

MABISANG PAGGAMIT NG MGA KASANAYAN SA KOMUNIKASYON

4

ARALIN

TALAAAN NG MGA TATALAKAYIN

- Panimula
- Ito ang Sinabi Ko, ngunit Iyan ang Ibig Kong Sabihin
- Mga I-Message
- Subukan ang mga Ito
- Konklusyon
- Pagtatasa sa Estudyante

MGA LAYUNIN

Kilalanin ng mga estudyante kung paanong ang miskomunikasyon ay maaaring magdulot ng di-pagkakasundo at magdulot pa nga ng mga bagong di-pagkakasundo.

Gamitin ng mga estudyante ang mga kasanayan sa pagiging matatag sa pagsasalita (assertive) sa mga di-pagkakasundo.

Gamitin ng mga estudyante ang mga kasanayan sa komunikasyon sa mga di-pagkakasundo sa kani-kanilang sariling buhay.

MGA KINAKAILANGANG MATERYALES

- Isang kopya ng activity sheet na “Pangalawang Akto” para sa bawat estudyante (Bahagi I)
- Isang kopya ng activity sheet na “Mga I-Message” para sa bawat estudyante (Bahagi II)

Gumuhit ng tic-tac-toe grid sa pisara at lagyan ng “X” ang isa sa mga parisukat. Nang walang sinasabi, ituro ang isang estudyante at ipahiwatig na dapat silang pumunta sa harap ng silid. Bigyan ang estudyante ng isang piraso ng chalk at tumingin sa game board. Laruin nang tahimik ang laro. Kung manalo ka, ngumiti nang malaki at itaas ang iyong mga kamao bilang tagumpay. Kung matalo ka, sumimangot habang hinahalukip mo ang iyong mga braso at magtatampo.

Pasalaman ang estudyante, at hilingin silang umupo. Itanong ang mga sumusunod na katanungan:

- Ano ang nangyari dito? (Ikaw at ang isang estudyante ay naglaro ng tic-tac-toe.)
- Paano ito nangyari kung wala man lang akong sinabing isang salita? (Gumamit kayo ng mga kilos, o mga di-berbal na pahiwatig, upang hamunin ang estudyante, at alam ninyong dalawa kung paano nilalaro ang larong ito.)
- Natuwa ba ako o nadismaya sa dulo? Paano mo nasabi?

Paalalahanan ang mga estudyante ng kapangyarihan ng komunikasyong may pagiging matatag sa pagsasalita (assertive), kapwa sa paraang berbal at di-berbal. Sabihin, “Sa araw na ito tutuklasin natin kung paano nakakaapekto ang miskomunikasyon sa mga di-pagkakasundo at kung paano ka maaaring makipag-usap nang mas mabisa para malutas ang mga di-pagkakasundo.”

Bahagi I: Ito ang Sinabi Ko, ngunit Iyan ang Ibig Kong Sabihin

20 Minuto

Layunin: Kilalanin ng mga estudyante kung paanong ang miskomunikasyon ay maaaring magpalala ng di-pagkakasundo at magdulot pa nga ng mga bagong di-pagkakasundo.

1. Magsadula ang mga estudyante ng isang pangyayari.

Magpamahagi ng mga kopya ng activity sheet na “Pangalawang Akto” sa mga estudyante. Bigyan ng panahon ang mga estudyante na basahin ang activity sheet. Pagkatapos, humiling ng mga boluntaryong gaganap ng papel ng magulang at ni Sam, gamit lamang ang unang bahagi ng diyologo (ang mga salita na aktuwal na sinabi).

2. Talakayin ng mga estudyante ang pangyayari.

Simulan ang isang talakayan tungkol sa mga suson ng miskomunikasyon sa pangyayaring ito sa pamamagitan ng pagtatanong ng mga sumusunod na katanungan:

- Saan talaga nagsimula ang di-pagkakasundong ito? Sa ibang salita, ano ang Unang Akto? (nailagay sa detention sa paaralan)
- Ano ang reaksiyon ni Sam sa galit ng magulang sa simula ng Pangalawang Akto? (nang agresibo)
- Sa palagay mo, bakit ganito ang reaksiyon ni Sam? (dahil nagagalit ang magulang at pakiramdam ni Sam ay dapat ipagtanggol ang sarili)
- Bakit hindi sinabi ni Sam kung ano talaga ang ibig niyang sabihin? (dahil napahiya si Sam)
- Ano ang ginawa ni Sam nang mapagtanto niya na nakalimutan niyang tumawag sa bahay? (sinisi ang guro)
- Ano ang magiging resulta ng miskomunikasyong ito? (Tatawagan ng magulang ang guro ni Sam.)

