



Kişilerarası İlişkilerde Sözsüz İletişim

Hedefler



1. **Sözel Olmayan** İletişim Sürecinin Tanımlanması.



2. Bu Süreçte Etkili Olan **Unsurların** Tartışılması.



3. Sözel Olmayan İletişimin **Öneminin** Fark Edilmesi.



4. Farklı Alanlarda Kullanılabilecek **İletişim Becerilerinin** Geliştirilmesi.

Giriş

- ▶ Sözlü Olmayan İletişim = Sözsüz İletişim = Beden Dili
- ▶ Sözsüz iletişim, diğerleriyle kurulan etkileşim ile öğrenilir.
- ▶ Bu iletişim biçimi beden dili olarak da adlandırılır.
- ▶ Beden dili ile iletişim, her birey tarafından farklı şekillerde kullanılır.
- ▶ Bu farklılıklar kültür, kişilik, psikopatolojik durum, yaş ve cinsiyete bağlı olarak ortaya çıkar.



Sözsüz İletişimin Sözlü İletişimden Farkı

Cüceloğlu (1997), İletişim süreci içinde bazı anlamların ve duyguların, sözel olmayan iletişimle daha etkili şekilde ileildiğini, iletişimin çift anlamlı ve belirsiz olduğunu belirtir.

Çift Anlam

Sözel mesaj ile beden dilinin verdiği mesaj arasındaki farklılıklardır:

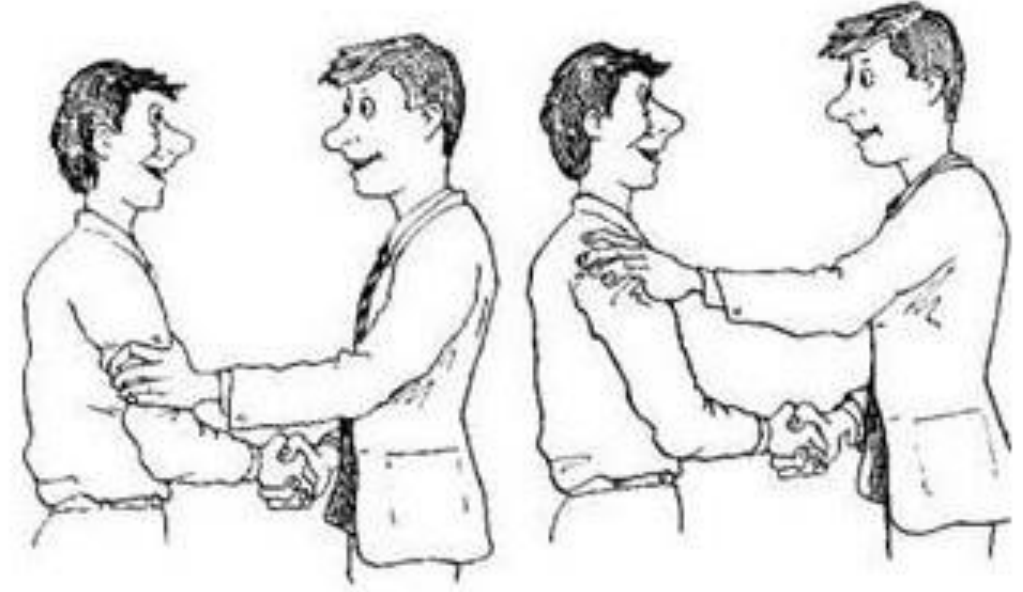
Yüz ifadesinden sinirli olduğu gözlenen kişinin, sorulduğunda sinirli olmadığını söylemesi

Anlam Belirsizliği

Sınavda başarısız olmalarına kızan öğretmenin karşısında sessiz kalan sınıf, öğretmeni onaylamakta mıdır? Yoksa farklı mı düşünmektedir? Buradaki suskunluğun anlamı belirsizdir.

