

Hrdgh

Comunicació verbal: **Millora de la competència social.**

Barreres principals de la comunicacions verbal: Semàntiques à No sabem el significat de les paraules (Un altre idioma). Psicològiques à Tenim problemes per culpa de la timidesa (Prejudicis). Fisiològiques à Incapacitats físiques o auditives (Refredat). Físiques à Soroll (Discoteca) .Socioculturals à Diferents cultures

Comunicació no verbal: **Consells per millorar la comunicació:**

Paralingüística: **Volum:** Fa referència a la intensitat del so. (Mes alt o baix segons la situació). **To:** Fa referència a la qualitat vocal. **Fluïdesa o pertorbacions en la parla:** Fa referència a les vacil·lacions, falsos començaments i repeticions. **Claredat:** Parlar clar. **Velocitat o Ritme:** Parlar molt ràpid o lent (Pot mostrar l'estat d'ànim). **Pauses:** Para per respirar m'entres parlem

La cinèsica: Es l'estudi dels moviments corporals o llenguatge del cos . Cada moviment té un significat. Els gestos mes comuns son: **El cap:** Si i no. Cap a munt: Actitud neutral (Indiferència). Inclinat cap a un costat demostra interès. Cap a vall: Actitud negativa.

Expressió facial: Emocions i Àrees: Front/celles, ulls/parpelles, part inferior de la cara. **Cara:** Part més expressiva del cos. **Somriure:** Es espontani que denota satisfacció. **Mirada:** Son les parts més expressiva. **Moviments de les mans:** Llenguatge universal, gestos m'entres parlem. **Palmes de les mans:** S'associa amb sinceritat. **Braços:** Comuniquen per moviment com per posició. Braços creuats: Actitud tancada i desacord. Braços esquena: Superioritat i seguretat. **Cames:** Encreuades actitud defensiva o negativa. La postura: Acostament: Mostra acceptació e interès/ Retirada: Manifesta rebuig o repulsa/Expansió: Arrogància, menys preu o varietat/ Contracció: Abatiment o depressió.

Expressió facial: Emocions i Àrees: Front/celles, ulls/parpelles, part inferior de la cara. **Cara:** Part més expressiva del cos. **Somriure:** Es espontani que denota satisfacció. **Mirada:** Son les parts més expressiva. **Moviments de les mans:** Llenguatge universal, gestos m'entres parlem. **Palmes de les mans:** S'associa amb sinceritat. **Braços:** Comuniquen per moviment com per posició. Braços creuats: Actitud tancada i desacord. Braços esquena: Superioritat i seguretat. **Cames:** Encreuades actitud defensiva o negativa. La postura: Acostament: Mostra acceptació e interès/ Retirada: Manifesta rebuig o repulsa/Expansió: Arrogància, menys preu o varietat/ Contracció: Abatiment o depressió.

Expressió facial: Emocions i Àrees: Front/celles, ulls/parpelles, part inferior de la cara. **Cara:** Part més expressiva del cos. **Somriure:** Es espontani que denota satisfacció. **Mirada:** Son les parts més expressiva. **Moviments de les mans:** Llenguatge universal, gestos m'entres parlem. **Palmes de les mans:** S'associa amb sinceritat. **Braços:** Comuniquen per moviment com per posició. Braços creuats: Actitud tancada i desacord. Braços esquena: Superioritat i seguretat. **Cames:** Encreuades actitud defensiva o negativa. La postura: Acostament: Mostra acceptació e interès/ Retirada: Manifesta rebuig o repulsa/Expansió: Arrogància, menys preu o varietat/ Contracció: Abatiment o depressió.

La proxèmica: Estudi de l'ús i la percepció de l'espai social i personal. 4 zones d'aproximació: **Zona íntima(15 a 45 cm):** Persones estimades i familiars/ **Zona personal(46cm i 1'22m):** Esfera protectora/ **Zona social(1,23 i 3'6m):** Per treballar amb equip/ **Zona pública(+m'6m):** Dirigir-se amb grup

Aparença personal: Esta relacionada íntimament amb la imatge de la persona. L'aparença personal (atractiu físic, higiene, vestir) influeix en la relació social.