İletişim Nedir?



Yüz yüze sağlıklı iletişim (temsilî)

Yapbozun parçaları

Yapboz parçaları birleşince resim ortaya çıkar. Toplumda da her birey bir parçadır. Saygı, hoşgörü, yardımlaşma ve iletişim bu parçaları bir arada tutar. Komşuya selam vermek, otobüste yer vermek, derste söz istemek küçük ama güçlü iletişim örnekleridir.

İLETİŞİM
Duygu, düşünce, bilgi ve deneyimlerin sözle, yazıyla veya sözsüz yollarla karşılıklı paylaşılmasıdır.

İLETİ
Karşı tarafa aktarılmak istenen duygu, düşünce veya bilgidir.

KİTLE İLETİŞİM ARACI
Bilgiyi geniş kitlelere kısa sürede ulaştıran telefon, gazete, radyo, televizyon, genel ağ gibi araçlardır.

A+ SINAVDA ÇIKABİLİR

İletişim **karşılıklıdır**. Yalnız konuşmak yetmez, karşıdakini gerçekten anlamak gerekir. Toplumun düzenli ve huzurlu yaşaması da buna bağlıdır.

İletişimin üç türü

Tür	Nasıl olur?	Örnek
Sözlü	İleti, dile özgü ses ve sözcüklerle konuşarak aktarılır.	Telefonla görüşmek, derste soru sormak
Yazılı	İleti, yazı aracılığıyla aktarılır.	Mektup, mesaj, e-posta, dilekçe
Sözsüz	İleti; beden hareketi, jest, mimik, görünüş, kıyafet gibi yollarla aktarılır.	Gülümsemek, baş sallamak, el sallamak

DİKKAT!

Yazıda ses tonu ve yüz ifadesi görünmez. Bu yüzden **çevrim içi mesajlar** kolayca yanlış anlaşılabilir.

Grup yazışmasında bir yanlış anlama

Selim: "Bu projeyi herkes son güne bıraktı galiba."
Mina: "Beni mi kastediyorsun? Sen zaten erken bitirdin."
Selim: "Kimseyi kastetmedim, kendimi de katarak söyledim. Üzdüysem özür dilerim."
Mina: "Yazınca öyle anladım, sorun değil. Yarın yüz yüze konuşalım."

Yanlış anlamayı önlemek için

- Mesajını açık ve net yaz.
- Emojileri yerinde kullan.
- Önemli konuları yüz yüze konuş.
- Yanlış anlaşıldıysan açıkla, özür dile.

Göz teması ne söyler?

Konuşurken karşındakinin gözüne bakmak sessizce şunu söyler: "Sana değer veriyorum, seni dikkatle dinliyorum." Göz teması güven verir, karşındakini önemsediğini gösterir.

Etkili İletişimin Beş Anahtarı

ETKİLİ İLETİŞİM Bireylerin birbirini açık, doğru ve samimi biçimde anlayabilmesidir. Amaç konuşmak değil, karşıdakini gerçekten anlamaktır.

Anahtar	Ne demek?	Örnek
Empati	Kendini başkasının yerine koyup olaylara onun gözünden bakmak, bunu ona da hissettirmek	"Canın sıkılmış, dersim bitince birlikte oynayalım."
Ben dili	Duygu ve düşünceyi suçlamadan, yargılamadan söylemek	"Eşyalarım izinsiz alınınca rahatsız oluyorum."
Farklılıklara saygı	Düşünce, inanç, yaşam biçimi ve değerlere ön yargısız yaklaşmak	Başka ülkeden gelen arkadaşının kültürünü öğrenmek
Etkin dinleme	Söze olduğu kadar duyguya da dikkat ederek, sözü kesmeden dinlemek	Göz teması kurmak, "Seni anlıyorum." demek. Atasözü: "İki dinle, bir söyle."
Beden dili	Duyguyu jest, mimik, duruş, mesafe gibi sözsüz yollarla göstermek	Gülümsemek, karşıdakine yönelmek

Sen dili: Suçlayan, yargılayan dil	Ben dili: Duygusunu anlatan dil
"Sen hep gürültü yapıyorsun!"	"Sınıfta ses yükselince dersi izleyemiyorum."
"Odan yine berbat, çok dağınıksın."	"Odadaki dağınıklık beni huzursuz ediyor."
Kişiliği hedef alır, savunma ve tartışma doğurur.	Davranışa odaklanır, olumlu ve yapıcıdır; konuşmaya kapı açar.
Benlik saygısını zedeler.	Benlik saygısını olumlu etkiler.

A+ SINAVDA ÇIKABİLİR

Ben dili karşıdakini **suçlamaz**, kendi duygunu anlatır. Bu yüzden öfkeyi azaltır, sorunu çözmeyi kolaylaştırır.

Jest ve mimik

Mimik: Yüzdeki ifadelerdir. Gülümsemek, kaş çatmak gibi.
Jest: El, kol, baş gibi organların hareketleridir. El sallamak, baş sallamak gibi.

İyi bir konuşmacı

Kelimeyi doğru söyler, göz teması kurar, sesini ve vurgusunu ayarlar, açık ve net konuşur, soruları içtenlikle yanıtlar.

Neden önemli? Etkili iletişim güven ve mutluluk getirir; sevgi, saygı, yardımlaşma ve dostluğu güçlendirir, sorunların büyümeden çözülmesini sağlar.

