

Психология общения



Общение

- Процесс взаимосвязи и взаимодействия общественных субъектов (личностей, групп), характеризующийся обменом деятельностью, информацией, опытом, способностями, умениями и навыками, а также результатами деятельности
- Одно из необходимых условий формирования и развития общества и личности
- Взаимодействие двух и более людей, состоящее в обмене между ними информацией познавательного и аффективно-оценочного характера
- Сложный многоплановый процесс установления и развития контактов между людьми, порождаемый потребностями в совместной деятельности и включающий в себя обмен информацией, выработку единой стратегии взаимодействия, восприятие и понимание людьми друг друга

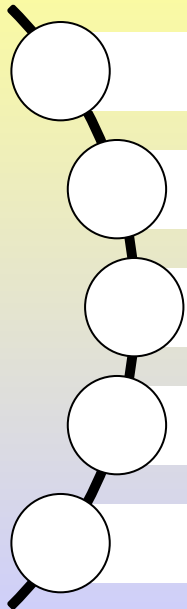
Общение как полифункциональный процесс

Коммуникация: Обмен информацией

Интеракция: взаимодействие в процессе совместной деятельности

Перцепция: восприятие другого человека

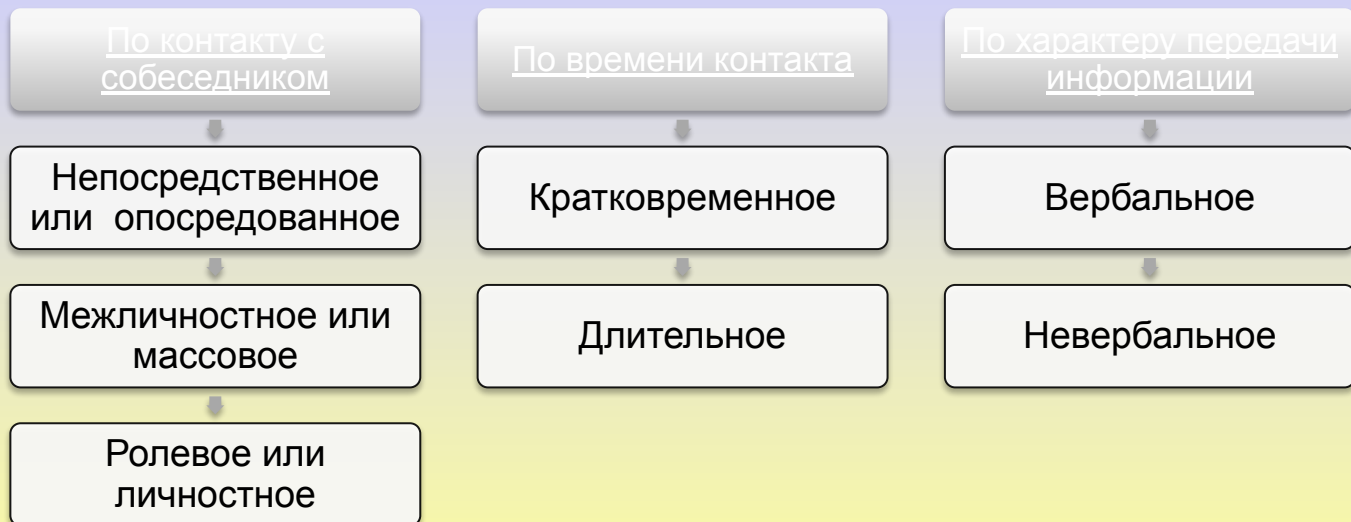
