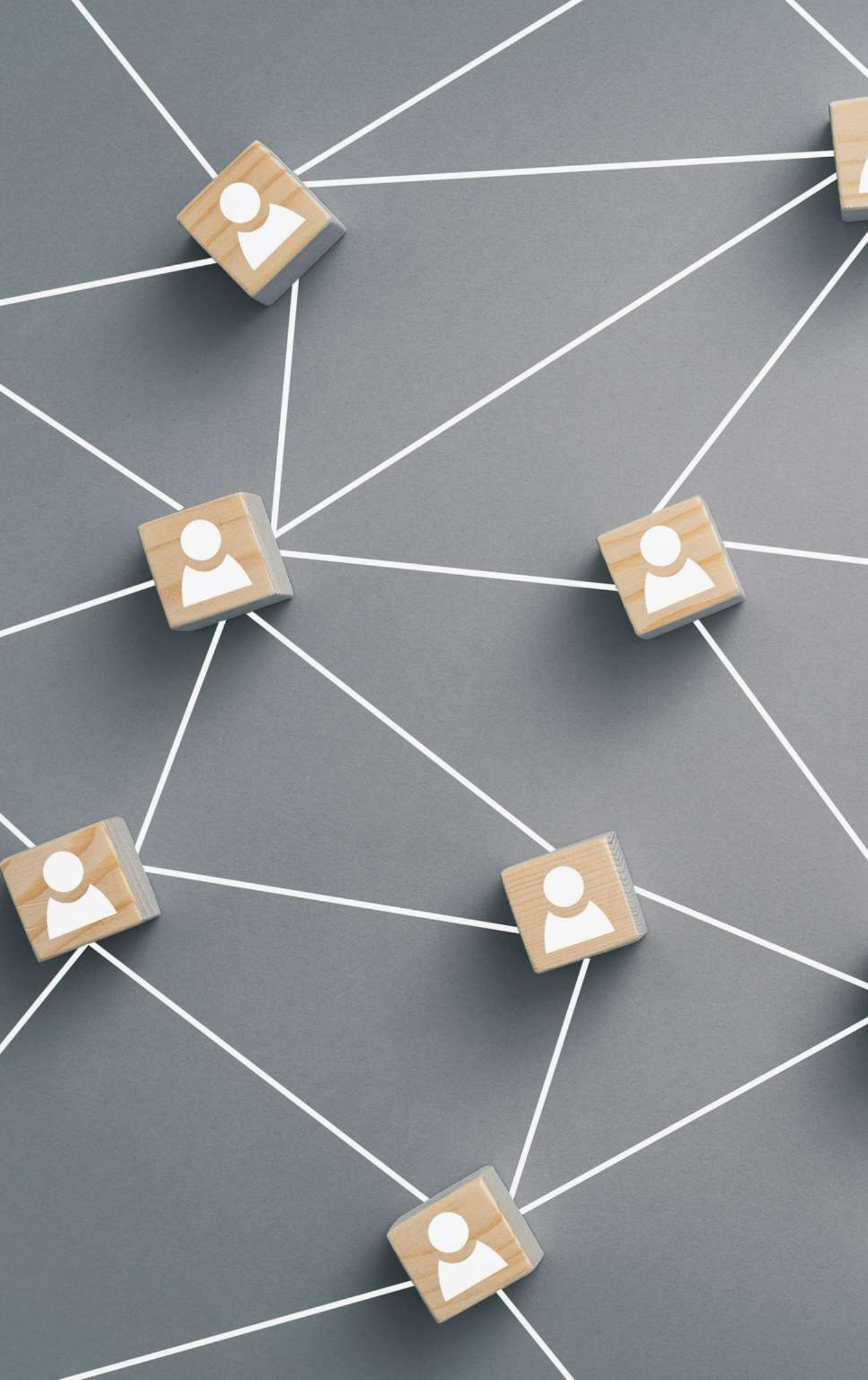


İLETİŞİM BECERİLERİ





Başlarken...

İletişim Nedir?

İletişim kurmak....

Sen dili... Ben dili

İletişim Engelleri

İLETİŞİM NEDİR?



Bizim başkalarını, başkalarının da bizi bizi anlamasına yarayan bir SÜREÇTİR.

