ORTAOKUL

KADEMESİNE

YÖNELİK

“İLETİŞİM BECERİLERİ”

PSİKOEĞİTİM

KİTAPÇIĞI

**1. OTURUM**

**Etkinliğin Adı:** Grup Üyeleri ile Tanışma ve Kendini Tanıma.

**Kazanım**: Kendini Kişisel Özelliklere göre Tanımlar.

**Materyal:** Kişi sayısı kadar A4 Kâğıdı ve Renkli Kalemler.

**Süre:** 40 Dakika.

**Hedef Kitle:** 5, 6, 7, 8. Sınıflar

**Grupta Kişi Sayısı:** 10

**Süreç:**

**Isınma Etkinliği:**

Grup daire olur. Burada birinci üye, isminin baş harfiyle başlayan ve kendine yakıştırdığı bir sıfat söyler ve adını söyler, ikinci üye birinci üyenin sıfatını ve adını söyler, üçüncü üye birinci üyenin sıfat ve adı, ikinci üyenin sıfatı ve adı sonra da kendine ait sıfat ve adını söyler. Grup tamamlanana kadar devam edilir. (Örnek: Birinci üye; Akıllı Ayşe, İkinci üye; Akıllı Ayşe, Becerikli Bahar, Üçüncü üye; Akıllı Ayşe, Becerikli Bahar, Meraklı Melahat)

2. Grubu Yapılandırma: Grup çalışmasına grup liderinin yapacağı açılış konuşması ile başlanacaktır. Grubun amacından bahsedilir. “ Grup çalışmalarımız altı hafta boyunca devam edecektir. Bu çalışmalara Kendini Tanıma ile başlayacağız. Daha sonra iletişim kavramını öğreneceğiz. Daha sonra ben dili-sen dili kavramını öğreneceğiz. Ardından empatinin iletişime olan etkisinden bahsedeceğiz. Sonraki adımda da yapmaya çalışacağımız dinleme becerisinin önemini fark etmek olacak. Son olarak da iletişim becerilerini günlük hayata uyarlama oturumu ile sonlandıracağız. Bu çalışmaları yaparken her birimiz kendi yaşantılarımızdan yola çıkacağız. Çeşitli grup etkinliklerinden yararlanacağız. Bu açıklamalarımla ilgili aklınıza takılan sormak istediğiniz herhangi bir şey var mı ?” Bu sorunun ardından gruptan gelen sorular yanıtlanacak ve tartışmaya geçilecektir.

Grup kuralları lider tarafından açıklanır.

• 6 hafta boyunca haftanın bir günü bir araya gelinecek.

• Gruba devamlılık esastır.

• Grupta güven için gizlilik ilkesi önemlidir.

• Grupta yıkıcı eleştiri, yargılama ve yorum yapmanın grup dinamiğini olumsuz etkileyeceğini bilmemiz gerekir

• Grupta saygı, birbirini dinleme, gruba devam ve geç gelmemek önemlidir.

Grup lideri üyelere bu maddelere ek söylemek istedikleri kural var mı diye sorar? Grup kuralları oluşturulduktan sonra öğrencilere A4 kâğıtları ve renkli kalemler dağıtılır. Öğrencilere ‘’Kendinizde beğendiğiniz özellikler nelerdir?’’ sorusuyla öğrencilerin kendinde beğendiği özellikleri kâğıda yazmaları ya da çizmeleri istenir. 10 dakika süre verilir ve daha sonra yazdıklarını grup arkadaşları ile paylaşmaları istenir. Yapılan çalışmalar paylaşıldıktan kendini tanımanın önemi ile ilgili bilgi verilir. Oturum değerlendirilir ve sonraki oturum hakkında bilgilendirme yapılır ve oturum sonlandırılır.

