

درس اول

- 1- ارتباط ما انسان ها با دیگران از چه زمانی شروع می شود ؟
الف - از زمان تولد *
ج - از زمان ورود به مدرسه
ب- از زمان سخن گفتن
د- از زمان ورود به محله جدید
- 2- در هنگام نوزادی و کودکی با چه کسانی ارتباط داریم ؟ پدر و مادر
- 3- وقتی وارد مدرسه می شویم با چه کسانی ارتباط داریم ؟ معلم و همکلاسی
- 4- ما انسان ها در زندگی به چه نیاز داریم ؟
علاوه بر آب و غذا و هوا برای زندگی به ارتباط با دیگران نیاز داریم
- 5- اگر ارتباط با دیگران نباشد چه اتفاقی می افتد ؟ احساس تنهایی می کنیم
- 6- ما برای اینکه با دیگران ارتباط برقرار کنیم چه می کنیم ؟
خواسته ها ، افکار و نظرات خود را درباره ی یک موضوع با آنها در میان می گذاریم و احساس خود را به آنها ابراز می نماییم
- 7- مهم ترین راه ارتباط انسان ها با یکدیگر گفت و گو (کلام) است
- 8- دو طرف گفت و گو را توضیح دهید ؟
گوینده : یعنی کسی که صحبت کند و شنونده : یعنی کسی که گوش می دهد
- 9- گفت و گوی خوب چه خصوصیتی دارد ؟
خوب گوش کنیم - خوب صحبت کنیم
- 10- برای خوب گوش دادن رعایت چه نکاتی لازم است ؟
به حرف های او خوب دقت و توجه کنیم و حواسمان به چیز دیگری نباشد
کلام گوینده را قطع نکنید و صبر کنیم حرفایش تمام شود
به گوینده نگاه کنیم وقتی کسی با ما حرف می زند اگر به جای دیگر نگاه کنیم ممکن است احساس کند از حرف او خسته شدیم
گاهی با تکان دادن سر یا سوال کردن گوینده را تشویق کنیم به صحبت خود ادامه دهد
- 11- برای خوب صحبت کردن رعایت چه نکاتی لازم است ؟
به شنونده نگاه کنیم

با صدای مناسب نه خیلی بلند نه خیلی آهسته صحبت کنیم تا طرف مقابل از نامناسب بودن صدای ما خسته نشود

منظورمان را واضح و روشن بیان کنیم

زمانی مناسب برای صحبت انتخاب کنیم مثلا اگر کسی کار دیگری انجام می دهد مزاحم او نشویم

از کلمات مودبانه مانند لطفا و خواهش می کنم استفاده کنیم و اگر اشتباه کردیم بگوییم معذرت می خواهم

12- در گفت و گو با بزرگتر ها به جای واژه «تو» از شما استفاده کنیم

13- حریم شخصی یعنی چه؟

حریم شخصی هر فرد محدوده ای است که هیچ کس نباید بدون اجازه و رضایت او وارد آن شود مانند خانه که حریم شخصی ماست و هیچ کس بدون اجازه ما وارد آن نمی شود

14- برای موقعیت زیر جملات مودبانه استفاده کنید

- پدر مشغول صحبت با شما درباره درس هایتان است و شما می خواهید تلویزیون

نگاه کنید . پس به پدر می گویید : ببخشید اجازه می دهید برنامه تلویزیون را

نگاه کنم بعد درباره درس صحبت کنیم

- پیرمرد فراموشکاری خانه اش را گم کرده است و از شما آدرس می پرسد شما می

گویید : پدر جان این جا کوچه سوم است و خانه شما کوچه چهارم است اجازه

بدهید راهنماییتان کنم

- پیرمرد از شما تشکر می کند شما می گویید : خواهش می کنم انجام وظیفه بود

- شما در زنگ تفریح ناخواسته به دوستان می خورید به او می گویید : معذرت می

خواهم

15- اصول گفت و گو را نام ببرید ؟

حفظ حریم شخصی - دقت و توجه - انتخاب زمان مناسب - قطع نکردن حرف گوینده

16- در هریک موقعیت های زیر کدام اصل گفت و گو رعایت نمی شود ؟

(حفظ حریم شخصی - قطع نکردن حرف گوینده - انتخاب زمان مناسب برای گفت و گو - دقت و توجه)

- زهرا در حالی که مادرش در ترافیک رانندگی می کند مشغول تعریف ماجرای

پرهیجان اردو است (انتخاب زمان مناسب برای گفت و گو)

- با دوستان درباره مسابقه فوتبال صحبت می کنید قبل از اینکه حرف شما تمام شود او می پرسد امروز ناهار چی داریم (قطع کردن حرف گوینده)
- برادر شما بدون اجازه کیف شما را باز کرده است (حفظ حریم شخصی)
- 17- در یک ارتباط خوب حالت های چهره ، حرکات ، رفتارهای ما نیز مانند صحبت کردن و گوش دادن اهمیت دارد .
- 18- با رفتار و حالت صورت چه چیزهایی را می توانیم نشان دهیم ؟
خوشحالی - غمگین بودن - دلخور بودن - عصبانی بودن - تعجب و ترس
- 19- ارتباط غیر کلامی را تعریف کنید ؟
ما هنگام گفت و گو از بعضی چیزها را بدون صحبت کردن ، به دیگران انتقال می دهیم برای مثال با تکان دادن سر نشان می دهیم که حرف طرف مقابل درست است یا با حرکات صورت نشان می دهیم که از حرف طرف مقابل تعجب کرده ایم که این ارتباط ، ارتباط غیر کلامی نام دارد
- 20- چگونه در صحبت با دیگران حریم شخصی آن ها را رعایت می کنید (مثال)
سوالاتی که باعث ناراحتی او می شود نمی پرسیم . و وقتی دوست ندارند درباره زندگی خصوصی شان توضیح دهند ما حق نداریم کنجاوی کنیم مثلا پرسیم حقوق ماهیانه برادرت یا پول توجیبی تو چقدر است
- 21- پاسخ کوتاه بدهید :
 - ارتباط با پدر و مادر مهم است زیرا نیاز من به محبت و چیزهایی که احتیاج دارم را برطرف می کنند
 - ارتباط با فامیل مهم است زیرا مرا دوست دارند و با هم رفت و آمد داریم و به تفریح می رویم
 - ارتباط با هم کلاسی مهم است زیرا با هم بازی می کنیم و در درسها به هم کمک می کنیم
 - ارتباط با معلم مهم است زیرا به من علم و دانش می آموزد
- 22- کدام یک حریم شخصی است ؟
الف) اتاق خواب * ب) آشپزخانه ج) حیاط د) سالن
- 23- کدام یک از رفتارهای زیر کلامی است ؟

الف (حالت تعجب ب (تکان دادن سر ج (اخم کردن د (صدا زدن کسی *

24- محدوده ای که نباید بدون اجازه وارد شد حریم شخصی نام دارد

25- وقتی با تکان دادن سر حرف کسی را تایید کنیم ارتباط غیر کلامی برقرار کرده ایم

26- دو طرف گفت و گو شنونده و گوینده هستند و در گفت و گو صدا باید نه خیلی بلند و نه خیلی آهسته باشد