

Ievads

Ētika ir zinātne par principiem, kas ir labi un slikti, un par normām, kā lemt un rīkoties atbilstoši šiem principiem.

Ētika balstās uz cilvēku morāli un nevar būt sakārtota ar likumu un noteikumu palīdzību. Tomēr tieši komunikācijas dalībnieks ir tas, kurš veido ētiku komunikācijā. Cienot vispārējās vērtības, komunikācijas dalībnieks vienmēr rīkosies ētiski attiecībā uz citiem komunikācijas dalībniekiem.

Ētika vienmēr ir izdevīga visiem komunikācijas dalībniekiem. Tā ietver arī visu cilvēktiesību cieņu, jo šādā veidā mēs nekad neklūsim par iemeslu netaisnībai pret citiem komunikācijas partneriem.

Intuitīvu lēmumu ētiskā kvalitāte vienmēr ir atkarīga no runātāja personiskā morālās attīstības līmeņa, jo tas veicina labu spriešanu.

Ētiskai komunikācijai ir liela nozīme skolas aktivitātēs. Mēs zinām, ka ne visiem komunikācijas dalībniekiem ir vienādi attīstītas komunikācijas prasmes. Tomēr ir svarīgi iepazīties ar labas komunikācijas pazīmēm un ētiku. Tāpat ir svarīgi ir mācīties vienam no otra un arī profesionālo apmācību gaitā.

Vislielākā nozīme ir tam, lai skolotājam būtu ētiskas komunikācijas profesionāla kvalifikācija un briedums. Tādā veidā mēs rādām labu piemēru skolēniem. Turklāt mēs informējam un mācām skolēniem šīs tēmas caur visdažādākajām aktivitātēm skolā.

„No sākuma uzzini sakāmā nozīmi un tikai tad runā.”

Vērtības palīdz mums regulēt attiecības ar mums, citiem un sabiedrību. Tas, kā mēs to darām, norāda uz skolas darbinieku, skolēnu un vecāku personiskām pūlēm.

Vērtības ir pamats kulturālai uzvedībai skolā un dažādās aktivitātēs, noteikumos un veidos, kā mēs risinām problēmas un konfliktus. Tas, kā mēs strādājam ar vērtībām, jāpielāgo skolēnu vecumam. Ar vērtībām jāiepazīstas situācijās no reālās dzīves.

Lai komunicētu efektīvi, skolā jāseko līdzi šādiem labas sadarbības principiem:

- savstarpēja cieņa, godīgums un taisnīgums,
- aktīva sadarbība un pacietība,
- visu komunikācijas partneru personību cieņa,
- individuālo atšķirību cieņa,
- komunikācijas partneru intereses un vajadzības,
- darbības vienotība,
- komunikācijas partneru aktīva iekļaušana,
- pozitīva attieksme, izvairoties no strīdīgām situācijām,
- smaidīšana,
- izvairīšanās no nosodīšanas un aizspriedumiem,
- domāt par savu vārdu un darbību sekām,
- būt laikā un skaidri izteikt savas domas.

Ētiska komunikācija veicina:

- labu savstarpēju attiecību veidošanos,
- solidaritāti un rūpes par komunikācijas partneriem,
- dažādības cieņu,
- morālo vērtību attīstību,
- atbildības par savu uzvedību uzņemšanos,
- savas un citu cilvēku uzvedības novērtēšanu,
- apmierinājumu un efektivitāti.

Lai komunicētu ētiski, tāpat ir svarīga komunikācijas partneru vienlīdzība. Izglītības procesā vislielākā nozīme ir tam, lai skolotāji un citi skolas darbinieki cienītu skolēnu personību un individualitāti, kā arī reliģisko ticību, cilvēcisko godu un tiesības uz privātumu.



ATCERIES: NEĒD RUNĀŠANAS LAIKĀ



NELIEC ROKAS KABATĀS SARUNAS LAIKĀ

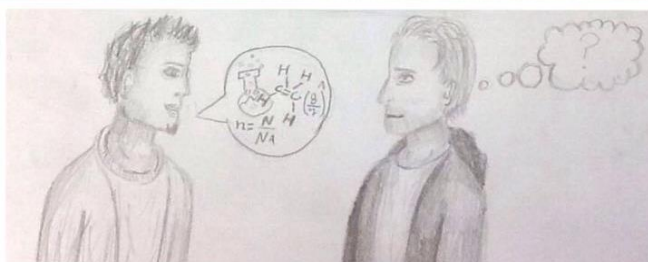
„Nekas nepazemina sarunas līmeni tik lielā mērā, cik balss paaugstināšana.”

