

T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER ANABİLİM DALI

İLETİŞİM BECERİLERİ EĞİTİMİNİN İLKÖĞRETİM 8. SINIF
ÖĞRENCİLERİNİN İLETİŞİM BECERİSİ DÜZEYLERİNE ETKİSİ

133989

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
İbrahim DENİZ

Tez Danışmanı
Yrd. Doç. Dr. Gürsen TOPSES

133989

Ankara-2003

Eğitim Bilimleri Enstitüsü M¼d¼rl¼đ¼'ne

İbrahim Deniz'e ait "İletişim Becerileri Eğitiminin İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin İletişim Becerisi D¼zeylerine Etkisi" adlı çalışma j¼rimiz tarafından Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalında Y¼KSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Başkan

Yrd. Doç. Dr. Kemal K¼KSAL

¼ye

Yrd. Doç. Dr. G¼rsen TOPSES (Danışman)

¼ye

Yrd. Doç. Dr. Leyla ERCAN

T.C. Y¼KSEKÖĐRETİM KURULU
DOKÜMANTASYON MERKEZİ

ÖZET

Bu araştırma, ilköğretim 8. sınıf öğrencilerine verilen iletişim becerileri eğitiminin, öğrencilerin iletişim becerisi düzeylerine etkisini incelemek amacıyla yapılmıştır.

Araştırma, 2002-2003 öğretim yılında Kırıkkale 50. Yıl İlköğretim Okulu'na devam eden ve İletişim Becerileri Eğitimi Programına gönüllü olarak katılmak isteyen 32 öğrenci ile yürütülmüştür. Araştırmada ön test-son test kontrol gruplu deneysel desen kullanılmıştır.

Araştırmada, öğrencilerin iletişim becerisi düzeylerini ölçmek amacıyla Korkut (1996) tarafından geliştirilen İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ) kullanılmıştır. Araştırmaya katılacak deneklerin belirlenmesi amacıyla ilköğretim 8. sınıfa devam eden 150 öğrenciye İBDÖ uygulanmıştır.

İletişim Becerileri Eğitimi Programına gönüllü olarak katılmak isteyen ve İBDÖ puanları düşük olan öğrencilerden 16 kişilik deney grubu oluşturulmuş, deney grubundaki üyelerin cinsiyet ve İBDÖ puanları esas alınarak bire-bir eşleştirme yoluyla da kontrol grubu oluşturulmuştur. Deney ve kontrol gruplarının ön test puanları arasında fark olup olmadığına bakılmış sonuçta iki grup arasında ön test puanları açısından anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır.

Araştırmacı tarafından, deney grubundaki işçilere iletişim becerileri eğitimi vermek için on oturumluk İletişim Becerileri Eğitimi Programı hazırlanmıştır. Bu eğitim programı haftada iki kez 90 dakika olmak üzere uygulanmış, kontrol grubuna herhangi bir işlem yapılmamıştır.

Araştırmada, deneysel işlemde elde edilen verilerin analizinde deney grubunun ön test ve son test puanlarının karşılaştırılmasında ilişkili ölçümler

için yapılan t testi kullanılmıştır. Deney ve kontrol gruplarının ön test-son test fark puanlarının karşılaştırılması ise ilişkisiz ölçümler için kullanılan t testi ile yapılmıştır. Araştırma sonunda deney grubunun ön test-son test İBDÖ puanları arasında .05 düzeyinde anlamlı ($p: .00$); deney ve kontrol grubunun ön test-son test fark puanları arasındaki fark da .05 düzeyinde anlamlı ($p: .00$) bulunmuştur.

Sonuç olarak araştırma bulguları, ilköğretim 8. sınıf öğrencilerine verilen İletişim Becerileri Eğitimi'nin, öğrencilerin iletişim becerileri üzerinde etkili olduğunu göstermiştir.



ABSTRACT

This research is done, on the students who are studying in the 8th degree of the primary schools in the Programme of Communication Skills Training, to search the influence of the students grades of communication skills grade.

The research is realized with 32 students of 16 experiment and 16 control groups who are studying in the 8th degree of Kırıkkale 50th Year Primary School (Kırıkkale 50. Yıl İlköğretim Okulu) in Education-Study year of 2002-2003. In the research pre test-post test control grouped experimental design is used.

In the research, Evaluation of Communication Skills Scale (İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği) developed by Korkut (1996) is used in order to learn the students grades of communication skills. To find the students and know the grades of the 8th classes reliability-validity ECSS is applied between 150 students studying in the 50th Year Primary School.

After the application, ECSS law marked 8 girl and 8 boy in a total of 16 are grouped to the experiment and they are grouped up their sex and marks by one-to-one crossing method. There aren't meaningful mark differences in experiment and control groups. A P.C.S.T. is given to the students in 10 sessions by the researcher. This programme is given to the experiment group in 90 minutes two days of the week and it is not given to the control group.

In the study, a t test is used to evaluate to pre test and post test crossing results. A t test of independent samples is used for the experiment and control group results. According to the results of the t test, the average of the pre test-post test ECSS there are the difference of .05 degree (p:.00). in

the results of the pre test-post test of the experiment end control groups there are the difference of .05 degree ($p: .00$)

As a result it is seen that the students who are applied the P.C.S.T. are progressed in communication.



İÇİNDEKİLER

| | <u>Sayfa</u> |
|------------------|--------------|
| ÖZET..... | I |
| SUMMARY..... | III |
| İÇİNDEKİLER..... | V |
| TABLolar..... | VII |

BÖLÜM I

| | |
|--------------------------------------|---|
| GİRİŞ..... | 1 |
| Problem..... | 7 |
| Denence..... | 7 |
| Sınırlılıklar..... | 7 |
| Tanımlar..... | 8 |
| Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi..... | 8 |

BÖLÜM II

| | |
|---|----|
| İLGİLİ YAYIN VE ARAŞTIRMALAR..... | 12 |
| İletişim ve İletişim Becerilerine İlişkin | |
| Çeşitli Kuramsal Görüşler..... | 12 |
| İletişim Tanımları ve Kişiler Arası İletişim..... | 12 |
| İletişim Modelleri..... | 20 |
| Sözel ve Sözel Olmayan İletişim..... | 28 |
| İletişim Becerisi..... | 33 |
| Konuyla İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar..... | 40 |
| Konuyla İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar..... | 44 |

