



İletişim Nedir?

İletişim Lâtince bir kelime olan *Communicare* fiilinden gelmektedir. Anlamı “**ortak kılmadır**”. Duygu ve düşüncelerin **konuşma, yazı ve resim** gibi **semboller** kullanarak paylaşımı sürecidir. Bilgi, düşünce, duygu ve deneyimleri biçimlendirmek ve anlaşılabilir kılmaktır. İki insan birbirinin farkına vardığı anda başlar.

Kişilerin söylediği /söylemediği, yaptığı /yapmadığı her şeyin anlamı vardır.

İLETİŞİMİN AMACI

- Sorun Çözmek
- Anlatmak, Anlamak
- İşbirliği
- Disiplin Altına Almak
- Etkilemek
- Bilgi Vermek
- İkna Etmek
- Farklı Görüşleri Açmak
- Tartışmak
- Değerlendirmek
- Öğrenmek
- Yön Vermek
- Karşı Koymak
- Denetlemek
- Paylaşmak
- Değiştirmek

REHBERLİK SERVİSİ



Erkut EKİCİ

**Psikolojik Danışman / Rehber
Öğretmen**

İLETİŞİM BECERİLERİ NELERDİR?

Dinleme: Dinleyen kişi; gönderilen mesajın ne anlama geldiği üzerine yoğunlaşır. Mesajı gönderen kişiye, anlaşıldığına dair geribildirim verir.

Empati: Kendini karşısındakinin yerine koyarak olaylara onun gözleri ile onun dünyasından bakması, o kişinin duygu ve düşüncelerini anlaması, hissetmesidir.

Geri Bildirim: Mesajı alan kişinin karşısındakinin söylediklerinin içerisindeki duygu ve düşünceyi anladıktan sonra, iletişimin devamını sağlayacak nitelikte uygun iletide bulunmasıdır.

Geri bildirim kalitesi iletişimin devamını ve yönünü belirler.

Göz Konağı: Gözün kendisi başlı başına bir mesaj kaynağıdır. Göz teması kurmak ilgi anlamına gelmektedir.

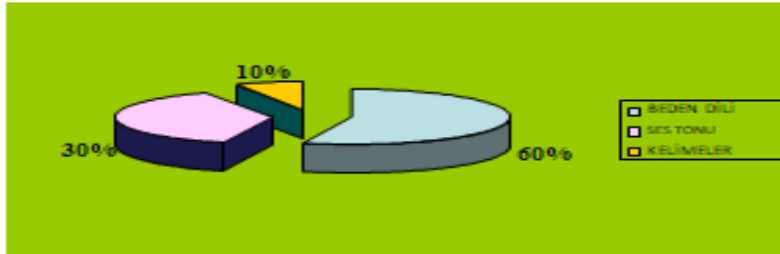
Yüz İfadesi: Yüz ifadesi, memnuniyet, mutluluk, kızgınlık, coşku, merak vb. duyguların mimiklerle anlatılmasıdır.

Ei-Kol Hareketleri ve Jestler: Yaratıcılığımızı ellerimizle dünyaya yansıtırız. Resmi, heykeli, yemeği ellerimizle yapar, düşüncelerimizi dünyaya ellerimizle ifade ederiz. Bazen ufacık bir dokunma yüzlerce hoş kelimedenden daha etkili olabilir.

**BEDEN DİLİ
SES TONU
KELİMELE**

**% 60
% 30
% 10**

**NASIL görüldüğümüz
NASIL söyledüğümüz
NE söyledüğümüz**



Sen Dili

- ✓ Suçlayıcıdır.
- ✓ Davranıştan çok kişiliğe yöneliktir.
- ✓ Kişiyi anlaşılmadığını hissettirir.
- ✓ Neye kızıldığının anlaşılmasına neden olur.
- ✓ Kişiyi incitir, kırar.

Örnek:

“Yeterince açık konuşmuyorsun.”
“Yemeğe hep geç geliyorsun.”

Ben Dili

- ✓ Savunmaya itmez.
- ✓ Suçluluk hissettirmez.
- ✓ Duygunun nedeni anlaşıldığı için iletişim sağlıklı olur.
- ✓ Yakınlaşmayı sağlar.
- ✓ Anlaşmazlıkları azaltır.
- ✓ Konuşan kişiyi rahatlatır.

Örnek:

“Yüksek sesle konuştuğum zaman dikkatim dağılıyor. Böyle olunca da gerginleşiyorum.”

İletişimdeki en önemli şey söylenmiş olanı duymaktır.

Peter DRUCKER