Функции общения



Социальные потребности

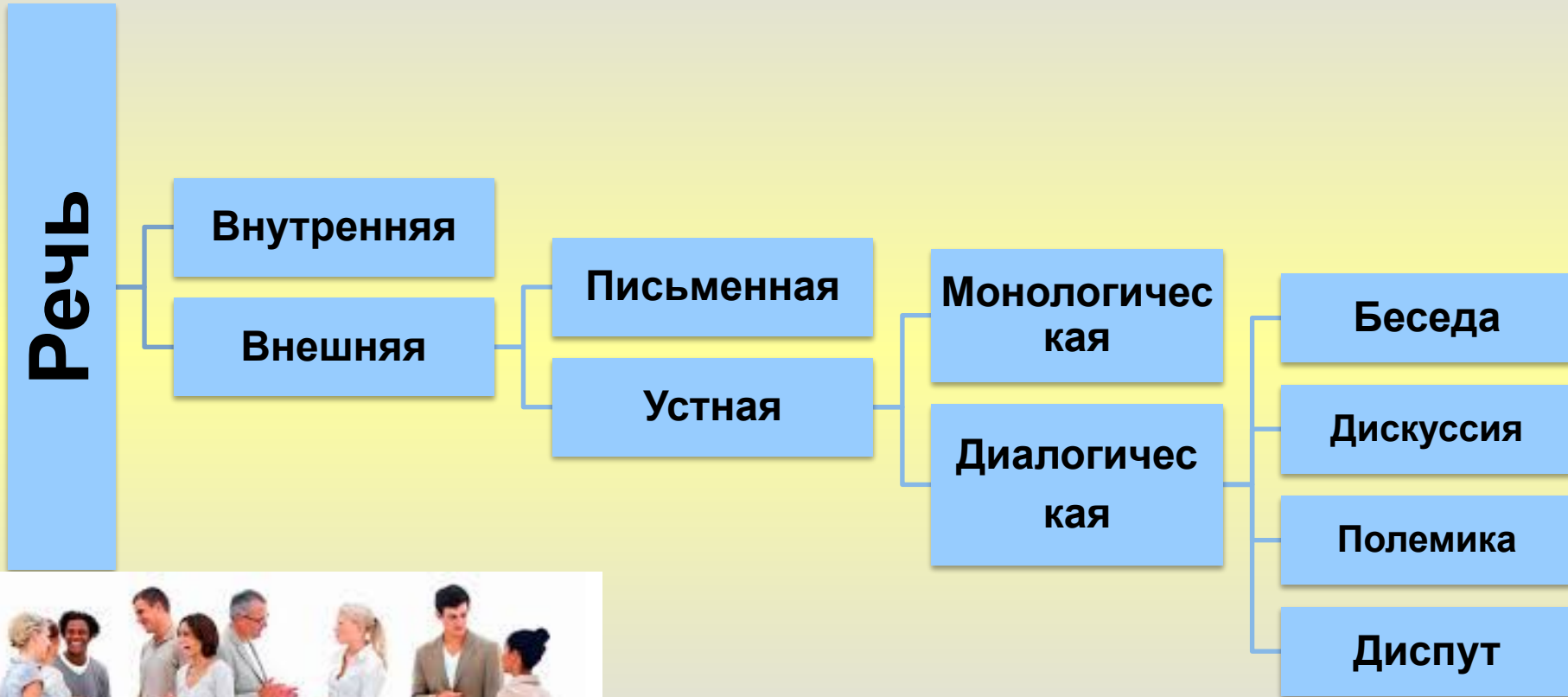
- **Потребность в стимуляции:** инициация активности человека, его стремления к действиям, поднятие эмоционального тонуса
- **Потребность в событиях:** удовлетворение от получения новых впечатлений, определяющих динамику жизни
- **Потребность в узнавании:** встреча знакомых людей, социальное подтверждение личности со стороны других (самоидентификация)
- **Потребность в достижениях и признании:** позитивные переживания чувства собственного достоинства, уважение, самоуважение
- **Потребности в структурировании времени:** индивидуальная форма ритмичности жизнедеятельности, способы времяпрепровождения, которые выбирает человек

Виды общения



Уровни общения

Вербальные средства общения



Невербальные средства общения

Визуальные

- Кинетика
- Поза
- Проксемика (дистанция, ориентация)
- Выражения лица и глаз, визуальные контакты
- Кожные реакции
- Внешние признаки