BÖLÜM III

| | |
|----------------------------|----|
| YÖNTEM..... | 52 |
| Denekler..... | 52 |
| Araştırma Deseni..... | 53 |
| Veri Toplama Araçları..... | 54 |
| İşlem Yolu..... | 57 |
| Verilerin Analizi..... | 72 |

BÖLÜM IV

| | |
|---------------|----|
| BULGULAR..... | 73 |
|---------------|----|

BÖLÜM V

| | |
|------------------------|----|
| TARTIŞMA VE YORUM..... | 76 |
|------------------------|----|

BÖLÜM VI

| | |
|-----------------------------|----|
| VARGI VE ÖNERİLER..... | 78 |
| KAYNAKÇA..... | 81 |
| EKLER..... | 94 |
| EK-1 İletişim Becerilerini | |
| Değerlendirme Ölçeği..... | 95 |
| EK-2 İBDÖ Yanıt Kağıdı..... | 97 |
| EK-3 Formlar..... | 98 |

TABLolar

Sayfa

| | |
|--|----|
| Tablo-1. Deney ve Kontrol Gruplarının İBDÖ Ön Test Puanlarının Aritmetik Ortalamaları Standart Sapmaları ve t Değerleri..... | 53 |
| Tablo-2. Araştırma Deseni..... | 54 |
| Tablo-3. Deney Grubunun Ön Test-Son Test Puanlarına İlişkin Aritmetik Ortalamaları, Standart Sapmaları ve t Değerleri..... | 73 |
| Tablo-4. Deney ve Kontrol Gruplarının İBDÖ Son Test Puan Farklarına İlişkin Aritmetik Ortalamaları, Standart Sapmaları ve t Değerleri..... | 74 |

BÖLÜM I

GİRİŞ

İletişim, insanlar arası etkileşimin temel yapısını oluşturur. Günlük yaşantıların temeli insan ilişkilerine dayanır ve insanoğlu iletişim sayesinde ilişkilerini düzenler. İnsanı insan yapan belki de en önemli özellik, iletişim yeteneği ve bunun sonucunda ortaya çıkan kültürel birikimdir. Doğduğunda diğer canlılara oranla çok daha zayıf olan insanoğlunun, doğaya ve diğer canlı türlerine olan üstünlüğünün kaynağının da bu kültürel birikim ve iletişim yeteneği olduğu söylenebilir. İnsan, iletişim aracılığıyla yaşantılarını düzenler ve sosyal bir varlık olarak gereksinmelerinin çok büyük bir kısmını başkaları aracılığıyla giderir. Başkalarının duygularını, düşüncelerini, yaşantılarını keşfeder, paylaşır; etkiler ve etkilenir.

Toplum yaşantısı, sosyal etkileme çabaları üzerine kuruludur. İnsanlar bilerek ya da bilmeyerek başkalarını etkileme davranışlarında bulunurlar (Egan, 1994). İnsan yaşantısının temelini oluşturan etkileme çabaları kuşkusuz iletişim aracılığı ile gerçekleşmektedir. İnsan çevresini etkileyerek kendisi için daha rahat bir hayat gerçekleştirmeye, kendi gereksinimlerini karşılamaya, başkalarının gereksinimlerini karşılamasına yardımcı olmaya çalışır. Toplumun üyelerini bir arada tutan en önemli etkenin, insanın doğası gereği başkalarına ihtiyaç duyması olduğu söylenebilir.

Bütün canlılar yaşadıkları çevreye uyum sağlamak zorundadırlar. İletişim, konuşan ve dinleyenin güdü, algı, eğilim ve tutumlarından oluşan karmaşık bir süreçtir. İnsan, toplumsal yaşam içinde, başkaları ile olan ilişkilerini düzenleyerek çevresine uyum sağlamaya çalışır. Bu açıdan bakıldığında iletişimin, insanın, nitelikli bir yaşam geçirebilmesi için ön koşul olmaktan öte, insan için zorunlu bir süreç olduğu söylenebilir.

Teknolojik değişimlerin çok hızlı olduğu günümüzde insanların yaşamları gerek ekonomik ve siyasal yönden, gerekse toplumsal ve psikolojik yönden karmaşıklışmaktadır. İletişim çağı olarak nitelenen çağımızda insanların iletişim kurmaları, doyurucu kişiler arası ilişkiler gerçekleştirmeleri zorlaşmaktadır. Bu durumda insan ilişkileri, gerek kişisel, gerekse toplumsal düzeyde insanlığın geleceğini tehdit eden bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır (Doğan, 1990).

Özellikle son yıllarda ruh sağlığı ile ilgili yapılan araştırmalarda kişiler arası ilişkilerin, ruh sağlığını korumaya yarayan destek sistemleri olarak işlev gördüğünü göstermektedir. Bireyin birçok gereksinimini karşılayan ilişkilerini güçlendirmenin hem önleyici hem de tedavi edici etkilerinden söz edilmektedir (Razavi ve Delvaux, 1997; Kruijver ve arkadaşları,2001; Chant ve arkadaşları, 2002).

İletişim becerisi gelişmiş kişiler hayatlarında karşılaştıkları engelleyici yaşantılarıyla daha sağlıklı başa çıkabilmekte, doyurucu ilişkiler geliştirebilmekte ve iş hayatlarında daha başarılı olabilmektedirler. Bu nedenle iletişime ilişkin çalışmaların yalnızca önleyici ya da tedavi edici ruh sağlığı alanında yapılmadığı, endüstri ve diğer yardım meslekleri alanlarında da etkililiği artırmak amacıyla programlar oluşturulduğu görülmektedir (Maxwell ve Dickson, 1991; Özgüt, 1991; Connerley, 1997; Dulmen ve Hall, 2000; Tarhan, 2000; Kruijver ve arkadaşları, 2001; Faulkner ve arkadaşları, 2001).

Her ne kadar insan, iletişime ilişkin bir donanımla dünyaya gelse ve doğduğu andan başlayarak iletişim kurmaya çalışsa da, iletişimin her zaman etkili olduğu söylenemez. Karşılıklı iletişimde ortaya çıkan problemler duygu, düşünce ya da bilgilerin doğru iletilememesine neden olmaktadır. İletişimin sağlıksız olduğu yerde de insanlar kendi gereksinimlerini karşılayamaz, sağlıklı, doyurucu ilişkiler geliştiremez ve memnuniyetin yerini hoşnutsuzluk alır (Cüceloğlu, 1997.b).

