

SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



HEMŞİRELİK BÖLÜMÜ

*HEM108-Kendini Tanıma ve İletişim
Yöntemleri*

Dr. Öğr. Üyesi Serap GÜLEÇ

İletişimde Dinleme ve Anlama Becerileri

*HEM108-Kendini Tanıma ve
İletişim Yöntemleri*

Hafta-4

NOT: Ders sunumları «Gürhan & Okanlı (2017) Yaşamın Sırrı İletişim» kitabı temel alınarak hazırlanmıştır. Derste temel kaynak olarak bu kitap kullanılmaktadır.



DİNLEME

İyi bir iletişimin kurmanın temel yolu
karşıdaki kişiyi etkili bir biçimde
dinleyebilmektir.



DİNLEME BECERİSİ

Dinleyicinin bilgiyi;

Duyması,

Tekrar edebilmesi,

Hatırlayabilme olarak tanımlanmıştır.



DİNLEME SÜRECİNİN AŞAMALARI

- Duyma
- Anlama
- Anımsama
- Değerlendirme
- Yanıt verme

DİNLEME SÜRECİNİN AŞAMALARI

□ Duyma

İşitmek esas olarak tüm dinleme sürecinin bir ön şartıdır.

DUYMAK DİNLEMEDİR

DİNLEME SÜRECİNİN AŞAMALARI

□ Anlama

Konuşmacının düşüncelerinin ve duygularının ne anlama geldiğini öğrendiğimiz aşamadır

- Soru sorma
- Özetleme kullanılabılır

DİNLEME SÜRECİNİN AŞAMALARI

□ Anımsama

Anlaşılan mesajların akılda tutulması ve geri bildirim verirken kullanılması aşamasıdır.

DİNLEME SÜRECİNİN AŞAMALARI

□ Değerlendirme

Dinleyicinin sahip olduğu algılar, tutumlar, değerler, geçmiş deneyimler ile alınan mesajın yorumlanması aşamasıdır.

DİNLEME SÜRECİNİN AŞAMALARI

□ Yanıt verme

Konuşmacının konuşmasından ne anladığının iletilmesi aşamasıdır.

Konuşma sonunda ya da konuşma süresince geri bildirim verilebilir

DİNLEME TÜRLERİ

- Katılımcı dinleme
- Empatik dinleme
- Eleştirel dinleme
- Derinlemesine dinleme



ETKİLİ

KATILIMCI DİNLEME

- Fiziksel ve zihinsel olarak orda bulunmak !!
- Dinleyen kişi, dinlediklerini tekrar eder, özümser ve yansıtır.
 - Anlıyorum, evet, doğru...vs.
 - Göz teması, yüz ifadesi

EMPATİK DİNLEME

- Konuşmacının yaşantı ve duygularının dinleyici tarafından anlaşılması ve iletilmesidir.
- Empatik dinleme ile kişi anlaşıldığını hisseder.

□ **YERİNE KOY**

□ **ANLA**

□ **HİSSET**

□ **İLET**



EMPATİK DİNLEME

1. Konuşmacının anlatmak istediklerini başka sözcüklerle açıklamak

" ne yapacağımı bilemiyorum, keşke durum netleşse rahatlayacağım"

"ne yapacağını bilemiyorsun"

"kararsızsın"

"belirsizlikten yaşıyorsun"



2. Konuşmacıya duygularının anlaşıldığını ifade etmek

" ne yapacağımı bilemiyorum, keşke durum netleşse rahatlayacağım"

□"kendini rahatsız hissediyorsun"

□"Huzursuzsun"



DİNLEME TÜRLERİ

- Savunucu dinleme
- Seçerek dinleme
- Tuzak kurucu dinleme
- Yüzeysel dinleme
- Saplantılı dinleme



ETKİSİZ

KALIPLAŞMIŞ DİNLEME:

Kendi deneyimlerinden örnek verir,
geçiştirir.

"Zamanımı iyi kullanamıyorum, boş
geçiyor"

"Ne güzel işte ooh!! Daha ne istiyorsun."

"Bence bolca gez, dolaş"



SEÇEREK DİNLEME

Sadece ilgilendiği kadarını dinler, diğer dediklerini umursamaz.

"Sınava çalışmam lazım, ama bir türlü başlayamıyorum, nerde ders çalışsam?"

Kütüphane, ev bilemiyorum"

"ben kütüphanede hiç çalışmam"



SAVUNUCU DİNLEME

Dinleyen kişi, söylenen her şeyi kişiselleştirerek kendine yapılmış bir saldırı gibi algılar.

"son zamanlarda kendimi baskı altında hissediyorum, herkes akıl veriyor"

"aa.. ben sana hiç baskı yapmam, bu konuları açmıyorum bile"



TUZAK KURUCU DİNLEME

Hatalarını bulmak, açık aramak, eksikliklerini ortaya çıkarmak için dinlerler.

'Hiç konsantre olamıyorum, ders çalışamıyorum, notlarım düşecek'

"sen zaten genelde böylesin"

,



KAYNAKLAR

- Gürhan N. & Okanlı A. (Eds). (2017). Yaşamın Sırrı İletişim. Ankara: Nobel Tıp Kitabevleri.

