

İLETİŞİM TEKNİKLERİ



İçerik

- Tanışma
- İletişimin tanımı
- Sözlü beceriler
- Sözsüz beceriler
- Empati
- Etkin dinleme
- Özet

Amaç

İletişim becerilerini geliştirmek



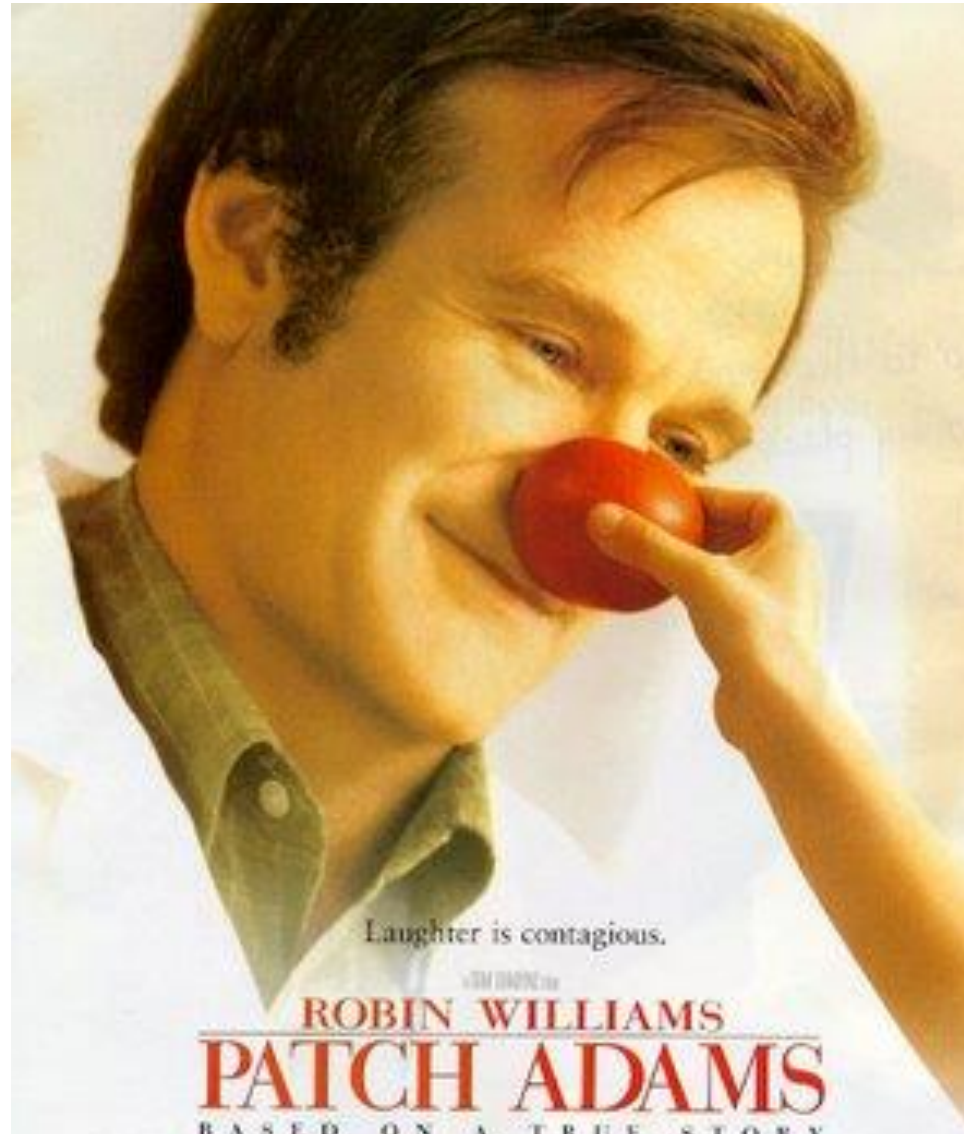
Öğrenim hedefleri

Katılımcılar;

- Sözlü iletişim becerilerini söyleyebilmeli
- Sözsüz iletişim becerilerini ifade edebilmeli
- Empati kavramını tanımlayabilmeli
- Etkin dinlemenin önemini açıklayabilmeli

Tanışalım mı?









