



ECO-MEDIA

Μάθημα 3 Επικοινωνία και ομαδική εργασία

Project Number

2021-1-ES01-KA220-ADU-000026310



**Co-funded by
the European Union**

This project has been funded with support from the European Commission.
This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Αυτό το έργο διατίθεται με άδεια χρήσης Creative Commons Αναφορά Δημιουργού-Μη Εμπορική Χρήση-Όχι Παράγωγα Έργα 4.0 Διεθνές.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

- Εισαγωγή
- Δεξιότητες επικοινωνίας
- Ομαδική εργασία
- Συμπεράσματα
- Αναφορές
- Πρόσθετοι πόροι



ΕΙΣΑΓΩΓΗ



“Τίποτα στη ζωή δεν είναι πιο σημαντικό από την ικανότητα αποτελεσματικής επικοινωνίας”

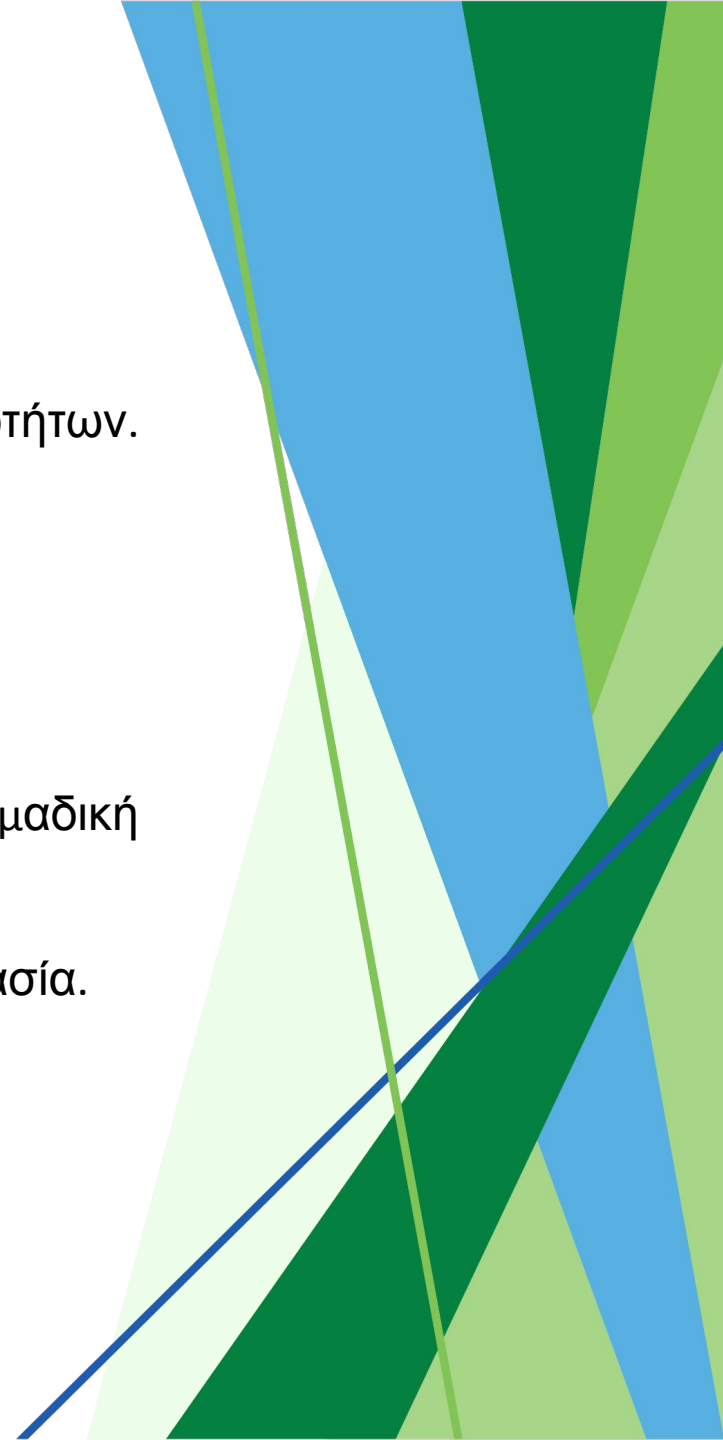
Gerald R. Ford, former United States president

“ Η άριστη επικοινωνία δεν συμβαίνει αυτόματα. Είναι προϊόν διαδικασίας, δεξιοτήτων, κλίματος, σχέσης και σκληρής δουλειάς.”

