

DİNLEME VE İLETİŞİM

NASIL DİNLİYORUZ ???

- Görünüşte dinleme: Beden orada, kafa başka yerde.
- Seçerek dinleme: İşine geleni dinleme.
- Şartlanmış dinleme : Ön yargılı, aynı duygu, kavram arayışı.
- Savunucu dinleme: Alıngan, suçlayıcı.
- Tuzak kurucu dinleme: Açık yakalama, zora sokma.



DİNLEME VE İLETİŞİM

- **Dinleme;** sözlü iletileri işitme, anlamlandırma ve sözlü iletilere tepkide bulunma sürecidir. Dinleyici, amacına uygun dinleme tekniklerini kullanır. Başlıca dinleme türleri şunlardır:

1. **Aktif Dinleme**
2. **Pasif Dinleme**
3. **Not Alarak Dinleme**
4. **Empati Kurarak Dinleme**
5. **Yaratıcı Dinleme**
6. **Seçici Dinleme**
7. **Eleştirel Dinleme**
8. **Etkili Dinleme**



- **Aktif Dinleme:** Jest ve mimiklerle dinleyicinin konuşmacıya değer verdiğini hissettirdiği dinleme şeklidir. Bu dinlemede dinleyen aktiftir. Dinleme sırasında başka bir işle uğraşılmaz, konuşmacıyla göz teması kurulur. Zaman zaman konuşmacıya sorular yöneltilir. Bu geri bildirimler yoluyla konuşmacı mesajlarının alınıp alınmadığını kontrol eder.
- **Pasif Dinleme:** Dinleyicinin sözlü tepkide bulunmadığı, konuşulanı sessizce dinlediği dinleme çeşididir. Dinleyicinin dinledikleriyle ilgili zihinsel faaliyetlerini etkinleştirmek amaçlanır. Dinleyicinin sessizliği, konuşmacıya söylediklerinin kabul gördüğü izlenimi verir. Bu dinlemede konuşmacı dinleyenin kendisini anlayıp anlamadığı konusunda kesin bir düşünceye ulaşamaz.

- **Not Alarak Dinleme:** Dinlenenlerin unutulmasını önlemeye dönük olarak kısa not almayla desteklenmiş dinleme çeşididir. Konuşulanların hatırdakalması ve daha kolay anlaşılması için konuşulanlar, not alınarak dinlenir. Bu tür dinlemede dinleyici; konuşmanın ana düşüncesini, önemli bulduğu bölümleri, güzel sözleri hatırlamak için not alır.
- **Empati Kurarak Dinleme:** Dinleyenin, kendisini konuşanın yerine koyarak konuşmacının neler hissettiğini, sözlerinin hangi deneyimleri yansıttığını anlamaya yönelik dinleme çeşididir. Dinleyici bir süreliğine kendi duygu ve düşüncelerinden uzaklaşarak olayları karşısındakinin bakış açısıyla değerlendirir. Bu durum, önyargılı dinlemeyi engeller.

- **Yaratıcı Dinleme:** Dinleyicinin konuşmacının sözlerinden yeni düşünce ve hayaller üretmesine dayanan dinleme çeşididir. Dinleyici; dinlediklerine yeni anlamlar yükler, dinlediklerini zihninde yapılandırır, bunlardan yeni düşünceler üretir.
- **Seçici Dinleme:** Dinlenenlerin içinden ilgi ve ihtiyaca yönelik olanların seçilmesine dayalı dinlemedir. Seçici dinlemede önceden belirlenen sorulara cevap bulma amaçlanır. Bir başka yöntem de dinlenenlerden bir bölüm seçilerek bu bölümün dikkatli dinlenmesidir.

- **Eleştirel Dinleme:** Dinleyicinin konuşmacının iletilerini çok yönlü bakış açısıyla tarafsız olarak değerlendirip sorguladığı, karşılaştırmalar yaptığı dinlemedir. Eleştirel dinlemede dinleyici zihinsel süreçleri yoğun olarak kullanır, dinlediklerini ön bilgiler ile karşılaştırır kendi doğrularını bulmaya çalışır.
- Dinleme değerlendirilirken önce konuşmacının amacı belirlenir. Konuşmacının konuyla ilgili yeterli bilgiye sahip olup olmadığı değerlendirilir. Bilgilerin güncelliğine, konuşmacının tarafsız bakış açısına sahip olup olmadığına bakılır. Konuşmanın tutarlılığı sorgulanır. Konuşma; konu akışındaki uyum, olaylar, bilgiler ve düşünceler arasındaki tutarlılık açısından değerlendirilir. Konuşmada öne sürülen düşüncelerin dayanaklarının geçerliliği sorgulanır.