**2.OTURUM:**

**Etkinliğin** **Adı**: İletişim Süreci

**Kazanım**: İletişimin önemini kavrar.

**Hedef Kitle**: 5,6,7,8. Sınıflar

**Süre:** 40 dk.

**Materyal**: A4 Kağıdı ve Renkli Kalemler, Fanus,3 tane zar

**Süreç:**

Grup lideri birinci oturumun özetini yapar. İlk olarak ikinci oturumun kazanımından bahseder. Gruba iletişim nedir sorusunu yöneltir. Cevapları alır. Grup lideri iletişimin tanımını yapar, iletişimin öneminden bahseder. “Hayatımıza anlam veren, bizi biz yapan kurduğumuz iletişimdir. İletişim o kadar önemlidir ki insanlar ilk doğdukları andan itibaren iletişime geçme ihtiyacı duyarlar. Bebekler rahatsız olduklarını, ihtiyaçlarını ağlayarak dile getirirler; küçük çocuklar daha çok beden dilleri ile kendilerini ifade ederler; yetişkinler ise sözlü ve sözsüz iletişim yollarıyla kendilerini anlatmaya çalışırlar. Gördüğünüz gibi iletişim insanın her çağında en etkili unsurdur.” Diyerek diğer aşamaya geçilir.

Şimdi sizlerle bir oyun oynayacağız. Fanusun içinde 3’den başlayarak 18’e kadar numaralandırılmış kâğıtlar var. Sırasıyla üç zarı atıp üzerinde yazan rakamların toplamı olan kâğıdı fanustan çekeceğiz. Örneğin ilk olarak 3 zarı birlikte attık; birinci zarın üzerindeki sayı 1,ikinci zarın üzerindeki sayı 4,üçüncü zarın üzerindeki sayı 2.Toplamı 7,7 numaralı kâğıdı seçip içinde yazan soruyu cevaplayacağız.

Grup lideri öğrencilerin sırasıyla zarları atıp toplamda çıkan sayının yazılı olduğu kağıdı fanustan alarak soruları cevaplamalarını ister. Öğrencilerin kendilerini ifade etmenin önemini kavramalarını sağlar.

* Soruları cevaplarken neler hissettiniz?
* Kendinizi yeterince ifade ettiğinizi düşünüyor musunuz?
* İletişim kurarken nelere dikkat etmeliyiz?

Öğrencilerden soruların cevapları alınarak oturum değerlendirilir ve sonraki oturum hakkında bilgilendirme yapılır ve oturum sonlandırılır.

EK-1 ( FANUS )

• Sence çocuk olmak?

• En sevdiğin oyun?

• Hayalindeki meslek?

• Sorumlulukların neler?

• Kendini üç kelimeyle anlat.

• Okuldaki en güzel anın?

• Üzüldüğünü nasıl belli edersin?

• Kendi ismini koysaydın adın ne olurdu?

• Sevgi sence ne anlama gelir?

• En sevdiğin spor?

• Seni ne sinirlendirir?

• Kendine kimleri örnek alırsın?

• Nerede yaşamak isterdin?

• 10 yıl sonra kendini nerede görüyorsun?

• En çok korktuğun şey?

• Güçlü yanların nelerdir?

• Zayıf yanların nelerdir?

• En yakın arkadaşın kim?

**3.OTURUM:**

**Etkinliğin Adı:** Ben Dili ve Sen Dilinin Tanımlanması.

Kazanım: İletişimde ben ve sen dilinin önemini kavrar.

**Hedef Kitle:** 5, 6,7,8. Sınıflar.

**Süre:** 40 dk.

**Materyal:** Katılımcı sayısı kadar Uygulama Sayfası.

**Süreç:**

Grup lideri önceki oturumun özetini yapar ve ben dili ve sen dilinin ne olduğunu gruba sorar. Konuyla ilgili fikirlerini gruptan alır. Daha sonra kendisi ben dili ve sen dilinin ne olduğunu tanımlar.

‘’ Ben dili bireyin kendisine yönelik mesajlar karşısında hissettiği duygu ve düşünce biçimlerini kendisini merkez alarak ifade etmesidir. Örneğin; senin bu yaklaşımın beni kırıyor, üzülüyorum ya da seninle konuşurken ya da dün okulda seni göremeyince merak ettim gibi. Ben diliyle mesaj verdiğimiz zaman karşımızdaki kişiyi kırmamış ve olay hakkında duygularımızı düşüncelerimizi karşı tarafa etkili bir şekilde aktarmış oluruz. Sen dili ise karşılıklı iki taraf için kazanımın olmadığı bir iletişim tarzıdır. Suçlama içeren olumsuz içerik vardır. Suçlamayla birlikte karşı tarafın kendisini savunmaya geçmesi de kaçınılmazdır. Örneğin; Sen yanlışsın, sürekli hatalı davranıyorsun ya da konuşurken çok kabasın gibi.’’