1. nodaļa

Ētika projekta partneru komunikācijā

- Partnerība ir skaidra un atklāta komunikācija, kas balstās uz savstarpēju cieņu, sapratni un dalīšanos ar informāciju.
- Mācīt un mācīties citam no cita.
- Strādāt, sadarbojoties ar kolēģiem skolā un projekta partneriem.
- Būt jūtīgiem pret vajadzību pēc konfidencialitātes, kad tas ir nepieciešams.
- Balstīt savas attiecības ar partneriem uz savstarpējas uzticības un cieņas.
- Izvairīties no tenku un baumu par partneriem uzsākšanas, izplatīšanas un apspriešanas.
- Izvairīties no partneru kritizēšanas.
- Nebaidīties uzdot jautājumus un lūgt palīdzību.
- Ja jūs grasāties kaut ko apsolīt, labāk sagatavojieties to izpildīt, lai ko tas jums maksātu.
- Neiesaistieties strīdos. Labāk apspriediet jautājumu ar partneriem nevis strīdieties.
- Ja jūs nepiekrītat kaut kam, pārdomājiet savu atbildi un neesiet apstrīdošs vai apsūdzošs tajā, ko jūs sakāt.
- Pirms ķircināšanas un jokošanas ar kādu personu pārliecinieties, ka jūs ziniet, kā šis cilvēks uztvers to. Katrs cilvēks šajā aspektā ir savādāks. Ņemiet vērā cita cilvēka jūtas, pirms jūs zobojāties par kādu.
- Sadarbība ir ļoti nozīmīga starp partneriem.
- Kad citi ir jautri, priecājieties kopā ar viņiem; kad ir noraizējušies vai skumji, esiet līdzjūtīgi.
- Ja jums ir spīdoša ideja, kura, jūs ziniet, darbosies labi ar partneriem, dalieties tajā ar apkārtējiem cilvēkiem.
- Pārliecinieties, ka ikviens jums apkārt zina, ka jūs viņu augstu vērtējat, un ka viņš jums ir nozīmīgs.

PĀRLIECINIES, KA TAVS
PARTNERIS ZINA, PAR
KO TU RUNĀ



PicCOLLAGE



KONTROLĒ SAVU
UZVEDĪBU, MĒĢINI
ATRAST KOMPROMISUS
STRĪDU VIETĀ

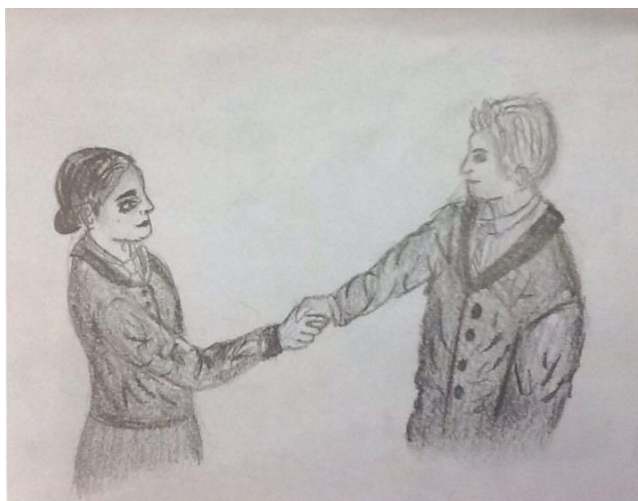
„Komunikācija ved pie kopības, tas ir, pie sapratnes, tuvības un abpusējas cieņas.”

2. nodaļa

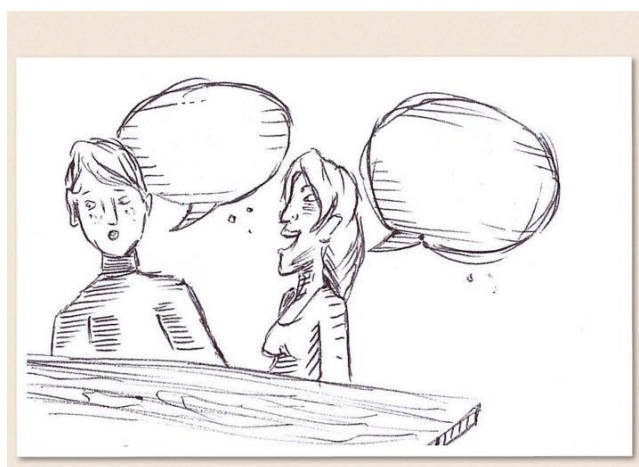
Ētika skolotāju un vecāku savstarpējā komunikācijā