İletişim

Duygu, düşünce ya da bilgilerin akla
gelebilecek her türlü yolla başkalarına
aktarılmasıdır

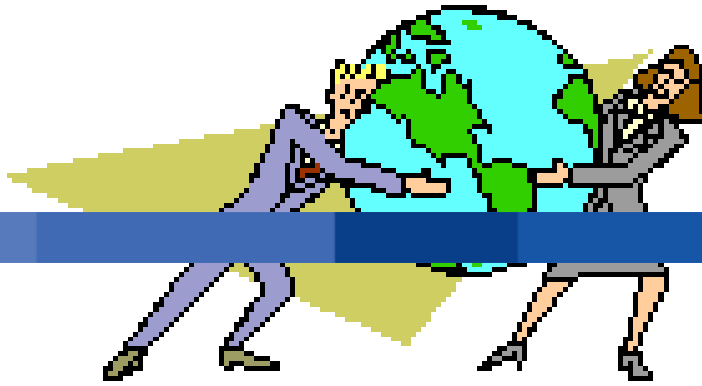
(TDK Sözlüğü)





İletişim

- İki insan birbirinin farkına vardığı anda başlar
- Kişilerin
 - söylediği /söylemediği
 - yaptığı /yapmadığıher şeyin anlamı vardır



Etkili iletişim ne işimize yarar?



Etkili iletişim ne işimize yarar?

