

İLETİŞİM VE BEDEN DİLİ

ETKİLİ İLETİŞİM

'Dikkat vücudunuz konuşuyor'



Nasıl mı?

İletişim:

Duygu, düşünce veya bilgilerin akla gelebilecek her yolla başkalarına aktarılmasıdır.

- Bu sürecin amacı ;
“anlaşılma”dır.

@ Beden dili, duygu ve düşüncelerimizin



BEDEN DİLİNİN ÖĞELERİ

- ❖ BEDEN DURUŞU
- ❖ MİMİKLER VE JESTLER
- ❖ BAŞIN KULLANIMI
- ❖ OTURMAK İÇİN SEÇİLEN YER
- ❖ GİYİM
- ❖ BAKIM VE MAKYAJ
- ❖ GÖZ TEMASI
- ❖ AYAKLARIN KULLANIMI
- ❖ OTURMA BİÇİMİ
- ❖ MESAFE
- ❖ KULLANILAN AKSESUARLAR



BEDEN DİLİ ÖĞELERİ

BEDEN
DURUŞU

GÖZ
TEMASI

MİMİKLER

OTURMAKİÇİN
SEÇİLEN YER

OTURMA
BİÇİMİ

AYAKLARIN
KULLANIMI

GİYİM

BAŞIN
KULLANIMI

MESAFE

BAKIM ve
MAKYAJ

KULLANILAN
AKSESUARLAR

JESTLER

BEDEN DİLİNDE İLETİŞİM

Sözsüz mesajlar;

- jestler, mimikler,
- göz ve baş hareketleri,
- beden duruşu,
- yüz ifadeleri,
- Mesafe
- temas...

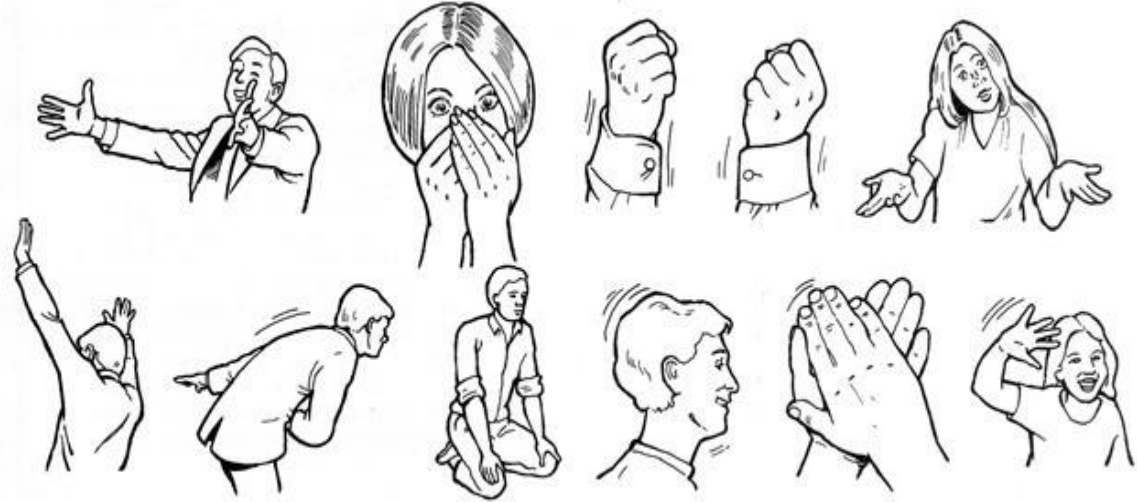


BEDEN DİLİNDE İLETİŞİM

Verilen mesajlar;