Pat McMillan, author, CEO

Στόχοι του μαθήματος

- Εισαγωγή στη βασική έννοια της επικοινωνίας στο πλαίσιο των ήπιων δεξιοτήτων.
- Να καταδείξει τη σημασία της επικοινωνίας.
- Να προβληματιστεί σχετικά με τα εμπόδια της επικοινωνίας.
- Να κατανοήσουν τα βασικά στοιχεία της ομαδικής εργασίας.
- Να προβληματιστούν σχετικά με τις προκλήσεις που σχετίζονται με την ομαδική εργασία.
- Να αναπτύξει και να εξασκήσει δεξιότητες για αποτελεσματική ομαδική εργασία.



Μαθησιακά αποτελέσματα

- Αυξημένη γνώση της έννοιας της αποτελεσματικής επικοινωνίας.
- Ανάπτυξη δεξιοτήτων αποτελεσματικής επικοινωνίας.
- Καθορισμός των πλεονεκτημάτων της ομαδικής εργασίας.
- Επίδειξη δραστηριοτήτων ομαδικής εργασίας



ΣΤΟΧΕΥΜΕΝΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

- Επικοινωνία
- Ομαδική εργασία
- Δεξιότητες ποικιλομορφίας
- Δεξιότητες ενσυναίσθησης
- Δεξιότητες ενσωμάτωσης
- Δεξιότητες κριτικής σκέψης

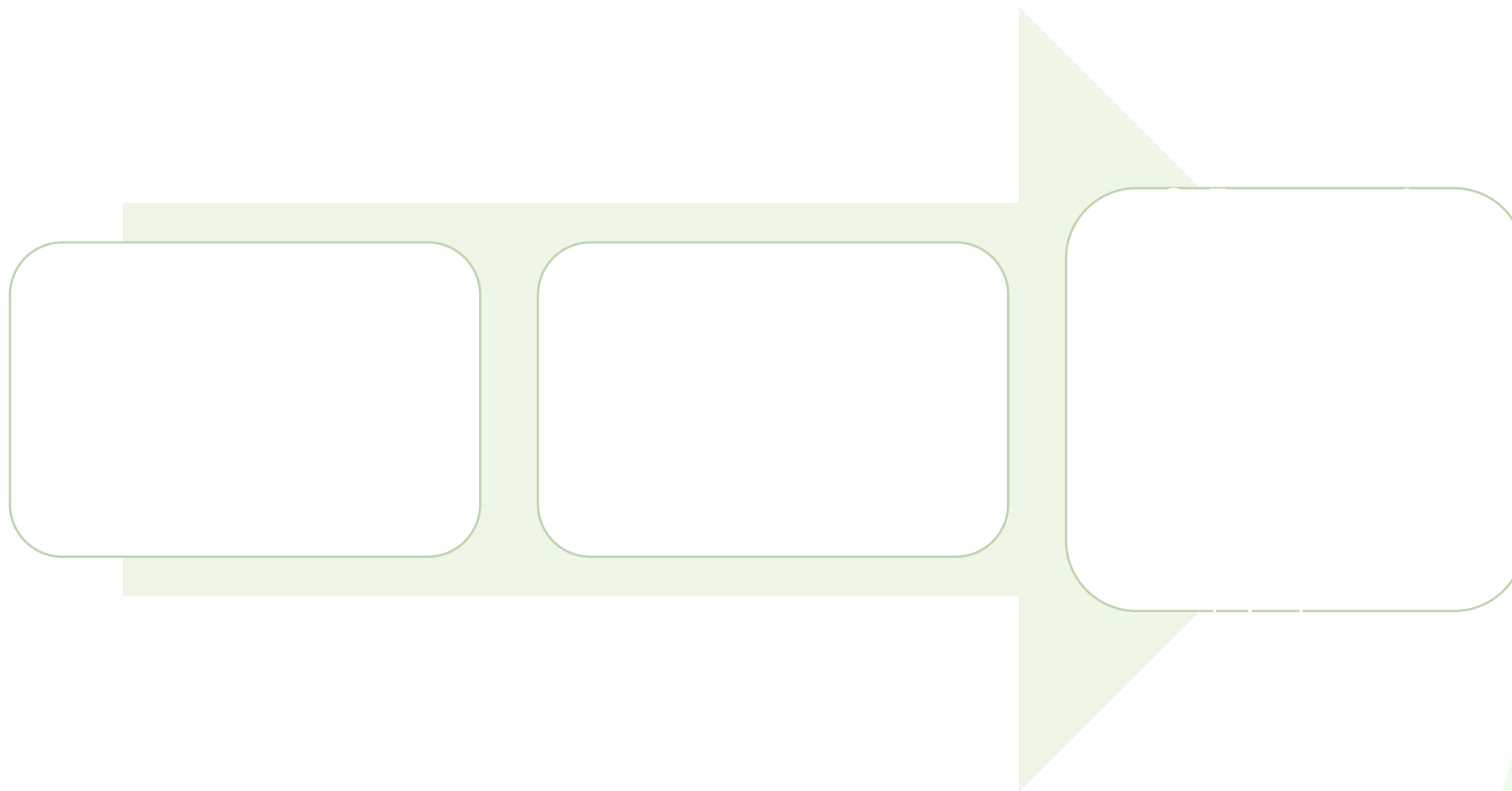


ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

“Η επικοινωνία είναι το εισιτήριό σας για την επιτυχία, αν δώσετε προσοχή και μάθετε να την κάνετε αποτελεσματικά.”
Theo Gold