‘’Şimdi sizlere bir uygulama sayfası dağıtıyorum. Bu sayfada bazı sıkıntılı durumlar var. Sizlerden ortadaki “Sen dili” yazan bölüme, bu durumlar karşısında normalde neler diyeceğinizi yazmanızı istiyorum. (Katılımcılara çalışmaları için zaman verin). Neler yazdınız? Kim başlamak ister? (Katılımcıları dinleyin). Bizler başka insanlarla sorunlar yaşarken genellikle “sen-dili” kullanırız. “Sen hep geç kalırsın zaten”, “Bir kere de sözümü kesme” (Katılımcıların yazdıkları cümlelerden örnekler verin). Söyledikleriniz doğru olsa da bu tip cümleler karşıdakinin savunmaya geçmesine neden olur ve bu da beraberinde tartışmayı getirir. Bunun yerine “ben-dilini” kullanmak daha uygun olacaktır. Ben-dilinde cümle yapısı şöyledir (Tahtaya yazın). Sizi rahatsız eden davranış + sizde yarattığı duygu+ açıklama. Ödevimi yeniden yapmamı söylediğinizde çok üzüldüm, çünkü o ödev için gerçekten çok emek sarf ettim. Şimdi yeniden uygulama sayfasına dönün ve yazdığınız cümleleri ben dilini kullanarak yeniden 3. Sütuna yazın. (Katılımcılara çalışmaları için biraz zaman verin). Kim başlamak ister? (Katılımcıları dinleyin, gerekiyorsa düzeltmelerinizi yapın). Peki, şimdi ikili gruplar oluşturalım. Gruplarda herkes yaşadığınız bir sorunu paylaşacak ve sorun yaşandığında neler söylediğini anlatacak. Sonra söylediklerinizi “ben dili”ne çevireceksiniz. Son olarak da gelip burada yaşadığınız sorunu bir olduğu gibi, bir de ben dili kullanarak canlandıracaksınız. (Grupların çalışmaları için süre verin). (Canlandırmalar bittikten sonra şu soruları tartışın):

* Ben dilini kullanmak zor oldu mu?
* Ben dilinin işe yarayacağını düşünüyor musunuz? Neden?
* Ben dilini günlük hayatınızda hangi durumlarda kullanmayı düşünüyorsunuz?
* Nasıl ve kimlerle?

UYGULAMA SAYFASI 3: OLUMLU İLETİŞİM KURMA

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **DURUM** | **SEN DİLİ** | **BEN DİLİ** |
| Arkadaşınız siz her konuştuğunuzda sözünüzü kesiyor. |  |  |
| Arkadaşınızla okula beraber gidiyorsunuz ama her sabah sizi bekletiyor. |  |  |
| Okulunuzdan bir çocuk size sürekli farklı lakaplar takıyor. |  |  |
| Siz ders çalışırken kardeşiniz yüksek sesle tv izliyor. |  |  |
| Arkadaşınızın ona söylediğiniz sırrı başkalarıyla paylaştığını öğreniyorsunuz. |  |  |
| Takım arkadaşınız oyunu kaybetmekten sizi sorumlu tutuyor. |  |  |
| Bir arkadaşınızın arkanızdan konuştuğunu öğreniyorsunuz. |  |  |
| Öğretmeniniz sürekli yapmamanız gereken şeyleri söylüyor ama ne yapmanız gerektiğini hiç söylemiyor. |  |  |
| Bir arkadaşınız size sürekli yalan söylüyor. |  |  |