Düşünme ve görüşlerin sözlü yada sözsüz olarak karşılıklı alışverişidir.



**ÖNEMLİ OLAN NE
SÖYLEDİĞİN DEĞİL
NASIL
SÖYLEDİĞİNDİR...**

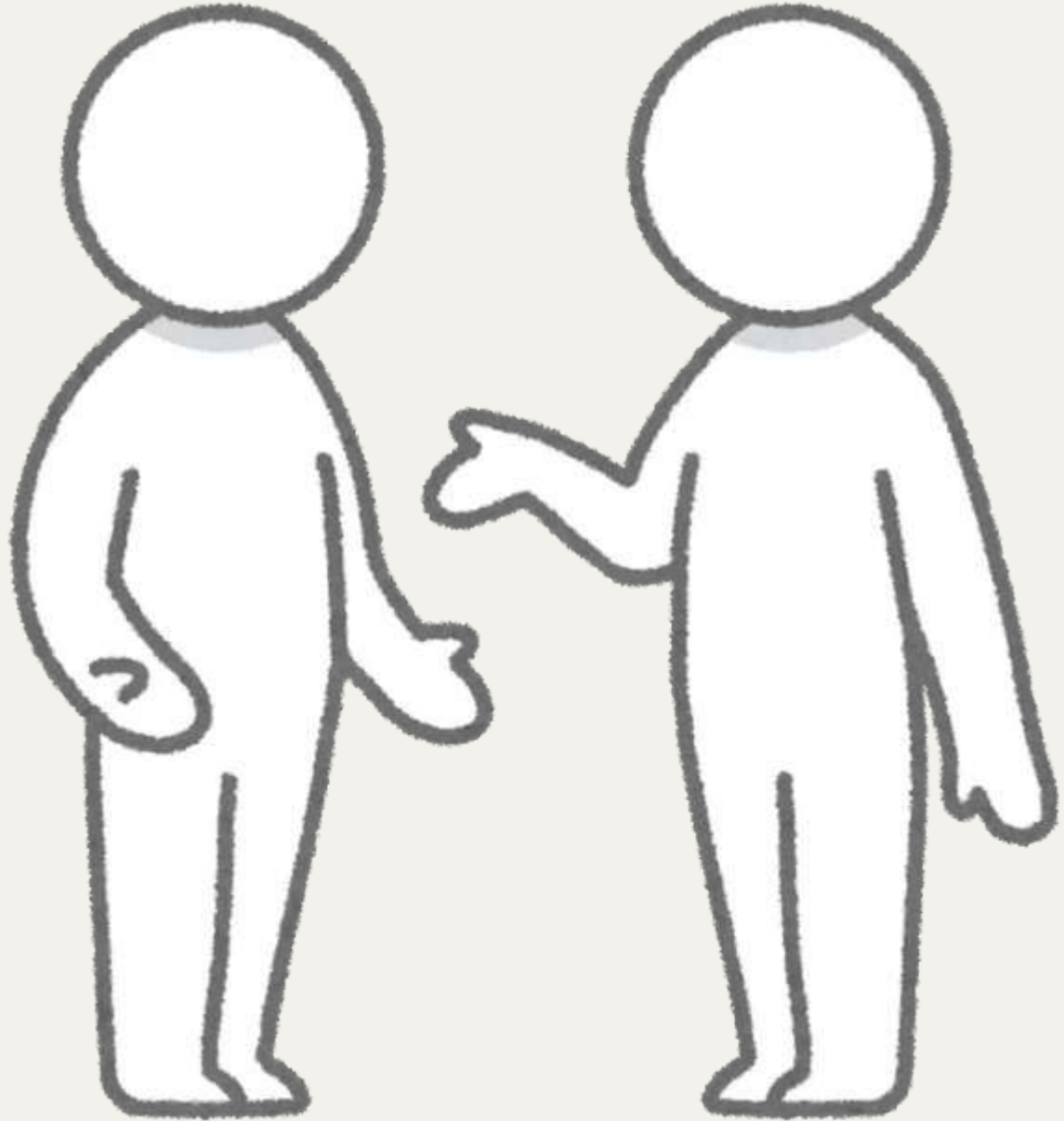
Anne babalar ne söylüyor?

