

İLETİŞİM BECERİLERİ



- İletişim Nedir?
- İletişim Kurmaktaki Temel Amacımız Nedir?
- İletişim Hataları/İletişim Engelleri Nelerdir? Etkili İletişim Nasıl Kurabiliriz?
- Sen Dili Nedir? Ve Ben Dili Nedir?
- Etkili İletişim Kuran Kişinin Özellikleri Nelerdir?

Öncelikle biraz beyin fırtınası hadi sohbet edelim 😊

- Sizce iletişim nedir?
- Arkadaşımla her konuştuğumda iletişim kurmuş olur muyum?
- Konuşmadan iletişim kurmak mümkün müdür?

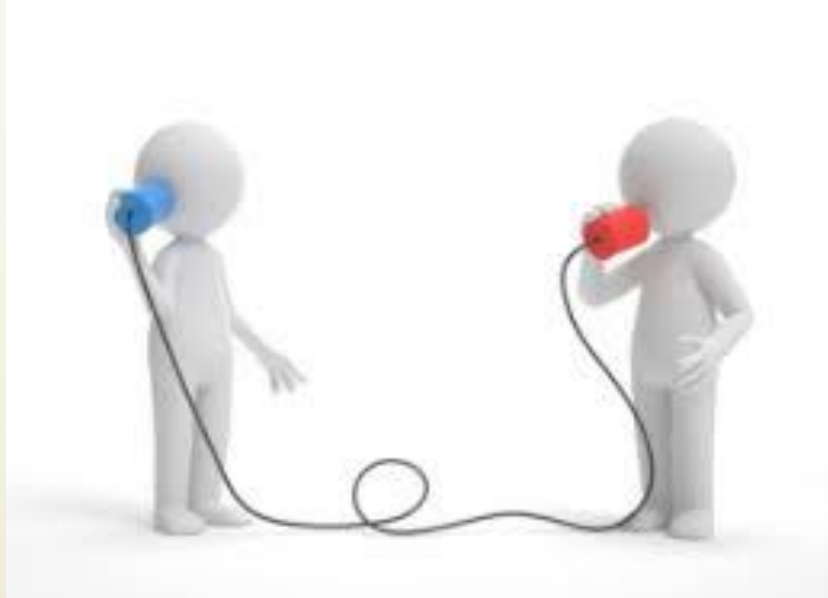
• “Bana doğru bir ses çıkarman, benimle iletişim kurduğun anlamına gelmez.”

David Gordon



Peki iletişim nedir?

- Türk Dil Kurumu'na (2021) göre iletişim; «Duygu, düşünce veya bilgilerin akla gelebilecek her türlü yolla başkalarına aktarılması, bildirişim, haberleşme, komünikasyon.» olarak tanımlanmaktadır.
- «Kişiler arasında BİLGİ, DUYGU ve DÜŞÜNCE alışverişidir.»
...Diyebiliriz 😊



- En Temel Amacımız;
- • «Anlaşılmak ve anlamaktır.»





İLETİŞİM TÜRLERİ



SÖZLÜ
İLETİŞİM



YAZILI İLETİŞİM



SÖZSÜZ
İLETİŞİM



SÖZLÜ İLETİŞİM

- ▶ Harflerin, kelimelerin ve cümlelerin birleşimiyle oluşan iletişimdir.

SÖZSÜZ İLETİŞİM

İyi bir dinleyici, iletişim kurduğu kişinin, yalnız söylediklerini değil, yüz, el, kol ve bedeniyle yaptıklarını da "duyar"; Çünkü yüz ifadeleri, el ve kol hareketleri, beden duruş tarzı, sesin tonu gibi sözsüz mesajlar kullanılarak da iletişim kurulur. Karşı karşıya gelerek kurulan kişilerarası iletişimlerde, hem sözlü, hem de sözsüz mesajlar aynı anda kullanılır.