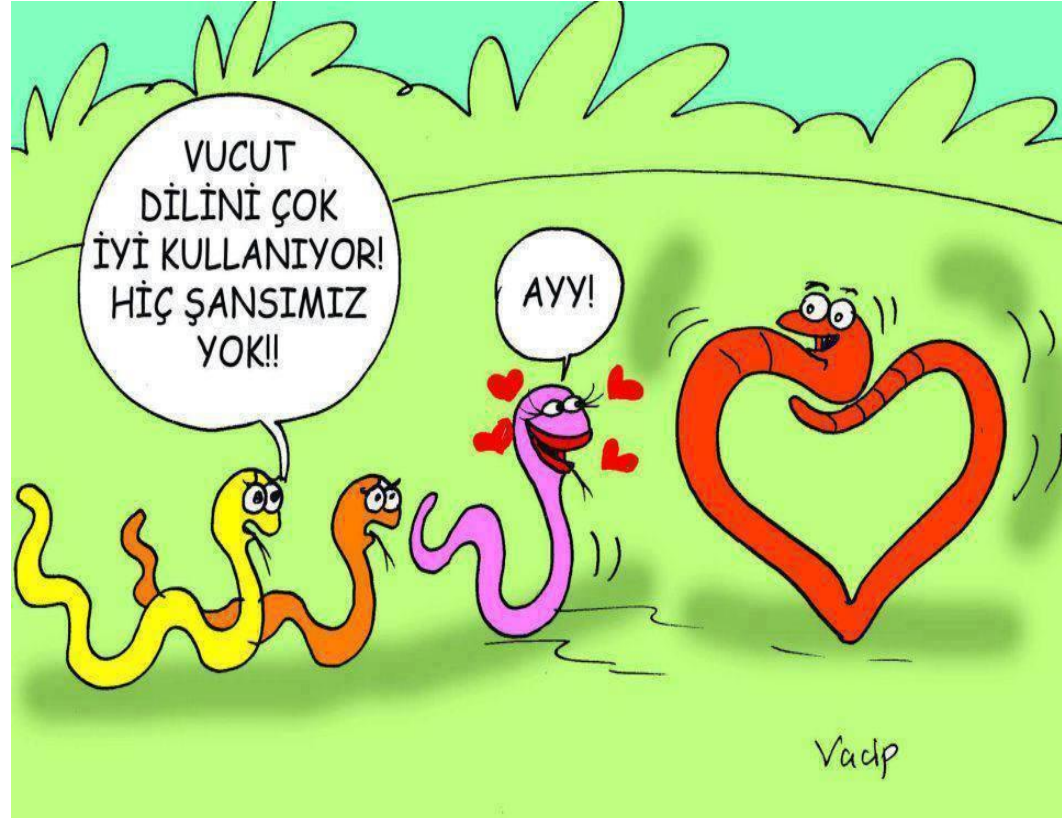
- **düşmanlık,**
- **sıkıntı,**
- **güven,**
- **saldırganlık,**
- **hoşlanma**

gibi gerçek duygu ve tavırları yansıtmak konusunda, söylenen kelimelerden çok daha önemli rol oynar.



BEDEN DİLİNDE İLETİŞİM

- @ İlk izlenim, iletişimde çok önemlidir.
- @ İlk izlenimi oluşturan şeyler ise davranışlarımız ve sözlerimizdir.
- @ Basit bir hareket, binlerce kelimedenden çok daha etkilidir.



İLETİŞİM ARAÇLARININ ETKİ ORANLARI

SÖZCÜK - 10



SES TONU - 30

BEDEN DİLİ - 60



İLETİŞİM ENSRÜMANLARININ ETKİLEME GÜÇLERİ (%)

