

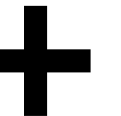


KEŞKESİZ BİR YAŞAM İÇİN
İLETİŞİM

AMAÇ

Gerek iş hayatımızda gerek özel hayatımızda iletişimsiz bir an yaşamıyoruz. Bu anların da her zaman keşkesiz olmasını isteriz.

Bu eğitim ile çalışanlarımıza iletişim kanallarını hatırlatacağız; «keşke» dediğimiz zamanların gün gün azalmasını sağlamak için farkındalık oluşturacağız.



İletişim Nedir?

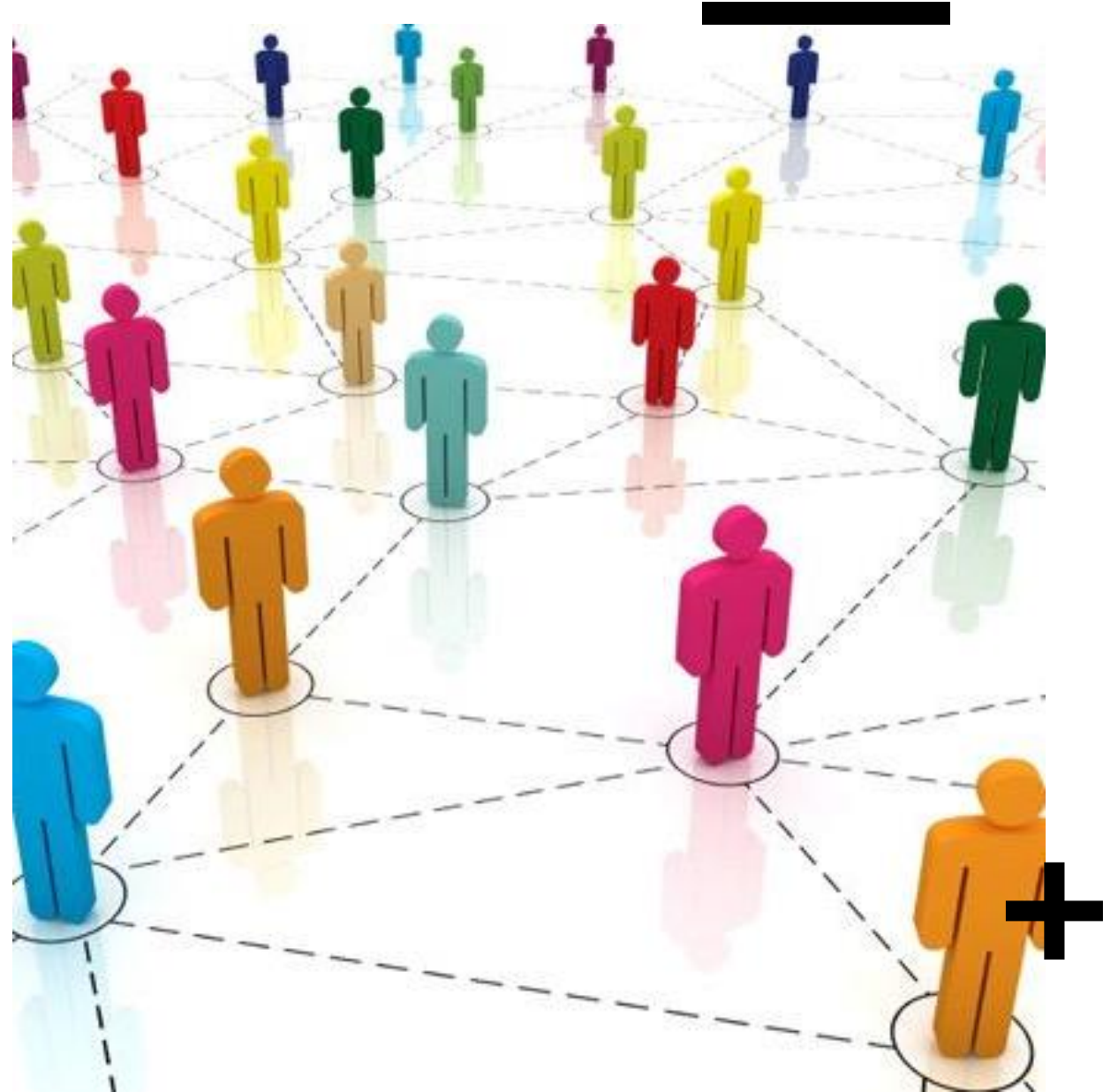


*İLETİŞİM ÇOK
KANALLI BİR
SÜREÇTİR*

- Görsel Kanal
- İşitsel Kanal
- Dokunsal Kanal
- Kokusal Kanal
- Tatsal Kanal
- İlk İzlenim

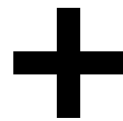
İletişimin Amacı

- Anlaşmak
- Kişileri belirli bir konuda, kaynağın isteği doğrultusunda ikna etmek
- Herhangi bir konuda, fikir, düşünce, durum ya da olayla ilgili kişileri bilgilendirmek
- Yönetmek
- İnsanları motive etmek
- Harekete geçirmek (eyleme geçirmek)
- Eğlendirmek
- Duyguları paylaşmak vb





İletişim Engelleri



- Dinlememe
