Etkili İletişim ve İletişim Engelleri

Çalışma Kâğıdı · 30 Soru · Kolaydan Zora

Ad Soyad _____ Sınıf / No _____ Tarih _____

KONU ÖZETİ

- **Etkili iletişim:** Bireylerin birbirini açık, doğru ve samimi biçimde anlamasıdır; amaç karşıdakini gerçekten anlamaktır. Temelinde **empati**, **ben dili**, **farklılıklara saygı**, **etkili dinleme** ve **beden dili** vardır.
- **Empati:** Kişinin kendini karşısındakinin yerine koyarak olaylara onun gözünden bakması, duygu ve düşüncelerini anlamaya çalışması ve bunu ona yansıtmasıdır.
- **Ben dili:** Duygu ve düşünceleri karşıdakini suçlamadan, yargılamadan ifade etmektir; davranışı merkeze alır, iletişimi olumlu etkiler. **Sen dili** ise suçlayıcı, yargılayıcıdır; kişiliği hedef alır ve benlik saygısını zedeler.
- **İletişim engelleri:** Söz kesmek, konuşurken telefonla ilgilenmek, sürekli öğüt vermek, alaycı üslup, sabırsızlık, empati kuramamak; dijital ortamda belirsiz mesajlar, kırıcı dil ve bağlantı sorunları iletişimi zorlaştırır.
- Farklılıklara saygı, göz teması, dikkatle dinleme ve **uzlaşma** ile kurulan iletişim sevgi, saygı, dostluk ve yardımlaşma gibi değerleri güçlendirir.

KOLAY Isınma Soruları (1–10)

1 Aşağıdaki tanımları ilgili kavramla eşleştiriniz.
1) Kendini karşısındakinin yerine koyarak onun duygularını anlamaya çalışmak
2) Duyguları suçlamadan, davranışa odaklanarak ifade etmek
3) Karşıdakini suçlayan, yargılayan ifadeler kullanmak
a) Sen dili b) Empati c) Ben dili

2 Aşağıdaki cümlelerden hangisi **ben diliyle** kurulmuştur?

A) Hep geç kalıyorsun, sana güvenilmez!
B) Sen zaten hiçbir şeyi dinlemiyorsun.
C) Beklediğim hâlde gelmeyince merak edip üzüldüm.
D) Senin yüzünden maçı kaybettik.

3 Doğru (D) ya da yanlış (Y) olarak işaretleyiniz.
(…) Sen dili davranıştan çok kişiyi hedef alır.
(…) Ben dili benlik saygısını olumsuz etkiler.
(…) Konuşan kişiyle göz teması kurmak etkili iletişime katkı sağlar.
(…) Karşımızdakinin sözünü kesmek iletişimi güçlendirir.

4 Aşağıdakilerden hangisi etkili iletişimi **engelleyen** bir davranıştır?

A) Konuşan kişiye dönerek dinlemek
B) Arkadaşı derdini anlatırken sürekli telefonuna bakmak
C) Anlamadığı yeri nazikçe sormak
D) Karşısındakinin duygusunu anladığını söylemek

5 Aşağıdaki **sen dili** ile kurulmuş cümleyi **ben diline** çeviriniz.
"Odamı hep dağıtıyorsun, çok düşüncesizsin!"

6 Etkili iletişimin temelinde yer alan **üç** unsuru yazınız.

7 Arkadaşı sınavdan düşük not alıp üzülen Ada'nın **empati kurduğunu** gösteren cümle hangisidir?

A) Bu kadar üzülecek bir şey yok, abartıyorsun.
B) Ben yüksek aldım, sana da öğretirim.
C) Önemli değil, unut gitsin.
D) Çok emek verdiğin için hayal kırıklığı yaşaman çok normal; istersen birlikte çalışalım.

8 "Farklılıklara saygı" ile ilgili sınıf ortamından **bir** örnek davranış yazınız.