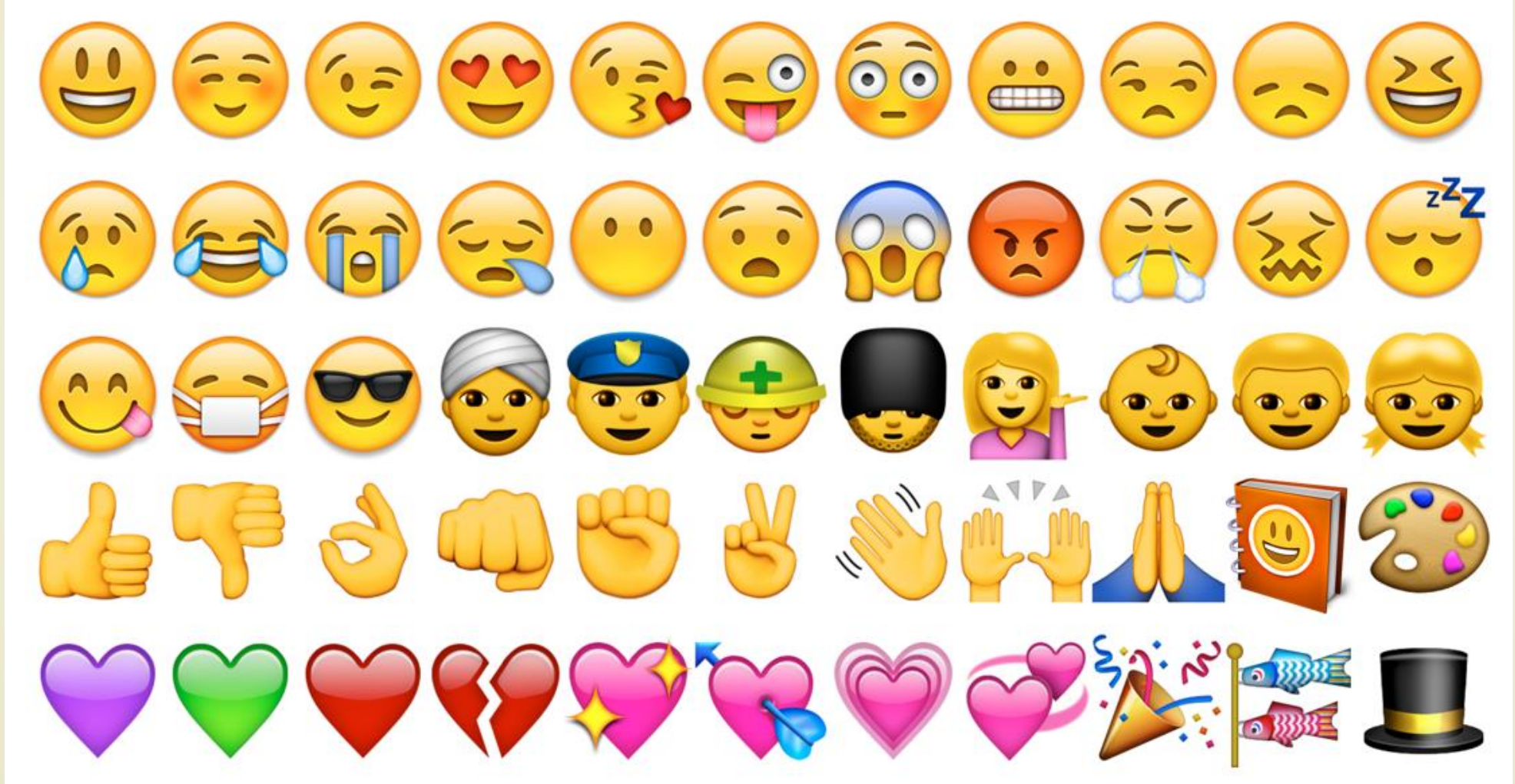
YAZILI İLETİŞİM

Yazma aracı ve yazım materyali kullanılan iletişimdir.

MAĞARA RESİMLERİ



GÜNÜMÜZ YAZILI İLETİŞİM ÖRNEKLERİ



KİM CEVAPLAR?

- Düşüncelerimizi, duygularımızı ve aktarmak istediğimiz bir bilgiyi peki bazen neden aktaramıyoruz?
- «Yani arkadaşımızı, ailemizi ya da çevremizden herhangi birini bazen neden anlamıyor ya da bizler bazen anlaşılmıyoruz?»

ŞİMDİ CEVAP ZAMANI?

- ÇÜNKÜ İLETİŞİM ENGELLERİNE TAKILIYORUZ VE BAZI İLETİŞİM HATALARI YAPIYORUZ



GELİN BU HATALARA BİRLİKTE GÖZ ATALIM

- Duygularımızın farkında olmadan ya da olumsuz duygular altında iletişim kurmamız (Örneğin; öfkeliyken dinlemek)
- Karşı tarafı(yani arkadaşımızı, anne-babamızı,öğretmenimizi ya da herhangi bir kişiyi) dinlemeden sadece kendimizin sürekli konuşması, karşı tarafın kendini ya da düşüncesini ifade etmesine izin vermemek (geri bildirimsizlik)

- İletişim esnasında konudan sapmak farklı konulardan konuşmak. (Örneğin; arkadaşımız üzüldüğü bir durumu anlatırken bizim sevdiğimiz şarkıcıları anlatmaya başlamamız)

- İletişim kurduğumuz kişi ile göz teması kurmamamız ya da yanlış beden dilini kullanmak
- Alaycı davranmak, anlatılan konuyu küçümsemek, lakap takmak, yargılamak, suçlamak

İletişim Hataları Olmadan Etkili İletişim Nasıl Kurabiliriz?