- Hiç bir şeyi söylemeden yapmıyor. Sürekli onun arkasından eşyalarını toplamaktan bıktım.
- Her fedakarlığı yapıyorum yeter ki ders çalışsın diye..
- Hep yalan söylüyor, artık ona inanmıyorum
- Kendine uygun olmayan arkadaşları var onlarla görüşmesini yasakladım

Çocuklar ne anlıyor?

- Sürekli beni eleştiriyorlar.
- Onlar için önemli olan benim derslerdeki başarım. Beni önemsemiyorlar.
- Beni dinlemiyorlar, anneme babama hiçbir şey anlatmak istemiyorum.
- Sürekli dedektif gibi peşimdeler

Çocuğumuzla Nasıl İletişim Kurmalıyız?



Konuşmalarını yarıda kesmeyin.

Dikkatli bir şekilde dinleyin ve dinlediğınızı davranışlarınızla belli edin.

Empatik, sabırlı ve kabul edici olun.

Geri bildirim verin.

Daha fazla konuşmak yerine daha fazla dinleyin.

Sen Dili

Suçlayıcıdır, karşıdaki kişiye anlaşılmadığını hissettirir. Çocuğun direnmesine ve savunucu iletişime geçmesine neden olur. Davranıştan çok kişiliğe yöneliktir.

örnek:

- Çok geç kaldın. (Suçlusun, geciktin-SEN DİLİ-)
- Saatten haberin var mı? (Çok geç geldin-SEN DİLİ-)
- Beni çok endişelendirdin. (Sen beni endişelendirdin suçlusun-SEN DİLİ-)



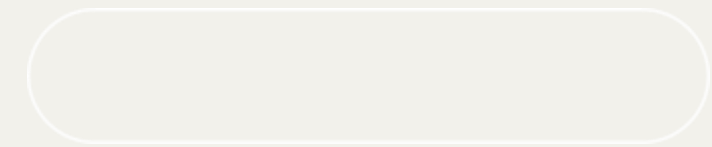
Ben Dili

Ben iletisi alan çocuk, duygunun nedenini anladığı için savunmaya geçmez, suçluluk hissettirmez, yakınlaşmayı sağlar, anlaşmazlıkları azaltır.

- örnek:**
- Çok geç kaldın. (Suçlusun, geciktin-SEN DİLİ-)
 - Sen çok geç kalınca, başına bir şey geldiğini düşünerek çok korktum. (Ben korktum -BEN DİLİ-)
 - Beni çok endişelendirdin. (Sen beni endişelendirdin suçlusun-SEN DİLİ-)
 - Çok endişelendim. (Gecikince ben endişelendim-BEN DİLİ-)
 - Saatten haberin var mı? (Çok geç geldin-SEN DİLİ-)
 - Saat 18.00'de evde olman gerekirken 2 saat geciktin. Bende seni aramak zorunda kaldım. Beni çok üzdün. (-BEN DİLİ-)



ILETİŞİM ENGELLERİ



Duymayan Kim????

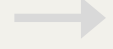
Adam doktora gider:

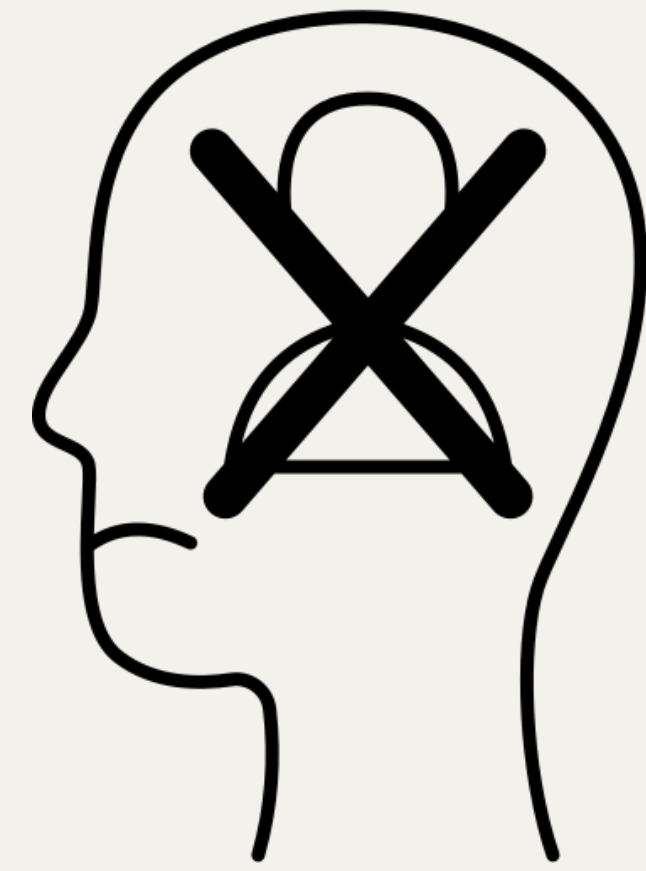
- "Doktor bey, galiba karımda işitme kaybı başladı. Ne yapabiliriz?" Doktor:
- "Eve gittiğiniz zaman, karınızın arkasında, biraz uzakta durun. Normal bir sesle ona soru sorun. Eğer sizi duymazsa biraz daha yaklaşın ve sorunuzu tekrarlayın. Hangi mesafede duyduğunu tespit edelim, ona göre bir tedavi uyguluyoruz." Adam eve döner. Karısı mutfakta yemekle uğraşmaktadır. Adam mutfağın kapısında durur ve normal bir sesle :
- "Hayatım, ne yiyoruz bu akşam?" diye sorar. Karısı cevap vermez. Adam bir iki adım atar ve bir kez daha sorar:
- "Hayatım, ne yiyoruz bu akşam?" Karısı yine cevap vermez. Adam kadının çok yakınına gelir ve tekrarlar:
- "Hayatım, ne yiyoruz bu akşam?" karısı cevap verir:
- "Üçtür köfte diyorum."



Sizce buradaki yanlış anlamaya yol açan ne?

• Benzer yanlış anlamalar sizin iletişiminizde oluyor mu?





İletişimde önyargılı olmak:

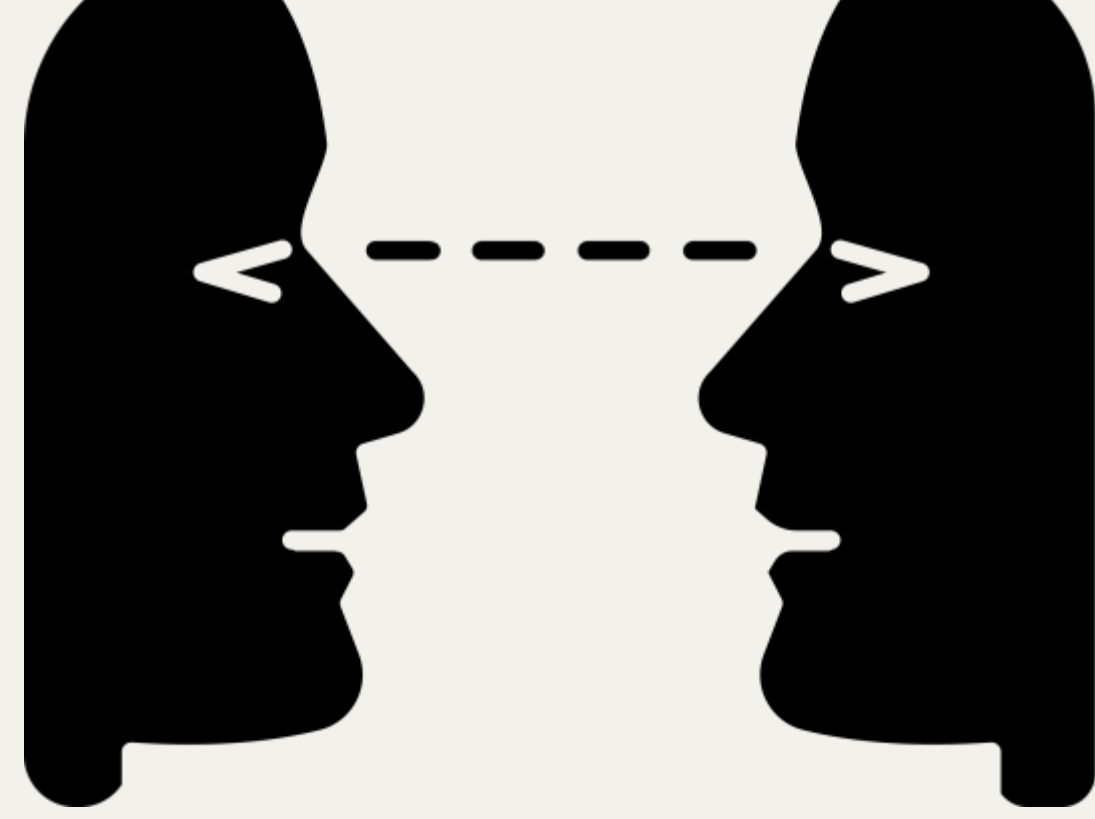
İnsanlara yada durumlara önyargılı yaklaşmak olumlu iletişim kurma şansını

