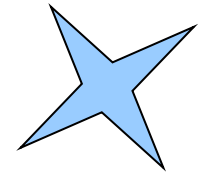
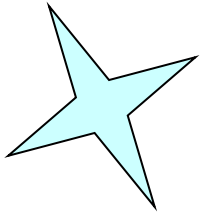


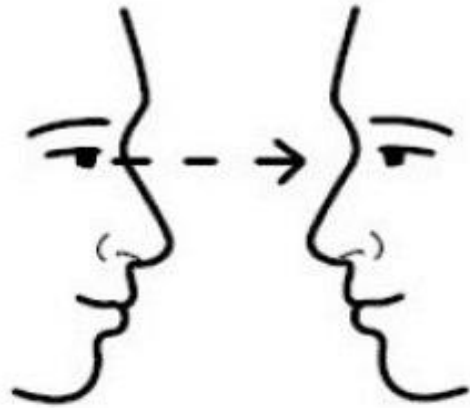
# Візуальний контакт



Виконали: студентки  
групи ПОБ 3-14-20д  
Степаненко Дар'я  
Комар Марія  
Розуменко Євгенія

**Візуальний контакт** - це засіб взаємної регуляції процесу розмови.





Дослідники з'ясували, що, розмовляючи, люди дивляться одне на одного в середньому 35—50 відсотків часу, протягом якого відбувається розмова. Погляд затримується на очах співрозмовника 5—7 секунд. На нього частіше поглядають, слухаючи, а не тоді, коли говорять самі. Співрозмовники дивляться одне на одного переважно для того, щоб побачити реакцію на свої слова. Тривалий погляд мовця, спрямований на співрозмовника, підтверджує сказане.

У стосунках із дітьми візуальний контакт виконує функцію емоційного живлення. Відкритий, доброзичливий погляд прямо в очі дитини важливий не лише для встановлення взаємодії, а й для задоволення її емоційних потреб. Дитина найбільш уважна, коли дивляться їй прямо в очі, найкраще запам'ятовує те, що сказано в такі хвилини. Психологи помітили, що частіше дорослі дивляться дітям в очі, коли повчають, дорікають, сварять. Це породжує тривожність, невпевненість у собі, гальмує особистісний розвиток.



З дітьми, які не дивляться на співрозмовника, опускають очі або відвертаються, важче спілкуватися. Вони вражені глибоким відчуттям самотності. У навчанні й позаурочний час дітям потрібен не лише контроль, а й ласкавий погляд, підбадьорливий дотик дорослого, що знімає тривожність, страх і виховує впевненість у собі. Учитель повинен прагнути тримати в полі зору всіх учнів. Візуальний контакт є технікою, яку потрібно свідомо розвивати.



Вплив погляду вчителя залежить від дистанції спілкування. Погляд здалеку, зверху вниз дозволяє вчителеві побачити всіх учнів, але не дає змоги вдивлятися в кожного з них. Вплив погляду тим сильніший, чим дитина ближче до вчителя. Особливо сильно впливає пильний погляд. Супровід зауваження учителя поглядом негативно позначається на стані учня, заважає підтриманню контакту з ним.



Оптимальний обмін поглядами з дітьми на уроці поєднує індивідуальний зоровий контакт з охопленням очима всього класу, що створює робоче коло уваги. Чергування переключення погляду важливе і під час вислуховування відповіді. Учителю поглядаючи на учня, який відповідає, дає зрозуміти, що він чує його відповідь. Дивлячись на клас, він повертає увагу інших дітей до учня. Уважний, доброзичливий погляд при вислуховуванні відповіді є запорукою ефективного зворотного зв'язку.





Візуальний контакт підтримує процес взаємодії і забезпечує ефективність протікання процесу спілкування.

Одночасно візуальний контакт виконує у стосунках з дітьми ще таку важливу функцію, як емоційне живлення. Відкритий, природний доброзичливий погляд прямо в очі дитини є досить важливим.