- Kendimizi doğru ifade etmek
- Karşımızdakini doğru anlamak

Anlamak ve anlaşılmak

İLETİŞİM

Sözlü İletişim

Anlaşılır bir dil

Ses tonu, vurgusu,
yüksekliği

Hitap şekli

Açıklık, netlik,
sadelik

Soru sormak, cevaplar
için cesaretlendirmek

Özetlemek

Sözsüz İletişim

İlk izlenim

Göz teması

Mesafe

Dokunmak

Olumlu yüz ifadesi

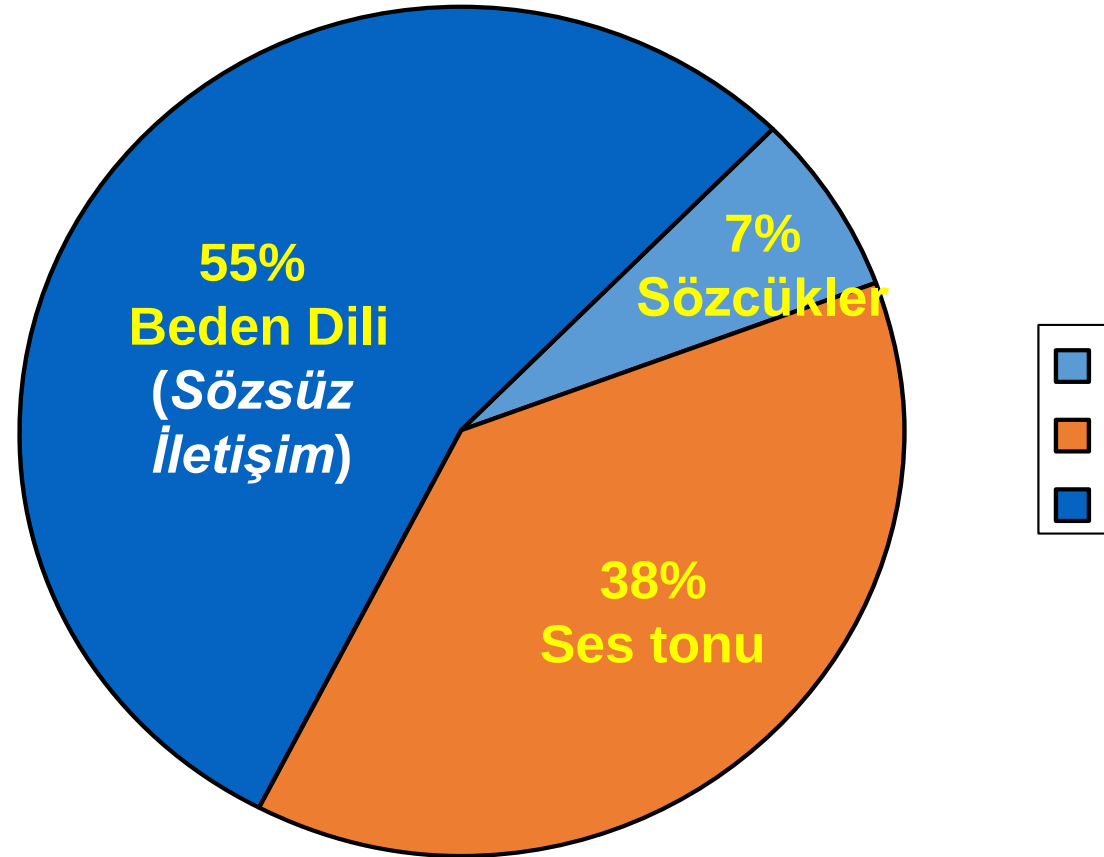
Beden duruşu

Söylenenleri
dinlediğini belli etmek

- ▶ Sözcükler : %------
- ▶ Ses tonu : %------
- ▶ Beden dili : %------

**Etkili iletişimde etki oranları
nedir?**

Etkili iletişimdeki etkenler

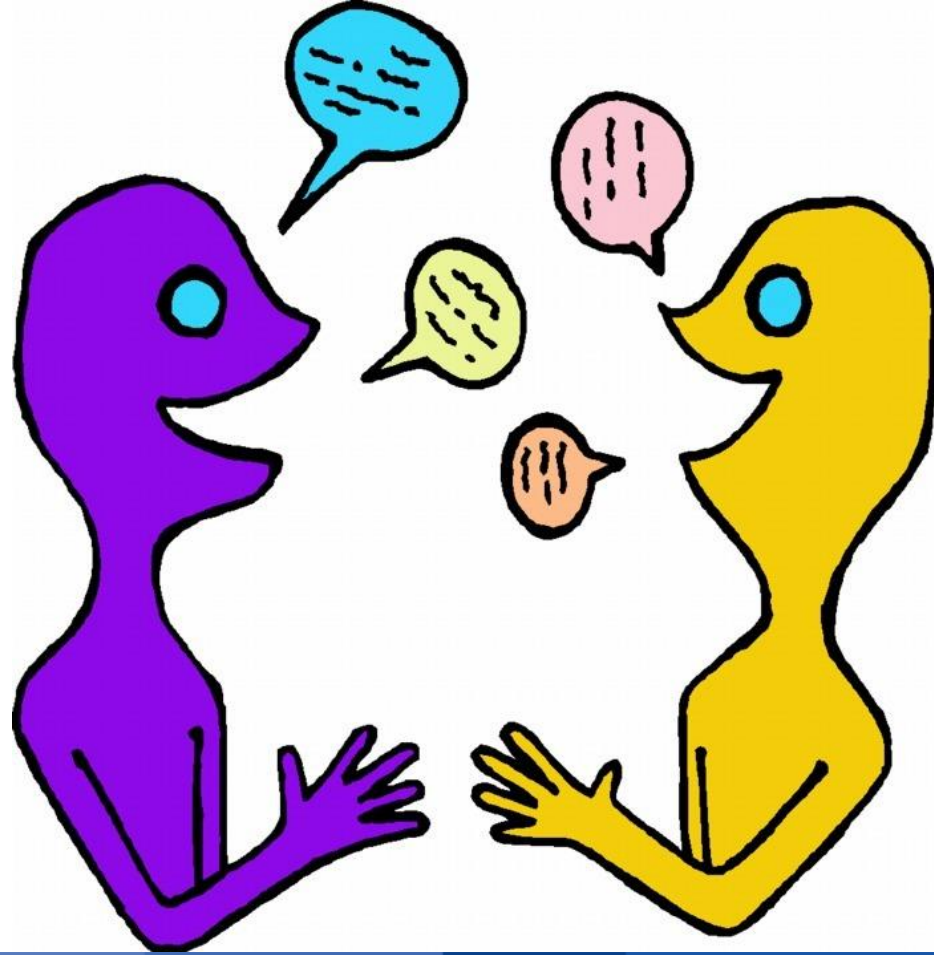


Uygulama





Sözlü Dil



Dil ile İletişim

- İnsanların karşılıklı konuşmaları dille iletişimidir
- Kişilerin '**ne söyledikleri**' önemlidir...
- **Nasıl söyledikleri** daha da önemlidir!