- Algılar
- Mesajın Net Olmaması
- Yanlış Kanal Seçimi
- Şartlanmalar & Varsayımlar
- Teyit Eksikliği
- Beklentilerin Anlaşılınmaması ve Karşılınmaması
- Empati Yapmamak
- Beden Dilini Kullanmamak

Aktif Dinlemek




Dinlemek insan ilişkilerini geliştirmek ve güçlendirmek için taşımamız gereken özelliklerden birisidir.



A stylized graphic featuring a large, black, curved shape representing an ear, set against a dark grey background. Two red, jagged lines resembling sound waves are positioned on either side of the ear. The text 'Yanlış Dinleme Biçimleri' is written in white, bold, sans-serif font across the center of the ear graphic.

Yanlış Dinleme Biçimleri

-
- Gürültü
 - Fiziksel Yapı
 - Konuşmayı Sevmek
 - Etkili Dinlemenin İnsanı Yorması
 - Kendimizle Meşgul Olmamız
 - Önyargı
 - Başka Şeylerle Meşgul Olmak
- 

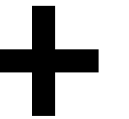
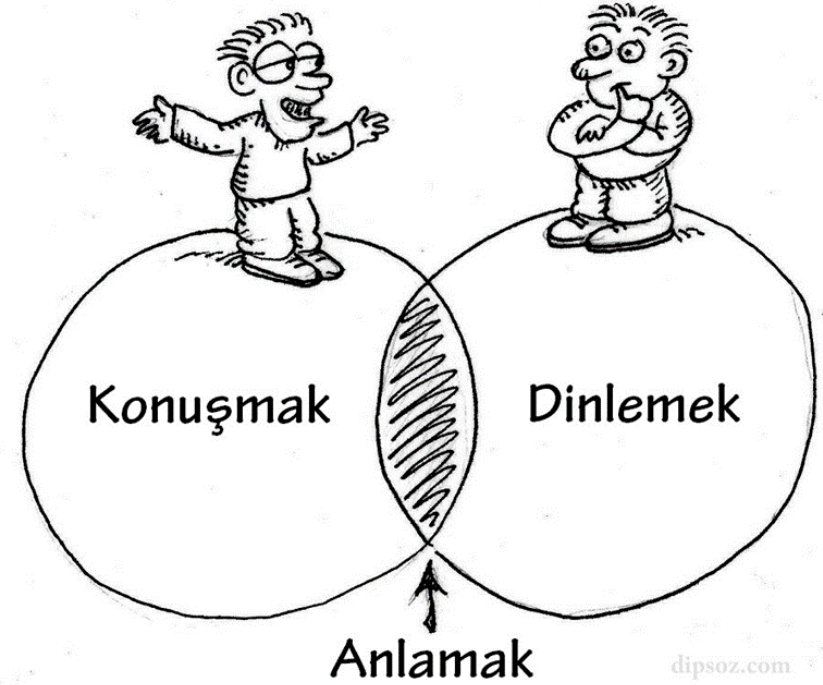
Etkili Dinleme İçin Pratik Öneriler