Кожна дитина потребує візуального контакту з учителем, прагне його уважного, особистісно-зацікавленого погляду. Однак погляд, який триває більше десяти секунд, викликає у вихованця почуття дискомфорту. Модальність погляду залежить і від дистанції спілкування. Погляд здалеку, згори донизу дозволяє педагогу бачити відразу всіх учнів, але не дає йому можливості звернутися до кожного.





**I.K. Фрідман** відзначає, що існує деякий оптимальний ритм обміну поглядами з дітьми на уроці. Тоді, коли індивідуальний зоровий контакт чергується з осягненням очима всього класу, встановлюється робоче коло уваги. Слухаючи відповіді, важливо переключати увагу. Педагог, переводячи погляд на учня, дає зрозуміти, що він його слухає. Дивлячись на клас, вчитель повертає увагу всіх інших дітей саме до того, хто відповідає. Уважний, доброзичливий погляд під час слухання відповіді учня, дозволяє підтримувати зворотний зв'язок.



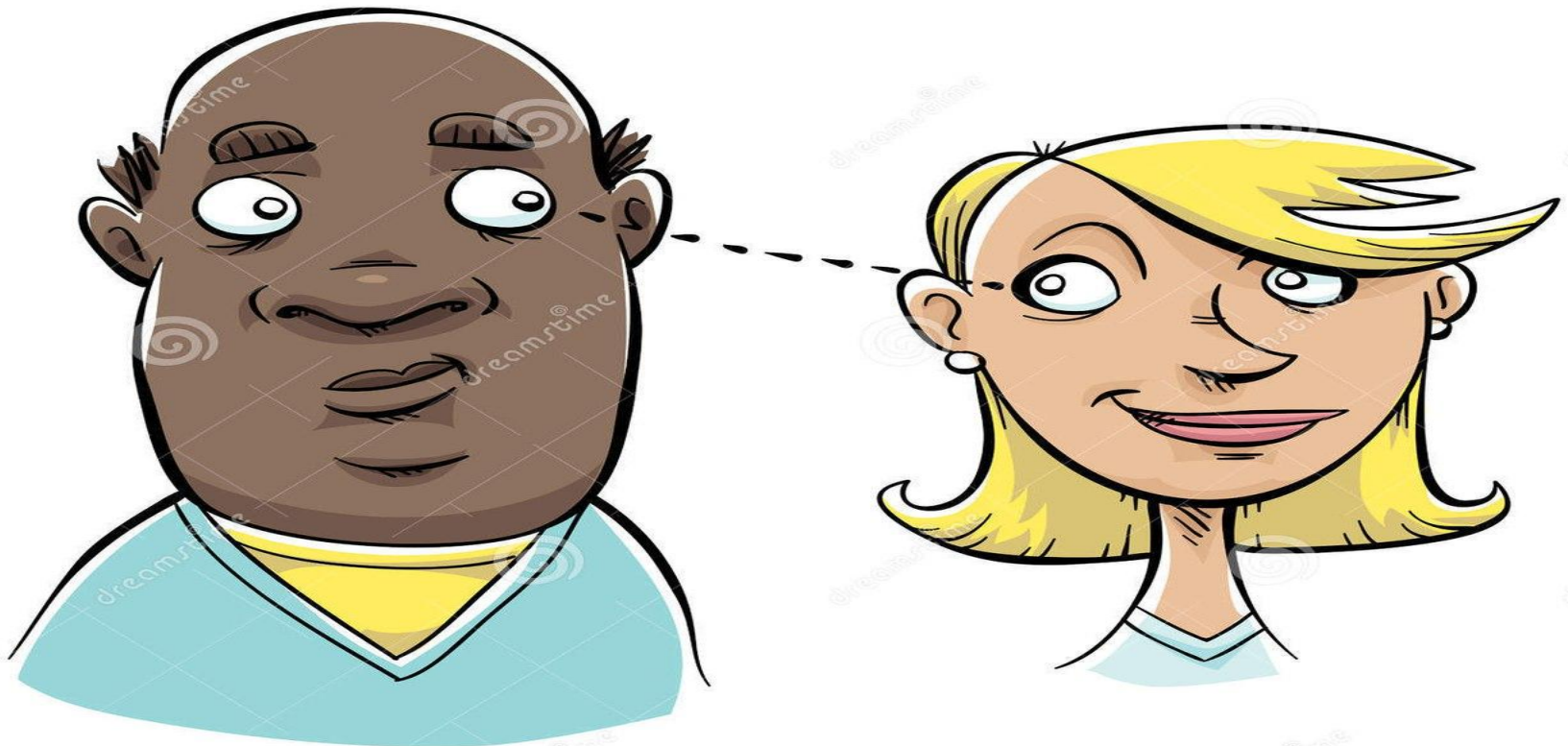
**Г. Вільсон**, говорячи про візуальний контакт, наголошує на тому, що очі – це найсильніший соціальний «сигнальний пристрій», що є у людини, тому їх іноді називають «дзеркалом душі».

