**ETKİNLİK ADI:** Empati ve Etkin İletişim

**SÜRE:** 30-40 dakika

**HEDEF KİTLE:** Lise öğrencileri

**HEDEF:** Öğrencilerin empati kurma ve etkin iletişim becerilerini geliştirmek. Bu becerilerin güçlü bir iletişimde nasıl kritik rol oynadığını anlamalarını sağlamak.

**GEREKLİ MALZEMELER:** Kartlar, kağıt, kalem, tahta

**GİRİŞ (5 DAKİKA)**: Konuya Giriş: Empati ve iletişimin ne olduğunu kısaca açıklayın. Empatinin başkalarını anlamak ve etkili bir şekilde iletişim kurmak için ne kadar önemli olduğunu vurgulayın.

**SORU:** "Sizce empati kurmak neden iletişimde önemlidir?" sorusunu sınıfa yöneltin. Alınan cevapları tahtaya yazın.

**EMPATİ VE DİNLEME ALIŞTIRMASI (10 DAKİKA)**:

**Küçük Grup Aktivitesi:** Öğrencileri 4 kişilik gruplara ayırın. Her gruba belirli durumları içeren kartlar verin. Örneğin: - Bir arkadaşının zor bir gün geçirdiğini fark ediyorsun. Nasıl tepki verirsin? - Birisi sana haksızlık ettiğini söylüyor. Nasıl bir diyalog kurarsın? Her bir öğrenci karttaki durumu okur ve diğer grup üyeleri nasıl tepki vermeleri gerektiğini tartışırlar. Bu tartışmalarda empati kurmanın ve karşı tarafı anlamanın ne kadar önemli olduğunu vurgulayın.

**“AKTİF DİNLEYİCİ” OYUNU (15 DAKİKA)**:

**Aktivite:** Öğrenciler iki kişilik gruplara ayrılır. Bir öğrenci konuşmacı, diğeri dinleyici olur. - Konuşmacı, son zamanlarda yaşadığı bir deneyimi (örneğin bir tatil anısı, bir spor müsabakası, ya da bir başarı hikayesi) anlatır. Dinleyici, sadece dinlemekle kalmaz, konuşmacının söylediklerine empatiyle karşılık vermek zorundadır (örneğin başını sallayarak, doğru sorular sorarak ya da duygularını ifade ederek). - Konuşmacı rolü bittikten sonra dinleyici, konuşmacının neler hissettiğini tahmin etmeye çalışır ve bu duyguya nasıl tepki verdiğini açıklar.

- Değerlendirme: Dinleyici rolündeki öğrenciye, empati kurarak nasıl bir tepki verdiğini ve nasıl hissettiğini anlatması istenir. Daha sonra roller değiştirilir.

Beden Dili **VE EMPATİ ALIŞTIRMASI (10 DAKİKA)**: Beden Dili Eğitimi: Tahtaya, farklı beden dili örnekleri çizin ya da kısa kısa açıklayın (örneğin, kolları kavuşturmak, göz teması kurmamak, ayaklarını sallamak gibi). - Eşleşme Aktivitesi: Öğrenciler iki kişilik gruplara ayrılır. Bir öğrenci belirli bir beden dilini sergileyerek bir duygu gösterir (örneğin, endişeli, kızgın, mutlu), diğer öğrenci ise bu duyguyu anlamaya çalışarak empati kurar ve ona göre tepki verir.

- Değerlendirme: Bu alıştırma sonunda, hangi beden diliyle hangi duygunun iletildiğini ve empatiyle nasıl yanıt verdiklerini sınıfça tartışın.

**GENEL DEĞERLENDİRME VE KAPANIŞ (5-10 DAKİKA)** Sınıf Tartışması: Empatinin iletişimi nasıl geliştirdiğine dair öğrencilere sorular sorarak bir tartışma başlatın. "Bu etkinlikten ne öğrendiniz?" ve "Bir sonraki iletişim deneyiminizde nasıl farklı davranabilirsiniz?" gibi sorularla öğrencilerin katılımını artırın.

Özet ve Kapanış: Empatinin güçlü iletişim için vazgeçilmez olduğunu, beden dili ve sözlü ifadelerle desteklenmesi gerektiğini vurgulayarak etkinliği sonlandırın.

Bu etkinlik, öğrencilerin empati yoluyla iletişimi nasıl geliştirebileceğini anlamalarına ve empatiyi pratik ederek ilişkilerinde kullanmalarına yardımcı olacaktır.