Özer (2000), insanların iletişim içerisinde kullandıkları bir takım “kalıp yargılar”ın iletişimi olumsuz yönde etkilediğini, gerçek iletişimin ise “ben” savaşımdan uzak olması gerektiğini ifade etmektedir. Glasser (1999) ise bütün mutsuz insanların problemlerinin aslında iyi ilişkiler içinde olmak istedikleri kişiler ile anlaşamamak olduğunu vurgulamaktadır.

Karşılaşılan kişiler arası ve kişisel sorunların bir kısmı bireylerin duygularını anlatmada ya da ilgi ve isteklerini kendileri için önemli olan bireylere iletmede başarısız olmalarından kaynaklanmaktadır (Voltan, 1981). Burada, iletişimi başlatan kişiden kaynaklanan bir problem olabileceği gibi, iletişim ortamından ya da iletilen kişiden kaynaklanan sorunlar da söz konusu olabilir.

Tüm bu açıklamalardan sağlıklı ve mutlu bir yaşam için duygu, düşünce, istek ve yaşantılarını amaçladıkları biçimde ve doğru olarak aktarılmasının, alınan mesajın doğru anlamlandırılmasının ve ortak bir anlam oluşturulmasının önemi ortaya çıkmaktadır. İletişim eylemini etkin bir biçimde kurma, sürdürme ve bundan bir doyum elde etmek için, iletişim becerileri gerekmektedir (Demirci, 2002). Etkili kişiler arası ilişkiler için iletişim becerilerinin geliştirilmesine gereksinim vardır. Bu da insanların ilişki becerileri alanında eğitilmesi, bu becerilerin daha açık bir şekilde tanımlanması ve ifade edilmesi anlamına gelmektedir (Yüksel-Şahin, 1997).

Sosyal beceriler arasında kabul edilen iletişim becerileri, birbiri ile ilişkili olan empati, sözlü ve sözsüz iletişim, dinleme becerisi, doğru geri iletme, ben dili kullanma gibi bir dizi beceriyi içinde barındırmaktadır. Bu beceriler çoğunlukla tek başına olmayan, diğer duygu ve beceriler ile tanımlanan yeterliliklerdir. Ancak Holbrink ve Engels (1997)'in de belirttiği gibi sosyal beceriler kazanmak isteyen herkese öğretilir (Akt. Demirci, 2002).

İletişim becerilerini geliştirmek, aile, iş, okul hayatında başarılı olmak için gereklidir. Bireylere iletişim becerilerini kazandıracak grup çalışmalarının yapılması, son derece önemlidir. İletişim grubu yaşantısı, bireylerin sözel ve sözel olmayan mesajları daha iyi anlar hale gelmelerine, iletişime ilişkin engelleri daha iyi tanımalarına ve daha sağlıklı doyurucu ilişkiler geliştirebilmelerine yardımcı olabilmektedir. Grup yaşantısı içinde, üyelerin iletişime ilişkin bilgileri, kendilerine ilişkin farkındalıkları artar. Üyeler iletişimi neyin olumlu, neyin olumsuz yönde etkilediğini öğrenirler. Savunucu iletişim gittikçe azalır, bunun yerini açık iletişim alır. Açık iletişim bireylerin bir birine güven duygusunu artırır. Bunun yanında grubun mikro-kozmos özelliği nedeniyle kazanılan beceriler grup içinde daha rahat uygulanabilir duruma gelir (Voltan-Acar, 1995).

Günümüzde endüstriden eğitim kurumlarına kadar pek çok alanda sosyal becerilerin geliştirilmesi amacıyla çalışmalar yapılmaktadır. Özellikle okullarda öğrencilerin iletişim becerilerinin geliştirilmesine gereksinim vardır. Feller (1994)' e göre, okul ortamındaki öğrencilere öğretilebilecek iletişim becerileri, onların mezun olduktan sonraki iş yaşamında, evde ve çeşitli eğitim ortamlarında kullanabilecekleri yararlı becerilerdir.

İnsanların yaşamında yoğun değişikliklerin görüldüğü ve gençlerin büyük çoğunluğunun uyum problemleri yaşadıkları ergenlik dönemi 12 yaş dolaylarında başlamakta ve 22 yaşına kadar sürebilmektedir (Yörükoğlu, 1996). Bu dönemde gençlerin kimlik duygusunu geliştirmeye, arkadaşları ile yakın ilişkiler kurmaya ve kendilerine ilişkin olumlu bir benlik algısı kazanmaya gereksinimleri vardır. Ergenlik dönemini yaşayan çocuk, bir yandan "ben kimim?, arkadaşlarım arasındaki yerim nedir?" gibi sorularla kendi kimlik duygusunu oluşturmaya çalışırken bir yandan da çevresindeki insanları etkilemeye ve hayatının denetimini eline almaya çalışır.

Ergenlik dönemi, öğrencilerin çok hızlı bedensel değişim yaşadığı, çocuk için çevresi ile ilişkilerinin çok önem kazandığı bir dönemdir. Bu

dönemde kişinin çevresinden aldığı dönütler ve kendine ilişkin aldığı geri bildirimler, ergenin benlik algısı üzerinde oldukça önemlidir. Ergenin bu dönemde kendine ilişkin aldığı geri bildirimler olumlu ise, kendine ilişkin olumlu bir benlik algısı geliştirmesi, kendine saygı duyması ve çevresindeki diğer insanlar ile sağlıklı ilişkiler kurması daha olanaklı hale gelir. Eğer ergen, sürekli olumsuz yönde geri bildirimler alıyorsa, kendine ilişkin benlik algısı daha olumsuz olacaktır. Bu da sonuçta öğrencinin sağlıklı ilişkiler kuramamasına, kendi gizli güçlerini yeterince kullanamamasına ve yalnızlık duygularına kapılmasına neden olabilmektedir.