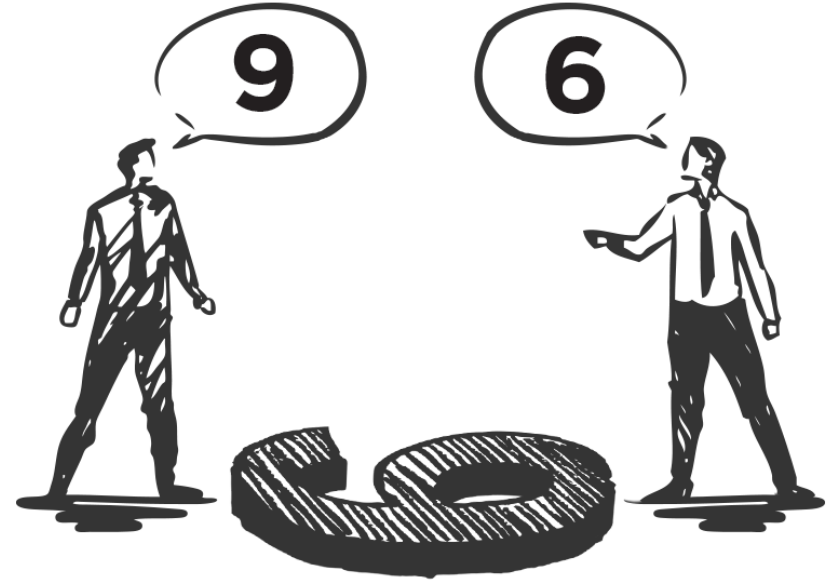
- Özellikle hataları düzeltmek ya da bir noktayı belirtmek için konuşanın sözünü kesmeyin
- Yargılamayın
- Yanıtlamadan önce düşünün
- Konuşanın yüzüne bakın
- Duyabilecek kadar yakında durun
- Duyduklarınızı saptıracak değerlerin ve önyargıların farkında olun
- Önemli noktaların altında yatan düşünceleri arayın
- Söylenenler üzerinde yoğunlaşın
- Karşınızdaki konuşurken yanıt vermekten kaçının
- Asla kavgaya dönüştürmeyin
- Dinleme esnasında söyleyeceğiniz şeyleri tasarlamayın
- Kestirip atmayın
- Genellemeyin



Dinlemek Anlamak Mıdır?



Algı



Algı, duyularımızın aldığı bilgileri yakalayan, işleyen ve aktif olarak anlam kazandıran bir kabiliyettir.