**Söz ola kese savaşı
Söz ola kestire başı
Söz ola oğlu aşı
Balla yağ ede bir söz**

Yunus Emre



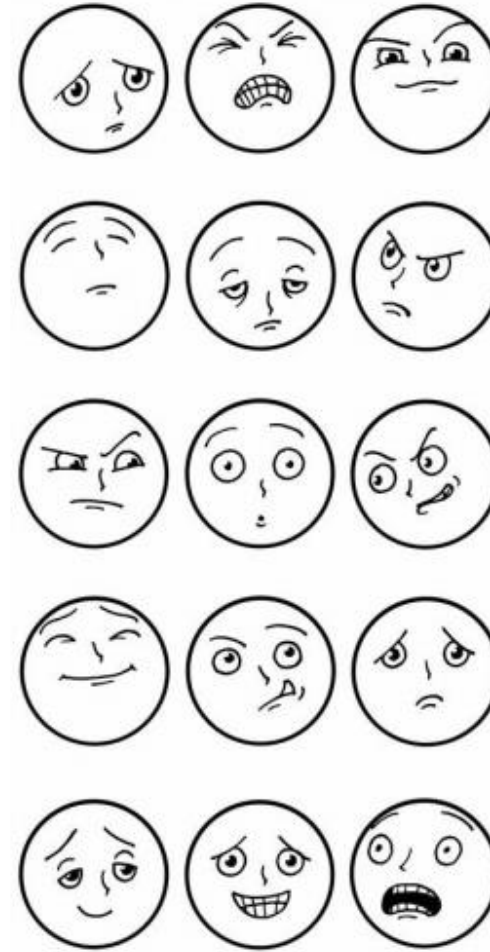
Beden dili



Beden Dilinin Öğeleri

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">■ Beden Duruşu■ Mimikler■ Jestler■ Göz Teması■ Başın Kullanımı■ Ayakların Kullanımı | <ul style="list-style-type: none">■ Mesafe■ Oturmak İçin Seçilen Yer■ Oturma Biçimi■ Giysi ve takılar■ Dış görünüm |
|--|--|