Акустические

- Паралингвистические
- Экстралингвистические

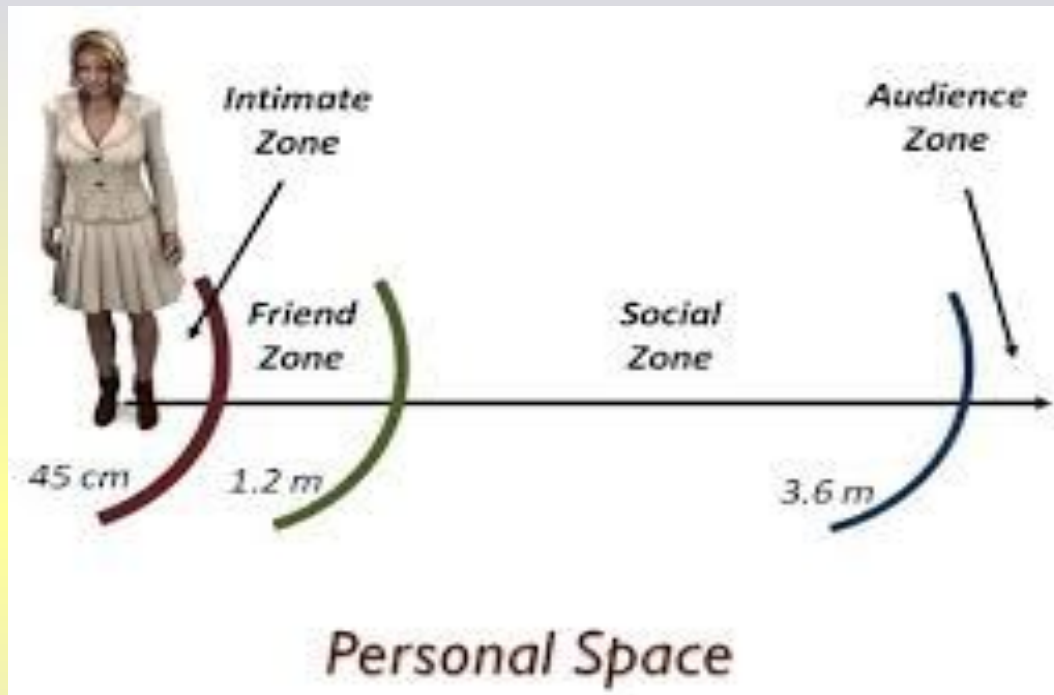
Тактильные

- Прикосновения,
- Пожатие рук
- Объятия
- Поцелуи

Ольфакторные

- Запахи окружающей среды
- Естественный и искусственный запах человека

Дистанции в общении



Вид дистанции	Норма	Тип общения
Интимная дистанция	до 50 см	Общение самых близких людей
Персональная (личностная) дистанция	50–120 см	Общение со знакомыми людьми
Социальная дистанция	120–350 см	Дискуссии между коллегами, общение с людьми, которых не очень хорошо знают, официальное сообщение
Публичная общественная дистанция	свыше 350 см	Обезличенные и формальные разговоры, выступления перед различными аудиториями

Стили общения

Стиль общения - сочетание привычных, прочно усвоенных человеком способов общения с другими людьми

дружеский

- С близкими, хорошо знакомыми людьми
- Цель - открытое выражение собственных чувств, обмен переживаниями