-Balığı çok severim



- Ben del



Şartlanmalar & Varsayımlar



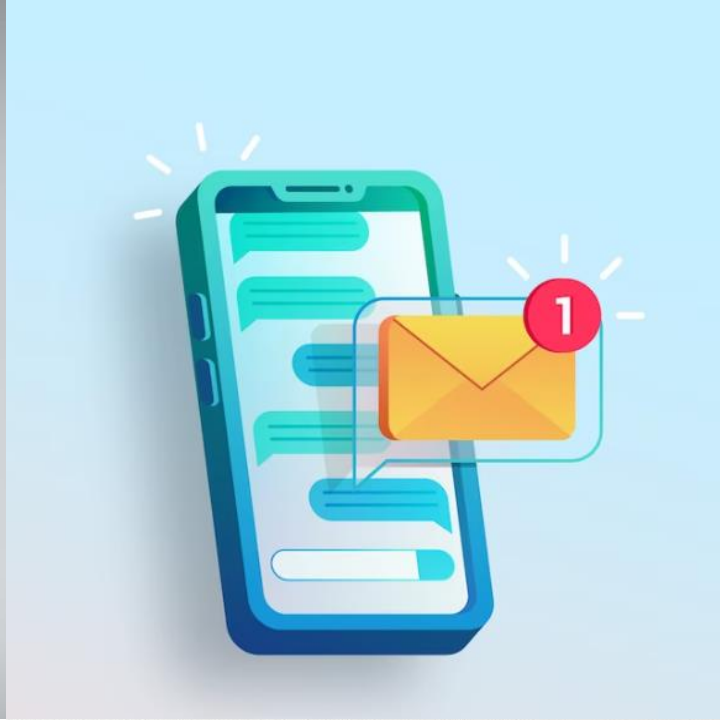
Erkek dişi sorulmaz, muhabbetin dilinde
Hakkın yarattığı her şey, yerli yerinde
Bizim nazarımızda, kadın erkek farkı yok
Noksanlık da eksiklik de, senin görüşlerinde