**OTURUM 4**

**Etkinliğin adı:** Dinlemenin önemi.

**Kazanım:** Dinlemenin önündeki engelleri sıralar.

**Süre:** 40 dk.

**Hedef Kitle:** 5,6,7,8.

**Materyal:** Fon karton, balon, projeksiyon, bilgisayar**.**

**Süreç:**

1. Grup üyeleri selamlanarak oturuma başlanır. Lider tarafından “Evet arkadaşlar, geçen haftayı hatırlatmak isteyen var mı, neler yapmıştık?” sorusu sorulur ve alınan cevaplarla birlikte geçen hafta gerçekleştirilen oturum hatırlatılır.
2. Daha sonra ilk oyun “Kulaktan Kulağa” oyununa geçilir. Sınıftan rastgele 6 kişi seçilir ve öğrenciler tahtaya paralel bir şekilde sıraya dizilir. Lider tarafından sıranın en başındaki öğrenciye bir cümle sessiz bir şekilde söylenir (EK-) ve ardından öğrencilerinde aynı şekilde sırayla duydukları cümleyi diğer arkadaşlarının duymayacağı bir şekilde söylemesi istenir. Oyun bu şekilde devam eder ve en sondaki öğrenciye anladığı kadarıyla ne duyduğu sorulur. Ve ilk öğrencinin söylemiş olduğu cümleyle karşılaştırma yapılır ve ilk cümlenin ne kadar değişiklik gösterildiği gözlemlenir. Ardından lider şu soruları öğrencilere yöneltir:

**a)** Karşımızdaki kişinin ne dediğini tam olarak duyamadığımızda iletişimimiz nasıl etkilenir?

**b)** Dinleme iletişimimiz için ne kadar önemli? Örneklerle açıklayalım.

Lider öğrencilerden aldığı cevapları toparlayarak bir özetleme yapar. Dinlemenin öneminden ve dinleme türlerinden bahseder.

3-) Daha sonra “Bil Bakalım Nedir Bu?” etkinliğine geçilir. Tahtaya içinde dinlemenin önündeki engeller ve engellerin açıklamasının (Ek-2) yazılı olduğu 10 adet balon yapıştırılır. Ardından lider tarafından sınıftan random bir şekilde 5’şer kişilik iki grup olacak şekilde 10 katılımcı gruplara ayrılır. Ardından gruplardan kendi aralarında bir sözcü seçmeleri istenir. Seçilen sözcülerden balonları patlatmaları ve ardından çıkan dinlemenin önündeki engelin açıklamasının kendi grubuna okutulması beklenir. Grup engel durumunu bildikçe sözcünün diğer balonlara geçmesi sağlanır. Bir grup için oyun üç dakika açıklaması yapıldıktan sonra oyuna başlanır. Gruplar sırasıyla yarışır ve ardından kazanana hediyeleri verilir. Daha sonra lider tarafından -patlatılmamış bir balon varsa- gönüllü bir öğrenciden sırasıyla patlatması ve açıklamaları okuması istenir. Ardından sınıftaki öğrencilerden bu engel durumlarını bulmaları beklenir.

Daha sonra lider tarafından “Evet arkadaşlar biraz önce arkadaşlarınızın da bahsettiği engelleri tekrar hatırlatalım. Dinlemenin önündeki engel türleri nelerdi?” sorusu sorulur. Gruptan alınan cevaplarla birlikte lider öğrencilerin eksikliklerini tamamlayarak bu aşamayı özetler.

**4-)** Daha sonra lider tarafından grup iki kişilik gruba ayrılır ve “Evet arkadaşlar şimdi size iki arkadaş arasında geçen bir metin okuyacağım” denir ve lider dinlemenin önündekileri engelleri içinde barındıran “Engellerim Var” metnini (EK-3) okurken grupların içinde yer alan engelleri yazmaları istenir. En çok engel bulan grup oyunu kazanır. Ardından lider aşağıdaki soruları gruba yöneltir:

a) Dinlemenin önündeki engellerin arkadaşlarımızla iletişimimizde ne gibi zararları vardır?

b) Karşınızda bir arkadaşınız var ve siz bir konu hakkında konuşurken o arkadaşınızın sizi anlamadığını fark ediyorsunuz ve o arkadaşınız nasıl davranırsa bu engelleri anlarsınız? Örneklerle açıklayalım. Lider öğrencilerden aldığı cevapları toparlayarak bir özetleme yapar. Genel bir özetleme yaparak oturum sonlandırılır.

**EK-1**

Gelir mani yazarız,

Hep arkadaş ararız,

Bu neşeyi alırız.

**EK-2**

**1) Karşılaştırma-** Dinlemeyi zorlaştırır. Çünkü sürekli olarak kimin daha gösterişli, daha yetenekli, duygusal olarak daha sağlıklı değerlendirmeye çalışırsınız. “Siz mi, yoksa diğer kişi mi?”

**2) Akıl Okuma-** Bu engeli yapan birey insanların ne dediğine dikkat etmez. Aslında o, genellikle, söylenenlere güvenmez. Diğer kişinin gerçekten ne düşündüğünü ve ne hissettiğini görmeye çalışır. Sözcüklerden çok ses tonuna ve gizli işaretlere dikkat eder. Diğer insanların size nasıl tepki verdiğiyle bilgi varsayımlarda bulunur.

