



Bu proje, Avrupa Birliđi ve Türkiye Cumhuriyeti tarafından finanse edilmektedir.



ERKEN EğİTİMİ SEÇ!

# T.C. MİLLÎ EğİTİM BAKANLIđI TEMEL EğİTİM GENEL MÜDÜRLÜđÜ

## OTURUM 4: ETKİLİ İLETİŞİM



Bu projenin sözleşme makamı  
Merkezi Finans ve İhale Birimi'dir.



Bu proje, UNICEF'in teknik desteđi  
ile yürütölmektedir.



# ISINMA ETKİNLİĞİ: “Kim Bu?”

# ETKİLİ İLETİŞİM

- Sağlıklı iletişim, çocuğun ruh sağlığı için çok önemlidir.
- Çocuğun iletişim becerileri geliştirmesinde anne ve babanın rolü büyüktür.
- Çocukla kurulan **etkili iletişim** onun kendine güveni ve çevresine saygısının gelişimi için en önemli kaynaklardan biridir.
- Anne babalar, çocuklarına da konuşma ve kendini ifade etme şansı sağlayarak, önce kendini **“birey”** olarak algılamasına ve **özgüvenini** kazanmasına olanak tanınmalıdır.



**Kabul Etme**

**Etkin Dinleme**

**ETKİLİ  
İLETİŞİM**

**Empati**

**Ben Dili**

# ETKİLİ İLETİŞİM

## Etkili iletişim için:

- İletişim kurulan kişiyi olduğu gibi **kabul etme**,
- **Etkin dinleme**,
- **Empati** (Diğer bireylerin duygularını ve bakış açısını anlamak),
- **Ben dili** kullanımı gerekir.



# KABUL ETME

- Kişilerarası iletişimde **temel ilke** kabul etmedir.
- Kişileri oldukları gibi kendi özellikleri ile kabul etmek, yargılamadan, eleştirmeden dinlemek önemlidir.
- Kabul karşıdaki kişiye değer verildiğinin bir göstergesidir.
- Kabul dili kullandığında bireyin kendi problemini ve bu problem karşısında hissettiği duyguları açıkça dile getirmesi ve problemle yüzleşerek onun üstesinden gelmesi sağlanır.
- Kabul dili kullanıldığında çocuk, etkili iletişimin önemli bir parçasını oluşturan yapıcı konuşmayı öğrenir. Böyle bir iletişim, çocuğa kendini iyi hissettirir, duygularını ifade etmesini sağlar, benlik saygısını güçlendirir.



# ETKİNLİK 1: “Kabul Dili”



## **ETKİNLİK 2: “Can Kulağı ile Dinleyelim”**



# ETKİN DİNLEME

- Etkin dinleme çocukla kurulacak iletişim tekniklerinden en etkili olanıdır.
- Anne babanın çocuğun söylediklerini sadece pasif bir şekilde dinlemesi yeterli değildir. Çocuk bu durumda dinlendiğini bilir ama anlaşıldığından emin olamaz.
- Erken çocukluk döneminde etkin dinleme için:
  - Çocuğun söyledikleri, jest ve mimiklerle, baş hareketleri ile onaylanmalıdır.
  - Çocuğun seviyesine inilerek **çocukla göz teması** kurulmalıdır.
- Etkin dinleme kullanıldığında çocuk iç dünyasını ve duygularını serbestçe ifade edebilecek, kendisinin değerli olduğunu hissedecektir.

# ETKİN DİNLEME

## Etkin dinleme için;

- Konuşulan kişiye tüm dikkatini vermek.
- Beden dili ile dinlediğini göstermek.
- Konuşan kişinin sözünü kesmemek.
- Konuşanın düşüncelerini ve duygularını daha iyi ifade edebilmesi için açık uçlu sorular sormak.
- Konuşan kişiye doğru geri bildirim vermek.

# EMPATİ

- Empati, *“bireyin kendini karşısındakinin yerine koyabilmesidir”*.
- Empati kurmanın bir koşulu:
  - anne babanın çocuğun duygu ve düşüncelerini doğru anlamasıdır.
- Empati kurulabilmesi için anne babanın empatik anlayışını çocuğa iletmeleri önemlidir. Empatinin çocuğa hissettirilebilmesi için bir takım empatik tepkiler verilmelidir. Jestler, mimikler ve sözel mesajlar kullanılarak empati çocuğa aktarılabilir.
- Empatik anlayış:
  - çocukların diğer bireylerle **daha rahat iletişimde** bulunması,
  - **ilişkilerinin daha sıcak olması** açısından rahatlık sağlar.





## **ETKİNLİK 3: “Anla Beni”**

# BEN İLETİLERİ

- Anne ve babaların çocukları ile sağlıklı iletişim kurabilmeleri için **sen dili yerine ben dilini** kullanmaları gereklidir.

