

» Czy mnie rozumiesz? (karty pracy strona 30)

- **Cel:** zauważenie i zrozumienie czynników, które w rozmowie decydują o dobrym zrozumieniu.
- **Materiały:** karta pracy „Czy mnie rozumiesz” (powielona dwukrotnie na każdą parę); przybory do pisania.

Terapeuta dzieli uczestników na pary. Dzieci siadają przy stolikach. W każdej parze jedna osoba zamyka oczy (lub czymś zasłania) i bierze do ręki długopis/flamaster. Druga osoba kładzie przed nią kartę pracy z narysowaną drogą i za pomocą słów udziela jej wskazówek, tak żeby przeszła wyznaczoną trasę, nie dotykając krawędzi drogi. Później następuje zamiana ról w parach, dzieci dostają drugą kartę pracy i powtarzają ćwiczenie. W omówieniu należy zwrócić uwagę na to, czy instrukcje były jasne. Czy denerwujące było to, że nic nie można było zobaczyć? Czy łatwo było instruować? Czy przypominacie sobie jakieś sytuacje z waszego życia, w których denerwowaliście się, bo ktoś nie mógł was zrozumieć lub wy kogoś nie mogliście zrozumieć?

» Parafrazowanie

- **Cele:** ćwiczenie umiejętności parafrazowania; dostrzeżenie jej ważności w komunikowaniu się.
- **Materiały:** arkusz papieru; przybory do pisania.

Terapeuta wyjaśnia, że parafrazowanie polega na wyrażaniu tego, co powiedziała druga osoba, za pomocą innych słów niż te, których ona użyła. Parafraza nie służy ocenianiu naszego rozmówcy, tylko sprawdzeniu, czy dobrze zrozumieliśmy to, co powiedział. Zwroty mające zastosowanie w parafrazowaniu:

- *Jeśli dobrze cię zrozumiałem, to...*
- *Zatem twierdzisz, że...*
- *Czyli chcesz powiedzieć, że...*
- *A więc sądzisz, że...*

Osoba prowadząca wypisuje te zwroty na tablicy lub arkuszu papieru, tak żeby podczas ćwiczenia były widoczne dla dzieci. Uczestnicy dzielą się na pary, w których rozmawiają na zadany temat, np. opowiadają o sytuacji, która ostatnio ich bardzo zdenerwowała. Jedna osoba mówi, a druga próbuje parafrazować, a później następuje zamiana ról. W podsumowaniu należy zwrócić uwagę na to, czy parafrazowanie jest łatwe. Czy dzięki tej technice wypowiedzi są bardziej zrozumiałe? Czy ułatwiają nam komunikację?

Zadanie domowe dla dzieci: przynajmniej jeden raz do następnego spotkania spróbować poprowadzić rozmowę, wykorzystując ćwiczoną technikę.