- Sa palagay mo ba'y natapos na ang di-pagkakasundo na ito? Bakit o bakit hindi? (Hindi; kung tatawag ang magulang sa guro ni Sam, magsisimula ang isa pang di-pagkakasundo.)

3. Magsadula ang mga estudyante ng iba pang bersyon ng pangyayari.

Hilingin ang dalawang iba pang boluntaryo na gampanan ang papel ng magulang at ni Sam, sa pagkakataong ito ay gagamitin ang ikalawang set ng diyologo (ang ibig sabihin ng mga karakter).

Kapag natapos na nila, tanungin kung saan nabigo ang komunikasyon sa bersyong ito.

(Pagkatapos ng linya ng magulang na “Nakalimutan mo ba na may appointment ka sa dentista?”)

Ipaliwanag na sa puntong ito, magulo na ang komunikasyon dahil kung minsan, hindi na tumutukoy sa parehong bagay ang pinag-uusapan nina Sam at ng kanyang magulang.

Humiling ng dalawa pang boluntaryo upang gumanap ng papel ng magulang at ni Sam. Ipaliwanag na kapag nakarating ang magulang sa kanilang pangalawang linya (“Nakalimutan mo ba na may appointment ka sa dentista?”), hihilingin mo sa mga boluntaryo na mag-freeze at gumawa ng isang ganap na bagong pagtatapos sa pangyayari—kung saan sasabihin ng mga karakter ang ibig nilang sabihin at maiiwasan ang paglikha ng bagong di-pagkakasundo.

Kung kinakailangan, gabayan ang karakter ni Sam upang ipaliwanag kung bakit siya na-late, at ang karakter ng magulang upang paalalahanan si Sam ng kahalagahan ng pagtawag sa bahay kung siya ay naantala sa anumang kadahilanan.

4. Pagnilayan ng mga estudyante sa kahalagahan ng komunikasyon.

Ipunto na hindi laging madali para sa atin na sabihin kung ano ang ibig nating sabihin, at madalas na nasasabi natin ang mga bagay na hindi natin ibig sabihin. Sabihin, “Sa kaso ni Sam, nang mahuli natin siyang nagkakamali sa sinasabi niya, ipinagpatuloy na niya ito. Ano pa sana ang magagawa niya?” (Maaaring tumugon ang mga estudyante: Maaari niyang ituwid ang kanyang sarili.) Itanong ang “Paano nito babaguhin ang mga bagay-bagay?” (Dapat sabihin ng mga estudyante na ang komunikasyon sa pagitan ni Sam at ng magulang ay maaaring napabuti.)

Sabihin na “Ang mabisang komunikasyon sa pamamagitan ng pagsasabi ng ibig mong sabihin ay maaaring maging mahirap, ngunit habang mas pinagsisikapan mo ito, lalong nagiging madali ito.”

Bahagi II: Mga I-Message

15 Minuto

Layunin: Gamitin ng mga estudyante ang mga kasanayan sa pagiging matatag sa pagsasalita (assertive) sa mga di-pagkakasundo.

1. Balik-aralan ng mga estudyante ang kahalagahan ng pagiging matatag sa pagsasalita (assertive).

Ipunto na sa huling bersyon ng pangyayari, si Sam at ang magulang ay nagpapakita ng pagiging matatag sa pagsasalita (assertive). Sila ay nagsasalita at kumikilos nang pagiging matatag sa pagsasalita (assertive), at bilang resulta ay naging mas mabisa silang makipag-usap.