MESAJIN ULAŞMASI



SÖZ

% 10



SES

BEDEN DİLİ

% 90

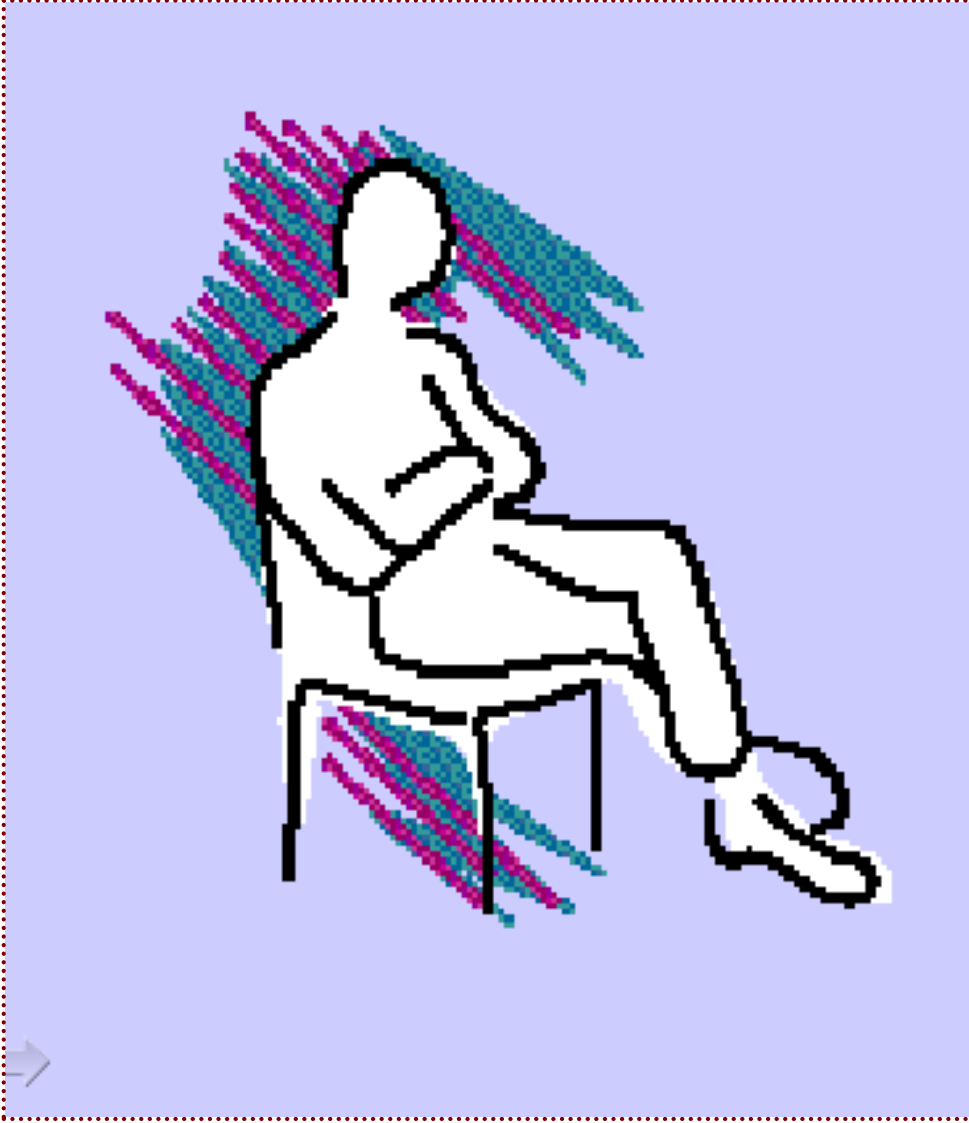
Beden Dilinin Öğeleri

- **Beden Duruşu**
- **Mimikler**
- **Başın Kullanımı**
- **Oturmak İçin Seçilen Yer**
- **Giyim**
- **Bakım ve Makyaj**

- **Jestler**
- **Göz Teması**
- **Ayakların Kullanımı**
- **Oturma Biçimi**
- **Mesafe**
- **Kullanılan Aksesuarlar**

KİŐİ ANALİZLERİ

**GELİN ŐİMDİ BİRLİKTE BAZI
BEDEN DURUŐLARININ (JEST VE
MİMİKLERİN) GENEL OLARAK
NEYİ ANLATMAYA ÇALIŐTIĐINA
BAKALIM**



@ Çevreyi dikkate almaz.

@ Eleştirmen dinleyicidir.

@ Güvenlidir.