**3) Tekrarlama-** Ne söyleyeceğinizi içinizden sürekli geçirirken dinlemeye vaktiniz olmaz. Bütün dikkatiniz bir sonraki yorumunuzu hazırlamaya yönelmiştir. İlgili görünmek zorundasınızdır, ancak aklınız uzaklara gidiyordur çünkü anlatacağınız bir hikâye parmak basacağınız bir nokta vardır.

**4) Süzgeçten Geçirme-** Bazı şeyleri dinler, bazılarını dinlemezsiniz. Sadece birinin kızgın ya da mutsuz olup olmadığını ya da kendinizin duygusal tehlikede olup olmadığınızı anlamaya yetecek kadar dinlersiniz.

**5) Yargılama-** Olumsuz etiketler çok büyük bir güce sahiptir. Birisinin aptal, deli ya da yetersiz olduğun ilişkin düşünceleriniz olduğunda o kişinin ne dediğine fazla dikkat etmezsiniz. Onu hemen gözden çıkarmışsınızdır.

**6) Düşüncelere Dalma-** Siz yarı dinlemede iken karşınızdakinin söylediği bir şey aniden özel çağrışımlar zincirine yol açar. Örneğin arkadaşınız bir diğer arkadaşınızla tartıştığını söyler ve siz bir anda o diğer arkadaşınızla yaşadığınız bir tartışma anına geri dönersiniz.

**7) Özdeşleştirme-** Bir kişinin size söylediği her şeyi alır ve kendi deneyimlerinizle bağlantısını kurarsınız. Onlar kendi hikâyelerini bitirmeden önce siz kendi hikayenize dalmışsınızdır.

**8) Öğüt verme-** Siz her zaman yardıma ve önerilere hazır sorun çözücüsünüzdür. Ancak önerilerinizi hazırlarken birilerini sadece onları denemeye ikna ederken, duyguları dinlememişsinizdir. Ve karşınızdakinin acısını anladığınızı göstermemişsinizdir. Bu yüzden o kişi hala kendisini yalnız hissediyor olabilir.

**9) Ağız Kavgası Yapma-** İnsanlarla atışır ya da tartışırsınız. Diğer kişi, kendisinin dinlendiğini hiçbir zaman hissetmez, Çünkü siz çok çabuk karşı çıkarsınız.

Aslında dikkatinizin büyük bir kısmı karşı koyacak şeyler bulmaya yönelmiştir.

**10) Haklı Çıkma-** Hatalı duruma düşmemek için her şeyi yaparsınız. Örneğin; Bahaneler bulmak, gerçekleri çarpıtmak, bağırmaya başlamak, suçlamada bulunmak, geçmişteki suçları hatırlatmak…

**11) Konu Değiştirme-** Aniden farklı konuya geçme de bir dinleme engelidir. Bir konudan sıkıldığınızda ya da rahatsız olduğunuzda konuşmanın yönünü değiştirirsiniz.

**12) Rahatlatma-** Nazik , cana yakın ve destekleyici olmak istersiniz. İnsanların sizi sevmesini istersiniz, o yüzden her şeyi onaylarsınız. Sadece genel anlamı görecek kadar dinliyor olabilirsiniz, ancak gerçekten ilgilenmiyorsunuzdur. “Haklısın, doğru, kesinlikle gibi ifadeler kullanırsınız.