- İletişimde bulunduğumuz kişilere saygılı olma,
- Etkin dinleme; karşımızdaki bireyin sözel olmayan davranışlarını (vücut duruşu, yüz ifadesi, hareketleri, ses tonu gibi) gözlemleme ve anlama; sözel mesajları dinleme(Örneğin; ne söylüyor?) ve anlama(Örneğin; söylenenin anlamı nedir?); içeriği dinlemeyi(Örneğin; bize neyi anlatıyor ve neyi anlatmak istiyor?) içermektedir.

- Etkili tepki verme; iletişime geçtiğimiz kişiyi etkin dinledikten sonra konu ile ilgili geri dönüş sağlama.
- Empati Kurma(Örneğin, arkadaşınızın paylaştığı bir bilgiyi siz paylaşıyor olsaydınız; arkadaşlarınızın nasıl davranmasını isterdiniz? Siz aynı şekilde davranırsanız arkadaşınız ne hisseder?)

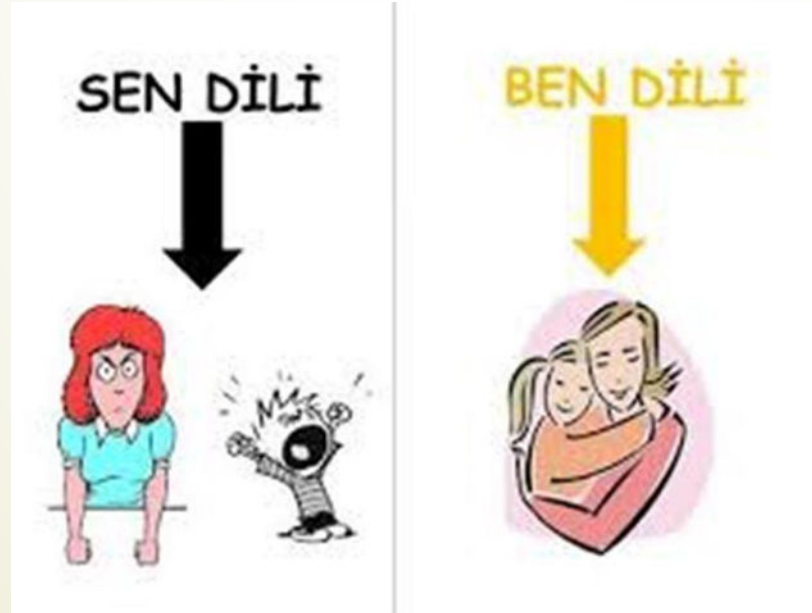
- Anlaşılır net ifade etme, birden fazla farklı konuyu aynı anda arkadaşınızla paylaşmak yerine tek tek sırayla konusuna göre açık net bir şekilde paylaşmak.
- Beden dilimiz konu ile uyumlu olmalı. Örneğin; Arkadaşımız üzücü bir olay anlatırken gülmemek.
- Sen dilinden ziyade ben dilini kullanmak.

Gençler daha önceden hiç duydunuz
mu?

❖ Nedir Sen dili?

ve

❖ Ben dili?



BEN DİLİ

- Kişinin kendi duygu ve düşüncelerini ifade ederek konuşmasıdır.
- “Ben” ile başlar ya da “ben” ile biter.
- İletişim engeli oluşturmaz.
- Karşımızdakinin davranışlarını hedef alır.

Örnek:

*Bugün seni derste görmeyince meraklandım.
Derslerini aksatmana üzülüyorum.*

SEN DİLİ

- Karşımızda insanın kişiliğini hedef alan konuşma biçimidir.
- “Sen” ile başlar ya da “sen” ile biter.
- İletişim engeli oluşturur.
- Yargılar, suçlar, eleştirir.

Örnek:

*Bugün yine derste yoktun?
Derslerine hiç çalışmıyorsun!*



Etkili İletişim Kullanan Kişinin Özellikleri

- ✓ Önemser, anlamaya çalışır.
- ✓ Kabul eder, destekler.
- ✓ Saygı duyar.
- ✓ Yerinde ve uygun sorular sorar.
- ✓ Karşısındaki kişiye güvenir, düşüncelerine ve duygularına önem verir.

- ✓ Sorunun çözümü için birlikte hareket eder.
- ✓ Kişiye konuşması için fırsat verir.
- ✓ Sözsüz mesajlarıyla da saygı duyduğunu ve önemsendiğini gösterir.
- ✓ Karşısındaki kişinin duygu ve düşüncelerine odaklanır.
- ✓ Temel amacı anlayabilmek ve beraber çözüm üretmektir.



**KSO DUMLUPINAR ORTAOKULU
REHBERLİK SERVİSİ**

TEŞEKKÜRLER