Hacı Bektaş-ı Veli



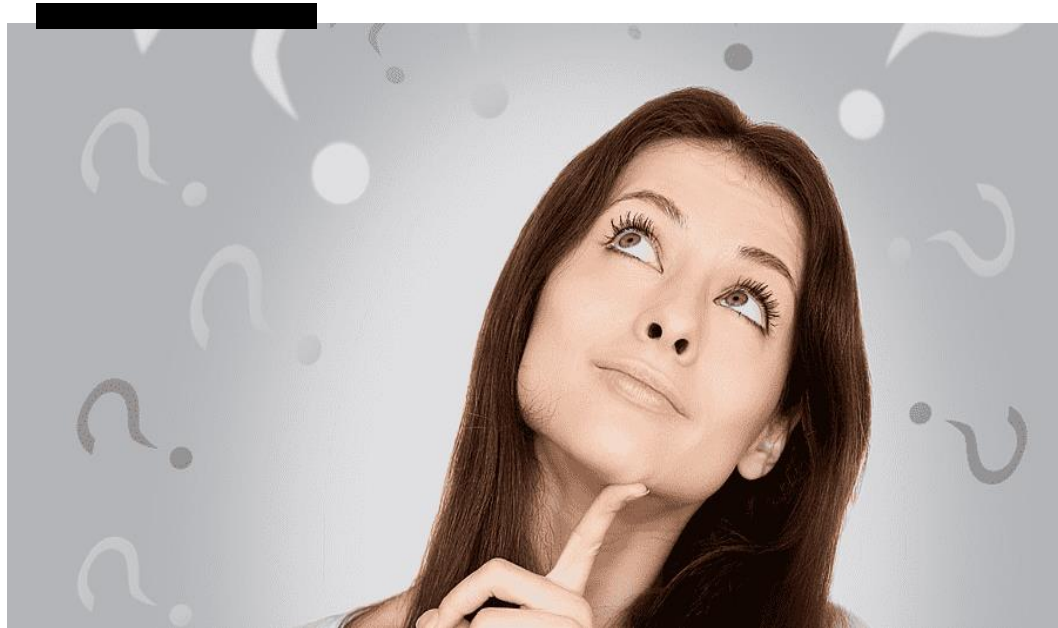
+

Teyit Eksikliği



+

Yanlış Kanal Seçimi



Beklentiler



+

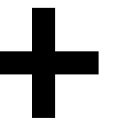
Kazan-Kazan İlişkisi



Empatinin Gücü

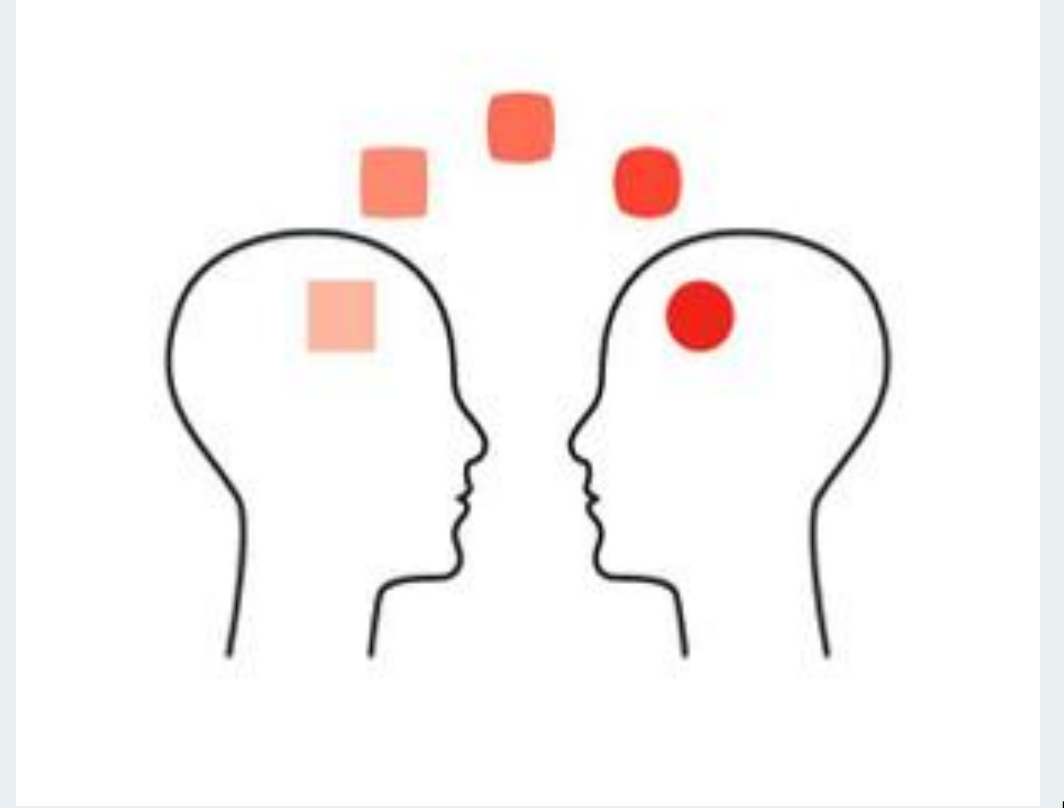


Karşı tarafla ne kadar empatik olursak
kendimizi o kadar güvende hissederiz



Sempati

- Bir başka kişi tarafından duyulan herhangi bir duyguyu algılama, anlama ve bu duyguya tepki verir
- Sorunları yüzeysel olarak algılayıp kavramayı sağlar
- Soruna/sorunlara sadece kendi perspektifinden yaklaşmana yardımcı olur
- Sorunu/sorunları olan kişiye o sormadan tavsiyelerde, telkinlerde bulunma eğilimini artırır