9 Aşağıdakilerden hangisi **dijital ortamlarda** iletişimi zorlaştıran durumlardan biri **değildir**?

A) İletiyi göndermeden önce okuyup kontrol etmek
B) Ağ bağlantısının kopması
C) Mesajların kısa ve belirsiz yazılması
D) Ekran arkasında daha kolay kırıcı olunabilmesi

10 Aşağıdaki özellikleri **Ben dili** ya da **Sen dili** olarak sınıflandırınız.
a) Olumlu ve yapıcıdır. b) Suçlayıcıdır. c) Davranışı merkeze alır. ç) Karşıdakinin iletişimden kaçmasına yol açar.

ORTA Pekiştirme Soruları (11–20)

11 Nehir, kütüphanede okuduğu kitabı arkadaşı Mert'e ödünç vermişti. Mert kitabı söz verdiği gün getirmedi. Ertesi gün koridorda karşılaştıklarında Nehir iki farklı cümle kurmayı düşündü:
I. "Sen hep böylesin, hiçbir sözünü tutmuyorsun!"
II. "Kitap bana geri gelmeyince endişelendim, çünkü onu yarın teslim etmem gerekiyor."

Nehir'in düşündüğü cümlelerden hangisi ben diline, hangisi sen diline örnektir? Hangisini seçmesi daha doğru olur? Nedenini yazınız.

12 Önceki sorudaki olayda Nehir I. cümleyi kullanırsa Mert'in vermesi **en olası** tepki hangisidir?

A) Kendini savunup tartışmaya girmesi
B) Nehir'e teşekkür etmesi
C) Olayı hiç önemsememesi
D) Nehir'e yeni bir kitap hediye etmesi

13 Aşağıdaki şemada etkili dinlemenin bazı davranışları verilmiştir. Boş kutuya uygun bir davranış yazınız.



14 Aşağıdaki durumlardan hangisinde **beden dili** ile söylenen söz birbiriyle **çelişmektedir**?

A) Gülümseyerek "Hoş geldin!" demek
B) Sarılarak "Seni özledim." demek
C) Başını sallayarak "Evet, katılıyorum." demek
D) Kollarını kavuşturup başını çevirerek "Seni dinliyorum." demek

15 Aşağıdaki davranışları etkili iletişime **katkı sağlayan** ve **engel olan** olarak iki gruba ayırınız.
söz kesmek – sabırla dinlemek – alaycı konuşmak – göz teması kurmak – sürekli öğüt vermek – nazik bir ses tonu kullanmak

16 İki arkadaş, sınıf gezisinin yeri konusunda anlaşamamıştır. Biri müzeye, diğeri doğa yürüyüşüne gitmek istemektedir. **Uzlaşma** yoluyla bu sorunu çözmek için bir öneri yazınız.

17 "Seni önemsiyorum ve dikkatle dinliyorum." iletisini **sözsüz** olarak vermek için hangi davranışlar yapılabilir? İki örnek yazınız.

18 Aşağıdakilerden hangisi **sen dili** ile ilgili yanlış bir bilgidir?

A) Genellikle yanlış anlaşılmalara ve tartışmalara yol açar.
B) Kişinin duygusunu suçlamadan ifade etmesini sağlar.
C) Karşıdaki kişinin kişiliğini hedef alır.
D) Benlik saygısını zedeler.

19 Aşağıdaki süreçte boş bırakılan adıma uygun bir davranış yazınız.



20 Bir çevrim içi oyunda takım arkadaşı hata yapan oyuncuya herkes kırıcı mesajlar yazmaya başlamıştır. Bu durumda siz nasıl bir mesaj yazardınız? Ben dilini kullanınız.

ZOR Düşünme Soruları (21–30)

21 Aşağıdaki tabloda bir sınıfta yapılan temsilî ankette öğrencilerin **en çok rahatsız oldukları** iletişim engelleri verilmiştir.