Ergenlik çağında, çocuğun sosyal algı ve insan ilişkileri ile ilgili kavramlarında gelişmeler görülür. Bu devrede kişi, algılamalarında genel ve yüzeysel betimlemeler yerine, kişi ve duruma göre daha özel ve ayırt edici açıklayıcı tanımlamalar kullanır. Buna bağlı olarak genç, anne babasını, rollerinin içinde görmenin ötesine geçerek, kendilerinden ayrı bireyler olarak değerlendirmeye başlar (Hortaçsu, 1997). Anne babasını, rollerinin ötesinde görmeye başlayan ergen, anne babasını kendi özgürlüklerini kısıtlayan bir otorite olarak görebilir.

Ergenlerin algılama düzeylerindeki bu değişme, anne baba ile çocuk arasındaki ilişkilerin niteliğinin değişmesine doğal olarak neden olur. Ergen daha fazla bağımsız hareket ederek kendi hayatının kontrolünü eline almaya çalışır. Anne baba ise çoğunlukla çocuklarının, onların istediği kadar özgürlük tanıyacakları kadar yeterli olmadıklarını düşünerek yapmak istediklerine sınırlamalar getirirler. Aile içindeki iletişim örüntüsünün bu yönde değişmesi sıklıkla anne baba ile çocuklar arasında çatışmaların çıkmasına neden olur. Ergen bu dönemde hem kendisi istekleri ile çevresinin kendisinden beklentileri arasında denge kurmak, hem de çevresindekilerin kendisine değer verdiğini, saygı duyduğunu ve çevresi tarafından aranan bir insan olduğunu hissetmek gibi zor bir beceriyi ortaya koymak durumundadır.

Ergen için kendi benlik algısını geliştirmek ve kimlik duygusunu kazanmak için olmazsa olmaz koşul ise kuşkusuz başkaları ile iletişime girme ve bunun sonunda da kendine ilişkin geri bildirimler almadır. Ergen çevresinden aldığı geri bildirimler sonucunda kendine ilişkin bir kimlik duygusu geliştirmeye çalışır. Ergenin kendisine ilişkin olumlu geri bildirimler alabilmesi, çevresi ile sağlıklı ilişkiler kurabilmesi için kişiler arası ilişkilerde kullanılmak üzere çeşitli iletişim becerilerine sahip olması gerekmektedir.

Günümüzde, endüstri kuruluşlarından hastanelere kadar bir çok kurumda iletişim becerilerinin kazandırılmasına yönelik çalışmalar yapılmaktadır. Ancak özellikle ergenlere, okul ortamında bu becerilerin kazandırılması amacıyla çalışmalar yapılması, oldukça önemli görölmektedir.

Son yıllarda ergenlere iletişim becerileri verilip etkisinin ölçüldüğü çeşitli araştırmalar yapılmıştır (Mc Farland ve Culp, 1992; Korkut, 1996.b; Rutherford ve arkadaşları, 1998; Sızak, 1999; Demirci, 2002). Ancak bu konuda ilköğretim düzeyine ilişkin olarak yapılan araştırmaların sayıları oldukça azdır. Nakkula ve Nikitopoulos (2001) yaptıkları araştırmalarda ilköğretimde okuyan öğrencileri araştırma konusu yapmış ve bunlara verilen iletişim becerileri eğitiminin etkililiğini incelemişlerdir.

Ülkemizde ise ilköğretim kademesinde iletişim becerilerini geliştirmeye yönelik yalnızca şahin (1999) tarafından iletişim becerileri eğitiminin çocukların yalnızlık ve atılganlık düzeyine etkisinin incelendiği araştırmaya rastlanmıştır. Ülkemizde özellikle lise ve üniversite öğrencilerine yönelik yapılan araştırmalar olmasına karşın, ergenlik döneminin başlarına denk gelen ilköğretim ikinci kademesine yönelik yapılacak araştırmalara gereksinim vardır.

Bu çalışmada, sözü edilen eksikliğe bağlı olarak ilköğretim 8. sınıf öğrencilerine verilen iletişim becerileri eğitiminin, öğrencilerin iletişim becerisi düzeylerine etkisi araştırılmıştır.

Problem

Araştırmanın problemi aşağıda verilmiştir:

İletişim becerileri eğitimine katılan ve katılmayan ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin iletişim beceri düzeyleri arasında fark var mıdır?

Denenceler

Probleme dayalı olarak geliştirilen denenceler şöyledir:

1. İlköğretim 8. sınıf öğrencilerine verilen iletişim becerileri eğitimi sonunda, iletişim becerileri ön test ve son test puan ortalamaları arasında son test lehine anlamlı fark vardır.

2. İletişim becerileri eğitimi programına katılan ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin iletişim becerileri düzeyleri, bu eğitim programına katılmayan öğrencilerin iletişim beceri düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksektir.

Sınırlılıklar

1. Araştırmanın denekleri Kırıkkale 50.Yıl İlköğretim Okulu'na devam eden 8.sınıf öğrencilerinden seçildiğinden bulgular ancak benzer gruplara genellenebilir.

2. Araştırmada incelenen iletişim becerileri, "İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği" nin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

3. İletişim Becerisi Eğitimi, araştırmacının geliştirdiği iletişim becerileri eğitimi programı ile sınırlıdır.

Tanımlar

İletişim: Kişinin kendi yaşantılarına, duygularına, düşüncelerine ilişkin her türlü verinin bir başkasına aktarılması, alıcının bu mesajları alması ile ortak bir anlamın yaratılması sürecidir.

İletişim Becerisi: Kişinin gönderdiği mesajları doğru bir biçimde kodlaması ve iletmesi, aldığı mesajları hatasız şekilde anlamlandırmasına yarayan etkili tepki verme ve etkin dinleme becerilerinin tümüdür.

Bu araştırmada iletişim becerisi düzeyi, İletişim Becerisini Değerlendirme Ölçeği'nden alınan puan toplamından oluşmaktadır.

İletişim Becerisi Eğitimi: İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin iletişim becerilerini geliştirmek amacıyla hazırlanan, iletişim ile ilgili temel bilgiler, "ben dili", etkin dinleme, beden dili, iletişim engelleri gibi konuları içeren 10 oturumluk iletişim becerileri eğitimini kapsamaktadır.

Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi

İnsanlar arası ilişkiler, iletişim yolu ile kurulur. İnsanlar, yaşantılarını, duygularını, düşüncelerini iletişim aracılığıyla başkalarına iletirler. İletişim, kişiler arasında ortak bir anlam yaratmak amacıyla yapılan her türlü etkinlik olarak tanımlanabilir. İnsanoğlunun var olduğu andan başlayarak sorunlarını, birikimlerini, deneyimlerini, korkularını ve ürettiği diğer kültürel öğeleri başkaları ile paylaşma gereksinimi duymuştur. İnsanı insan yapan toplumsallığının dayanağı da iletişim ve bunun en üst düzeyi olan dil olmuştur.

İnsan doğduğu andan başlayarak çevresi ile iletişim kurmaya başlar. Aile yaşamından iş yaşamına kadar bütün alanlarda iletişim vardır. İnsan

ilişkileri içinde sürekli yeniden tanımlanan bir varlıktır; diğer insanlar ile hiç ilişkisi olmayan bir insan düşünülemez. Bir insanın ilişkilerinin niteliği o insanın yaşamının niteliğini belirler (Cüceloğlu, 1997.a).

İletişim her zaman kişilerin istediği gibi yürümez. Bazen iletişimi başlatan kişiden, bazen iletiyi alan kişiden, bazen de iletişim ortamından kaynaklanan sorunlar nedeniyle iletişimde bulunan kişiler arasında ortak bir anlam oluşmayabilir. Bu durum iletişim sorunlarına yol açar, kişiler birbirlerini anlayamaz. Kimileri en son söylemesi gerekenleri başta söylediği için, kimileri karşısındakinin konuşmasına fırsat vermediği için, kimileri de gerçekten dinlemedikleri için iletişim sorunları yaşarlar. Bir süre sonra ilişkiler içerikten yoksun ve yüzeysel bir hale gelir. İnsanlar, ilişkilerinden doyum alamaz duruma gelirler.

İletişim sorunları bireylerin çözmesi gereken önemli sorunlar arasında sayılır, çünkü iletişim sorunları çözümlenmeden doyumlu bir yaşam sürdürmek neredeyse olanaksızdır. Yeni insanlarla tanışmaktan utanan, tanıştığı kişiler ile anlamlı ilişkiler geliştiremeyen kişiler bu nedenle yalnızlık içinde olduklarını bilmelerine karşın, bu sorunun nasıl çözüleceği konusunda bilgisizdirler. Bu kişilerin sağlıklı bir kişilik geliştirmesinin yanı sıra iletişim becerileri de geliştirmeleri gerekir (Cüceloğlu, 1997.a). Yapılan araştırmalar insanların çok büyük bir bölümünün kötü bir dinleyici olduğunu ve duyduklarının yalnızca %25'ini akılda tutabildiklerini ortaya koymaktadır (Rue, 1994).

Tüm bu sorunlar bireyler için aşılması zor, oldukça karmaşık problemler gibi algılanabilir. Ancak tıpkı iletişim kuramama becerisinin öğrenildiği gibi, sağlıklı iletişim kurabilme becerisi de öğrenilebilir. Bir diğer deyişle, bireyler eğitim yaşantıları aracılığıyla iletişimi olumlu ve olumsuz yönde etkileyen faktörleri öğrenebilir, buna ilişkin davranış repertuarlarını geliştirebilirler.

Ergenlik dönemi, kişide fiziksel ve ruhsal değişimlerin çok hızlı gerçekleştiği ve bir çok insanın uyum sağlamakta zorlandığı oldukça karmaşık bir dönemdir. Bu dönemde ergen bir taraftan kendi kimlik duygusunu geliştirmeye, yetişkinlerin elinde bulunan haklardan yararlanmaya çalışırken, bir taraftan da çevresindeki kişiler ile iyi ilişkiler kurmaya ve çevresinde aranan bir insan olmaya çalışmaktadır (Yavuzer, 1993). Öğrencinin bu dönemde çevresinde alacağı olumlu mesajlar öğrencinin sağlıklı bir benlik algısı geliştirmesi ve üretken bir birey olabilmesi için çok önemlidir (Voltan-Acar ve Mc Whirter; 2000).

Ergenlik dönemi kızlarda 10-12, erkeklerde 12-14 yaşları arasında başlar (Yavuzer, 1993). Milli Eğitim Bakanlığı ise ergenlik dönemini 12-24 yaşları arasındaki yaş dönemi olarak kabul eder. Öğrenciler için 7. ve 8. sınıflar, büyük çoğunluğunun ergenlik dönemine girmeye başladığı bir dönemdir.

Son yıllarda ülkemizde iletişim becerileri eğitimi programının uygulanıp, programların etkililiğinin incelendiği çeşitli araştırmalar yapıldığı görülmektedir (Abacı, 1995; Korkut, 1996.b; Yüksel-Şahin, 1997; Sızak, 1999; Tarhan, 2000; Çelik, 2001; Demirci, 2002). Ancak ilköğretim kademesinde, Şahin (1999) tarafından yapılan çalışma haricinde herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle araştırmanın, bu konudaki araştırma eksikliğinin giderilmesine katkısı olacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmada uygulanan iletişim becerileri eğitimi programının etkililiğinin ortaya çıkarılmasının ve araştırma sonuçlarının, doğrudan uygulama içine bulunan rehber öğretmenlere katkısı olacağı düşünülmektedir. Rehber öğretmenler, eğitim programını değiştirmeden ya da kendi okul olanaklarına göre programı uyarlama yoluyla kendi okullarında uygulayabilirler. Bunun, öğrencilerin sosyal gelişimlerine, okul içi ilişkilerinin olumlu yönde değişmesine katkıda bulunacağı umulmaktadır.

Araştırmada kullanılan İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği'nin 8. sınıf öğrencileri için güvenilirlik geçerlik çalışmasının yapılması, ölçeğin bu sınıf düzeyindeki öğrenciler için kullanımının yaygınlaştırılmasını sağlayabilir.

Son olarak araştırmanın güçlü ve sınırlı yönleri ile psikolojik danışma ve rehberlik alanında yapılacak yeni çalışmalara öncülük edebileceği düşünülmektedir.



BÖLÜM II

İLGİLİ YAYIN VE ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde iletişim ve iletişim becerilerine ilişkin kuramsal görüşlere; konu ile ilgili yurtdışında ve Türkiye’de yapılan bazı araştırmalara yer verilmiştir.