Варіації тривалості візуального контакту:

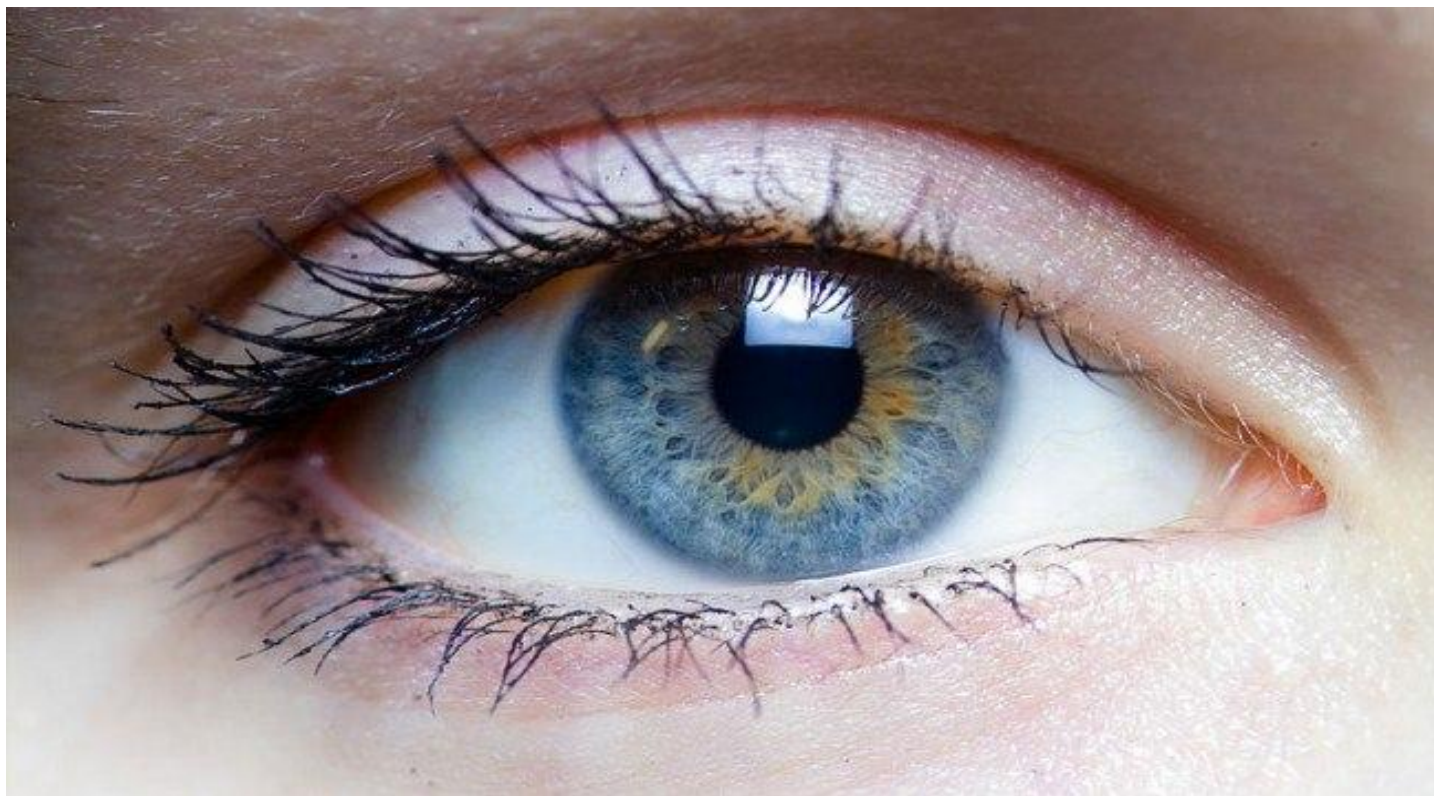
- 1) людина більше дивиться в очі співбесіднику, коли слухає, ніж коли говорить сама;
- 2) погляд в очі використовується для «передачі слова» своєму співбесіднику;
- 3) дружельбно налаштовані співрозмовники частіше дивляться в очі один одному, ніж люди, що відчують взаємну антипатію;
- 4) у візуальному контакті існують певні культурні розбіжності між різними націями й народностями;
- 5) тривалий погляд в очі може використовуватись як засіб для встановлення ліде