Magtanong kung may nakaalaala ba kung paano magiging matatag sa pagsasalita (assertive), sa halip na maging maluwag o agresibo. Sa pamamagitan ng mga katanungan at pahiwatig, gabayan ang mga estudyante na balik-aralan ang mga sumusunod na pamantayan na kanilang natutunan nang mas maaga sa taong ito (tingnan ang “Aralin 4: Pagiging Matatag” sa Unang Module:

Komunikasyon):

- Tumingin sa mata.
- Magsalita nang mahinahon, malinaw, at may kumpiyansa.
- Gamitin ang mga salitang nagpapakita na ikaw ay isang responsableng tao.
- Sabihin ang ibig mong sabihin sa isang magalang na paraan.
- Siguraduhin na ang iyong pagkilos at mga salita ay nagpapahiwatig ng parehong mensahe.
- Makinig sa ibang tao at isipin ang sinasabi nila.

Paalalahanan ang mga estudyante na ang pagiging matatag sa pagsasalita ay ang karaniwang pinakamatagumpay na paraan upang makipag-usap, lalo na sa mga di-pagkakasundo. Sabihin na “Ang mabisang komunikasyon ay susi sa paglutas ng mga di-pagkakasundo.”

2. Gamitin ng mga estudyante ang mga kasanayan sa pagiging matatag sa pakikipag-usap sa mga di-pagkakasundo.

Sabihin sa mga estudyante na kapag sila ay nadidismaya o nagagalit, maaari nilang gamitin ang “Mga I-message” upang matulungan silang maging matatag. Habang ipinamamahagi mo ang mga kopya ng activity sheet na “Mga I-Message,” ipaliwanag na ang I-messages ay makakatulong sa mga estudyante na maging responsable sa kanilang mga damdamin at simulan ang mga talakayan na makakatulong sa paglutas ng mga di-pagkakasundo.

Bigyan ng panahon ang mga estudyante na basahin ang halimbawa sa activity sheet. Ipunto ang sumusunod tungkol sa bawat bahagi ng I-message:

- Nagsisimula ito sa “I (Ako),” hindi sa “you (ikaw).” Nagsisimula rin ito sa isang pahayag ng damdamin. Tinitiyak ng pagsisimula sa ganitong paraan na ang tagapagsalita at ang tagapakinig ay nakatuon sa mga emosyon ng nagsasalita sa halip na isang akusasyon na nakatuon sa nakikinig. Ang mga akusasyon ay hindi nanghihikayat ng diyologo; nagiging mitsa ang mga ito ng mga di-pagkakasundo sapagkat nadarama ng nakikinig na parang sila ay inaatake, at samakatuwid ay madalas na tumatangging makinig. (Isulat sa pisara ang “magsimula sa ‘Ako,’ hindi sa ‘ikaw’”.)
- Ang pangalawang bahagi ay isang totoong paglalarawan ng pagkilos na nag-uudyok ng ilang emosyon sa nagsasalita. Sinasabi lamang nito kung ano ang problema o kung ano ang nangyari. Pansining hindi ito naglalaman ng mga akusasyon o insulto, gaya ng “kapag ikaw ay walang konsiderasyon.” Ang gayong mga salita ay magpapalala lamang ng di-pagkakasundo. (Isulat sa pisara ang “ilarawan ang asal”.)

- Ang huling bahagi ng mensahe ay nagpapaliwanag kung bakit nakadarama ka ng ilang partikular na emosyon. Ang bahaging ito ay nagbibigay-daan sa nakikinig na malaman kung paano at bakit nakaapekto sa nagsasalita ang pag-uugali. Muli, mahalagang ituon ang pansin sa kung ano ang mahalaga sa iyo, at hindi sa pag-aakusa o pagninisi sa ibang tao. (Isulat sa pisara ang “ipaliwanag kung paano ka naapektuhan ng asal”.)

3. Gamitin ng mga estudyante ang mga I-message para ipahayag ang kanilang damdamin.

Anyayahan ang mga estudyante na punan ang nalalabi ng activity sheet. Imungkahi sa mga estudyante na sumangguni sa activity sheet na “Minsan Naramdaman Ko...” sa Aralin 2 para sa tulong. Paalalahanan sila na ang activity sheet na “Minsan Naramdaman Ko...” ay naglilista ng buong bokabularyo ng damdamin.