деловой

- С партнерами по работе, учебе
- Цель - решение общих проблем, задач

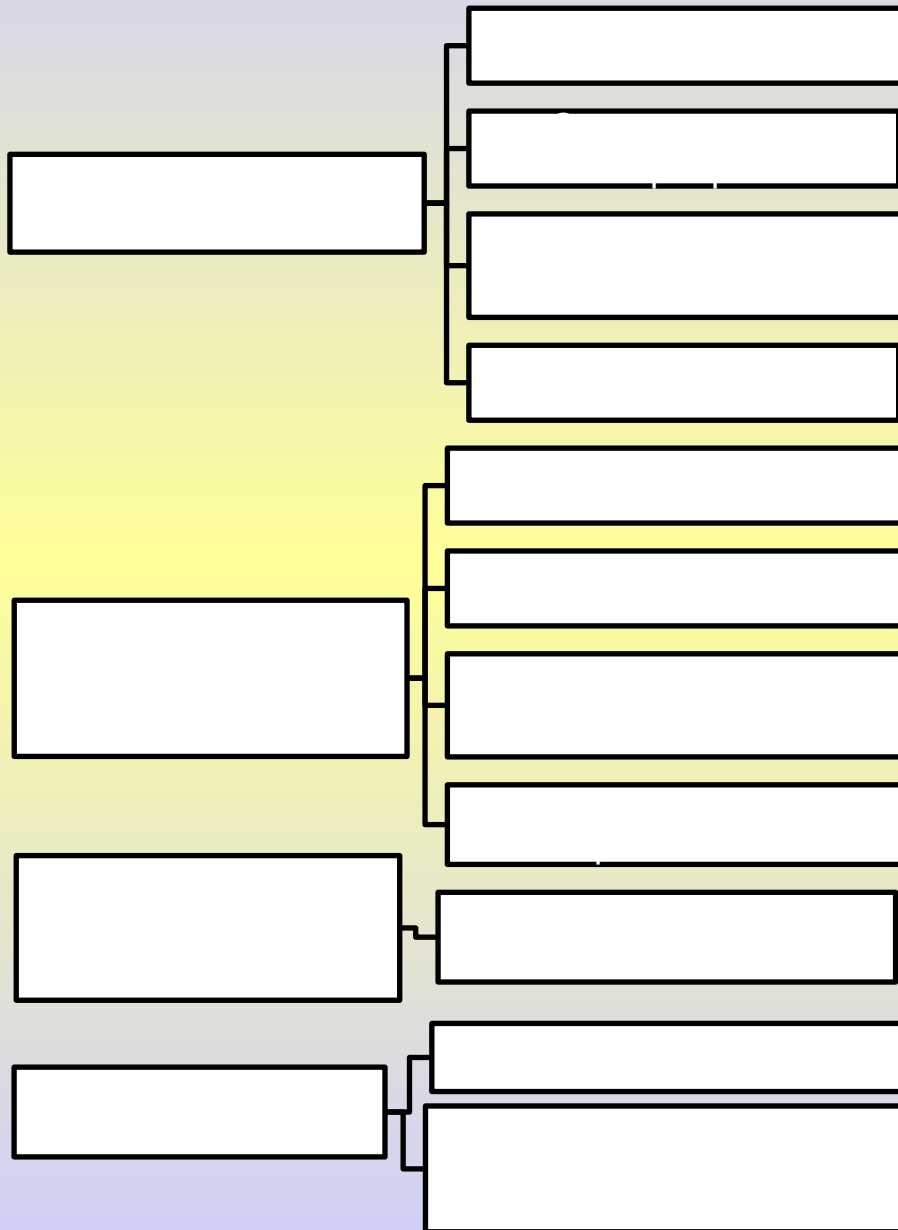
отстраненный

- С посторонними людьми
- Цель – передача информации

подавляющий

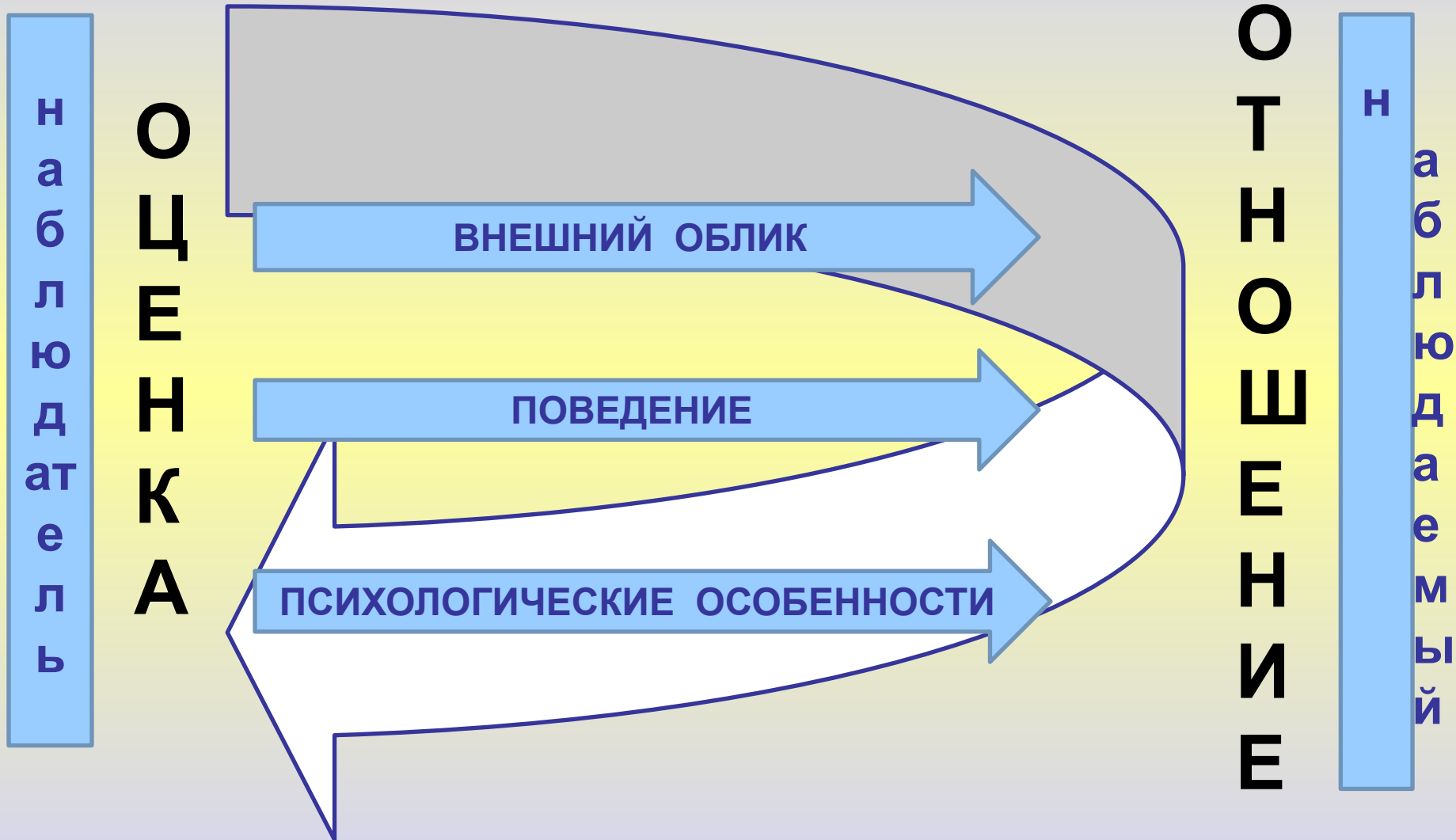
- Ситуации манипулирования партнерами
- Цель – заставить партнера отказаться от своих планов или сделать что-то