İletişim ve İletişim Becerilerine İlişkin Bazı Kuramsal Görüşler

Aşağıda iletişim tanımlarına, kişiler arası iletişime, iletişim modellerine, sözel ve sözel olmayan iletişime, iletişim becerisi ve son olarak da iletişim becerisi eğitime ilişkin açıklamalara yer verilmiştir.

İletişim Tanımları ve Kişiler Arası İletişim

İnsanın çevreye uyum sağlamasını sağlayan en önemli yetenek iletişim yeteneği ve bunun en gelişmiş aracı olan dildir. İnsanlar, diğer canlılara oranla çok daha zayıf dünyaya gelirler ve hayatta kalabilmek için diğer insanlara gereksinim duyarlar. İnsan, diğer insanlarla ilişki kurarak gereksinimlerini karşılar, bunun içinde kurulan iletişim ne kadar sağlıklıysa kişi yaşamından o ölçüde doyum alır.

İletişim, değişik bilim dallarının ilgi alanına girer. Bu nedenle de iletişim tanımı, farklı kişi ve meslek alanlarına göre farklılıklar gösterir. Bu bağlamda iletişim denince çoğunlukla ilk akla gelen, mektup, telefon gibi araçlarla ve çoğunlukla da bilgi aktarımı için kullanılan araçlardır. Ancak iletişim bu gün için, teknolojidir, bir bilim dalının adıdır; amaçlı ya da doğal bir süreçtir (McQuail ve Windahl, 1997).

İletişim (Communication) kavramı, Latince’ de bölüşmek, paylaşmak anlamına gelen Communis kelimesinden türemiştir. Başlangıçta güzel

sanatlar içinde yer alan ve edebiyatın bir uzantısı sayılan iletişime daha sonraları bilimsel bir anlayış egemen olmaya başlamış ve iletişim tek başına bir disiplin olarak değerlendirilmeye başlanmıştır. Sibernetikte bir bilgi kaynağından tek yönlü bilgi iletimine “enformasyon” karşılıklı bilgi alış verişine ise “komünikasyon ya da iletişim” adı verilir (Dökmen, 2001). Araştırmanın amacı gereği iletişim kavramı davranış bilimleri bağlamında ele alınmıştır. Davranış bilimcilerinin getirdikleri tanımlar ve görüşleri aşağıda sunulmuştur.

Cüceloğlu iletişimi, iki birim arasında birbiri ile ilişkili mesaj alış verişi olarak tanımlamaktadır (Cüceloğlu, 1997.b). Bu tanımın açıklığa kavuşması için birim, birbirine ilişkin olma, mesaj ve alışveriş kavramlarının tanımlanmasına gereksinim vardır. İletişim birimi, iletişim içinde bulunan, gönderici ve alıcı durumunda olan her bir insan, hayvan ya da makinedir. İletişimi başlatan birim, kaynak; iletişime konu olan birim veya birimler ise hedef birimlerdir. Birbiri ile ilişkili olma, alınan ve verilen mesajlar arasındaki birbiri ile ilişkili olma durumunu ifade eder. İletişim ortamında konuşan kişinin sözlerine tepki veren kişinin tepkilerinin, konuşanın söyledikleri ile ilgili olması buna örnek verilebilir. Mesaj, kaynak birimdeki iletilerin kodlanmış halidir. Bu bir bilgi olabileceği gibi, duygu ya da yaşantı da olabilir. Alışveriş ise iletişimin karşılıklılık içinde olma anlamını vurgular. Herhangi bir mesaj alışverişinin iletişim olarak tanımlanabilmesi için karşılıklı bir mesaj alışverişinin olması beklenir. Bu bağlamda ele alındığında, televizyon ekranından bir kişinin konuşmasını dinleyen kişi ile televizyondaki konuşmacı arasındaki ilişki iletişim olarak tanımlanmaz. Ancak karşılıklı oturan iki kişiden yalnızca biri konuşup da öteki susuyor olsa bile arada bir iletişim olduğu söylenebilir, çünkü dinleyen kişi hiçbir şey söylemiyor dahi olsa, beden dili ile karşısındaki kişiye bir takım mesajlar iletmektedir.

Dökmen (2001), iletişimi, bilgi üretme, aktarma ve anlamlandırma süreci olarak ele almıştır. Öztaş (2001) ise iletişimi duygu, düşünce ya da

bilgilerin akla gelebilecek her türlü yolla başkalarına aktarılması, bildiriş, haberleşme ya da komünikasyon olarak tanımlamaktadır.

Özer (2000)'e göre gerçek anlamda iletişim, kişilik değerlendirmelerinden arınmış, "Ben" savaşımlı vermeyen, sadece bir olay bütününü daha kapsamlı olarak anlayabilmek için, farklı anlamlardan gelen düşünce ve görüşlerin toplandığı ve kıyaslandığı etkileşimdir. İletişimde, hedef birimin düşünceleri, algıları ve bilişsel tutumları iletişimin niteliğinde önemli rol oynar.

Yüksel-Şahin (1997) 'e göre iletişim, konuşan ve dinleyenin güdü, algı ve tutumlarından oluşan; duygu, düşünce ya da bilgilerin her türlü yolla başkalarına aktarılması süreci olup; iki ya da daha çok kişi arasında anlamların yaratılması, ortaklaştırılması ve paylaşılması sürecidir. Amacı, alan ve veren arasında bilgi, düşünce, duygu ve tutum ortaklığı yaratmaktır.

Demirci (2002) 'ye göre iletişim, kişinin bilinçli ya da bilinçsiz bir takım mesajlar gönderme ya da bu mesajları anlamlandırma sürecidir. Özgüven (1992) ise iletişimin amaçlı bir süreç olduğunu ifade etmektedir, herhangi bir davranış değişikliği meydana getirmek amacıyla bireylerin fikir, bilgi, haber, tutum, duygu ve becerilerini paylaşma sürecine iletişim denilmektedir.

Abacı (1995) 'ya göre iletişim bilgilerin ya da mesajların gönderilmesini içerir. Bu mesajlar, kelimeler ses tonu ve hareketler ile ifade edilir. İnsanlar aynı zamanda görsel olarak yazı ve resimler ile hatta bir araç olmaksızın iletişim kurarlar.