Sözsüz İletişimin Sözlü İletişimden Farkı

- ▶ Sözlü olmayan iletişim, toplumda farklı şekillerde kullanılır.
- ▶ Bu tür iletişim ipuçları, iletişim süreci içinde farklı kanallarla aktarılır.
- ▶ Bu ipuçlarının anlaşılabilmesi;
 - ▶ Kişisel gelişime
 - ▶ Bilişsel olgunluk düzeyine
 - ▶ Yaşantısal ve çevresel faktörlere
 - ▶ Gönderici ya da alıcının cinsiyetine ve
 - ▶ kültürel değerlerine bağlıdır.



Sözsüz İletişimin Sözlü İletişimden Farkı

1. Duyguları göstermede kullanılır: Kızgınlık, mutluluk, hayret gibi.

▶ 2. Dili destekler ve kelimelerin anlamlarıyla ilgili ipuçları verir: Kullanılan jest ve mimikler konuşma içeriğini destekler ve önemli ifadelerin vurgulanmasına yardım eder.

▶ 3. Dil yerine kullanılabilir: Dikkatli bir bakışın susulması gerektiğini anlatması gibi.

Sözel
Olmayan
İletişim

Sözsüz İletişimin Sözlü İletişimden Farkı

4. Gizli mesajları taşır: Sessizlik aynı fikirde olmak ya da reddetmek anlamına gelebilir.
5. Kişilerarası ilişkilerde tutumları tanımlar: Kişilerarası yakınlaşmaya ya da uzaklaşmaya yol açan olumlu (sevgi, ilgi, sempati) ve olumsuz (değer vermeme, reddetme), tutumlar sözel olmayan mesajlarla aktarılabilir.
6. Birey hakkında bilgi verir: Giyim, beden duruşu, göz teması ve yüz ifadeleri, bireyin duygusal yapı, bireysel ve davranışsal özellikleri vb. durumları hakkında ipuçları verebilir.
7. Seremoni ve ritüellerin yerine getirilmesi sağlar: Tokalaşma, selamlaşma gibi.

Sözel
Olmayan
İletişim

Sözel Olmayan İletişim ve Kişilerarası Duyarlılık



KİŞİLERARASI DUYARLILIK, BİREYLERİN KİŞİSEL, KİŞİLERARASI VE SOSYAL ÇEVRELERİNİ HİSSEDEBİLME VE ALGILAYABİLME BECERİLERİDİR.



BU DUYARLILIK, DİĞERLERİNİN SÖZEL OLMAYAN İFADELERİNE BİREYLERİN NASIL TEPKİ VERDİKLERİYLE İLGİLİDİR.



VERİLEN TEPKİ BİÇİMİ KİŞİLERARASI DUYARLILIĞI OLUMLU YA DA OLUMSUZ YÖNDE ETKİLER.

Sözel Olmayan İletişim ve Kişilerarası Duyarlılık

► Örnek: Göz temaslari, oturmaları, beden duruşları ve giyim kuşamları uygunsuz olan öğrencilere karşı, öğretmenlerin tepkisiz kalmaları, duyarlılık düzeylerinin düşük olduğu anlamına gelir. Burada vurgulanan tepki, iletişim kurmaya, kabul etmeye ve çözüme dönüktür. Her birey ortamdaki fiziksel varlığının kabul edilmesini bekler.

- Beden dili, duyguları ifade etmede kullanılan en etkili yoldur.
- Duygusal ifadeleri doğru algılamak sosyal uyumu, akıl sağlığını ve iş performansını olumlu yönde etkileyebilmektedir.
- Beden dilinin verdiği duygusal mesajları anlayabilmek, kişilerarası duyarlılığın en temel özelliğidir.

Kültür ve Beden Dili

Sözel olmayan iletişim becerileri, bütünsel kültürel bağlamda incelenir

Sözel olmayan iletişimin niteliği üzerinde, kültürel değerlerin etkili olduğu kabul edilir.

Sözel olmayan iletişimin tüm unsurları ülkeden ülkeye ya da bir ülke içinde yöreden yöreye farklılaşabilir.

Batı kültüründe kadın ve erkekler samimi oldukları kendi ve karşı cinsleri ile kucaklaşır ve yanak değdirerek öpüşürler. Asya kültüründe ise selamlaşma sırasında beden temasından genelde sakınılır.