Mimikler



Evrensel yüz ifadeleri



Evrensel yüz ifadeleri



Mutluluk



Korku



Öfke



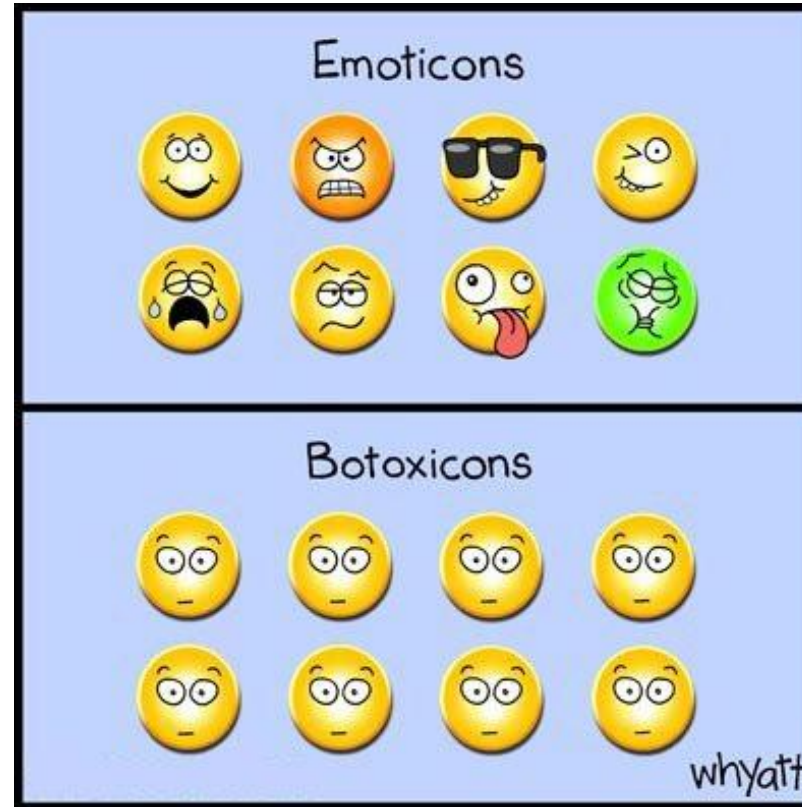