Τι είναι η επικοινωνία;



Ποιοι είναι οι πιο συνηθισμένοι τρόποι επικοινωνίας;

Λεκτική επικοινωνία: συνομιλίες πρόσωπο με πρόσωπο, τηλεφωνήματα και συνομιλίες μέσω βίντεο

Γραπτή επικοινωνία: μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, γραπτά μηνύματα, υπομνήματα, επιστολές

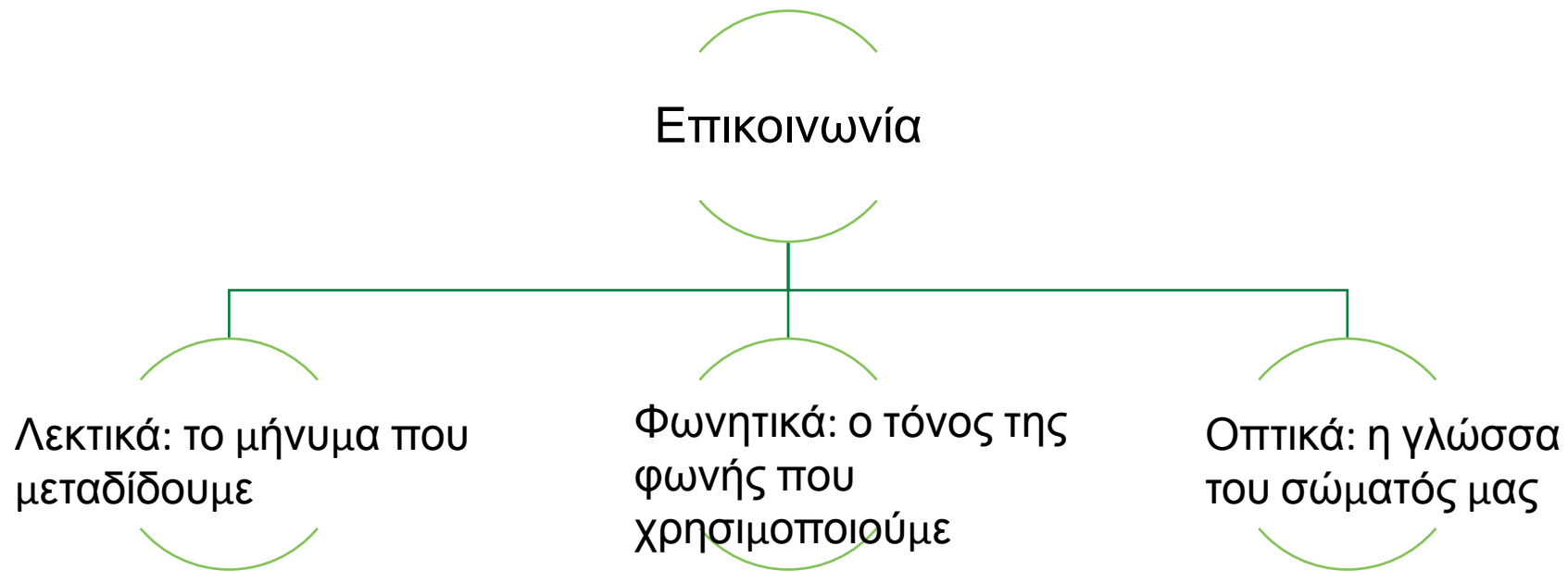
Μη λεκτική επικοινωνία: γλώσσα του σώματος, εκφράσεις του προσώπου, χειρονομίες και τόνος της φωνής.

Οπτική επικοινωνία: χρήση εικόνων, γραφικών, βίντεο και άλλων οπτικών βοηθημάτων.

