

Zagadnienie 2

Jakie mogą być relacje międzyludzkie ?

(nie będące : pokrewieństwem, związkiem erotycznym, relacją zwierzchność – podległość)

I jak je poprawnie budować ?

Codzienne życie rozgrywa się w różnych kontekstach : rodzina, praca, rozrywka, religia. W każdym z tych obszarów najistotniejsze są relacje międzyludzkie, które budowane są przez komunikację (werbalną i niewerbalną).

Relacje międzyludzkie, w większości przypadków, nie mają dla nas neutralnego wydźwięku – są pozytywne lub negatywne. Dlatego od nich zależy, czy w danym środowisku będziemy się czuli komfortowo, czy czuć będziemy dyskomfort.

W „przepisie” na udane relacje międzyludzkie nie może zabraknąć składnika, którym jest aktywne słuchanie.

Rodzaje relacji międzyludzkich

(nie będących : pokrewieństwem, związkiem erotycznym, relacją zwierzchność – podległość) :

1. **Znajomość** (znajomy – znajoma),
2. **Koleżeństwo** (kolega – koleżanka),
3. **Kumpelstwo** (kumpel – kumpela),
4. **Przyjaźń** (przyjaciel – przyjaciółka).

Uniwersalne zasady budowania relacji międzyludzkich :

1. **Komunikacja** (werbalna, niewerbalna),
2. **Szczerość, spójność komunikatu z mową ciała,**
3. **Empatia, aktywne słuchanie,**
4. **Współodpowiedzialność** (aby zbudować i utrzymać relacje, obie strony muszą się czuć za to współodpowiedzialne. Nie może tylko jedna strona być aktywna, a druga pozostaje bierna).

Opracował : Marcei Gajewski