Lielākā komunikācijas problēma ir tāda, ka mēs neklausāmies, lai saprastu. Mēs klausāmies, lai atbildētu. Tomēr mums jācenšas atcerēties dažus noderīgus padomus:

- Padomāji pirms runāji: sāciet ar pozitīvo un tad runāji par problēmu.
- Klausieties pirms izdarīt secinājumus.
- Skolotājiem jāpaskaidro skolēnu stiprās un vājās puses, lai vecāki saprastu domu un vairāk uztvertu, nekā aizsargātos. Tas ir īpaši svarīgi, ja skolotājs paziņo sarežģītu informāciju par skolēna neuzvedību vai mācīšanās problēmām. Informācija jānodod skaidri un taktiski.
- Labākais veids, kā izvairīties no nesaprašanās ar vecākiem, – no paša sākuma jābūt skaidrām sarunas vadlīnijām. Jo vairāk jūs informējat vecākus par notiekošo klasē un iesaistāt viņus skolas notikumos, jo lielākā mērā viņi jutīsies kā daļa no komandas.
- Sāciet mācību gadu ar izskaidrošanu, kā un kad jūs kontaktēsieties ar vecākiem. Dariet vecākiem zināmu, ka jūs novērtējat viņu jautājumus un intereses un nekad nenoniecīnāsiet tās, atbildot nevīžīgi vai steigā.
- Vienmēr klausieties vecākus uzmanīgi. Cenšaties nepārtraukt – padomāji, cik jums pašiem tas nepatīk.
- Novērtēji vecāku kritiku un esiet pateicīgi viņiem par to.
- Personīgi satieciet tik daudz vecāku, cik tas ir iespējams.



IEVĒRO LABAS
MANIERES



NE TIKAI RUNĀ, BET ARĪ
UZKLAUSI CITU
CILVĒKU VIEDOKLI

*„Jebkādas problēmas ģimenē, lielas vai mazas, vienmēr sākas ar sliktu komunikāciju.
Kāds neklausās.”*

3. nodaļa

Ētika skolēnu komunikācijā

Verbālā daļa

Dari:

- Saki patiesību – lai veidotu uzticēšanos.
- Sauc sarunas partneru vārdā.
- Pielāgo savu vārdu krājumu partnerim.
- Ļauj viņam/viņai pabeigt savu sakāmo.
- Esi lietas kursā.
- Pieņem pamatotu un konstruktīvu kritiku.
- Izrādi empātiju.

Nedari:

- Neapvaino.
- Neesi rupjš.
- Nepieņem kritiku personiski.
- Neironizē.
- Nenodod informāciju par citiem cilvēkiem.

Neverbālā daļa

Dari:

- Pielāgo runas toni, skaļumu un ātrumu situācijai un komunikācijas partnerim, lai runa būtu neitrāla un jūsu komunikācijā nebūtu vietas tās satura nepareizai interpretācijai.
- Kontrolē savu pozu – neesi aizsardzības vai uzbrukuma pozīcijā.
- Apsver pieskaršanas komunikācijas partnerim piemērotību (ņem vērā viņa vecumu un jūsu attiecības).
- Parūpējies par savu izskatu un vidi, kurā notiek komunikācija.

Nedari:

- Nepacel balsi un nepaātrini runas tempu emocionāla stresa ietekmē (ja komunikācijas partneris sadusmo tevi).
- Neizmanto aizvainojošus žestus.

- Nepārkāp komunikācijas partnera intīmo zonu (mazāk nekā 50 cm); ja nepieciešams, saproti viņa/viņas reakciju.
- Neizrādi nepacietību (neskaties pulkstenī, negriez neko rokās).



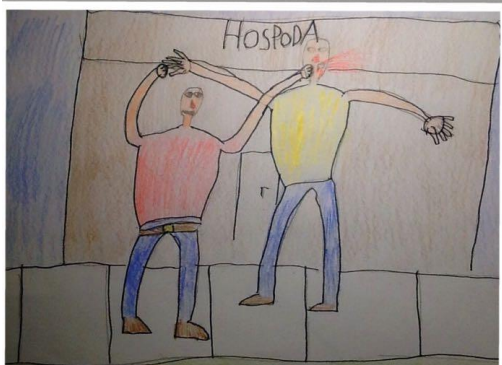
**CENTIES BŪT
EMPĀTISKS**

PicCOLLAGE



**NE TIKAI RUNĀ, BET
ARĪ UZKLAUSI CITU
CILVĒKU VIEDOKLI**

PicCOLLAGE



**NEESI AGRESĪVS
UN VARMĀCĪGS**

PicCOLLAGE



**CIENI CITU CILVĒKU
GARASTĀVOKLI**

PicCOLLAGE

*„Daudzējādā ziņā efektīva komunikācija sākas ar abpusēju cieņu,
komunikāciju, kura iedvesmo, iedrošina citus darīt to labāko.”*