İletişim engeli	Öğrenci sayısı
Söz kesilmesi	11
Alaycı konuşma	8
Konuşurken telefona bakılması	6
Sürekli öğüt verilmesi	3

Tabloya göre sınıf öğretmeni, sınıf kurallarına öncelikle hangi kuralı eklemelidir? Bu kural sınıf iletişimini nasıl etkiler?

22 Önceki sorudaki tabloya göre ankete katılan öğrencilerin kaç tanesi **alaycı konuşma** ya da **telefona bakılmasından** rahatsız olmuştur? Bu sayı katılımcıların yarısından fazla mıdır?

23 "Emir, basketbol maçında kaçırdığı atıştan sonra çok üzülmüştü. Takım kaptanı Zeynep yanına gelip gözlerinin içine baktı ve '**Bu atış için çok çalıştığını biliyorum, üzülmen çok doğal. Bir sonraki maçta ilk pas senin.**' dedi."
Zeynep'in davranışında etkili iletişimin hangi unsurları görülmektedir?

A) Sen dili ve öğüt verme
B) Alaycı üslup ve eleştiri
C) Empati, göz teması ve cesaretlendirme
D) Yalnızca yazılı iletişim

24 Aşağıdaki cümlelerden hangisi hem **ben dili** içermekte hem de **çözüm önerisi** sunmaktadır?

A) Müziğin sesi yüksek olunca derse odaklanamıyorum; kulaklık kullanabilir misin?
B) Müziğin sesini yine sonuna kadar açmışsın!
C) Sesi kısmazsan annemlere söylerim.
D) Senin yüzünden ödevimi bitiremedim.

25 "Yeni taşındığı şehirde okula başlayan Aras, arkadaşlarının kullandığı bazı şive ve deyimleri anlamıyor, bu yüzden derslerde söz almaktan çekiniyordu."
Aras'ın yaşadığı iletişim sorununu çözmek için **sınıf arkadaşlarının** yapabileceği **iki** davranış yazınız.

26 "Etkili iletişim yalnızca doğru konuşmak değil, aynı zamanda doğru dinlemektir."
Bu görüşü destekleyen bir örnek olay yazınız.

27 Aşağıdaki durumların hangisinde iletişim engelinin kaynağı **iletiyi alan kişidir**?

A) Anlatıcının çok hızlı ve karışık konuşması
B) Dinleyen kişinin ön yargıyla konuşanı baştan haksız bulması
C) Mesajın yanlış kişiye gönderilmesi
D) Ortamdaki gürültünün sesi bastırması

28 Bir öğrenci, arkadaşının yazdığı hikâyeyi okuduktan sonra ona geri bildirim verecektir. Aşağıdaki geri bildirimlerden hangisi etkili iletişime **en uygundur**?

A) Hiç beğenmedim, sen hikâye yazmayı bilmiyorsun.
B) Güzel olmuş işte, ne diyeyim.
C) Karakterlerin konuşmalarını çok sevdim; sonu bana biraz aceleye gelmiş gibi geldi, biraz daha uzatabilirsin.
D) Benimki seninkinden daha iyi oldu.

29 Arkadaşlık ilişkilerinde **sevgi ve dostluk** değerlerini güçlendirmek için etkili iletişimden nasıl yararlanılabilir? Üç öneri yazınız.

30 "Aile toplantısında Ela, hafta sonu kuzenlerine gitmek istediğini söyledi. Ağabeyi hemen sözünü keserek 'Senin istediğin olmaz zaten!' dedi. Babası ise önce Ela'yı sonuna kadar dinledi, sonra ağabeyin de fikrini sordu."
Metne göre aşağıdakilerden hangisine **ulaşılamaz**?

A) Ağabey, iletişimi engelleyen davranışlar göstermiştir.
B) Baba, etkili dinleme örneği sergilemiştir.
C) Toplantıda sen dili kullanılmıştır.
D) Aile sonunda hafta sonu kuzenlere gitmeye karar vermiştir.

Takıldığın soruyu işaretle, konu özetine tekrar göz at. Başarılar!
Diğer konuların çalışma kâğıtları ve deneme sınavları: **maarifpdf.com.tr**