Fiske (1996)'ye göre iletişim, iletiler aracılığıyla sosyal etkileşim biçimidir. Ona göre iletişim amaçlı bir süreçtir ve temel amaç ortak anlam yaratmak, istek ve arzuları gerçekleştirmektir. Dolayısıyla bir konuşmanın anlamı, konuşmanın içerdiği sözcüklerin tek tek anlamlarının belirlenmesi ve toparlanmasıyla asla belirlenemez.

Tubbs ve Moss (1974), bir iletişimin kişiler arası iletişim sayılabilmesi için şu üç ölçütün gerekli olduğunu belirtmişlerdir.

a) Kişiler arası iletişime katılanlar, belli bir yakınlık içinde yüz yüze olmalıdır,

b) Kişiler arasında tek yönlü değil karşılıklı bir mesaj alış verişi olmalıdır,

c) Söz konusu mesajlar sözel ve sözel olmayan nitelikte olmalıdır; bu iki tür iletişim dışında kalan iletişimler örneğin yazışmalar iletişim sayılmaz (Akt. Dökmen, 2001).

Tüm bu tanımlara bakıldığı zaman iletişimin, gönderici ile alıcı arasında oluşan, belirli bir amaç içeren, gerek sözlü, gerekse sözel olmayan yollarla iletilerin karşılıklı alış verişi sürecine dayanan dinamik bir sistem olduğu söylenebilir. İletişimi bir süreç olarak tanımlamanın iletişime ilişkin bir takım anlamları vardır. İletişim, başlayıp biten bir olay değildir. Süreç içerisindeki birçok faktör iletişimin niteliğini etkiler. Bu nedenle de iletişimdeki herhangi bir birimi (örneğin kaynak birim) diğer birimlerden veya tek başına iletişimi kendini oluşturan birimlerden bağımsız ele almak olanaksızdır.

Dökmen (2001) iletişimin bilgi üretme, aktarma ve anlamlandırma süreci olarak tanımlandığı zaman pek çok etkinliğin iletişim olarak değerlendirilebileceğini ifade eder. Bu açıdan bakıldığında arının bal bulunan yeri bir başka arıya iletmesi gibi, iki bilgisayar arasında bilgi alışverişi olması da bir iletişim olarak kabul edilir. McKeachie ve Doyle bu konuya açıklık getirmişlerdir. Onlara göre iletişim; mesaj, gönderici ve alıcı olmak üzere üç öğeyi kapsar. Bir göndericiden alıcıya mesaj iletilmesi olayına iletişim denir. Bu bağlamda tüm algılamalar örneğin bir insanın bir ağaç görmesi bir iletişim sayılır. Eğer gönderici ve alıcının her ikisi de birer organizma ise bu iletişim "sosyal iletişim" olarak tanımlanır. Örneğin insanların televizyonda bir propaganda izlemesi, sosyal iletişim olarak kabul edilebilir. Sosyal iletişimde zaman ve mekan birliğinin bulunması şart değildir. Gönderici ve alıcı arasında zaman ve mekan birliğinin bulunması durumunda ise aradaki

ilişkiye “sosyal etkileşim” denir. Karşılıklı konuşan iki insan arasındaki ilişki buna örnek olarak verilebilir. Dökmen, sosyal etkileşimin “kişiler arası iletişim” olarak da tanımlanabileceğini ifade eder.

İnsanlar doğdukları andan itibaren iletişime gereksinim duyarlar. İnsan dinamik bir varlıktır ve hemen her gün çevresindeki diğer insanlar ile olan iletişimine bağlı olarak yeniden tanımlanır.

İletişim, insanlar için bir tercihten çok zorunluluktur. İnsanlar ilişkilerin bağlamında ele alınır ve tanımlanır. İletişimin nedenleri ve önemi konusuna bir çok yazar değinmiştir.

Myers ve Myers (1992), insanların başkaları ile iletişim kurma nedenlerini şu şekilde tanımlamışlardır:

- Kendini tanıma ve keşfetme,
- Diğer insanları tanıma ve ilişki içinde kendini keşfetme,
- Dünyayı keşfetme,
- Diğer insanlar ile paylaşımda bulunma, başkalarına yardım etme ve başkalarından yardım alma,
- Başkalarını etkileme ve başkalarından etkilenme.

Abacı (1995), insanların başkaları ile iletişim kurma nedenlerinden bazılarını şu şekilde tanımlamıştır.

1. Irkın Devamı
2. Yalnızlığın verdiği acıdan kaçınma
3. Çocukların bakılıp büyütülmesi
4. Yaşlandığında ya da hastalandığında başkalarından yardım alma
5. Mesleklerin uzmanlaşması
6. Verilen görevi yerine getirmek için iş birliği
7. Bir işi yaparken yeni yöntemleri öğrenme
8. saldırganlığa karşı savunma

9. Kimlik
10. Yakınlık
11. Etkili aile yaşamı
12. Dostluk
13. İş tatmini ve etkililiği
14. Başkalarına yardım
15. Bedensel sağlık

Watzlawick, Beavin ve Jackson'ın sunduğu pragmatik görüşe göre insan etkileşiminin dinamiğini açıklamada beş temel varsayım vardır: (Akt.Cüceloğlu 1997.b)

1. İletişim Kuramamak Olanaksızdır: Bu görüşe göre davranışın karşılığı yoktur. Çünkü davranışın karşılığı olarak düşünülebilecek hiçbir şey yapmama bile bir davranıştır ve karşıdaki kişiye bir takım mesajlar iletir. İkili bir iletişimde bir taraf sürekli susuyor ve konuşan kişiyi hiç dinlemiyorsa dahi o an için karşıdaki kişiye, "şu anda düşünmem gereken senden daha önemli konular var" veya "çok yorgunum ve senin söylediğin şeyler benim ilgimi çekmiyor" mesajını veriyor olmaktadır.