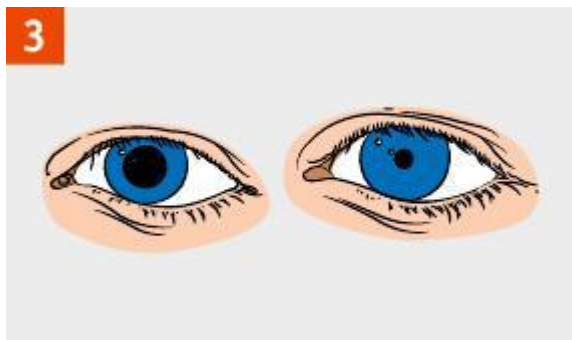
Візуальний контакт свідчить про ставлення людини до процесу спілкування. Можна сказати, що якщо на нас дивляться мало, ми маємо підстави вважати, що до нас чи до того, що ми говоримо і робимо, ставляться негативно.



За допомогою очей передаються найточніші сигнали про емоційний і фізичний стан людини, оскільки розширення і звуження зіниць не піддаються свідомому контролю. При сталому освітленні зіниці можуть розширюватися чи звужуватися залежно від настою.



Якщо людина збуджена чи зацікавлена чимось, або знаходиться в піднесеному настрої, її зіниці в чотири рази ширші від їх нормального стану. Навпаки, суворий, похмурий настрій змушує зіниці звужитись. Взаємний візуальний контакт легше підтримувати, обговорюючи приємні питання. З того, як люди дивляться один на одного, можна визначити, які між ними стосунки. Ми схильні довше дивитися на тих, ким захоплюємося, уник суперництва.





Підтримання візуального контакту допомагає партнеру відчувати ставлення до нього співрозмовника. Погляд може регулювати розмову. Коли один з учасників діалогу закінчує говорити, то він дивиться на співрозмовника, очікуючи на продовження бесіди. Нерідко вираз обличчя й погляд впливають на учнів сильніше, ніж слова.



Учителю слід уважно вивчити можливості свого обличчя, виробити вміння користуватися виразним поглядом, уникати надмірної динамічності м'язів обличчя й очей («блудні очі»), а також і неживої статичності («кам'яне обличчя»).





Звернений до дітей погляд учителя налагоджує візуальний контакт із ними, виражає ступінь зацікавленості, зосередженості на тому, про що вони говорять.



У взаєминах із учнями, зазначає **Н.П. Волкова**, візуальний контакт виконує функцію емоційного живлення. Відкритий, доброзичливий погляд просто в очі дитини важливий не лише для встановлення взаємодії, а й для задоволення її емоційних потреб.

Дякуємо за увагу! GIFR.ru