- **Etkili Dinleme**

- Dinleme, belli bir amaç gözetilerek yapılır. Bu özelliğiyle öğrenme yollarından birini oluşturur. Öğretim sürecinin amacına ulaşması etkin dinleme ile mümkündür. **İşitme ile dinleme farklı kavramlardır.** İşitme, sesin kulak tarafından algılanmasıdır. İşitmede kulak tarafından algılanan sesi çözümlmek için özel bir dikkat gerekmez. Dinlemede ise işitilenin düşünülmesi, bilinçli olarak değerlendirilmesi söz konusudur. Dinleme, iletişimin amacına ulaşmasında önemli bir etkindir. Günlük hayatta iletişim büyük oranda sözle sağlanmaktadır. Dinlemenin doğru olarak gerçekleşmesi için bir amaç doğrultusunda dinleme yapılmalı, dinlemeye istekli olunmalı, eleştirel dinleme yöntemi kullanılmalıdır.

ETKİN DİNLEME

***İletişim içinde bulunan kişiyi yargılamadan, sözünü kesmeden, bedene uygun biçim vererek, göz teması kurularak yapılan dinlemeye denir.**

ETKİN DİNLEMENİN YARARLARI

- * Açık ve dürüst iletişime yardımcı olur.
- * Kişiyi herhangi bir konuda tartışmaya yöreklendirir.
- * Olumsuz duyguları tartışma fırsatı verir.
- * Kişi temel sorununu kendi fark eder
- * Anlaşıldım duygusunu yaşar, karşıdaki kişiye olumlu duygular besler
- * Karşıdaki kişileri anlamaya ve dinlemeye hazır duruma getirir.

Etkili Mesaj Gönderme

“Sen Dili” Yerine, “Ben Dili” Kullanmak

BEN DİLİ

- Davranışa yöneliktir
- Alıcıya mesajı veren ile ilgili bilgi söyler
- Benlik saygısına olumlu katkısı vardır
- Gönderende yardım isteği doğurur
- Atılğan insanlar yaratır

SEN DİLİ

- Kişiye yöneliktir
- Kişiye kendi ile ilgili bir şeyler söyler
- Benlik Saygısını zedeler ya da tümünden yok eder
- Öfke ve nefret duyguları oluşturur
- Çekingen ya da saldırgan insanlar yaratır

BEN MESAJLARI

Kolumun ekiřtirilmesinden hoşlanmıyorum.

Kapının açık kalması beni rahatsız ediyor.

Konuřmaya başlayıp sonunu getiremeyince sinirleniyorum

Bu akřam kendimi yorgun hissediyorum, oyunu bir başka akřama erteleyelim.

SEN MESAJLARI

Kes şunu, bař belası

Niçin kapıyı hep açık bırakıyorsun?

Çok kabasın her zaman sözümü kesiyorsun

Her zaman aynı, bıktım artık...

Bu kadar kavgacı olduđunu bilmezdim.

Ben Dili-Sen Dili Nedir?

Sen Dili	yerine	Ben Dili
Kes şunu! Çekiştirip durma kolumu.	⇒	Kolumun çekiştirilmesinden hoşlanmıyorum.
Çok kabasın! Her zaman sözümü kesiyor-sun!	⇒	Bir şey söylemeye başlayıp da bir türlü sonunu getiremediğim zaman çok rahatsız oluyorum.
Hatalısın, beni çok üzüyorsun.	⇒	Davranışın karşısında incindim, üzüldüm.

Ben dili cümleleri

- Geç kaldığında işlerin yetismeyeceğini düşünüyorum bu beni üzüyor
- Yazılanların bitmemesi beni kaygılandırıyor
- Seni toplantıda görmemek beni meraklandırdı