Hayret



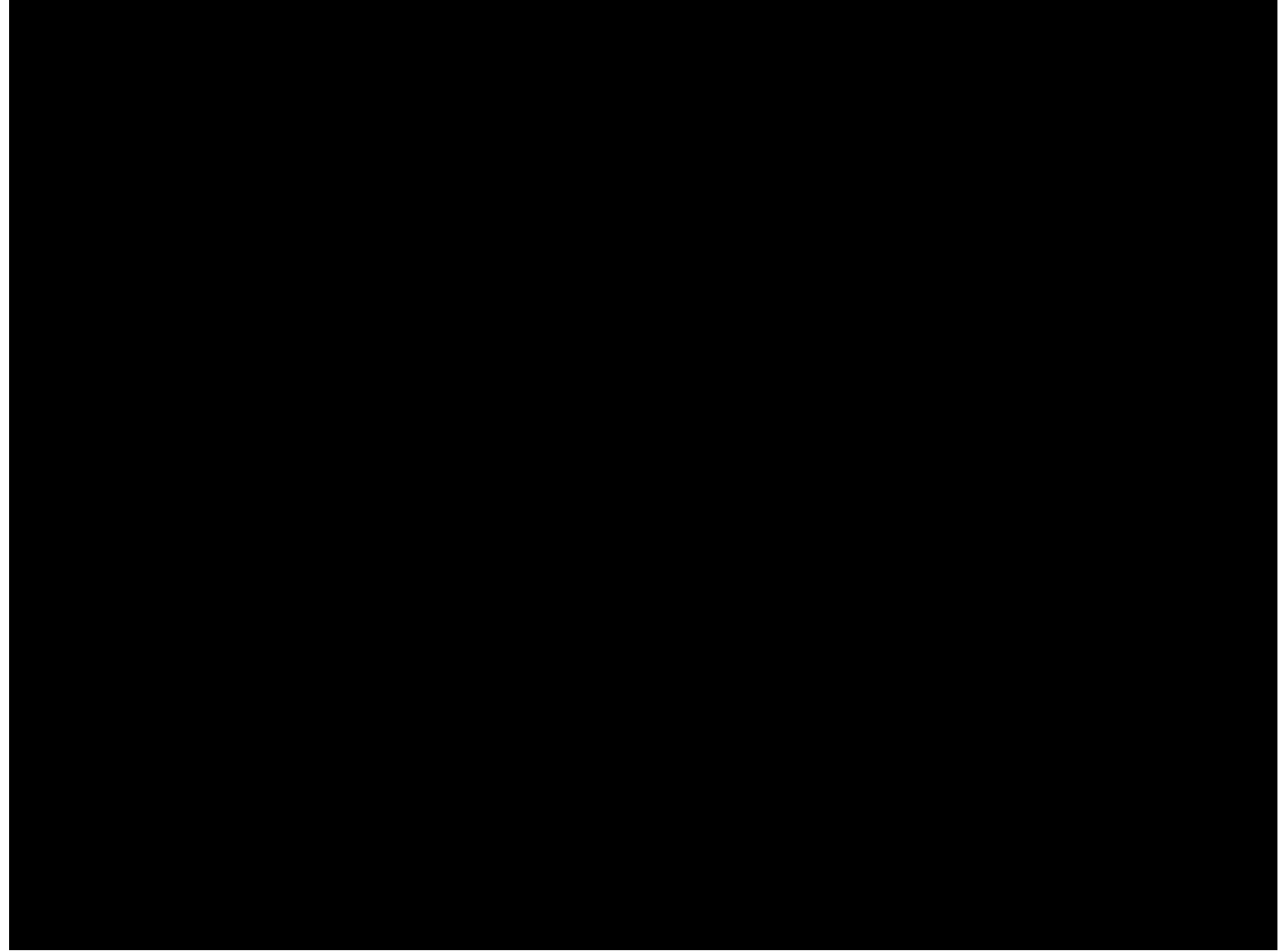
Üzüntü



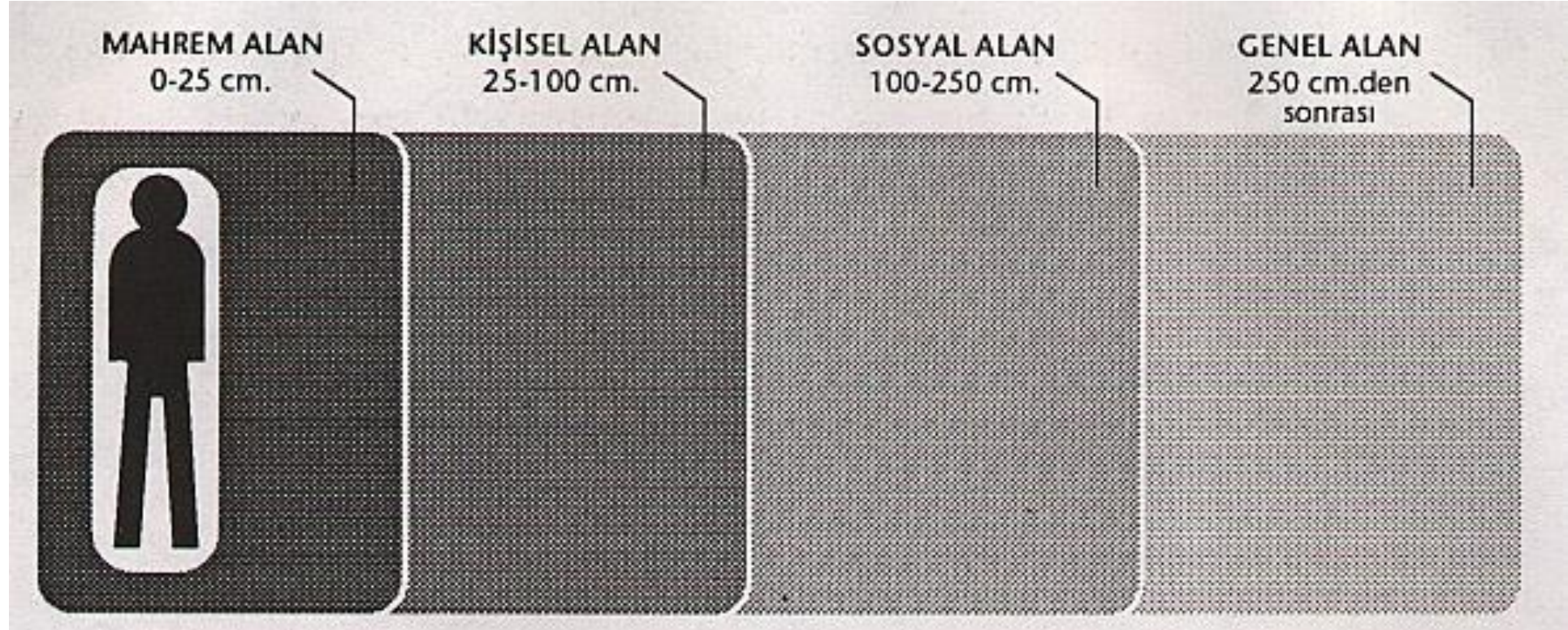
Tiksinti

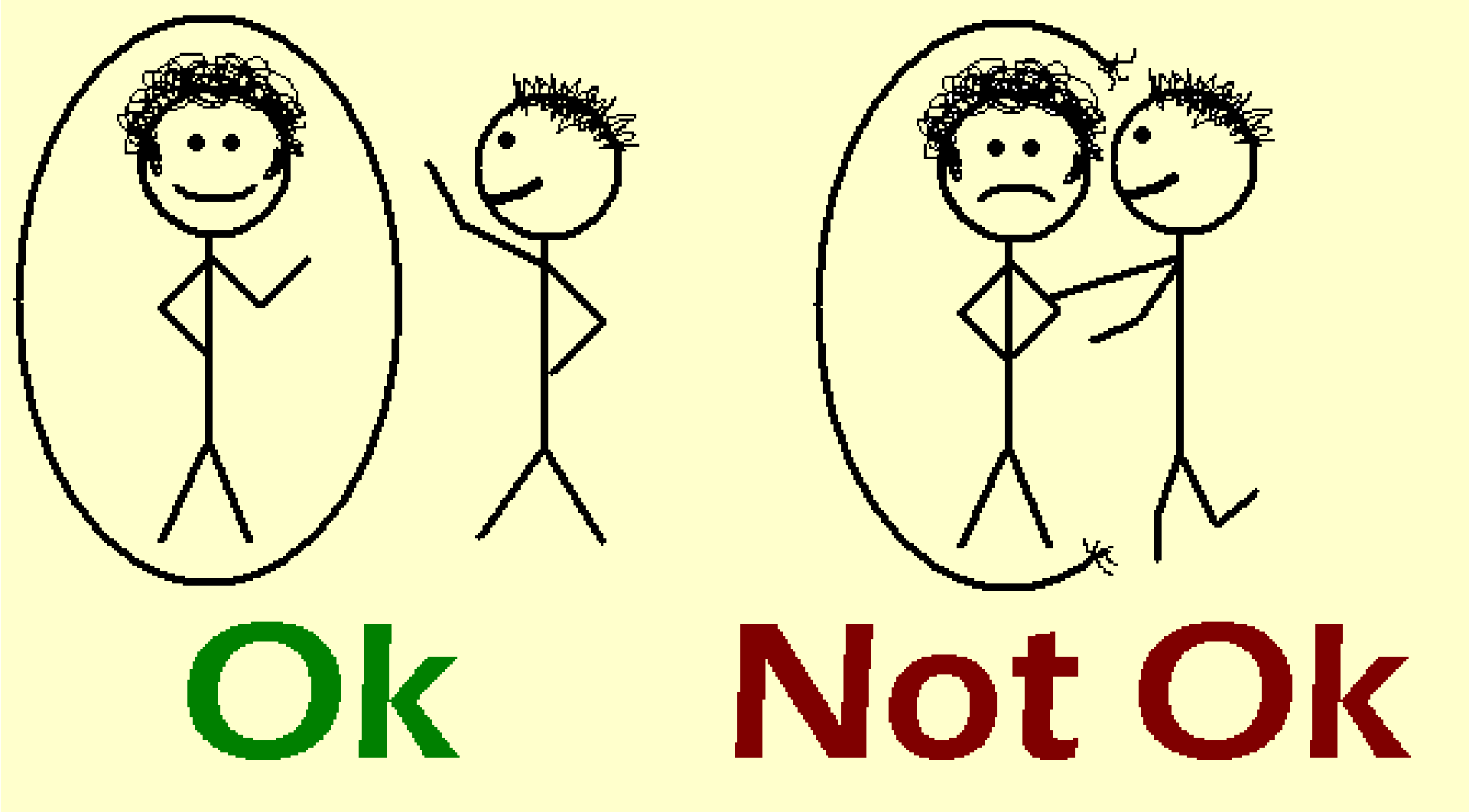