**EK-3**

Ceren ile Tuğba birlikte oturmaktadır. Birlikte grup ödevi yapacaklardır ve aralarında Şöyle bir diyalog geçmektedir: Ceren “Tuğba benim seçtiğim konu senin seçtiğin konuya göre daha güzel. Bence bu konuyla alakalı bir ödev yapmalıyız”(karşılaştırma) der. Tuğba bu durumdan pek hoşlanmaz. Bu konuda pek konuşmak istemez ve “Ödevi sonra konuşuruz, anlatsana geçen gün Mervegil’deydin. Neler yaptınız?” (konu değiştirme). Ceren, Merve ile alışverişe gittiklerinden ve dışarıda yemek yediklerinden bahseder. Tuğba çok sıkılmıştır ve bu konu üzerine aklına annesiyle birlikte aynı mekanda yemek yediklerini anımsar (düşüncelere dalma). Daha sonra Ceren Tuğba‟ya çalışması verdiği defterini ister ve Tuğba “Ceren defterini kaybettiğimi öğrenince kesin çok kızacak, Şimdi bile isterken gergin görünüyor.” (akıl okuma) diye içinden düşünür. Ardından Tuğba defteri kaybettiğini Ceren‟e söyler. Ceren bu duruma çok kızar ve daha önceden yine defterini kaybettiğini, hep aynı şeyi yaptığını bağırarak söyler (haklı çıkma). Daha sonra Tuğba çok sinirlenmiştir ve Şunları da söylerse ben de bunları söyleyeceğim diye söyleyeceği Şeyleri aklından geçirip durur (tekrarlama). Daha sonra iki arkadaş çok sinirlendiklerini fark edince bulundukları ortamdan ayrılırlar.

**5.OTURUM**

**Etkinliğin adı**: Empatik Beceri Geliştirme

**Kazanım**: Başkalarının hissettiği duyguları anlama.

**Süre:**40 dk

**Materyal:** Örnek olay kağıtları

**SÜREÇ**

Grup lideri sınıfa ‘’Empati nedir?’’ sorusunu sorarak süreci başlatır. Öğrencilerden kısa cümleler şeklinde cevaplar vermelerini ister. Gelen cevaplar olduğu gibi tahtaya yazılır. Daha sonra tahtaya yazılan kısa cevaplar irdelenir. Uygun olan cevapların yanına işaret koyularak sürecin bir sonraki aşamasına geçilir.

Grup lideri empatinin tanımını yapar. “Empati; bir başkasının duygularını, içinde bulunduğu durumu anlamaya çalışmak ve kendini onun yerine koyup düşünmek demektir.’’ ‘’Empati, insanların duygularını anlayabilmemiz için önemlidir. İnsanın en büyük ihtiyaçlarından biri anlaşılmaktır. Biz empati becerimizi geliştirerek kişinin anlaşılma ihtiyacını giderebiliriz. Bir sorun olduğu zaman arkadaşlarımızın, annemizin, kardeşlerimizin yaşadığı olay sonucunda neler hissettiklerini anlayıp onlara destek olabiliriz.’’ kısmı öğrencilere okunarak empatinin önemi vurgulanır.

2) Empati Etkinliklerinin Uygulanması

Etkinliğe başlamadan önce FORM1’deki senaryolar kesilerek masanın üzerine konur.

Grup lideri şu yönergeyi okur. ‘’Günlük hayat içerisinde yaşanan bazı olaylar bizde farklı duygular uyandırabilir. Fakat aynı olaylar başkalarının başına geldiğinde onlar ne hissediyor olabilir? Şimdi bununla ilgili bir etkinlik gerçekleştireceğiz. Masada duran küçük kâğıtlarda bazı örnek olaylar var. Sizden bu küçük hikâyelerdeki kahramanın yerine geçmenizi istiyorum. İçimizden gönüllü olan arkadaşlarımız kâğıtları okuyup, olayı yaşayan kişinin ne hissettiğini anlamaya çalışacak.’’

Daha sonra gönüllü öğrenciler tahtaya çıkıp örnek olay kâğıtlarından birini seçip okur ve hikâyedeki kahramanın hissettiklerini anlamaya çalışır. Aynı senaryo için birden fazla öğrenci empati tepkide bulunabilir.

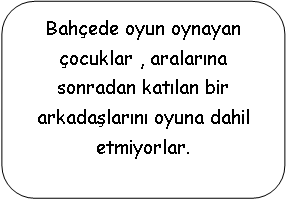
3) Empati Etkinliklerinin Değerlendirilmesi

FORM1’den kesilen senaryolar öğrenciler tarafından gerçekleştirildikten sonra öğrencilere ‘’Bir başkasının yaşadığı duyguları anlamaya çalışmak size ne hissettirdi?’’ sorusunu sorun. Öğrencilere ‘’Bir başkasının duygularını anladığımızda onunla birlikte hissettiğimizi duyumsarız. Böylece o kişiye karşı davranışlarımızda ya da söylediklerimizde daha yapıcı ve iletişimi sağlıklı bir şekilde devam ettirecek kelimeler kullanırız.’ ’kısmı okunur.

