelský ( facky,pohlavky)

## **KINETIKA**

- Řeč pohybů těla a veškerých jeho částí
- Zabývá se rychlostí pohybů, ohraničení pohybů, prostorovostí, souladem

## **ÚPRAVA ZE VNĚJŠKU**

- Jde o způsob a volbu oblečení, účesu, líčení, apod.
- Svědčí o vztahu k sobě samému
- Každá profese má jiné oblečení (uniformu)
- Úprava má odpovídat situaci
- Důležitá je střídmost - není nutné na sebe upozorňovat, pokud to není nutné

# Alternativní a augmentativní komunikace

## **Alternativní komunikace**

- komunikační systémy se používají jako náhrada mluvené řeči (nejde komunikovat slovy, nabídneme jiný prostředek)

## **Augmentativní komunikace**

- systémy komunikace, které podporují, nedostatečné komunikační schopnosti

## **Jak odhadnout způsob komunikace?**

- Informovat se o rozsahu komunikačních schopností
- Zjistit rozsah slovní zásoby
  - a) aktivní (slova, která používám)
  - b) pasivní (čemu rozumím)
- Fyzické a psychické dovednosti
- Stav smyslových orgánů
- Kondice pozornosti
- Věk (dítě, teenager, dospělý, senior)
- Předpoklad vývoje řeči
- Zralost kognitivních funkcí
- Motivace
- Sociální prostředí (rodina, přátelé, sociální služba,..)