

Η σημασία της επικοινωνίας στις ομάδες



How to  
improve team  
communication

# Teamwork



## Collaboration

Working together towards a common goal.



## Communication

Sharing information and ideas effectively within the team.



## Trust

Having confidence and reliance on team members.



## Cooperation

Combining individual strengths and skills for collective success.



## Support

Providing assistance and encouragement to team members.

# Επικοινωνία σε ομαδικό πλαίσιο

Η ομάδα ως σύστημα σχέσεων, όχι μόνο ρόλων

Η επικοινωνία επηρεάζει:

- τη συνεργασία
- τη λήψη αποφάσεων
- τη διαχείριση συγκρούσεων
- την απόδοση και την ψυχολογική ασφάλεια

# Επικοινωνιακές προκλήσεις στις ομάδες

- Παρερμηνείες και υποθέσεις
- Σύγκρουση και αμυντική στάση
- Έλλειψη εμπιστοσύνης

# 8 Tips for ACTIVE LISTENING

## PARAPHRASE.

Try to paraphrase what the student said to make sure you understand and to show that you are paying attention.

## ASK QUESTIONS.

Ask questions to encourage the student to elaborate on their thoughts and feelings.

## USE POSITIVE BODY LANGUAGE.

Show that you are engaged and interested by nodding, facing the other person, and maintaining an open and relaxed body posture.

## SHOW EMPATHY.

If the student voices negative feelings, try to validate them. Consider why they feel this way and put yourself in their shoes.

## AVOID JUDGMENT.

Your goal is to understand your student's perspectives. Try not to interrupt with your own opinions while the student is speaking.

## LISTENING MAY BE ENOUGH.

We may be tempted to "fix" the problem, but at times, students just want us to listen.

## EVALUATE THE CONVERSATION.

After you have fully taken in what the student has said, take a moment to evaluate the conversation.

## DON'T GIVE ADVICE TOO QUICKLY.

Allow the student to finish speaking before attempting to give advice. You want to make sure that you fully understand them first.

# Μη Βίαιη Επικοινωνία (NVC)

- Προσέγγιση του Marshall Rosenberg
- Επικοινωνία με ενσυναίσθηση
- Σύνδεση αντί σύγκρουσης

# Τα 4 βήματα της NVC

- Παρατήρηση (χωρίς κρίση)
- Συναίσθημα
- Ανάγκη
- Αίτημα



Clearly expressing  
how **I am**  
without blaming  
or criticizing

Empathically receiving  
how **you are**  
without hearing  
blame or criticism

### OBSERVATIONS

1. What I observe (*see, hear, remember, imagine, free from my evaluations*) that does or does not contribute to my well-being:

"When I (see, hear) . . . "

1. What you observe (*see, hear, remember, imagine, free from your evaluations*) that does or does not contribute to your well-being:

"When you see/hear . . . "

*(Sometimes unspoken when offering empathy)*

### FEELINGS

2. How I feel (*emotion or sensation rather than thought*) in relation to what I observe:

"I feel . . . "

2. How you feel (*emotion or sensation rather than thought*) in relation to what you observe:

"You feel . . . "

### NEEDS

3. What I need or value (*rather than a preference, or a specific action*) that causes my feelings:

"... because I need/value . . . "

3. What you need or value (*rather than a preference, or a specific action*) that causes your feelings:

"... because you need/value . . . "

Clearly requesting that  
which would enrich **my**  
life without demanding

Empathically receiving that  
which would enrich **your** life  
without hearing any demand

### REQUESTS

4. The concrete actions I would like taken:

"Would you be willing to . . . ?"

4. The concrete actions you would like taken:

"Would you like . . . ?"

*(Sometimes unspoken when offering empathy)*



Μείωση συγκρούσεων

Ενίσχυση εμπιστοσύνης

Ψυχολογική ασφάλεια

Συμπερίληψη διαφορετικών φωνών

Βιώσιμη συνεργασία

# NVC στην εκπαίδευση

- Ασφαλές μαθησιακό περιβάλλον
- Ενεργητική ακρόαση
- Συμπεριληπτική τάξη

# Διαπολιτισμική επικοινωνία

- Πολιτισμικοί κώδικες
- Γλώσσα και ταυτότητα
- Επικοινωνία σε πολυπολιτισμικά περιβάλλοντα

# Διαπολιτισμική εκπαίδευση

- Σεβασμός στη διαφορετικότητα
- Ισότιμη συμμετοχή
- Διαχείριση πολιτισμικών διαφορών

# Σύνδεση NVC & διαπολιτισμικής προσέγγισης

- Καθολικές ανθρώπινες ανάγκες
- Ενσυναίσθηση
- Συμπεριληπτική επικοινωνία