Mimikler 😊



Mesafe





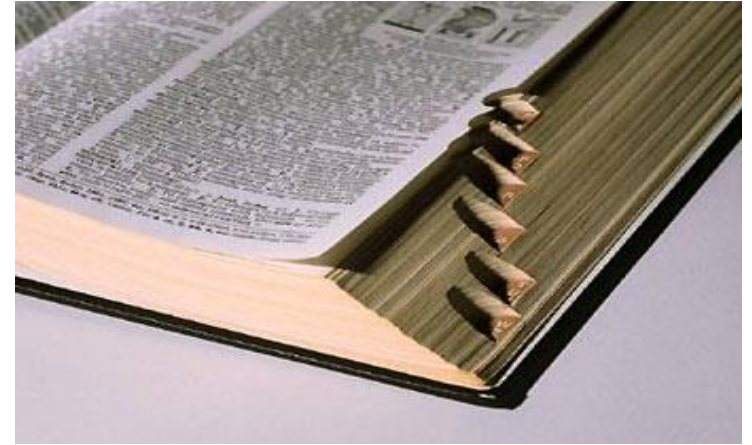


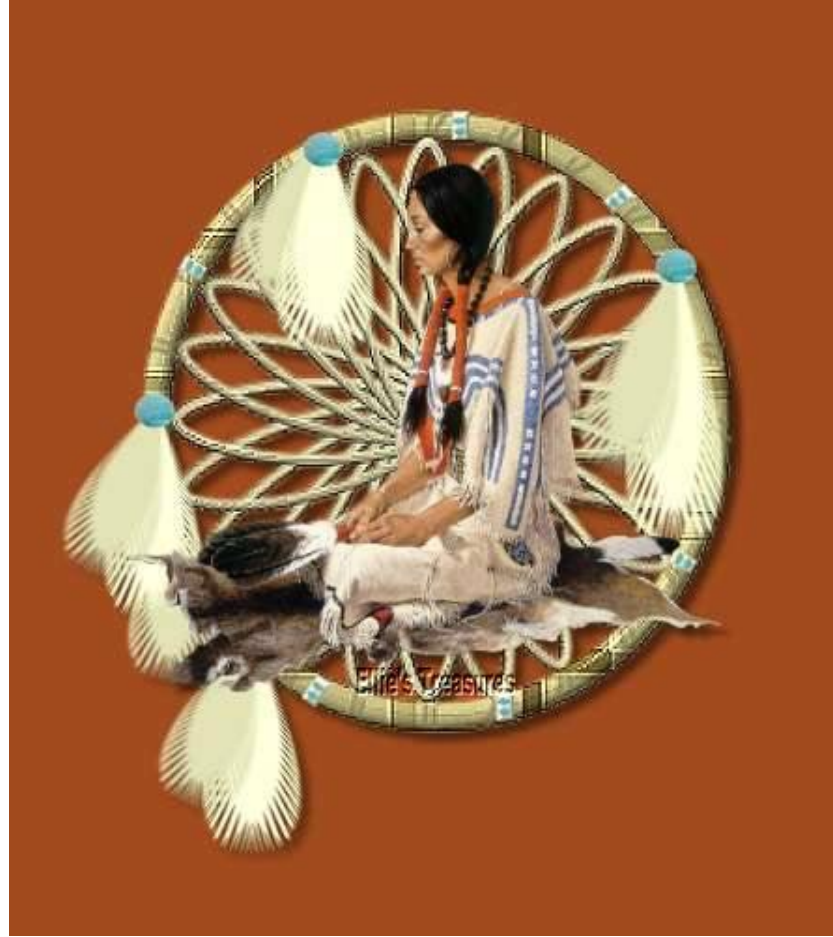
Empati?