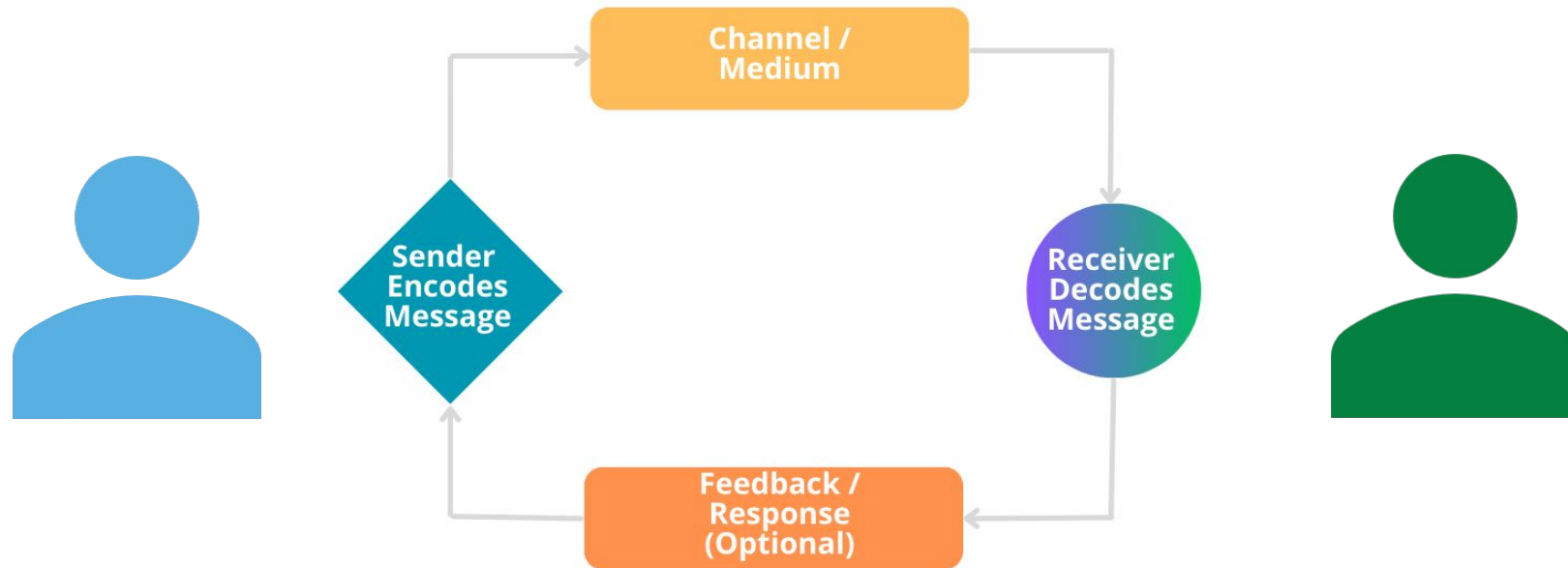
Ακρόαση: περιλαμβάνει την προσοχή στον ομιλητή, την υποβολή ερωτήσεων και την παροχή ανατροφοδότησης.

Ψηφιακή επικοινωνία: επικοινωνία μέσω μέσων κοινωνικής δικτύωσης, άμεσων μηνυμάτων και άλλων πλατφορμών

Λεκτική, φωνητική και οπτική επικοινωνία



Η διαδικασία της επικοινωνίας



Κατηγορίες επικοινωνίας

Ενδοπροσωπική επικοινωνία: Επικοινωνία που λαμβάνει χώρα μέσα στον εαυτό μας, συχνά με αυτο-ομιλία ή εσωτερικό διάλογο.

Διαπροσωπική επικοινωνία: Επικοινωνία μεταξύ δύο ή περισσότερων ανθρώπων, όπως η πρόσωπο με πρόσωπο συζήτηση ή οι τηλεφωνικές κλήσεις.

Ενδοομαδική επικοινωνία: Επικοινωνία μεταξύ διαφορετικών ομάδων ανθρώπων.

Μαζική επικοινωνία: Επικοινωνία σε ένα μεγάλο ακροατήριο ή στο κοινό.

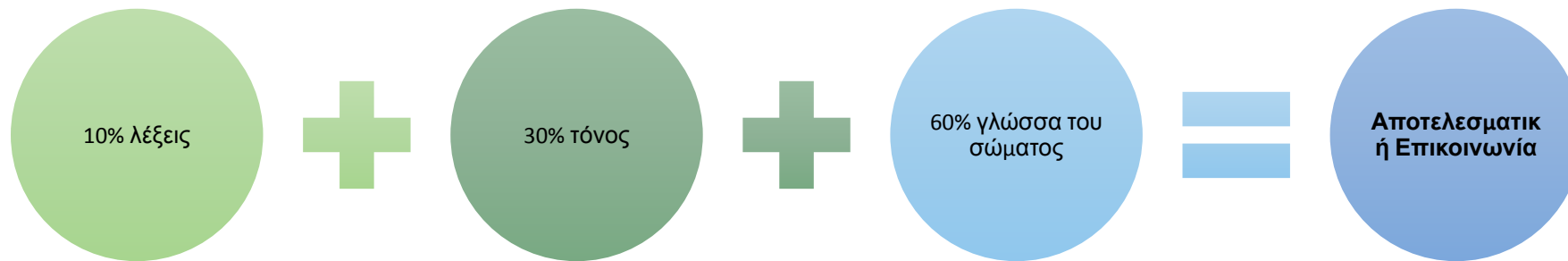
Λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία



Τι είναι η αποτελεσματική επικοινωνία;



Η επικοινωνία δεν αφορά μόνο τις λέξεις...