Kültür ve Beden Dili

Muhataplarını kulaklarından çok gözleriyle dinleyen bireyler, konuşan kişinin hem sözel ifadelerine hem de beden dillerine dikkat ederler.

Farklı beden dilleri toplumsal yapı içerisinde zamanla oluşur:

- Kız ya da erkek olsun, bebeklerin sözel olmayan ifadeleri ayrışmamıştır, doğuştan benzerdir.
- Bilişsel olgunlaşmada olduğu gibi, farklı duygusal tepki ve ifadeler zaman içinde oluşur.
- Kültür içinde erkeklere duygularını saklamaları, kızlara duygularını ifade etmeleri oğretilir.

Kültür ve Beden Dili

Sosyal ğrenme Modeli, sözel olmayan iletişim ile ilgili tepkilerin gözlenerek öğrenildiğini, bu süreçte verilen geri dönütlerin ve ödüllendirmelerin davranışların kazanımında etkili olduğunu savunur.

Bu yaklaşım aynı zamanda görsel ve işitsel iletişim araçları ile ebeveynlerin, arkadaşların, öğretmenlerin ve komşuların da bu süreçte etkili olduğunu belirtir.

Bilişsel Gelişim Yaklaşımı da benzer görüşleri savunmakla beraber, bireylerin rol modellerinin davranışlarını seçmekte aktif olduklarını vurgulamaktadır.

Sözsüz İletişimin Unsurları



Sözsüz iletişim biçiminin iletişim sürecine hangi düzeyde katkı sağladığına ilişkin tartışmalar sürdürülmektedir.



Etkinin kültürel bağlam içerisinde sürdürülmesi gerekmektedir.



Bedenin % 60, sesin % 30, sözcüklerin ise % 10 oranında etkili olduğuna ilişkin araştırmalar ise kesinlikle genelleştirilemez.

Sözsüz İletişimin Unsurları

►Beden Duruşu

- Duruş ve beden hareketleri her kültürel ortamda aynı anlamı vermez.
- Beden duruşu aşağıda belirtilen şekillerde sözel iletişimi destekler ve etkisini artırır.
 - Sözlü ifadelerin etkisini artırır.
 - Vurgulamaları belirtir.
 - Gösteri becerisini geliştirir.
 - Dinleyenlerden geri dönüt almayı sağlar.
 - Dikkatin devam edip etmediği ile ilgili bilgi verir.



Sözsüz İletişimin Unsurları

- ▶ Yüz İfadeleri ve Göz Teması
- ▶ Yüz ifadeleri duygusal tepkileri ifade eden etkili iletişim kanallarıdır.
- ▶ Yüz ifadeleri duygusal durum ve sosyal faktörleri değiştirmeye dönüktür.
- ▶ Yüz ve gözler, insan bedenimim en anlamlı bölümleridir.



Sözsüz İletişimin Unsurları

Yüz İfadeleri ve Göz Teması

Genel olarak bakıldığında gözlerin verdiği mesajlar şu şekilde özetlenebilir

Gözler, dikkat, ilgi ve uyanıklığın düzeyini gösterir.

Samimi bir ilişkinin **başlatılmasını** ve **sürdürülmesini** sağlar.

Etkileşimi düzenler.

Tutumların değişmesini sağlar.

Duygusal iletişimi sağlar.

Sözsüz İletişimin Unsurları

Dokunma

Dokunma, insan gelişiminde hayati bir öneme sahiptir.