Empati (eşduyum) (duygudaşlık)

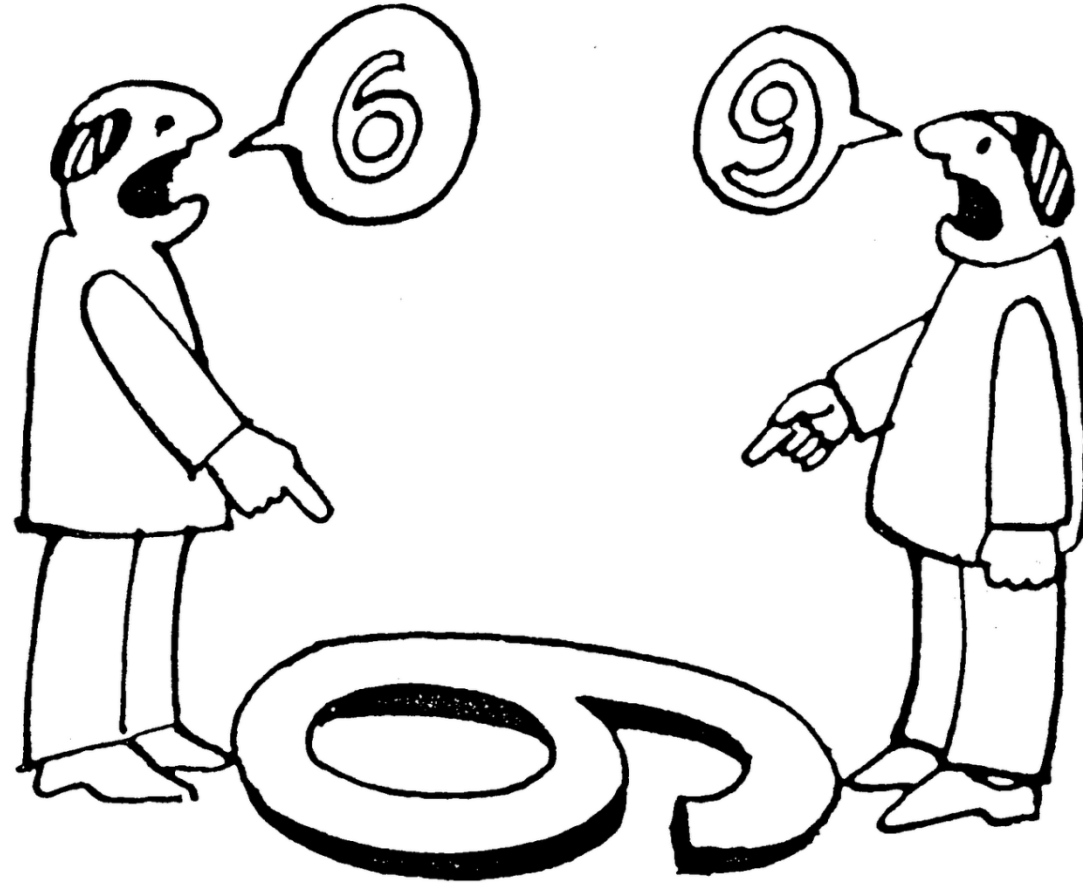
- Yunanca "**En-**" (iç, içine, içinde) ve "**-patheia**" (duygu, acı, hissetme, algılama) anlamındadır
- Aynı duyguları hissetme





**Komşun hakkında hüküm vermeden
önce, iki ay onun makosenleriyle
yürü!**

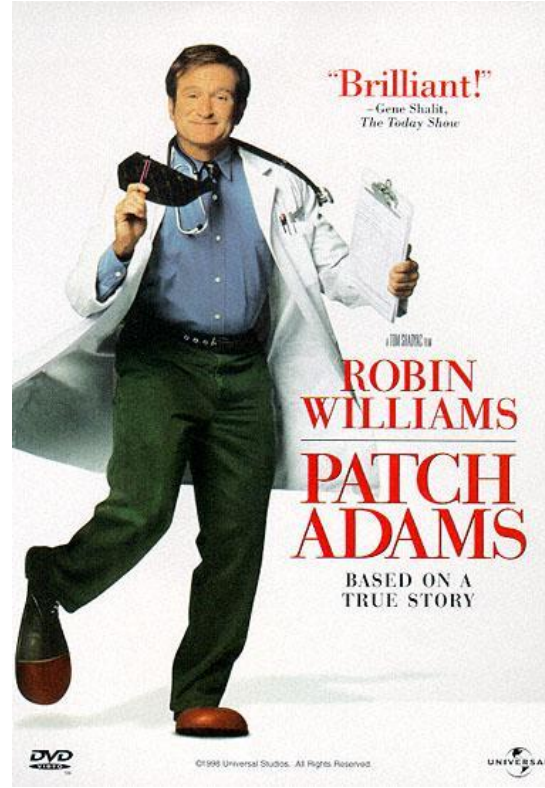






Uygulama







Etkin dinleme için

- Dinlemeye gerçekten istekli olun
- İlgili olun
- Acele etmeyin
- Soru sorun
- Dinlediğinizi beden diliyle belli edin
- Tartışmaya değil, anlamaya çalışın
- Önce dinleyin, sonra konuşun

Özet



Kaynakça