- @ **Dikkatli dinlemeye sahiptir.**
- @ **Kendine güveni yüksektir.**
- @ **Rahattır.**
- @ **İlgilidir.**



Sandalyeye Binmek

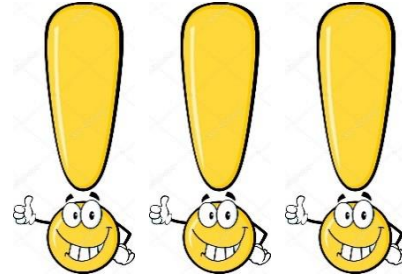
Sandalyenin arkalığı vücutunu koruyan bir kalkan görevi yaparken onun saldırgan ve egemen bir savaşçıya dönüşmesini sağlar.

Pamukçuk Toplayıcı

Birisi başkalarının görüş veya davranışlarını onaylamadığı ama kendi görüşünü bildirmekten de çekindiğinde yaptığı sözsel olmayan hareketler açığa vurulmayan bir görüşten kaynaklanan hareketler olup bunlara yerine koyma hareketleri denir.



DİKKAT



Bir konuşma sırasında bu hareketlerden biriyle karşılaşmanız durumunda öncülüğü ele alıp konuşmayı sizin bitirmeniz daha akıllıca olabilir.



**Gözlük
üzerinden
bakmak,
eleştirel,
yargılayıcı ve
saldırgan bir
davranış
göstereceği
anlamına gelir.**

Vakit kazanmaya çalışmak



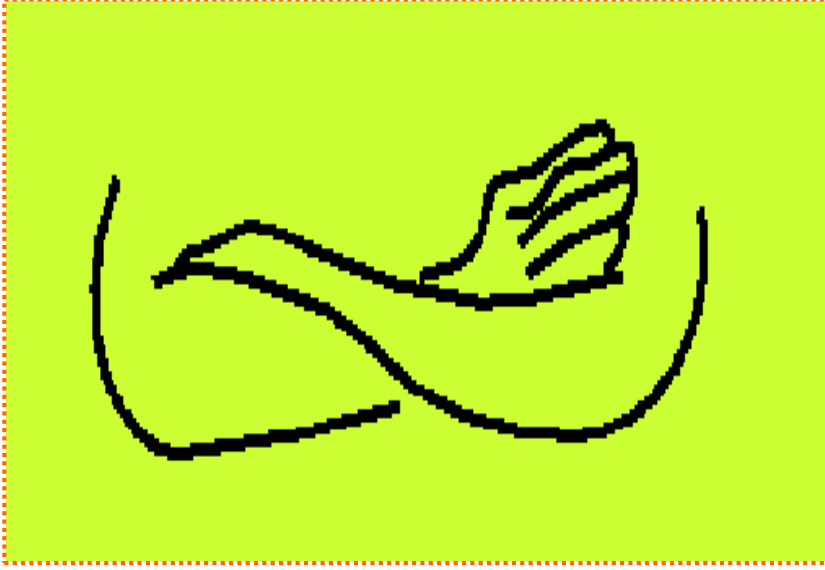


Bu hareket bir tür şüphe veya emin olmama işareti olup 'Sana katıldığımdan emin değilim.' diyen kişiye özgü olan bir harekettir.

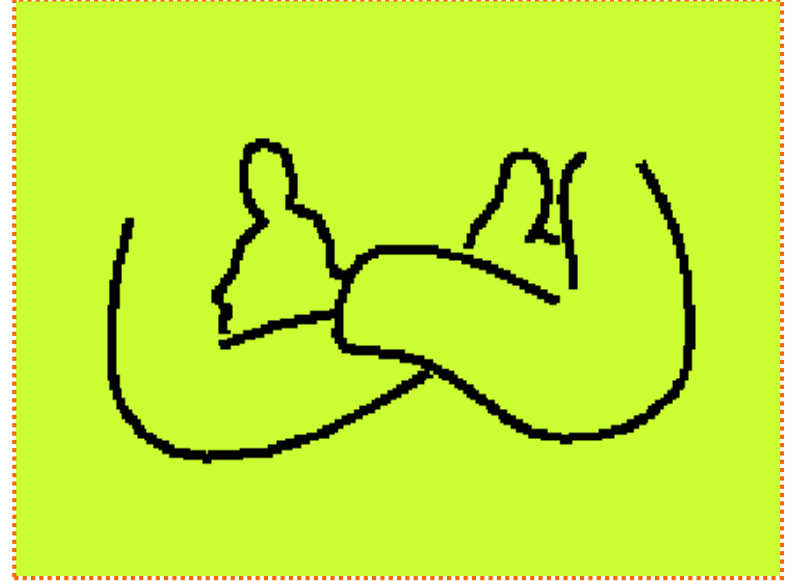
Konuřan kiři bu hareketi kullanıyorsa bu yalan söylediđi anlamına gelmektedir. Ancak bu hareketi siz konuřuyorken yapıyorsa bu da sizin yalan söylediđinizi dūřündüđü