4. nodaļa

Ētika bērnu un vecāku komunikācijā

„LABAS KOMUNIKĀCIJAS LOMA ĢIMENES DZĪVĒ UN KĀ TO APGŪT”

Komunikācijas loma vienmēr ir bijusi tajā, lai padarītu cilvēku dzīvi vieglāku. Mūsdienās mums ir daudz komunikācijas līdzekļu mūsu rīcībā, tehnoloģiskas inovācijas, tādas kā e-pasts, autoatbildētāji, mobilie telefoni u.c., kuras ir izgudrotas, lai kontaktētos ar citiem cilvēkiem ātrāk. Par spīti visām pārmaiņām komunikācijas veidos, iemesls tai joprojām paliek tas pats. Mums ir vajadzība nodot informāciju, un, lai izdarītu to, mums jāuzzina, kāda veida jautājumi mums jāuzdod un kā labāk formulēt tos. Šajā ziņā komunikācijas prasmes kļūst par lielu izaicinājumu. Māksla uzdot labas kvalitātes jautājumus ir noderīga katram ģimenes loceklim.

Vienkārši un skaidri formulētu jautājumu uzdošana noliek divus dalībniekus komunikācijas procesā vēlāmākā pozīcijā. **Mēs esam pārliecināti, ka labākais veids, kā saņemt pareizas atbildes, ir uzdot pareizus jautājumus.** Cilvēki ir sajūsmā par tiem, kuriem ir vēlēšanās mācīties visu, kas viņus interesē. Dažās ģimenēs bērnus māca, ka labākais komunikācijas veids ir uzdot jautājumus.

Tā kā komunikācija starp ģimenes dalībniekiem ir svarīgākais veids, kā apmainīties ar informāciju, izteikt savas domas, jūtas un noskaņojumu, viss process kļūst par dažāda veida ziņojumu nodošanu un saņemšanu. Tas ir ļoti svarīgi, lai mēs apgūtu runas izmantošanas prasmi, jo runas spēja ir kļuvusi par izšķirošu cilvēcei no agrīniem laikiem. Mūsu ikdienas dzīvē mēs varam piedzīvot apbrīnojamu valodas izmantošanas spēku, kad mēs tikai uzdodam vienkāršu jautājumu un tad saņemam noderīgu un interesantu informāciju. **Vissarežģītākais komunikācijas uzdevums ir iemācīties, kā formulēt skaidrus vienkāršus jautājumus.** Kad mēs koncentrējamies uz to, ko mēs cenšamies uzzināt, mēs būsime spējīgi uzzināt, kas ir visbūtiskākais cilvēkiem mums apkārt.

Šeit ir septiņi efektīvas komunikācijas pamatprincipi:

1. Jautājumi prasa atbildes.
2. Jautājumi rosina domāšanu.

3. Jautājumi nodrošina mums vērtīgu informāciju.
4. Jautājumi rezultātā dod uzlabotu domāšanas spējas kvalitāti.
5. Jautājumi padara cilvēkus atvērtus un brīvus no aizspriedumiem.
6. Jautājumi padara mūs pašpalāvīgākus.
7. Jautājumu uzdošana padara mūs drošākus un pārliecinātākus.



„KAS IR VISSVARĪGĀKAIS VEIKSMĪGAI KOMUNIKĀCIJAI MŪSU ĢIMENĒ”

Komunikācijas problēmas ir visizplatītākais iemesls nesaskaņām un strīdiem mājās. Ģimenēs, kuras ir izveidojušas labu un skaidru komunikāciju, kur vecāki apspriež problēmas atklāti, grūtības ikdienas dzīvē samazinās un vieglāk tiek pārvarētas.

Galvenais vecāku uzdevums ir izveidot stabilu, laimīgu ģimeni, kuras pamatā ir attiecības, pilnas ar mīlestību, uzticību, pacietību un abpusēju cieņu.