Χαρακτηριστικά της αποτελεσματικής επικοινωνίας

- Σαφήνεια / καθαρότητα
- Συνοπτικότητα / στο θέμα
- Ορθότητα / ακρίβεια
- Πληρότητα / περιέχει όλες τις απαραίτητες πληροφορίες
- Συνοχή / καλά οργανωμένη
- Συνυπολογισμός των πιθανών επιπτώσεων στους ακροατές
- Ευγένεια / σεβασμός
- Συγκεκριμενοποίηση / να βασίζεται σε γεγονότα
- Συνέπεια / σταθερή και αποτελεσματική ροή εργασίας



Οφέλη της αποτελεσματικής επικοινωνίας

Βελτιωμένες σχέσεις με τους άλλους

Αυξημένη παραγωγικότητα

Ενισχυμένη κατανόηση

Βελτίωση της λήψης αποφάσεων

Μειωμένες συγκρούσεις

Βελτίωση της εξυπηρέτησης των πελατών

Μεγαλύτερη επιτυχία στην καριέρα και την προσωπική ζωή



Προκλήσεις/εμπόδια επικοινωνίας

Γλωσσικά εμπόδια: Οι διαφορές στη γλώσσα μπορεί να οδηγήσουν σε παρεξηγήσεις και παρανοήσεις.

Πολιτισμικές διαφορές: Διαφορετικοί πολιτισμοί έχουν διαφορετικούς τρόπους επικοινωνίας και μπορεί να έχουν διαφορετικές ερμηνείες ορισμένων τρόπων επικοινωνίας.

Απόσπαση της προσοχής: Ο θόρυβος, οι διακοπές και άλλοι περισπασμοί μπορεί να δυσχεράνουν την εστίαση στο μήνυμα που μεταδίδεται.

Συναισθηματικά εμπόδια: Συναισθήματα όπως ο θυμός, η απογοήτευση ή το άγχος μπορούν να παρεμποδίσουν την αποτελεσματική επικοινωνία

Μη λεκτική επικοινωνία: Μη λεκτικές ενδείξεις, όπως η γλώσσα του σώματος, οι εκφράσεις του προσώπου και ο τόνος της φωνής, μπορούν να επηρεάσουν την επικοινωνία και να παρερμηνευθούν.

Φυσικά εμπόδια: Φυσικά εμπόδια, όπως η απόσταση ή οι σωματικές αναπηρίες, μπορούν επίσης να αποτελέσουν προκλήσεις για την αποτελεσματική επικοινωνία.

Τεχνικά ζητήματα: Προβλήματα με την τεχνολογία ή τον εξοπλισμό μπορεί να διαταράξουν την επικοινωνία, ιδίως σε εικονικές ή απομακρυσμένες ρυθμίσεις.

Η αποτυχία στην επικοινωνία μπορεί να προκαλέσει...

dissatisfaction
missed misunderstandings
spirit emotions morale
cooperation negative
frustration failed
productivity conflict mistakes
delayed reduced low poor
loss team projects
opportunities



Πώς να βελτιώσετε τις επικοινωνιακές σας δεξιότητες

Ενεργητική ακρόαση/Παροχή προσοχής στον ομιλητή, υποβολή ερωτήσεων, εκδήλωση ενδιαφέροντος.

Σαφή και περιεκτικά μηνύματα.

Χρήση του κατάλληλου τόνου/σεβασμός.

Παροχή ανατροφοδότησης, προσφορά εποικοδομητικής κριτικής ή ανατροφοδότησης.

Μη λεκτική επικοινωνία/ Χρήση της γλώσσας του σώματος, χειρονομίες και εκφράσεις του προσώπου.

Ζητώντας διευκρινίσεις για να βεβαιωθείτε ότι καταλάβατε.

Ενσυναίσθηση/κατανόηση των συναισθημάτων του ομιλητή και ανταπόκριση με ενσυναίσθηση.

Χρήση της κατάλληλης γλώσσας, αποφυγή της αργκό ή της τεχνικής γλώσσας.

Επιλογή της σωστής στιγμής για την επικοινωνία εξασφαλίζοντας ότι οι αποδέκτες είναι δεκτικοί στο μήνυμα.

Επιλογή του κατάλληλου μέσου, όπως πρόσωπο με πρόσωπο, ηλεκτρονικό ταχυδρομείο ή τηλέφωνο, ανάλογα με τη φύση του μηνύματος και την προτίμηση του παραλήπτη.