Kol ve Parmaklar



- @ Rahat
- @ Düşünceli
- @ İlgili

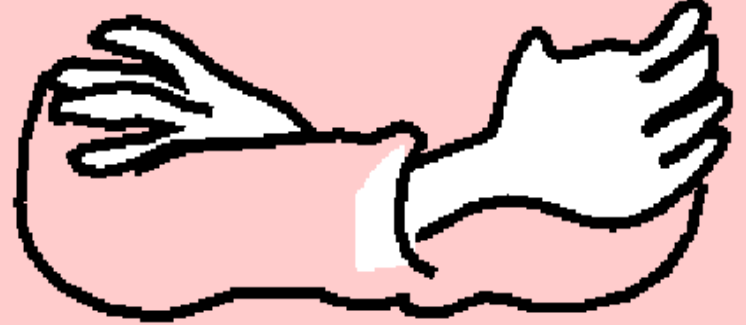


- @ Huzursuz
- @ Olumsuz Yaklaşımlı
- @ Cevaba Hazır

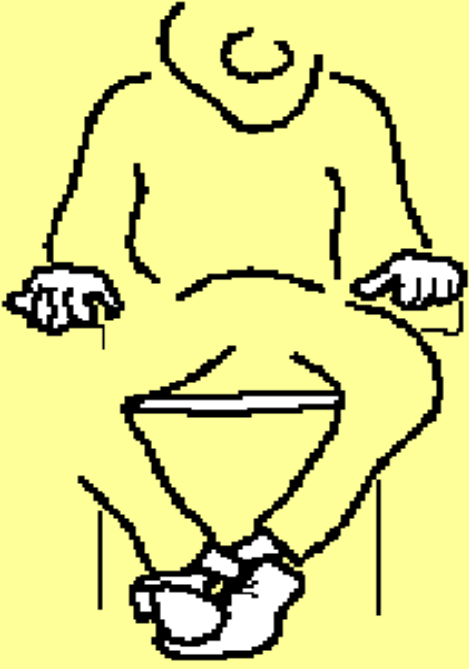
ELLER



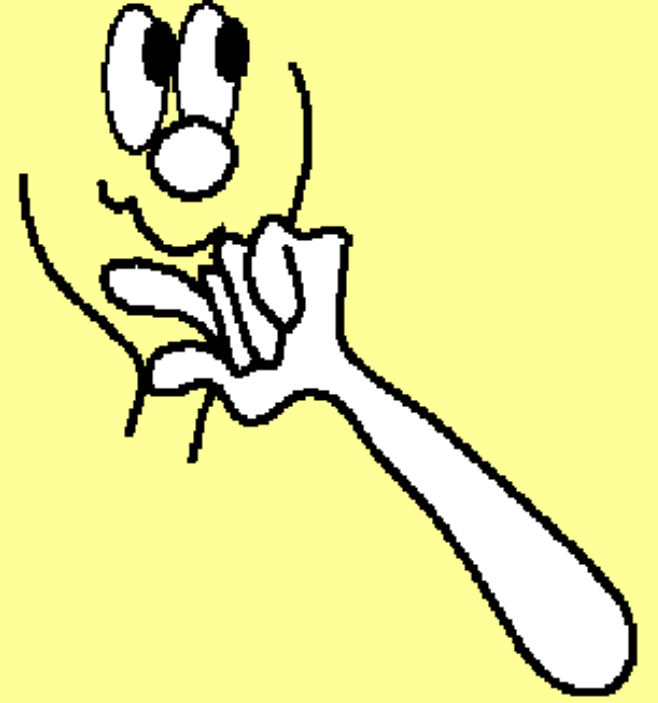
- @ Takipçi
- @ Sinirli
- @ Huzursuz



- @ Takip Ediyor
- @ Rahat
- @ Karşısındakine
Güveniyor



- @ Ürkek
- @ Çekingen
- @ Huzursuz Oturuş



- @ Rahat
- @ İlgili
- @ Beklediğini Buluyor



- @ Hafife Alan
- @ Kendine Aşırı Güvenen
- @ Karşısındakini Ciddiye Almayan



- @ Çekingen
- @ İçe Kapanık
- @ Destek Bekleyen



- @ Düşünceli
- @ Huzursuz
- @ Vereceği Cevaptan Emin Olmayan