Коммуникативные барьеры



Я испытываю наслаждение,
когда по-настоящему
слышу человека.
К.Роджерс

Процесс восприятия человека

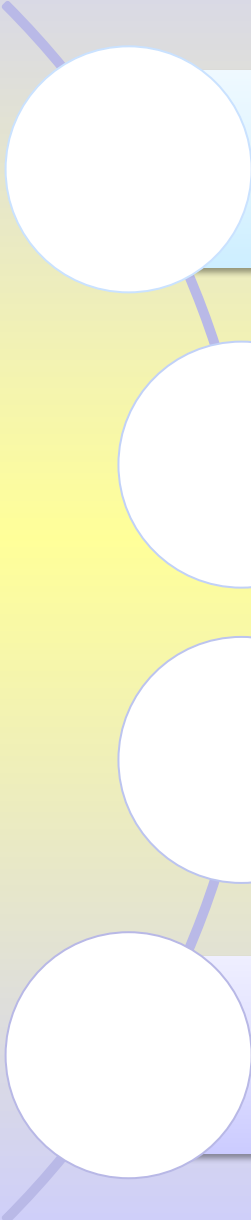


Факторы восприятия и оценки партнера

1. Фактор превосходства:
*болезненное переживание ситуации
неравенства партнеров*
2. Фактор привлекательности:
*внешне привлекательный человек
воспринимается лучше, нежели
непривлекательный*
3. Фактор отношения к
наблюдателю: *людей, которые к
нам относятся хорошо, мы склонны
оценивать более позитивно*



Общительность



Положительная направленность на людей

Интеллектуальные характеристики: внимательность, наблюдательность, любознательность и др.

Эмоциональные характеристики: доброжелательность, умение сочувствовать, сопереживать и др.

Волевые характеристики: уровень самоконтроля, смелость, уравновешенность и др.

Теория трансактного анализа

Эго- состояние «Я- родитель»

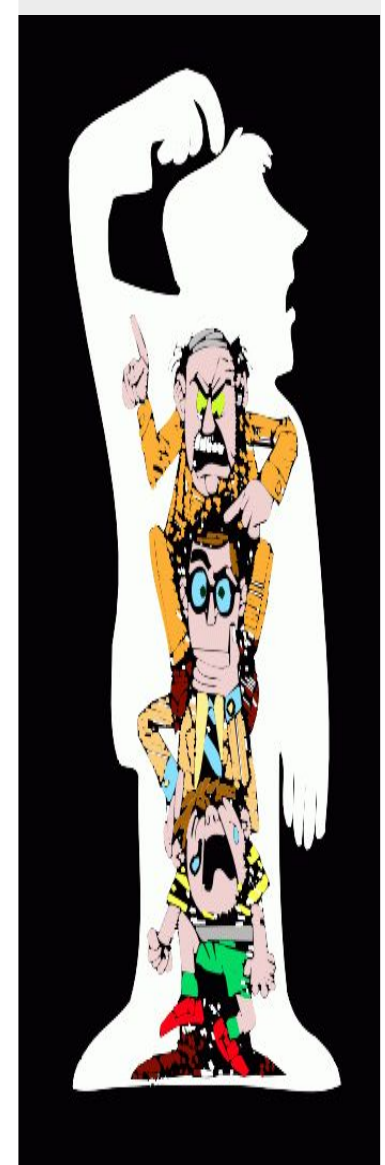
- **Критическое:** заповеди, запреты, нормы, традиции, предрассудки
- **Кормяще-заботливое:** тепло, ободрение, готовность помочь, чрезмерная забота