Beden Dili



Dođru Beden Dili Kullanımı

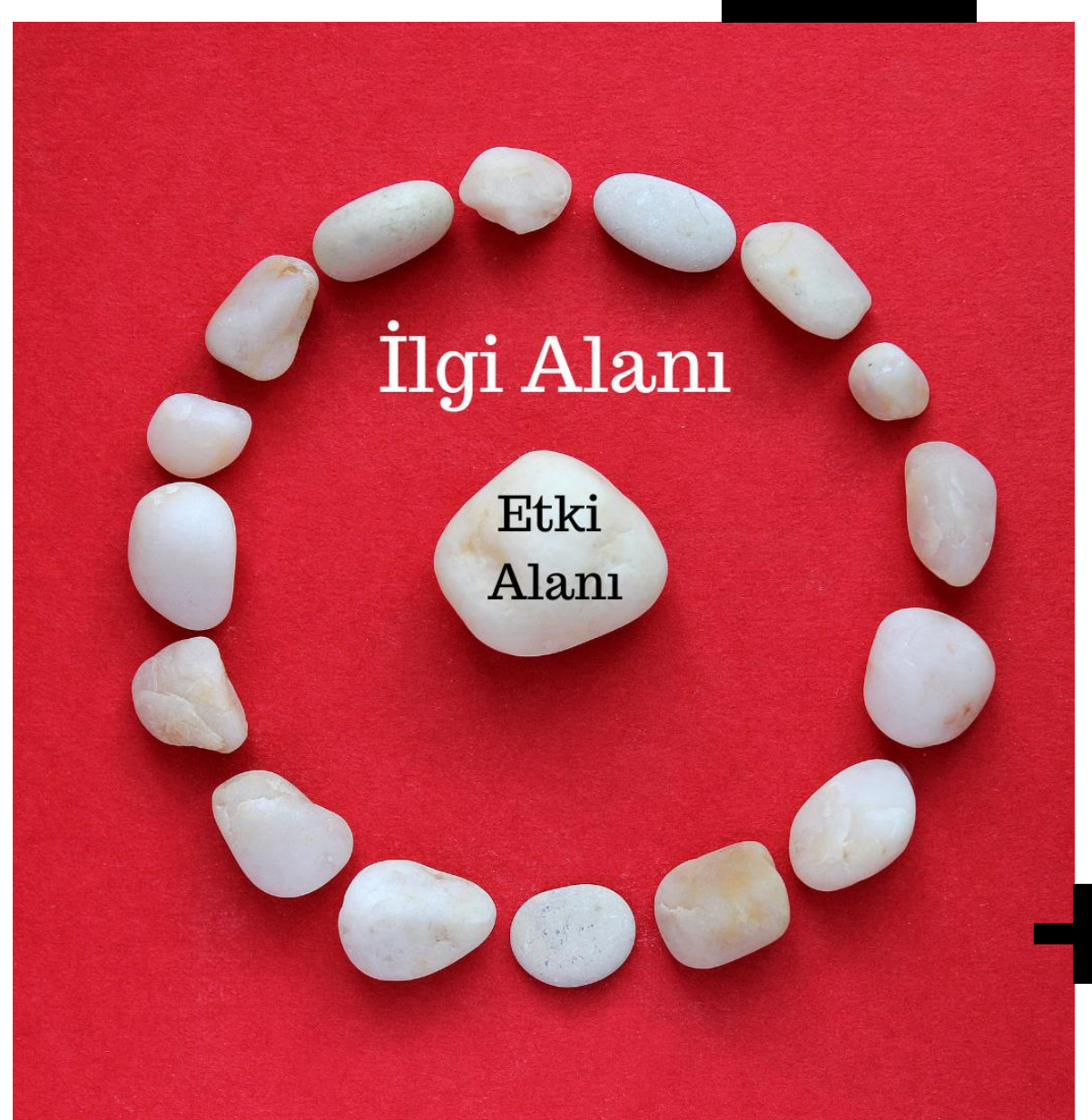


- Göz Teması Kurun
- Yznzn İfadesine Dikkat Edin
- Jestlerinizi Kullanın
- Beden DuruŖunu Dođru Ayarlayın
- DıŖ Grntnze Dikkat Edin
- BaŖ Parmağınızı Gizlemeyin
- Elinizi Gizlemeyin
- Kafanızı KaŖımayın
- Abartılı Giyinmeyin
- Dođal Olun
- n Hazırlık Yapın

Etki Alanı İlgi Alanı

*“Tanrım, bana değiştirebileceğim şeyleri değiştirmek için cesaret,
değiştiremeyeceğim şeyleri kabul etmek için sabır
ve ikisi arasındaki farkı anlayabilmek için de bilgelik ver.”*

Hint Atasözü



Teşekkürler

