**KARTA PRACY 4**

KOMUNIKACJA INTERPERSONALNA

ODCZYTYWANIE MOWY CIAŁA

Uwagi dla trenera:

1. Poproś 5 uczestników szkolenia. Każdy ma odgrywać trenera prowadzącego szkolenie   
   z zakresu:

1/ dekorowania cocktaili,

2/ podstawy miksologii,

3/ produktowej wiedzy na temat alkoholi,

4/ szkolenie baristyczne,

5/ szkolenie sommelierskie.

Słuchacze powinni wybrać dowolne zagadnienie ze szkolenia lub jego fragment związany   
z tematem i go zaprezentować, wykonując dodatkowo polecenia, które dostaną. Słuchacze powinni mieć kilka minut czasu na przygotowanie się.

**Ćwiczenie 1 – pozycja i ruchy ciała.**

1. Rozdaj każdemu z tej piątki po jednej karteczce z poleceniem:

* Usiądź lub stań w pozycji skulonej, pochylonej, skrzyżuj i cofnij nogi.
* Stań nad kimś, możesz się przysuwać bardzo blisko, nawet, gdy się cofa.
* Usiądź swobodnie, nie kręć się lub przechadzaj się swobodnie.
* Przechadzaj się szurając lub człapiąc nogami.
* Bądź nadmiernie ruchliwy – przemieszczaj się kołysz, gestykuluj.

Pozostali uczestnicy wyrażają swoje opinie – co pomyśleliby, gdyby tak zachowywał się trener.

**Ćwiczenie 2 – twarz.**

1. Podobnie, każdemu z czwórki prezentujących daj po jednej karteczce z poleceniem:

* Twoja twarz jest naturalnie uśmiechnięta i pogodna, także z uśmiechem w oczach. Utrzymuj kontakt wzrokowy.
* Jesteś uśmiechnięty, ale sztucznie, Twoje oczy są nieruchome.
* Patrz wyłącznie na pracę uczestników a nie na nich, mów monotonnie, bądź zaprzątnięty czymś innym.
* Wpatruj się w uczestników natrętnie, świdruj ich oczami.
* Twoja twarz jest naturalnie uśmiechnięta i pogodna, ale mówiąc nie utrzymujesz kontaktu wzrokowego z uczestnikami, patrzysz ponad nich lub w bok, lub błądzisz wzrokiem.

Pozostali uczestnicy wyrażają swoje opinie – co pomyśleliby, gdyby tak zachowywał się trener.

**Ćwiczenie 3 – ramiona, ręce i dłonie.**

1. Podobnie, każdemu z piątki prezentujących daj po jednej karteczce z poleceniem:

* Mówiąc i ewentualnie chodząc wymachuj rękami.
* Mówiąc w pozycji siedzącej bębnij palcami po blacie, dotykaj często twarzy lub włosów.
* Gestykuluj tylko wtedy, gdy podkreślasz ważny fragment wypowiedzi, dłonie pozostaw otwarte.
* Mówiąc, trzymaj ręce sztywno, zaciśnięte lub skrzyżowane.
* Mówiąc wykręcaj palce, zaciskaj, splataj.

Pozostali uczestnicy wyrażają swoje opinie – co pomyśleliby, gdyby tak zachowywał się trener.

1. Poproś jedną z prezentujących osób by jeszcze raz pokazała te wszystkie elementy mowy ciała, które pozostali uczestnicy uznali za właściwe.