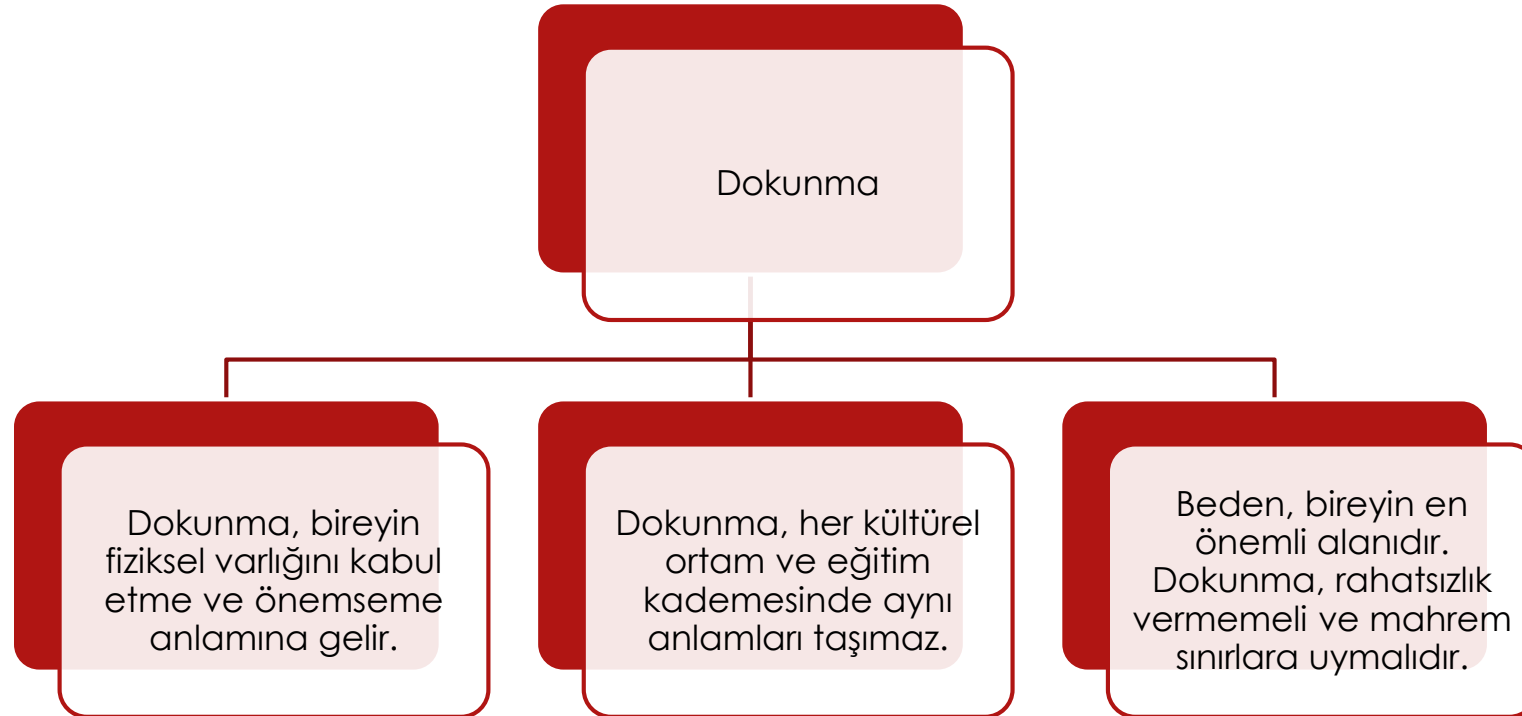
İşlevsel / Profesyonel :
Doktorun hastasını muayene ederken dokunması.

Sosyal / Politik: İki insanın tokalaşması.

Arkadaşlığa Bağlı: İki arkadaşın kol kola girmesi.

Destekleme ve Başarmaya Yönelik:
Öğretmenin, öğrencinin başını okşamaması;

Sözsüz İletişimin Unsurları



Sözsüz İletişimin Unsurları

Giysiler

Giysiler: Giyim kuşam, takı, kozmetik ve bireylere ait materyallerdir.

Kendimizi nasıl algıladığımız ve kimliğimizi nasıl sunduğumuz ile ilgili mesajlar verir.

Cinsiyete bağlı giyim kuşam doğuştan başlar.

Bireylerin giyim biçimleri, diğerleriyle kuracakları iletişimin niteliğini etkiler.

