

Pārbaudes darbs
profesionālajā saskarsmē

Datums.....

2. kursa audzēk.....

Vārds, uzvārds.....

1. Pabeidz teikumus! /3 punkti/

Izmanto atslēgas vārdus - *mijiedarbība, verbālos, neverbālos, cilvēka pašsajūtu, darījumu dzīvi un karjeras iespējas*

Saskarsme ir jebkura starp cilvēkiem. Saskarsmē parasti cilvēki izmanto divus līdzekļus -Saskarsmes iemaņām ir ļoti svarīga loma cilvēka dzīvē, jo tās ietekmē

2.Pasvīturo atbildi! /4 punkti/

Kas ir verbālā saskarsme?

1. Personīga telpa, kas apņem cilvēka ķermeni;
2. Vārdiska sazināšanās;
3. Vārdi, kas attiecināti uz priekšmetiem un parādībām;
4. Spēja pamatot savu domu.

Kas ir klausīšanās?

1. Informācijas uztveršanas process;
2. Labvēlīga attieksme pret klientu;
3. Iekšēja saruna pašam ar sevi;
4. Klusēšana.



Kā risināt konfliktus?

1. Izturēties tā, it kā konflikta nemaz nav;
2. Pretējām pusēm saprātīgi jāizrunā radušās nesaskaņas;
3. Nerunāt, neatbildēt uz jautājumiem, aiziet prom;
4. Fiziski iespaidot konfliktā iesaistītās personas.

Kā rīkoties stresa situācijā?

1. Censties pēc iespējas mazāk gulēt, ēst;
2. Izvairīties no draugiem, ierauties sevī;
3. Dusmoties uz sevi un citiem;
4. Palīdzēt sev mazināt spriedzi pozitīvi sevi iedvesmojot.

3. **Kādi ir saskarsmes attālumi:**


/3 punkti/

Personīgais attālums

Sociālais attālums

Publiskais attālums

4. Uzraksti kādas īpašības un rakstura iezīmes, tavuprāt, palīdz sadarboties, kādas- traucē? /10punkti/
 (Uzticamība, apdomība, inteliģence, sirsnība, pievilcība, interesantums, draudzīgums, humora izjūta, strādīgums, atbildība, pļāpīgums, neiecietība, naidīgums, negodīgums, slinkums, atkarība, melīgums).

PALĪDZ SADARBOTIES		TRAUCĒ SADARBOTIES
		

5. Ieraksti teikumiem atbilstošu turpinājumu! Savieno teikuma daļas! /6 punkti/

Labāk atnākt divas minūtes agrāk,
 Nekad nesoli to,
 Pildi doto solījumu,
 Ko vari padarīt šodien,
 Visu nepieciešamo sagatavo laikus,
 Ja esi ko aizņēmieš,

neatliec uz rītu.
 lai steigā ko neaizmirstu.
 ko nevari izpildīt.
 centies to atdot laikā.
 nekā nokavēties.
 tad taupīsi laiku citiem.

6. Kādu taktiku izvēties konfliktsituācijā- pasvītro izvēli! /2 punkti/

- Izvairīšanos;
- Konkurenci;
- Pielāgošanos;
- Kompromisu;
- Sadarbību.

Punkti	Balles
28/	10/

Vērtēšanas tabula:

Vērtējums	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Punkti no	0	3,19	6,09	9,57	13,34	16,82	20,3	22,62	25,23	27,55

Vērtēšanas kritēriji:

- 1.uzd. Par katru pareizi izveidoto teikumu - 1p.(kopā 3 punkti)
- 2.uzd. Par katru pareizu atbildi - 1p.(kopā 4 punkti)
- 3.uzd. Par katru pareizi minēto saskarsmes attālumu atbildi - 1p.(kopā 3 punkti)
- 4.uzd. Par katru no 5 pozitīvajām izvēlētajām īpašībām, paradumiem un rakstura iezīmēm-1p., par katru no 5 negatīvajām izvēlētajām īpašībām, paradumiem un rakstura iezīmēm - 1p.(kopā 10 punkti)
- 5.uzd. Par katru pareizi savienoto teikuma daļu - 1p.(kopā 6 punkti)
- 6.uzd. Par katru pareizu konfliktsituācijas taktikas izvēli- 1p.(kopā 2 punkti)