Οδηγίες για αποτελεσματική επικοινωνία

Ακούστε ενεργά τον ομιλητή

Διευκρινίστε αμφιβολίες και κάντε ερωτήσεις

Χρήση σαφούς και συνοπτικής γλώσσας

Μιλήστε με αυτοπεποίθηση και διεκδικητικότητα

Διατηρήστε οπτική επαφή και χρησιμοποιήστε την κατάλληλη γλώσσα του σώματος

Χρησιμοποιήστε ενεργητική φωνή αντί για παθητική φωνή

Χρησιμοποιήστε θετική γλώσσα

Δείξτε ενσυναίσθηση και κατανόηση προς τους άλλους

Σεβασμός της πολιτιστικής και γλωσσικής πολυμορφίας

Χρησιμοποιήστε τον κατάλληλο τόνο και ένταση ανάλογα με την κατάσταση

Απαγορεύσεις στην επικοινωνία

Διακόψτε τον ομιλητή.

Απορρίψτε τα συναισθήματα ή τις απόψεις του ομιλητή.

Χρησιμοποιήστε προσβλητική γλώσσα.

Να κάνετε υποθέσεις ή να βγάζετε βιαστικά συμπεράσματα.

Αγνοήστε μη λεκτικές ενδείξεις ή τη γλώσσα του σώματος.

Αποφεύγετε τις δύσκολες συζητήσεις ή την επίλυση συγκρούσεων.

Μονοπωλείτε τη συζήτηση ή μιλάτε μόνο για τον εαυτό σας.

~~Να αποσπάται η προσοχή σας ή να κάνετε πολλαπλές εργασίες ενώ ακούτε ή μιλάτε.~~

Παραλείψτε να διευκρινίσετε ή να επιβεβαιώσετε την κατανόηση.

Μιλάτε τυχαία χωρίς σχέδιο και δομή.



Μπορείτε να με ακούσετε; Ας παίξουμε ένα παιχνίδι ζωγραφικής!

- Ένας θα είναι ο περιγραφέας
- Οι υπόλοιποι θα είναι τα συρτάρια
- Περιγραφέας: Επιλέξτε μια τυχαία λέξη και περιγράψτε την χρησιμοποιώντας γεωμετρικούς όρους όπως κατευθύνσεις, μοίρες, μήκη και σχήματα. Για παράδειγμα, "σχεδιάστε έναν μικρό κύκλο στη μέση της σελίδας σας και στη συνέχεια ένα τρίγωνο στην κορυφή του κύκλου". Σχεδιαστές: Ακούστε τις οδηγίες και κάντε ό,τι μπορείτε για να σχεδιάσετε αυτό που ακούτε! Μαντέψτε τη λέξη!
- Ας παίξουμε!



Ομαδικότητα

“Ομαδικότητα είναι η ικανότητα συνεργασίας για την επίτευξη ενός κοινού οράματος. Η ικανότητα κατεύθυνσης των ατομικών επιτευγμάτων προς τους οργανωτικούς στόχους. Είναι το καύσιμο που επιτρέπει σε κοινούς ανθρώπους να επιτύχουν ασυνήθιστα αποτελέσματα.”
Andrew Carnegie



Ομάδα



**ΟΜΑΔΑ=Όλοι μαζί πετυχαίνουν
Περισσότερα**



Ομάδα είναι...

...μια ομάδα ατόμων που συνεργάζονται για την επίτευξη ενός κοινού σκοπού ή στόχου.



Η ομάδα είναι σαν μια ορχήστρα...

- Όπως κάθε όργανο σε μια ορχήστρα παίζει έναν ιδιαίτερο ρόλο στη δημιουργία ενός αρμονικού ήχου, έτσι και κάθε μέλος μιας ομάδας έχει μια μοναδική συμβολή στην επίτευξη της επιτυχίας.
- Όπως μια ορχήστρα χρειάζεται έναν μαέστρο για να καθοδηγεί και να συντονίζει τις προσπάθειες κάθε μουσικού, έτσι και μια ομάδα χρειάζεται έναν ηγέτη για να παρέχει καθοδήγηση και υποστήριξη.



Ομαδικότητα

Δεν υπάρχει "εγώ" στην ομαδική εργασία. Σημασία της συνεργασίας ως ομάδα και της τοποθέτησης των συλλογικών στόχων και συμφερόντων πάνω από τους ατομικούς εγωισμούς και τις ατζέντες.

Η επιτυχής ομαδική εργασία απαιτεί συνεργασία, επικοινωνία και αμοιβαία υποστήριξη, όπου τα μέλη της ομάδας είναι πρόθυμα να συνεισφέρουν τις δυνάμεις και τις δεξιότητές τους προς όφελος της ομάδας ως σύνολο.