Sınıfa yeni gelen arkadaş

Sınıfa Azerbaycan'dan gelen Leyla, kelimeleri farklı söylediği için ilk gün çekindi. Bazıları güldü. Derin ve Sude ise teneffüste ona yeni kelimeler öğretti, Leyla da ülkesinin yemeklerini ve oyunlarını anlattı. Sınıf, farklılığın bir **zenginlik** olduğunu gördü.

Barışçıl iletişim: Kardeşin eşyana yanlışlıkla zarar verince kızmak yerine "Bir dahaki sefere daha dikkatli ol, olur mu?" demek; soruyu yanlış anlayan grup arkadaşına "İstersen birlikte tekrar bakalım." demek.

İletişimi Ne Engeller?

İLETİŞİM ENGELİ Duygu, düşünce ve ihtiyaçların doğru ve açık aktarılmasını zorlaştıran veya önleyen tutum, davranış, sözlü ya da sözsüz etkenlerin tümüdür.

BUNU UNUTMA

Çatışma bazen bizden, bazen karşımızdakinden kaynaklanır. Önce **kendi davranışımıza** bakmalıyız.

Günlük hayatta

- Konuşurken sürekli telefona bakmak
- Söz kesmek, sık sık öğüt vermek
- Alaycı konuşmak, suçlamak
- Sabırsızlık, dikkatsizlik, empati eksikliği

Dijital ortamda

- Mesajın açık olmaması
- Ekran arkasında daha kolay kırıcı olmak
- Bağlantı kopması, iletinin geç gitmesi
- Dijital dili herkesin bilmemesi

Trafikte bir sınav

Kaan babasıyla giderken bir araç birden önlerine çıktı. Babası arabadan indi, karşı sürücü de kavgaya hazırdı. Ama babası sakince "Birden önüme çıkınca telaşlandım, siz iyi misiniz?" dedi. Öteki sürücü yumuşadı, özür diledi. Suçlamak yerine duygusunu anlatmak kavgayı önledi.



Sakinlik gerginliği azaltır (temsilî)

A+ SINAVDA ÇIKABİLİR

Aynı olay farklı dille **farklı sonuç** verir. Sakin ve anlayışlı dil gerginliği azaltır. Bu yüzden iletişim, toplumsal huzurun temelidir.

Özür dilemek de iletişimdir

Kantinde arkadaşının ayranını döken Nehir hemen peçete getirdi, gözlerine bakarak "Dikkat etmedim, kusura bakma." dedi. Arkadaşı "Kaza oldu, önemli değil." diye gülümsedi. İçten özür ve hoşgörü, dostluğu korur.

Uzlaşma: Anlaşmazlıkta karşılıklı anlayışla ortak bir yol bulmaktır. Grup ödevinde Tuna video, Derin maket yapmak istedi. Tartışmak yerine birbirini dinlediler, maketi tanıtan kısa bir video çektiler. Barışçıl iletişim böyle olur.

Notlarım

Öğrenme çıktısı: Dâhil olduğu gruplarda ve sosyal hayatta etkili iletişimin önemini sorgulayabilme

Kendimi Deniyorum

A. Doğru mu, yanlış mı?

Cümle doğruysa "D", yanlışsa "Y" yazınız.

☐ 1. Empati, kendini başkasının yerine koymaktır.

☐ 2. Sen dili iletişimi güçlendirir.

☐ 3. Jest; el, kol, baş gibi organların hareketidir.

☐ 4. Yazılı mesajlar asla yanlış anlaşılmaz.

☐ 5. Konuşurken sürekli telefona bakmak iletişim engelidir.

B. Eşleştirelim

Kavramın harfini ilgili açıklamanın başındaki kutuya yazınız.

A) Ben dili	☐	Aktarılan duygu, düşünce veya bilgi
B) Sen dili	☐	"Dağınıklık beni huzursuz ediyor."
C) Mimik	☐	Sözü kesmeden, göz teması kurarak anlamak
D) Etkin dinleme	☐	"Odan yine berbat, çok dağınıksın."
E) İleti	☐	Yüzdeki ifadeler

C. Boşlukları dolduralım

Kelimeler: **sözsüz** **empati** **etkin** **kitle**

1. Radyo, televizyon, genel ağ ..... iletişim araçlarıdır.
2. Jest ve mimik ..... iletişime örnektir.
3. Kendini başkasının yerine koymaya ..... denir.
4. "İki dinle, bir söyle." sözü ..... dinlemeyi hatırlatır.

D. Düşünelim, yorumlayalım

1. Sınıf grubunda Tuna "Bu ödevi çok kişi yapamamış galiba." yazmış, Sude ise bunu kendisine söylenmiş sanıp kırılmıştır.

a) Yanlış anlaşılmanın nedenini dijital iletişim açısından açıklayınız.
b) Tuna ve Sude'nin sorunu çözmek için yapabileceği birer davranış yazınız.

2. Mert, kardeşine "Sen hep eşyalarımı bozuyorsun, çok dikkatsizsin!" demiştir.

a) Bu cümle hangi iletişim biçimidir? Karşıdakini nasıl etkiler?
b) Aynı duyguyu ben diliyle bir cümle olarak yazınız.

Bu konunun şarkısını Onur Akmeşe YouTube kanalından dinlemeyi unutmayın!