Kapag tapos na ang mga estudyante, hilingin sa mga boluntaryo na ibahagi ang kanilang isinulat. Habang tumutugon sila, hayaan silang ipahayag ang kanilang mga saloobin nang may katatagan sa pagsasalita. Kung may panahon pa, anyayahin ang iba pang estudyante na gumanap ng papel ng taong tumatanggap ng mensahe, ilarawan kung ano ang magiging reaksiyon nila sa mensahe, at ipaliwanag kung bakit. Ituro na ang pagsasanay sa paraang isinasalita ang gayong mga mensahe ay tutulong sa paghahanda ng mga estudyante na maihatid nang mas mabisa ang mga mensahe.

4. Talakayin ng mga estudyante kung paano ipinapakita ng mga I-message ang gawi ng pagiging matatag sa pagsasalita.

Ipalarawan sa mga estudyante ang gawi ng pagiging matatag sa pagsasalita. Itanong ang “Maaari bang makatulong sa iyo ang paggamit ng mga I-Message upang kumilos nang mas matatag sa pagsasalita? Paano?” (Dapat sabihin ng mga estudyante na ang paggamit ng mga I-message ay nagbibigay-daan sa kanila na magsalita nang mahinahon, malinaw, at may kumpiyansa, at sabihin kung ano ang ibig nilang sabihin sa isang magalang na paraan.)

Bahagi III: Subukan ang mga Ito

10 Minuto

Layunin: Gamitin ng mga estudyante ang mga kasanayan sa komunikasyon sa mga di-pagkakasundo sa kanilang sariling buhay.

1. Pagnilayan ng mga estudyante tungkol sa mga di-pagkakasundo sa kanilang sariling buhay.

Tanungin ang mga estudyante na mag-isip ng isang di-pagkakasundo na kanilang kinasangkutan kamakailan, o isang di-pagkakasundo na kinasasangkutan nila ngayon. Sabihan silang pag-isipan ang mga detalye ng di-pagkakasundo, at pag-isipan kung paano sila tumugon. Paalalahanan sila na alalahanin din ang isa pang tao sa di-pagkakasundo.

2. Pumili ang mga estudyante ng isang di-pagkakasundo na tutugunan.

Ibigay sa mga estudyante ang natitirang panahon ng klase upang magsulat ng mga I-message na nagpapaliwanag kung ano ang kanilang naramdaman at kung bakit. Sabihan silang tiyakin na alam nila ang mga di-pagkakasundo bago isulat ang kanilang mga I-message. Ipaalaala sa mga estudyante na kapag inihahatid nila ang kanilang mga I-message, napakahalaga na maging matatag sa pagsasalita— na magsalita nang mahinahon at malinaw, at kontrolin ang kanilang emosyon. Kung kaya nila itong gawin, maaari nilang mapakinggan nang mabuti ang tugon ng ibang tao, at magpatuloy sa isang diyalogo na lulutas sa di-pagkakasundo.

Konklusyon

2 Minuto

Hilingin sa mga estudyante na tingnang muli ang activity sheet na “Act Two (Pangalawang Akto)” at tukuyin ang mga I-message na nahanap nila. (Parehong ang magulang at si Sam ay gumamit ng mga anyo ng mga I-message sa kanilang mga diyalogo ng “ibig sabihin”.) Kunin sa mga estudyante ang mga sumusunod na **pangunahing punto** na itinuro sa araling ito:

- Ang pagsasalita at pagkilos nang may katatagan ay tumutulong sa atin na makipag-usap nang mas mabisa—lalo na sa mga di-pagkakasundo.
- Ang pagsalita nang mahinahon at pagkontrol sa ating emosyon ay tumutulong sa atin na ipahayag ang ating mga sarili nang may katatagan at malutas ang mga di-pagkakasundo.
- Ang mabuting komunikasyon ay susi sa paglutas ng mga di-pagkakasundo.