engelleyeabilmektedir. Farklılıklar hoşgörüyle karşılanmalı ve şans verilmeli.



İletişim Engelleri

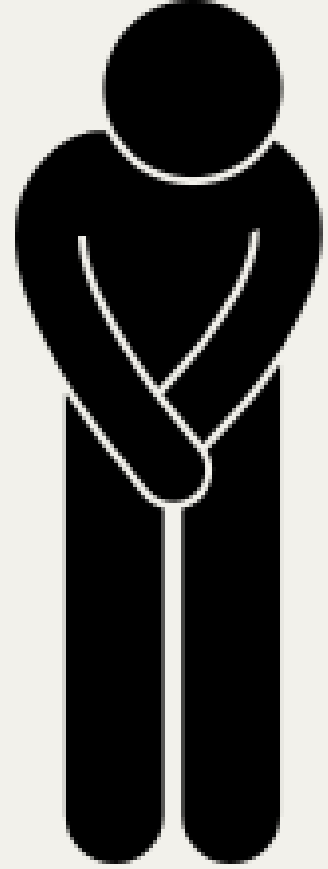
- beden diliyle destek vermemek
- alıngan tavır sergilemek
- emir vermek/zorlamak
- önyargılı olmak
- lakap takmak
- sen dili kullanmak
- duyarsız davranmak iletişim engelleri arasında sayılmaktadır.



İletişime beden diliyle destek vermemek:

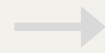
İletişim kurduğumuz kişiye dönük olmamak, konuşmanın içeriğine uygun tepkileri vermemek, yüz ve beden hareketlerimizle iletişimi desteklememek iletişimin istenilen düzeyde kurulmasını engelleyebilir.





İletişimde alıngan tavır sergilemek:

Hoşumuza gitmeyen bir durumu, ilgili kişiye uygun bir şekilde iletmek yerine alınganlık göstermek yada küsmek problemin çözülmesine imkan vermediği gibi iletişim kurmayı da engelleyebilir.

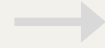




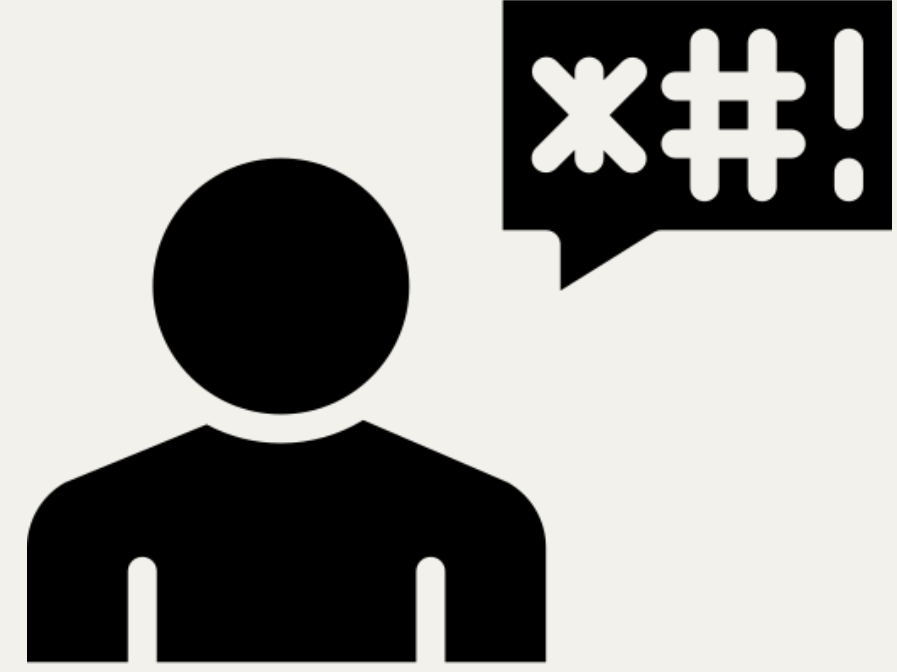
İletişimde emir vermek/zorlamak:

İletişimin saygıya dayalı eşit koşullarda olmaması, iletişimi engelleyebilir.