Είσαι ομαδικός παίκτης;



Οφέλη της ομαδικής εργασίας

- Αυξημένη παραγωγικότητα
- Βελτιωμένη επικοινωνία
- Βελτιωμένες ικανότητες επίλυσης προβλημάτων
- Αυξημένη ικανοποίηση από την εργασία
- Αυξημένη δημιουργικότητα και καινοτομία
- Ενισχυμένη αποδοτικότητα
- Καλύτερη επικοινωνία
- Ευκαιρίες μάθησης



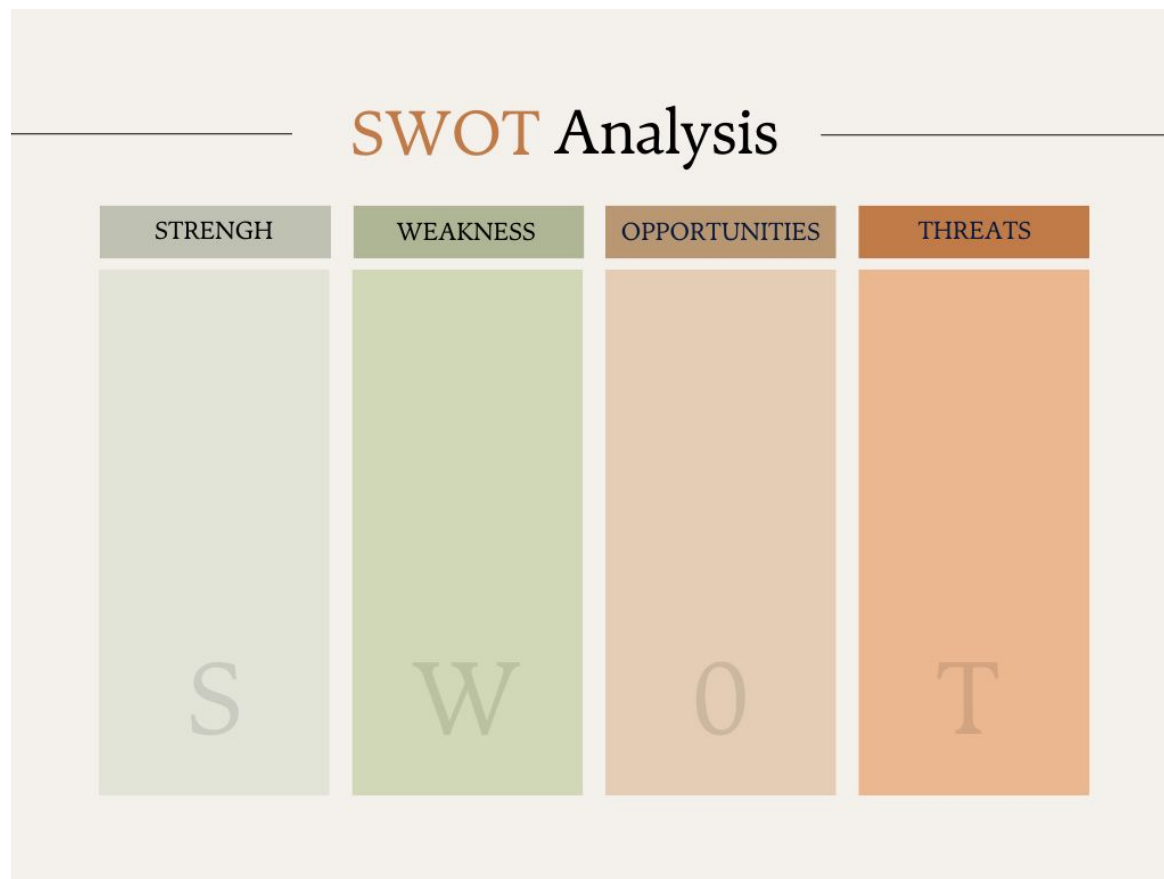
Συμβουλές για αποτελεσματική ομαδική εργασία

Καθορισμός σαφών στόχων και σκοπών
Επικοινωνήστε αποτελεσματικά
Ενθαρρύνετε τη συνεργασία
Πρώθηση θετικού ομαδικού
περιβάλλοντος
Αξιοποίηση των ατομικών δυνατών
σημείων

Καθιέρωση σαφών ρόλων και
αρμοδιοτήτων
Να είστε ανοιχτοί στην ανατροφοδότηση
Σεβασμός και εμπιστοσύνη
Να γιορτάζετε τις επιτυχίες



Ας εκπαιδευτούμε! Μοιραστείτε την προσωπικότητά σας!