**Sen Dili:** karşımızdaki kişiye kızgınlığın nedenini açıklamayan mesajlar iletir ve suçlama içerdiği için karşıdaki kişiyi savunmaya yöneltir ve sorun büyür.

- Sen iletleri iletişimi engeller ve genellikle kızgınlık ifadeleri için kullanılır.

## Örnek:

“Böyle davranırsan”, “Neden böyle yaptın?”, “Bıktım senden”

- Sen dili ile yapılan çocuğu küçük düşürücü ifadeler çocuk tarafından kendinin sevilmediği ve kabul edilmediği şeklinde algılanır.

# BEN İLETİLERİ

## Ben Dili:

- Sen dili iletişimi zorlaştırırken ben dili ile konuşmak iletişimi kolaylaştırır.
- Bireyin karşılaştığı davranış ve durum karşısında kendi duygu ve düşüncelerini açıklayan ifade şeklidir.
- Ben mesajlarında kişi karşıdaki kişi hakkında yaptığı değerlendirmeleri paylaşmak üzere sorumluluk yüklenir.  
İletişimde sorunlar anlatılırken “ben dili” kullanıldığında diğer birey incitilmeden mesajlar verilmiş olur.
- **Örnek:**  
Baba, gürültü yapan çocuklara “Kaybolun gözümün önünden” demek yerine “İş yerinde bugün çok yoruldu, gürültü yaptığınız zaman kendimi çok kötü hissediyorum” derse ben iletisini kullanmış olur.

# BEN İLETİLERİ

ONAYLANMAYAN DAVRANIŞI AÇIKLAMA	DAVRANIŞIN NEYE YOL AÇTIĞI	BU Davranışın YARATTIĞI
DAVRANIŞ	ETKİ	DUYGU
1. Dışarıda <b>elimi bırakıp koşmaya</b> başladığında	<i>aniden bir araba çıkıp sana <b>zarar verecek</b> diye</i>	<b>korkuyorum.</b>
2. <b>Yemeğini bitirmediğin zaman</b>	<i><b>sağlığın bozulacak</b> diye</i>	<b>üzülüyorum.</b>



## **ETKİNLİK 4:** **“Durum Kartları”**



# İLETİŞİMDE ENGELLER

- Anne babalar çocuklarını dinlediklerinde ve çocukları kendilerine bir sorunla geldiklerinde genellikle müdahale ederek soruna direkt çözüm yolları getirirler.
- Anne babaların kullandıkları bu müdahaleler iletişimin 12 engeli olarak karşımıza çıkar.

# İLETİŞİM ENGELLERİ

**Emir Vermek Yönlendirmek:**

"Yemeği ye, koşma, uyu"

**Uyarmak, Gözdağı Vermek:**

"Eğer ağlamaya devam edersen pişman olursun"

**Ahlak Dersi Vermek:**

"Yapmalıydın."

**Yargılamak, Eleştirmek, Suçlamak:**

"Sen zaten çok yaramazsın", "Kötü çocuk oldun"

**Ad Takmak, Alay Etmek, Utandırmak:**

"Yine tuvaletini bezine yaptın değil mi?"  
"Sen bebek olmuşsun!"

**Öğüt Verme, Çözüm Getirme, Fikir Vermek:**

"Ben olsam bu şekilde davranmazdım"  
"Neden odanı toplamıyorsun?"

**İncelemek, Araştırmak, Soruşturmak:**

"Neden...?" "Kim...?"

**Mantık Yoluyla İnandırmak, Tartışmak:**

"İşte bu nedenle hatalısın", "Evet ama..."

**Yorumlamak, Analiz Etmek, Teşhis Koymak:**

"Senin derdin nedir biliyor musun?" ve  
"Aslında sen şunu demek istiyorsun"

**Güven Vermek, Desteklemek,  
Duyguları Paylaşmak:**

"Aldırma düzelir" "Zamanla iyi hissedersin"

**Övme, Aynı Düşüncede Olmak:**

"Çok haklısın" ve "Senin gibi düşünüyorum"

**Konuyu Değiştirmek, İşi Alaya Vurmak,  
Şakacı Davranmak, Oyalamak:**

"Aman boş ver" "Hadi gel televizyon seyredelim"

**DEĞERLENDİRME  
ETKİNLİĞİ 1:  
“Davranış-Etki-Duygu  
Alıştırması”**

**SORGULAMAK** GÖZDAĞI VERMEK  
YARGILAMAK, ELEŞTİRMEK, SUÇLAMAK  
ALAY ETMEK UYARMAK

**DEĞERLENDİRME  
ETKİNLİĞİ 2:  
“İletişim Engellerine  
Örnekler”**



**TEŞEKKÜRLER...**