Sadece sosyal statü değil, dünya görüşleri ve yaşam felsefeleri hakkında da bazı ipuçları verir. Bu durum ilişkilerde yakınlaşmaya ya da uzaklaşmaya yol açabilir

Sözsüz İletişimin Unsurları

Ses Tonu

- ▶ Sesin tonu, şiddeti ve hızı, iletişim sürecini etkiler
- ▶ Sesin tonu, sözel iletişime eşlik eder.
- ▶ Sessizlik, formal ve informal kişilerarası ya da kültürlerarasında farklı anlamlar taşır:
 - ▶ Batı kültüründe bir seremoni, tören ya da konuşma esnasında saygı olarak algılanır. Ancak benzer durumlarda, bazı Asya kültürlerinde düşük ses düzeyindeki konuşmalar normal karşılanır.

El, Kol ve Yüz Hareketleri

Esas (Birincil)

- Belli **duygusal** ve **bilinen** anlamları vardır:
- **Baş hareketleri:** Başı öne sallamak (onay).
- **Kaş ve göz hareketleri:** Çatık kaş (sinirlilik).
- **Omuz ve kol hareketleri:** Omuz silkmek (ilgisizlik)
- **El ve kol hareketleri:** İletişim ortamına göre anlam kazanır.

Sözsüz İletişimin Unsurları

El, Kol ve Yüz Hareketleri

İkincil

- Sosyal nitelikte **değildir**.
- Bedenin uyumunu sağlamaya dönük hareketlerdir:
- Bedendeki bir bölgeyi kaşımak, bacak bacak üzerine atmak vb

İletişim Ortamı ve Kişilerarası Mesafe

İletişimin gerçekleştiği ortamın (sınıf, bahçe vb.) psikolojik ve fiziksel özellikleri gönderilen mesajların anlaşılmasını ve yorumlanmasını önemli ölçüde etkiler.



İletişim ortamı üç bölümde incelenebilir:

İletişimde bulunan **kişilere** bağlı özellikler:
Yaş, cinsiyet, statü vb.

İletişimin olduğu **sosyal** ortamın özellikleri: Ortam selam vermeyi gerektirebilir.

İletişimin içinde olduğu **fiziksel** ortamın özellikleri:
Ortamın ısı, ışığı, sessizliği vb.

İletişim Ortamı ve Kişilerarası Mesafe

Bireyler, iletişim ortamını farklı şekillerde kullanırlar:

- **Yakın İlişki Alanı** (Mahrem Mesafe): Çok yakın arkadaş ve aile üyeleri; 30-35 cm – 2 m.
- **Kişisel İlişki Alanı** (Kişisel Samimi Mesafe): 40-80 cm arasında değişir.
- **Sosyal İlişki Alanı** (Sosyal Mesafe): 80 cm – 2 m.
- **Halka Açık İlişki Alanı** (Genel Topluma Açık Mesafe): Halka açık mekanlar; en az 2 m.

Kişisel samimi mesafeye dayalı olarak gerçekleşen ilişki, kabul edici, değer ve güven verici mesajlar taşır.

Sözel Olmayan İletişim ve Akademik Başarı



Sözel olmayan iletişim yüklemeleri, diğer insanların davranışlarını anlamaya, bunların anlamlarını paylaşmaya dönük süreci güçlendirir.



Bu bağlamda öğretmenlerin sözel olmayan iletişim becerilerine karşı öğrencilerin geliştirecekleri duyarlılık, onların sınıftaki işlevlerini ve akademik performanslarını olumlu yönde etkileyecektir.

Özet

İletişim sözel ve sözel olmayan yollarla gerçekleşir.

Sözel mesajlarla düşünceler, sözel olmayan mesajlarla duygular aktarılır.

Duygular, insan davranışının önemli bir ögesidir.

Sözel olmayan iletişim becerileri, toplumlar arasında farklılıklar ve farklı anlamlar taşır.

İnsanlar beden duruşları, görünüşleri, jest ve mimikleri, giyim ve kuşamları aracılığıyla kendileri hakkında diğer insanlara belli mesajlar verirler.

Bu mesajların anlaşılması, iletişim sürecini kolaylaştırır.

Ekmel Kılıç

- ▶ Uşak Üniversitesi İletişim Fakültesi Yeni Medya Bölümü 4. Sınıf Öğrencisi
- ▶ ekmelkilig@Hotmail.com
- ▶ ekmelkilig.wordpress.com