Эго- состояние «Я- взрослый»

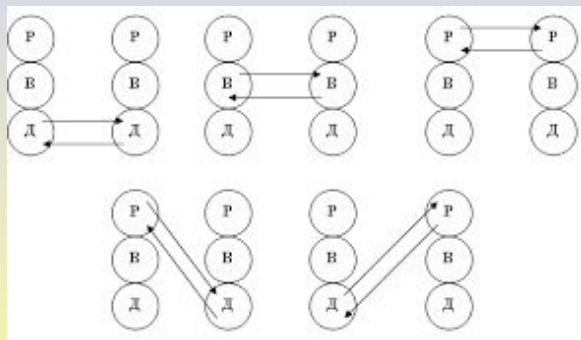
- Трезвая оценка реальности, сбор и объективное осмысление фактов, ответственность

Эго- состояние «Я- ребенок»

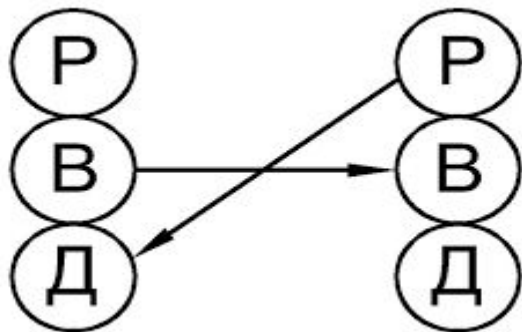
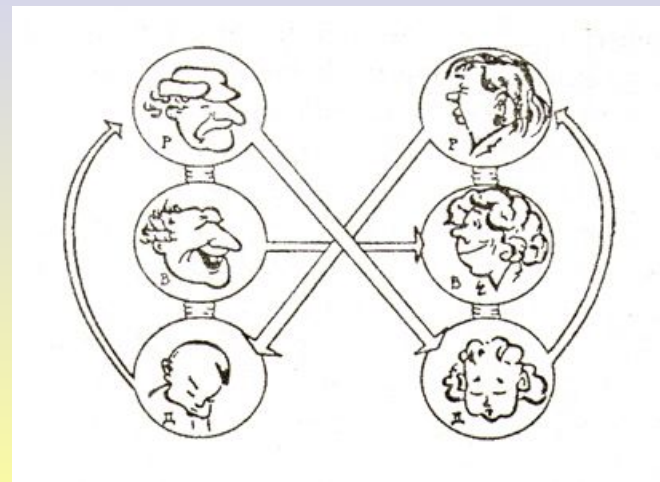
- **Приспосабливающийся:** повиновение, опасения, замкнутость, чувство вины
- **Бунтарское:** протест, капризы, своеобразие, грубость
- **Свободное:** спонтанность, любознательность, мечты, творчество, неприятие границ



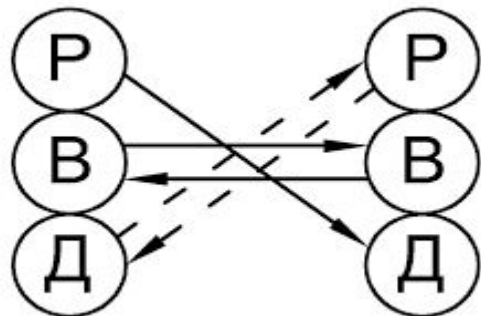
Формы транзакций



Параллельные
транзакции



Перекрестные
транзакции



Скрытые
транзакции



***... Для человека не существует более
чудовищного наказания, чем быть
предоставленным в обществе
самому себе и оставаться
абсолютно незамеченным.***

У. Джеймс