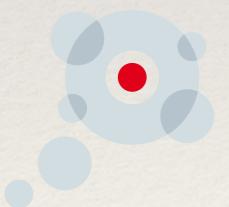


Ana Kotzmuth, prof. psih.

Korozivne sile u odnosima

4 jahača apokalipse

Mentalni **Trening**

The logo consists of a stylized atomic or molecular model. It features a central red dot surrounded by three concentric circles in light blue, grey, and white. From the right side of the central cluster, three smaller, semi-transparent blue circles of varying sizes extend outwards, resembling thought bubbles or energy particles.



Komunikacija

Što je to?

Komunikacija

- ❖ Dogovoren sustav razmjene informacija
- ❖ Razmjena simbola i znakova
- ❖ Odvija se između pošiljatelja i primatelja
- ❖ Odvija se u komunikacijskom kanalu
- ❖ Uključuje vještine kodiranja i dekodiranja
- ❖ Filteri





“Priroda je dala čovjeku jedan jezik, ali dva uha, da bi dva puta više slušao nego govorio.”

–Epiktet

Izazovi komunikacije

- ❖ Sposobnost kodiranja / dekodiranja
- ❖ Uvjerenja i vrijednosti
- ❖ Prijašnja iskustva
- ❖ Stavovi i predrasude
- ❖ Očekivanja
- ❖ Nepoznavanje vještina parafrasiranja i reflektiranja

Komunikacija je alat

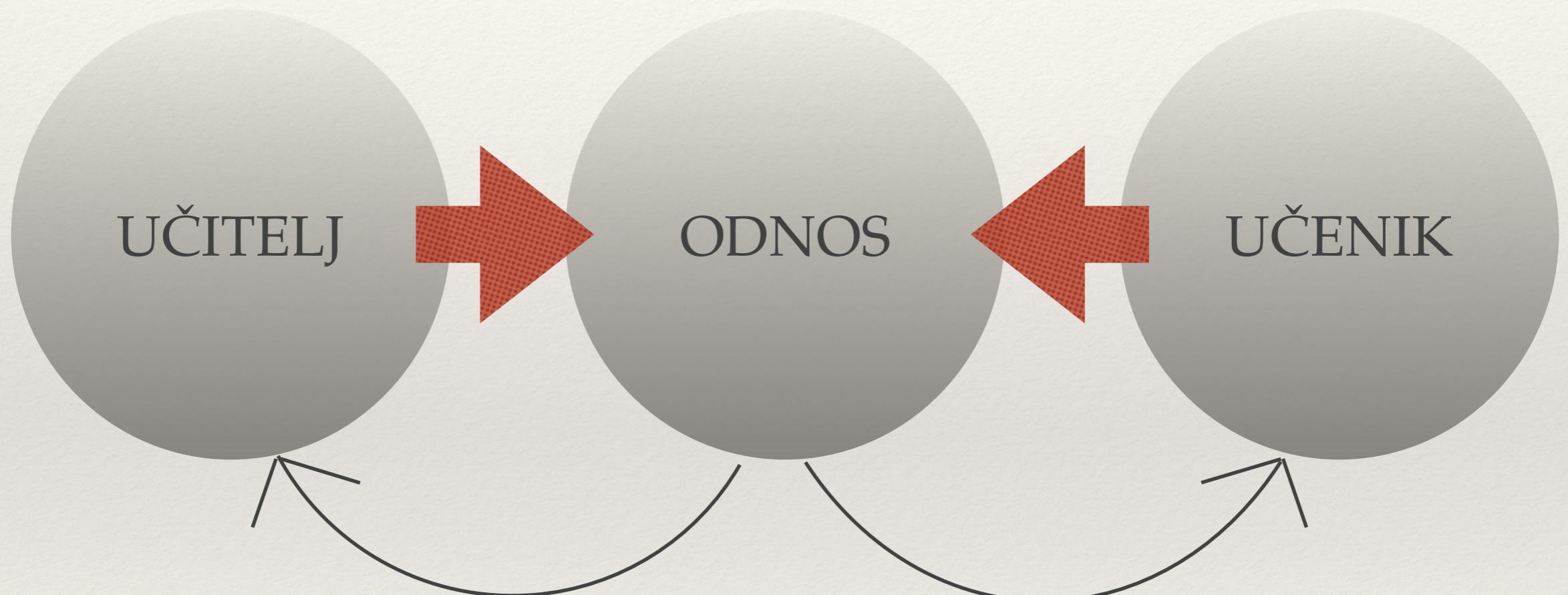
- ❖ Za bolji prvi dojam
- ❖ Za bolju uspostavu odnosa
- ❖ Za bolju izgradnju odnosa

Komunikacija i odnos

- ❖ Odnos je faktor koji čini razliku
 - ako želimo uspješnu djecu
 - ako želimo kompetentnu djecu
 - ako želimo bolji transfer znanja



Prikaz odnosa učitelj - učenik



Granice u odnosima

UČITELJ

UČENIK

3 ego stanja

Roditelj

Odrasli

Dijete

Roditelj

Odrasli

Dijete

4 jahača apokalipse

Korozivne sile

Četiri su korozivne sile u odnosima i komunikaciji koje, ukoliko ih koristimo, mogu trajno narušiti odnos.

Posebno je važno izbjegavati ih u odnosu s djecom i roditeljima.



Korozivne sile

- ❖ Kritiziranje - kritiziranje osobe umjesto ponašanja.
- ❖ Prijezir - izostanak poštovanje prema drugome.
- ❖ Obrambeni stav - često rezultira plesom u odnosu, odnosno napadom ili obrambenim stavom s druge strane.
- ❖ Dizanje zidova - izostanak refleksije i empatije.

Kritiziranje

- ❖ Umjesto osobe kritizirajte precizno definirano ponašanje
- ❖ Izbjegavajte riječi poput "nikad", "uvijek" i sl.



Prijezir

- ❖ Najčešće se javlja prema osobama koja je bitno različita od nas (u navikama i ponašanju)
- ❖ Prenaglašena vrlina?



Obrambeni stav

- ❖ Birajte “ja poruke” umjesto “ti poruka”
- ❖ Vezan je uz kritiku
- ❖ Prihvaćanje kritike kao opcije
- ❖ Primanje obrambenog stava bez debatiranja

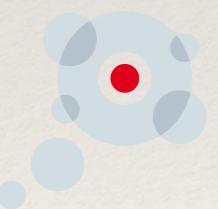


Dizanje zidova

- ❖ Oblik zlostavljanja u komunikaciji
- ❖ Opasnost ulaska u ulogu roditelja ("nemam ti što objašnjavati") ili djeteta ("e baš sad neću")
- ❖ Umjesto ignoriranja - suočavanje



Rušite barijere i ostavljate trag!



Mentalni **Trening**