



مهارت‌های ارتباطی

کار گروهی

1. نسترن چگونه گفتگو را آغاز نمود؟
2. او چه مهارت‌های کلامی را برای شروع بکار برد؟
3. مهارت‌های غیر کلامی که استفاده نمود، چه بود؟
4. برای ادامه گفتگو چه روشی را استفاده کرد؟
5. چگونه مریم را به ادامه صحبت تشویق مینمود؟
6. گفتگوی آنان چگونه پایان یافت؟
7. در سناریوی دوم عوامل مخدوش کننده ارتباط چه بود؟
8. به نظر شما چگونه میتوانیم ارتباط مؤثرتری با سایرین برقرار کنیم؟





تأثير روابط بين فردي بر انسان

○ تأثير روابط فردي بر نیاز هاي جسماني

○ تأثير روابط فردي بر نیاز امنيت

○ تأثير روابط فردي بر نیاز تعلق خاطر

○ تأثير روابط فردي بر نیاز عزت نفس

○ تأثير روابط فردي بر نیاز خودشكوفايي

SELF ESTEEM

(2)

Confidence

achievement

freedom

SELF ESTEEM (3), fame, recognition,

reputation, dignity

LOVE AND BELONGING children, friends, partners

SAFETY NEEDS, shelter, job security, retirement plan, insurance

PHYSIOLOGICAL NEEDS, air, water, food, rest, exercise, etc

رقهار هاي مشترک در مهارت‌هاي ارتباطي

بر خورد خوش

تبسم

تماس چشمي

مراحل ارتباط بین فردی مؤثر

شروع

- سلام همراه با لبخند
- پرسش های ساده
- توجه به علاقمندی طرف مقابل
- تمجید متعارف از طرف مقابل
- دادن اطلاعات در مورد خود





ادامه دادن گفتگو

- فراگیری هنر گوش دادن
- علاقمند نشان دادن خود به صحبت‌های دیگران
- بیان علائق خود
- تغییر بموقع صحبت



هنر گوش دادن

- محیط مناسب
- توجه
- صبر
- خلاصه کردن
- پاسخ دهی و یادآوری
- موضوعات مهم گفته شده

رفتار های نامناسب گوش دادن

- حالات چهره نامناسب
- فقدان تماس چشمی
- قطع کردن صحبت‌های طرف مقابل
- تغییر ندادن وضعیت بدنی
- تکان ندادن سر
- حواس پرتی



پایان دادن به گفتگو

○ ایجاد یک احساس خوشایند دو
طرفه

○ توجه به رفتار های غیر کلامی
○ داشتن نقش فعال تری در پایان
دادن به گفتگو

○ پایان دادن به گفتگو قبل از
شروع موضوع جدید

چگونه کیفیت ارتباط خود را افزایش دهیم؟؟؟

• گوش دادن

• گفتگو

• درخواست

• شکایت

• زبان بدن

• ظاهر



تفكير خلاق

تعاریف

□ **Paul Torrance:** توانایی بوجود آوردن یک موضوع بدیع و نو بحدی که کاملاً بی نظیر باشد

□ **W.H.O.:** مهارتی که هم به حل مسئله و هم به تصمیم گیری های مناسب کمک میکند.

□ توانایی فرد برای تولید ایده ها ، نظریه ها ، بینش ها یا اشیاء جدید و بدیع و بازسازی مجدد در علوم و سایر زمینه هاست که توسط متخصصان ، اصیل و از نظر علمی ، زیبایی شناسی ، تکنولوژی و اجتماعی با ارزش تلقی گردد.



اجزاء تفكر خلاق



پیامدهای افزایش مهارت تفکر خلاق

- افزایش احساس رضایت از خود
- یافتن جوابهای متعدد برای یک سوال یا مشکل
- افزایش حس منحصر به فرد بودن
- توسعه مهارت های جدید



موانع تفکر خلاق

• موانع تاریخی و فرهنگی

• موانع زیستی

• موانع جسمانی

• موانع اجتماعی

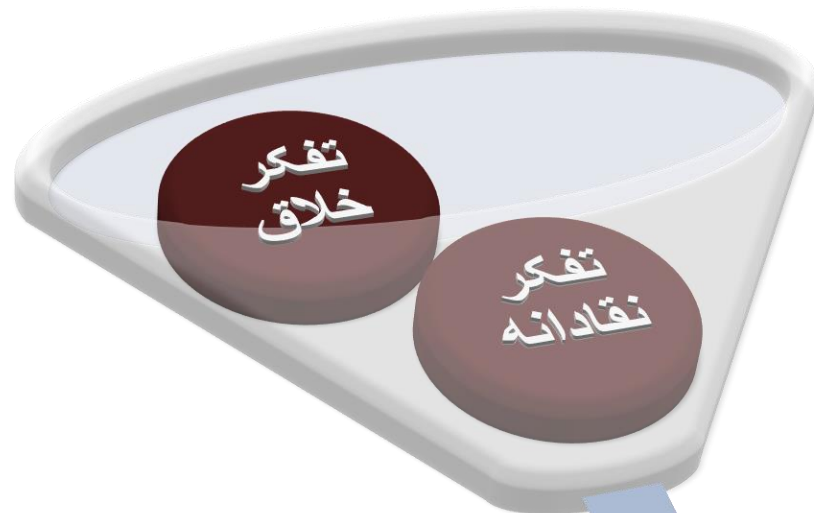
• افکار ناکارآمد



تفکر نقادانه

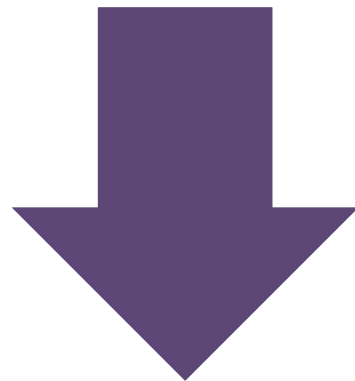
- یک فرایند شناختی فعال ، هدفمند و سازمان یافته که با استفاده از آن فرد به بررسی اطلاعات موجود میپردازد





ایده های بدیع و نو

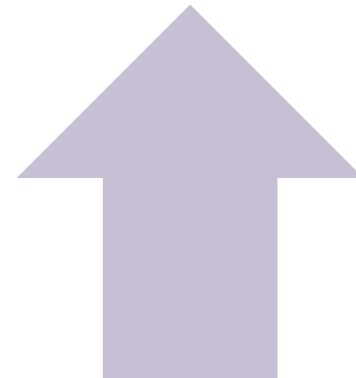
ریشه تفکر نقاد شک گرایی است



بدبینی و طرد
سریع



زودبآوری و
پذیرش



ویژگیهای تفکر نقادانه

- تفکر فعال
- تفکیک واقعیت ، غیر واقعیت و عقیده
- بررسی اعتبار یک موضوع با استفاده از سؤال کردن
- دقت در نتیجه گیری
- بررسی دقیق منابع اصلی افکار ، عقاید و ارزیابی اعتبار آنها
- پذیرش اطلاعات صحیح



منشأ افکار و عقاید

- مراجع قدرت
- کتب و جراید
- شواهد حقیقی
- تجربه های شخصی