Συμπεράσματα



Συμπεράσματα

Η αποτελεσματική επικοινωνία είναι ζωτικής σημασίας για την επιτυχία στις προσωπικές και επαγγελματικές σχέσεις.

Η επικοινωνία δεν περιλαμβάνει μόνο λέξεις αλλά και τον τόνο, τη γλώσσα του σώματος και τις δεξιότητες ακρόασης.

Η καλή επικοινωνία μπορεί να βελτιώσει την ομαδική εργασία, την παραγωγικότητα και την ικανοποίηση από την εργασία.

Για να βελτιώσετε τις δεξιότητες επικοινωνίας, μπορείτε να εξασκηθείτε στην ενεργητική ακρόαση, να χρησιμοποιείτε σαφή και περιεκτική γλώσσα, να κάνετε ερωτήσεις και να έχετε επίγνωση των μη λεκτικών ενδείξεων.

Αποφύγετε τις συνήθεις παγίδες της επικοινωνίας, όπως το να κάνετε υποθέσεις, να διακόπτετε, να χρησιμοποιείτε αρνητική γλώσσα και να μην ακούτε ενεργά.

Να λαμβάνετε υπόψη το ακροατήριο και το πλαίσιο όταν επικοινωνείτε και να προσαρμόζετε αναλόγως το στυλ επικοινωνίας σας.

Συμπεράσματα

Η ομαδική εργασία είναι απαραίτητη για την επίτευξη ενός κοινού στόχου.

Μια ισχυρή αίσθηση ενότητας και συνεργασίας είναι ζωτικής σημασίας για τη δημιουργία μιας επιτυχημένης ομάδας.

Η ανοιχτή και ειλικρινής επικοινωνία, η ενεργή ακρόαση και η ανατροφοδότηση αποτελούν το κλειδί για την αποτελεσματική ομαδική εργασία.

Η ποικιλομορφία σε δεξιότητες, υπόβαθρο και προοπτικές μπορεί να ενισχύσει την ομάδα και να φέρει νέες ιδέες και καινοτόμες λύσεις.

Η ομαδική εργασία απαιτεί αφοσίωση, σκληρή δουλειά και αποτελεσματική επικοινωνία.

Η ομαδική εργασία μπορεί να οδηγήσει σε εξαιρετικά αποτελέσματα και σε ένα ικανοποιητικό και ευχάριστο εργασιακό περιβάλλον.

Αναφορές και πρόσθετες πηγές



Αναφορές

- Frey, L., Botan, C. H., & Kreps, G. (2000). Investigating communication. NY: Allyn & Bacon.
- Haas, M. & Mortensen, M. (2016). The Secrets of Great Teamwork. Available at: <https://hbr.org/2016/06/the-secrets-of-great-teamwork>
- Maguire, P., & Pitceathly, C. (2002). Key communication skills and how to acquire them. Bmj, 325(7366), 697-700.
- Salas, E., Sims, D. E., & Burke, C. S. (2005). Is there a “big five” in teamwork?. Small group research, 36(5), 555-599.
- Tambe, M. (1997). Towards flexible teamwork. Journal of artificial intelligence research, 7, 83-124.
- Tannenbaum, S. I., Traylor, A. M., Thomas, E. J., & Salas, E. (2021). Managing teamwork in the face of pandemic: evidence-based tips. BMJ quality & safety, 30(1), 59-63.
- Waters, S. (2021). What will make or break your next role? Find out why teamwork matters. Available at: <https://www.betterup.com/blog/what-is-teamwork>

Πρόσθετοι πόροι

- Active Listening: How To Communicate Effectively. Available at: https://www.youtube.com/watch?v=BW82k7lwl_U
- Brian Tracy, How To Master The Art of Effective Communication. Available at: <https://www.youtube.com/watch?v=lkOp4OGLWow>
- Effective Communication Skills in the Workplace. Available at: <https://www.youtube.com/watch?v=QGHBq5OEsBM>
- How To Improve Communication Skills? 12 Effective Tips To Improve Communication Skills. Available at: <https://www.youtube.com/watch?v=v3DiMAPolls>
- Secrets Of Successful Teamwork: Insights From Google. Available at: <https://www.youtube.com/watch?v=hHlikHJV9fl>
- Teamwork and Leadership-Motivational short Animation Video. Available at: https://www.youtube.com/watch?v=l1J2Z_Fgado

Γνωρίστε τους συνεργάτες



ΒΡΕΙΤΕ ΜΑΣ ΣΤΣ SOCIAL MEDIA!



ECO-MEDIA



Co-funded by
the European Union

This project has been funded with support from the European Commission.
This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Αυτό το έργο διατίθεται με άδεια χρήσης Creative Commons Αναφορά Δημιουργού-Μη Εμπορική Χρήση-Όχι Παράγωγα Έργα 4.0 Διεθνής.