7. ANLATALIM

Aşağıdaki metni düşünceyi geliştirme yollarından uygun olanları kullanarak tamamlayınız. Bu sırada yandaki not kâğıdından ve aşağıdaki görselden faydalanabilirsiniz.

Kullandığım Düşünceyi Geliştirme Yolları

- ✓ Tanımlama
- ✓ Karşılaştırma
- ✓ Benzetme
- ✓ Örnekleme
- Tanık gösterme



ETKİLİ İLETİŞİM: BEN DİLİ Mİ? SEN DİLİ Mİ?

İnsanlarla sağlıklı iletişim kurabilmek için onların istek ve ihtiyaçlarını görmek ve kendimizi doğru ifade etmek önemlidir. Ben dili, kişinin karşılaştığı durum karşısında hissettiği duyguları ve düşüncelerini karşısındakine ifade etmesidir. Sen dili ise hissettiğimiz duyguları karşımızdaki kişiye suçlayıcı bir şekilde aktarmaktır.

Sen dili iletişimi tıpkı çıkmaz bir sokak gibi tıkar; ben dili ise aramızdaki sevgi ve anlayış bağlarını güçlendiren sağlam bir köprü gibidir. Örneğin bir arkadaşımız ders çalışırken ses çıkardığında ona "Çok gürültü yapıyorsun!" veya bir kırgınlık anında "Çok kabasın!" demek suçlayıcı bir sen dilidir. Bu sözler karşımızdaki kişiyi savunmaya iter ve aramızda çatışmaya yol açar. Oysa aynı durumu ben dili kullanarak ifade ettiğimizde "Gürültü olduğunda derse odaklanamıyorum." veya "Kaba davranman beni üzüyor." deriz.

Böylece karşımızdaki insanı incitmeden doğrudan kendi duygumuzu aktarırız. Sağlıklı ve huzurlu bir sosyal çevre inşa etmek istiyorsak suçlayıcı sen dili yerine, her zaman yapıcı olan ben dilini tercih etmeliyiz.

www.odevjet.com