„Laba komunikācija mājās var būt iegūta, veicinot mūsu bērnu sapņus”

Mans bērns ir sapnis, kurš ir piepildījies. Šī mazā burve, kura ar katru dalās savos sapņos, atnes mums citu pasauli, kur viss ir iespējams. Šī ir tā vieta, kur cilvēki var dzīvot savu dzīvi tādā veidā, kā viņi paši to vēlas. **Pateicoties manai mazajai burvei un viņas magiskajam spēkam, mēs daudz biežāk mājās esam labi, centīgi un pacietīgi.**

Katru dienu es iedrošinu manu mazo pasakaino lēdiju turpināt sapņot. Vienreiz viņa sapņoja, ka būs daktere un palīdzēs cilvēkiem ārstēt viņu bēdīgās sirdis un nesīs spīdošu smaidu viņu noraizējušās sejām. Citu reizi viņa sapņoja, ka būs klauns un izdarīs tā, lai visi bērni uz zemes smietos. Dažreiz viņa pretendē uz to, ka visi brīnumi un piedzīvojumi, piedzīvotie kopā ar draugiem, būtu vislieliskākās lietas pasaulē, un vakarā pirms aizmigšanas, viņa stāstītu man garu stāstu par savu sapni un par to, kur viņas sapnis aizvedīs viņu šoreiz.

Katram ir tiesības sapņot. Sapņi ir gan pieaugušajiem, gan bērniem. Visam ir sava vieta mūsu ikdienas dzīvē: ir laiks draugiem, mācībām, darbam, mājas darbiem un dažādiem uzdevumiem, bet visīpašākā vieta ir pataupīta sapņošanas laikam. **Sapņošana ir ideju un labu nodomu laiks, un tāpēc mēs iedrošinām savu bērnu sapņot un nekad nezaudēt radītāju sevi.** Ļaujiet viņam atklāt jaunus sapņus katru dienu, pārveidot tos, piepildīt tos un tādā veidā nostiprināt sevi! Pat ja ne visi sapņi piepildīsies, tie būs, kā bērni sauc tos – „lāpa tumsā”, kura vienmēr palīdzēs jums iet uz priekšu, lai kas jūs būtu un lai kas jums būtu vajadzīgs.

Mēs zinām, ja mēs sapņojam, mēs nekad nezaudēsim laimīgākos un vērtīgākos momentus mūsu dzīvē un ģimenē.

Manam mazajam burvīgajam bērnam es novēlu nekad nebaidīties no saviem sapņiem, vienmēr sekot tiem, lai kur tie varētu viņu aizvest. Un atcerēties, ka katrs sapnis var kļūt par īstenību.



Uzturi acu kontaktu sarunas laikā

PIEVĒRS
UZMANĪBU SAVAM
PARTNERIM



PicCOLLAGE

Kā būt ētiskam komunikācijā?

Esi pozitīvs savās domās un

Formulē tās kopā ar citiem –

Esiet vienoti.

Katrs no mums ir unikāls, un mūsu vajadzības vienmēr mainās,

Tāpēc mēs izdarām individuālas izvēles un secinājumus.

Īpaša uzmanība – teicamai pacietībai.

Veido uzticību un

Atklātību.

Kontrolē savus vārdus,

Originālus žestus un

Manieres

Un pārvaldi savu uzvedību.

Nesaki aizvainojošus vārdus.

Izmanto vislabākos veidus,

Kā parādīt, ka tu novērtē citus, un esi

Ārkārtīgi uzmanīgs pret citiem, lai tavas attiecības būtu veiksmīgas.

Cieni citus.

Iztēlojies, ka tu esi „viņu kurpēs”.

Jebkur un vienmēr pilnveido savas

Attiecības, veido tās cēlas, neaizmirstamas un mūžīgi „zaļas”.



NESTĀSTI CITIEM NOSLĒPUMUS!



ESI DIPLOMĀTISKS SARUNAS BIEDRS

Glabāt noslēpumus
zināt, kā klausīties
runāt no sirds un izrādīt jūtas
cienīt viedokļus
smaidīt
zināt, kā būt pacietīgam
būt pozitīvam un pieklājīgam
būt sirsnīgam ar draugiem
iepazīt patiesu mīlestību
noskaidrot šaubas
ir labi nejusties vienam un būt sabiedriskam
cienīt drauga klusēšanu
apmainīties ar brīnišķīgiem vārdiem
saprast Citus
sniegt mīlestību
būt līdzjūtīgam
dalīties emocijās

*„Svarīgākā lieta komunikācijā ir sadzirdēt to, kas netika pateikts.
Lasīšanas starp rindiņām māksla ir gudrības meklēšana visas dzīves garumā.”
Šennona L. Aldere*