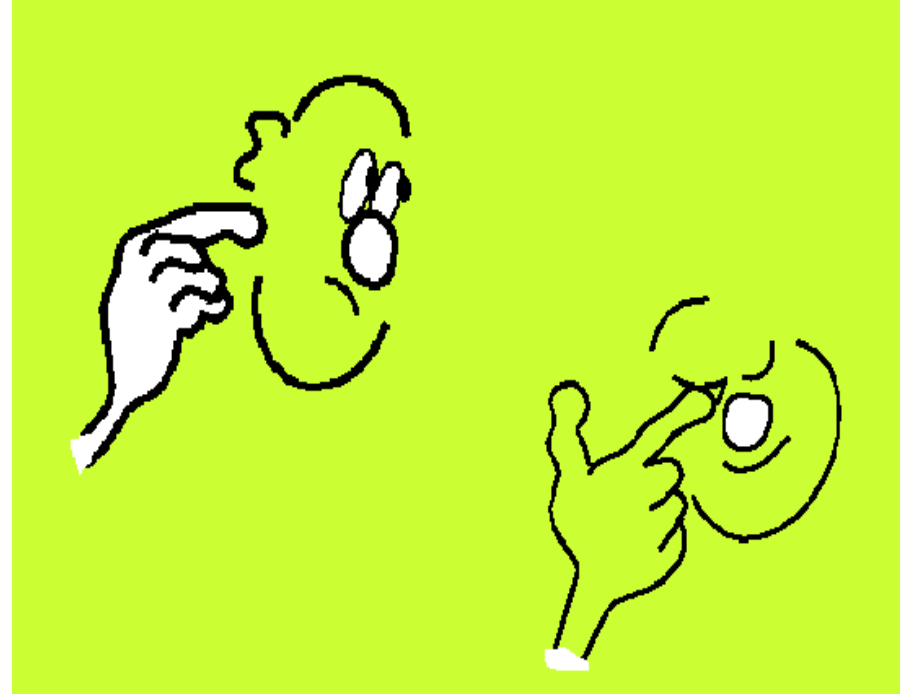


- @ Düşünceli
- @ İlgili
- @ Rahat
- @ Takipçi

DÜŞÜNCE



- @ Aşırı İlgili
- @ Etkilemeye Çalışan
- @ Hakim Olmak İsteyen



- @ Sıkılmış
- @ İlgisi Dağılıyor
- @ Umursamayan



OTURUŞ



- @ Rahat
- @ Güvenli
- @ Uyumlu
- @ Huzurlu

- @ Aşırı Huzursuz
- @ Çekingen
- @ Sıkılmış
- @ Bitişi bekleyen



Ne söylediğiniz değil, nasıl söylediğiniz önemlidir."

Söz ola kese savaşı,
söz ola kestire başı,
söz ola agulu asi
bal ile yağ ede bir söz.

(Yunus Emre)

Lova Tarlan



Teşekkür eder, başarılar dilerim...

Şerif GÜLERDOĞLU

Canik Halk Eğitimi Merkezi
Müdürü

2017