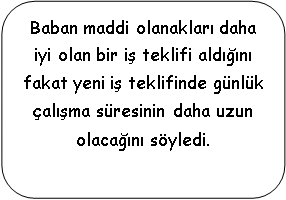
Öğrencilerden cevap aldıktan sonra ‘’Başkalarının hissettiklerini anlamak için neler yapılabilir?’’ sorusunu sorun. Öğrencilerden cevapları aldıktan sonra bugün gerçekleştiren ilgili düşüncelerini alın ve etkinliği sonlandırın.

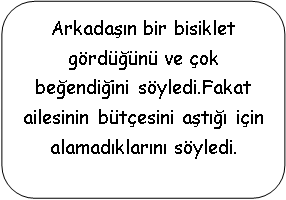
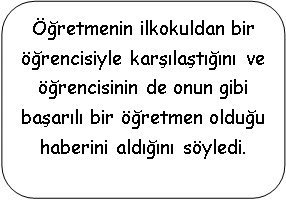
FORM 1

EMPATİ ETKİNLİĞİ İÇİN ÖRNEK KARTLAR



Arkadaşın sana çok önemli bir şey anlatırken birden sözünü keserek farklı bir şey anlatmaya başladın.





**6.OTURUM**

**ETKİNLİĞİN ADI**: İletişim becerilerini değerlendirme ve sonlandırma

**Kazanım:** İletişim Becerilerini Günlük Hayata Uyarlama.

**Materyal:** Öğrenci Sayısı Kadar Kalem ve Form, Şapka

**Süre**: 40 DK

**Hedef** **Kitle** : 5,6,7 ve 8. Sınıflar

**Süreç:**

Isınma Etkinliği:

- ŞAPKA: Çocuklar halka olurlar. Bir şapka müzik eşliğinde kafadan kafaya dolaşır. Müzik durduğunda şapka kimdeyse bir şarkı söyler.

Isınma oyunundan sonra bir önceki oturumun özeti yapılır. Ardından tüm oturumların genel bir değerlendirmesi lider tarafından yapılır. İletişim becerilerinin ne kadar önemli olduğu ve bu becerileri günlük hayatta kullanmanın önemi hakkında gruptaki öğrencilere görüşleri sorulur. Verilen cevaplar doğrultusunda süreç ilerler. İletişim becerilerine sahip olmak bize olumlu yönde katkı sağlar. Kendimizi yeteri kadar ifade etmek, karşımızdaki insanı daha iyi anlayabilmek ve insanlarla ilişkilerimizde daha başarılı olabilmek iyi iletişim kurma yolundan geçer. Doğru iletişim becerilerine sahip olmadığımızda insanlarla iş ilişkilerimizde okulda arkadaşlarımızla evde ailemizle istediğimiz ilişkiyi kurmakta zorlanabiliriz. Etkili iletişim becerilerinin temel öğelerini hatırlayacak olursak;

* Etkin dinleyici olmak,
* Hoşgörülü ve önyargısız olabilmek,
* Empati kurabilmek,
* Beden dili, hitap, ses tonu ayarlamak,
* Kendimizi doğru ifade edebilmek,
* Eleştiriye açık olmak.

Bu maddelere değinerek programın amacının; iletişim becerilerinin ne kadar önemli olduğunu fark etmek ve bu becerileri günlük hayatta kullanabilmenin önemi tekrar vurgulanır.

Değerlendirme Formu öğrencilere dağıtılır daha sonra her üyeye birer cümle yazması istenir. Burada amaç grup oturumlarının üyelere sağladığı katkının farkına varmaktır.

İletişim Becerileri Geliştirme Grubu Değerlendirme Formu

|  |  |
| --- | --- |
| Bu grup etkinliğine katılmaktan memnun oldunuz mu? |  |
| Memnun olmadınız ise bunun nedenleri nelerdir? |  |
| Oturumlardan neler kazandınız?” |  |
| Bu grup çalışmasında elde ettiğiniz kazanımları günlük hayatınıza uygulayabildiniz mi? |  |
| Kazanımları günlük hayata uyguladığınızda ne gibi değişiklikler oldu? |  |

Değerlendirme formu değerlendirildikten sonra tüm üyelerin duygu ve düşünceleri alınır. Grup, sonlandırılır.