Pagtatasa sa Estudyante

1. Maglista ng tatlong dahilan kung bakit nangyayari ang miskomunikasyon.
2. Ipagpalagay na sinusubukan mong magbasa, ngunit may isa pang tao sa malapit na napakalakas ng boses. Ilarawan ang isang agresibong paraan upang hilingin sa taong iyon na maging tahimik, hindi sa pamamagitan ng paggamit ng isang I-message. Pagkatapos, ipaliwanag kung paano mo hilingin nang may katatagan sa taong iyon na tumahimik, gamit ang isang I-message.
3. Ilista ang tatlong mga kadahilanan kung bakit ang paggamit ng mga I-message ay isang mabisang paraan upang makipag-usap.

MGA PAGPAPALAWIG NG ARALIN

PAGGAMIT NG MGA SIPI

“Ang kabaitan ay mas mahalaga kaysa sa karunungan, at ang pagkilala rito ay ang simula ng karunungan.”

Bilang isang klase, talakayin kung paanong ang kabaitan at pag-unawa ay makatutulong sa paglutas ng isang di-pagkakasundo, samantalang ang pagpupwersa ng mga opinyon ng isang tao ay kadalasang nagpapalala nito. Sabihin sa mga estudyante na pagtalakayan ang mga pagkakataon na maaaring nagpamalas sila ng kabaitan upang malutas ang isang di-pagkakasundo.

PAGTUGON SA IBA'T IBANG ESTILO NG PAGKATUTO

Ang mga I-message ay nakatuon sa atensyon at pag-uusap sa nagsasalita at sa kanilang mga damdamin. Tagubilinan ang mga estudyante na gumuhit ng mga I-message. Hilingin sa kanila na tiklupin sa kalahati ang isang piraso ng papel para sa pagguhit. Tagubilinan ang mga estudyante na pagmuni-munian ang isang di-pagkakasundo na kanilang naranasan at iguhit ang paraan kung paano nila nakita ang di-pagkakasundo sa isang kalahati ng papel at ang pananaw ng ibang tao sa kabilang kalahati pa.

Pag-usapan kung paano makakatulong ang pagtingin sa magkabilang panig ng isang di-pagkakasundo upang malutas ito.

PAGSUSULAT SA IYONG JOURNAL

Tagubilinan ang mga estudyante na sumulat ng isang karanasan nila sa nakalipas na linggo kung saan sila ay nakaiwas sa isang pagtatalo o di-pagkakasundo.

Talakayin kung paano ito naiwasan ng mga estudyante. Itanong ang “Madali ba o mahirap ang pag-iwas sa pagtatalo o di-pagkakasundong ito?”

PAGGAMIT NG TEKNOLOHIYA

Tagubilinan ang mga estudyante na maghanap online ng impormasyon tungkol sa asal (etiquette) sa paggamit ng internet. Talakayin ang mga karaniwang paglabag sa asal sa paggamit ng internet at kung paano tinitingnan ang mga ito (hal., ang pagta-type na malalaking titik ang lahat ay itinuturing bilang pagsigaw).

Talakayin kung paanong ang pagpapadala ng isang email, text, o instant na mensahe ay madalas na nagpapalala ng away, dahil ang mga emosyon ay mahirap iparating online. Sabihin sa mga estudyante na ang pagsunod sa wastong asal sa paggamit ng internet ay makatutulong sa kanila na ipahayag ang kanilang sarili online.

TAKDANG-ARALIN

Tagubilinan ang mga estudyante na suriin ang iba't ibang kilos na ginagamit upang makipag-usap sa ibang kultura. Tagubilinan din sila na magsaliksik ng mga kilos na may iba't ibang kahulugan depende sa kultura.

Talakayin kung paano maaaring maging sanhi ng di-pagkakasundo ang simpleng miskomunikasyon dahil sa pagkakaiba sa kultura.

MGA KARAGDAGANG RESOURCE

Talakayin ang pagsusulat bilang isang paraan ng pakikipag-usap nang mabisa.

Bigyang-daan ang mga estudyante na pumili ng isang prompt mula sa *350 Fabulous Writing Prompts* ni Jacqueline Sweeney. Tagubilinan ang mga estudyante na gawin ang kanilang mga prompt. Pagkatapos, tagubilinan silang ibahagi sa klase ang kanilang gawa at ipaliwanag kung ano ang inaasahan nilang sabihin.