İletişimde karşı tarafın kişisel kararını verme hakkı unutulmamalıdır

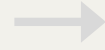


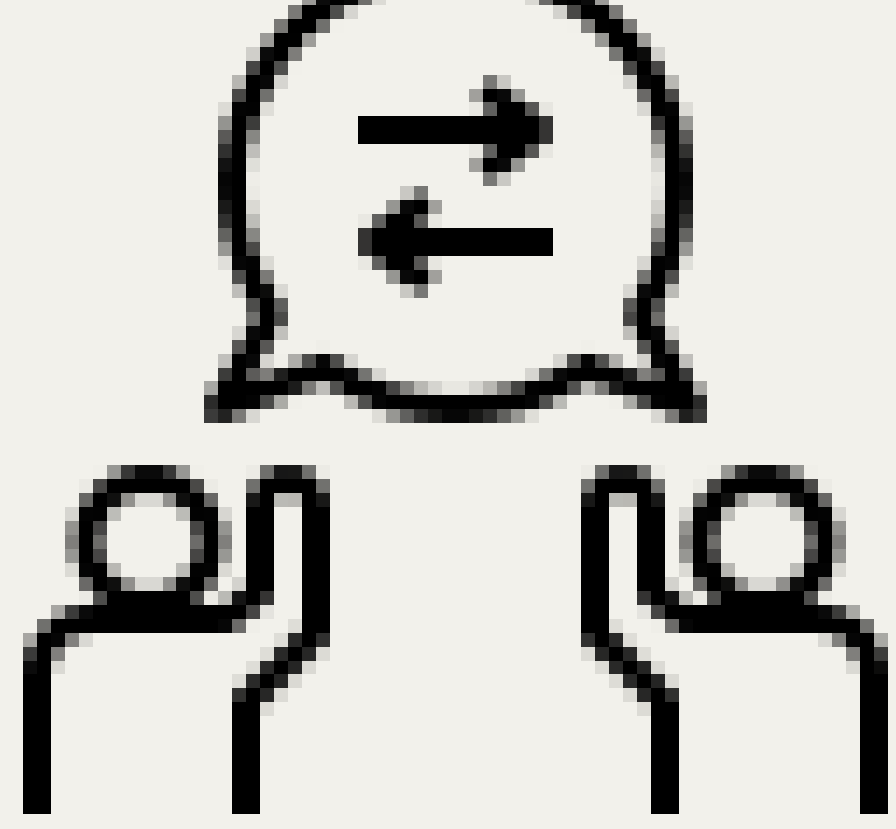
İletişimde lakap takmak:



**İletişim kurmak istediğimiz kişilere kendi isimleriyle hitap etmeme
iletişimin**

engellenmesine neden olabilir.





İletişimde sen dili kullanmak:

Yaşanan bir problemi karşıdaki kişiye suçlayıcı ve yargılayıcı cümlelerle

iletmek, kişinin kendini savunmasına ve iletişimin kopmasına neden olabilir.

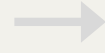




İletişimde duyarsız davranmak:

Duruma yada kişiye karşı duyarsız ilgisiz yaklaşmak iletişimin derinleşmesini

engellebilir. Empati kurmayı engeller.



Son Olarak...

Düşündüğünüz,

Söylemek istediğiniz,

Söylediğiniz,

Söylediğinizi sandığımız,

Karşınızdakinin duymak istediği,

Duyduğu,

Anlamak istediği,

Anladığı arasında farklar vardır.

Böylelikle insanların birbirini yanlış anlaması için en az dokuz olasılık vardır.

DİNLLEDİĞİNİZ İÇİN TEŞEKKÜRLER...