2. İletişimin İlişki ve İçerik Düzeyleri Vardır: İçerik, konuşmada ifade edilen kelimeler ve ifade edilen sözlerin toplamından oluşur. İlişki ise ifade edilen sözlerin dizilişine, sesin tonuna, beden diline bağlı olarak konuşan kişinin karşıdaki kişiye verdiği mesajdır. "Sen okula gidecek misin?" sorusu ile "Siz okula gidecek misiniz?" sorusu içerik olarak aynı anlamları ifade etmesine karşın birinci soruda soruyu soran kişi ile soru sorulan kişi arasında bir samimiyet olduğu düşünülürken, ikinci soruda, kişiler arasında bir mesafe olduğu düşünülür.

3. Mesaj Alışverişindeki Dizisel Yapı Anlam Oluşturur: İletişim sürekli bir mesaj alış verişidir ve burada verilen herhangi bir mesajın hangi mesajdan önce ve da sonra verildiği belirli bir anlam oluşturur.

4. Mesajlar İki Tiptir: Mesajlar sözel ve sözel olmayan mesajlar olarak ikiye ayrılır. Düşünceler ve bilgiler daha çok sözel olan mesajlar ile verilir. Duygular ile ilişkili mesajlar ise daha çok sözel olmayan mesajlar aracılığı ile verilir.

5. İlişki, Eşit Olan ve Eşit Olmayan İlişki Olmak Üzere İkiye Ayrılır: İlişkilerde, iletişim içinde olan birimler arasında herhangi bir statü farkı yoksa ve her iki tarafta istediğini söylemek konusunda özgürse bu iletişim eşit bir iletişimdir. Eğer iletişim içinde bir kişinin öbürüne oranla daha fazla özgürlüğü varsa bu iletişim eşit olmayan bir iletişimdir.

Fernsterheim (1994), bireyin iletişimi ile ilgili olarak dört davranış biçimi olduğunu ifade etmektedir. Bunlar açıklık, doğrudanlık, dürüstlük ve uygunluktur. Ancak iletişimin aksamasına neden olan ve kişiler arası ilişkilerde sık sık karşılaşılan eksiklikler şunlardır:

1. Dolaylı İletişim: Yalnızca sözcükler ile ilgilenmek, yüzeysel duygu ve düşünceler ile birlikte olmak, kendini ifade ederken kendisi için önemli olmayan durumlardan bahsetmek ve karşıdaki kişinin ne söylediğini dinlememe durumu ile ortaya çıkar. Yüzeysel olduğu için çoğu birey için bir anlam ifade etmez ve doyurucu bir iletişim şekli değildir. Dolaylı iletişimde bulunan kişi gerçekte kendisi için önemli olmayan konulardan söz ederek kendisi ile ilgili anlamlı şeylerin öğrenilmesine engel olur.

2. Dürüst Olmayan İletişim ya da Sahte Atılganlık: Kişi çoğunlukla açık ya da dürüst, dışa dönük, başkalarına karşı sevecen bir kişi olarak görünür. Ancak atılgan görünmek zaman zaman gerçek anlamdaki dürüst olmayışı, ya da bencilliği rahatlıkla gizleyebilir. Başkaları ile çok ilgiliymiş gibi

görünüp de aslında hiç kimseye aldırmayan kişilerin durumu buna örnek olarak verilebilir.

3. Uygun Olmayan İletişim: insanların sağlıklı bir iletişim kurabilmeleri için mümkün olduğu ölçüde kendileri gibi olmaları, kendileri gibi davranmaları gerekir. Ancak bu, akla gelen her şeyin her ortamda söylenmesi anlamına gelmez. Bazı insanlar, nerede ne konuşmaları gerektiğini tam olarak kestiremedikleri için iletişimde problem çıkar. Örneğin sonra söylenmesi gereken şeyi ilk başta söylerler ya da konuşan kişinin anlatmak istediği tam tersi yönde bir tepki verebilirler.

İnsanlar, çeşitli nedenlerle bilinçli olarak ya da bilinçsizce iletişimi olumsuz yönde etkileyebilirler. Bir çok insan, konuştuğu zaman başkalarının kendisini kabul etmeyeceğini ya da kendi duygularını, düşüncelerini, yaşantılarını başkalarına aktardığı zaman buna saygı duyulmayacağını düşündükleri için iletişime girmekten kaçınırlar. Kendileri için gerçekten önemli olan yaşantıları paylaşmak yerine önemsiz konulardan bahsederek kendilerini gizleyebilirler. Bu da zamanla insanların kendisini anlamadığı duygusuna yol açabilir ve böylece yalnızlık, yalıtılmışlık duygularına neden olabilir.

İki insanın bulunduğu her yerde bir iletişim vardır. Görünüşte iletişim kurmak oldukça kolay olmasın rağmen her zaman başarılı bir iletişim meydana gelmeyebilir. İletişimin temel sorunu bir kişinin algıladığı anlamın, göndericinin gönderdiği mesajdan farklı olmasıdır. Bunda, iletişim içinde bulunan birimlerden yalnızca birinin etkisi olabileceği gibi, birimlerden birkaç tanesinde ortaya çıkan aksaklıklardan iletişim bozulabilir. Örneğin dinleyenin algılaması iletinin nasıl yorumlanacağını etkiler. Eğer kişi kendini çok kötü ve değersiz olarak değerlendirdiği ortamda bir iltifat ile karşılaşırsa bunu hakaret ya da benliğine yönelik bir saldırı olarak değerlendirebilir. Buna ek olarak, ortamdaki kaynaklanan bir problem varsa bu iletişimi daha da kötü yönde etkileyecektir.

Özer (2000), iletişim kurmanın bir beceri olduğu gibi doğru iletişim kuramamanın da bir beceri olduğunu ifade eder. İnsanlar, iletişim kurma yeteneği ile doğar ancak bu iletişimin nasıl şekilleneceği çevre ile etkileşim ile belirlenir. İnsanlar bir takım yanlış öğrenmeler nedeniyle iletişim kurmakta, ihtiyaçlarını karşılamakta zorlanırlar. Ancak iletişimin bir beceri olarak değerlendirilmesi, yanlış öğrenmelerin değiştirilebileceği gerçeğini de beraberinde getirir.

Kişiler arası iletişime ilişkin bu açıklamalara bakıldığı zaman, iletişim kurmanın insanın temel amaçlarından biri olduğu söylenebilir. İnsan başkaları ile iletişim kurmak zorunda olan bir varlıktır. İki insanın bir arada bulunduğu her yerde iletişim vardır. İnsanlar bazen bilinçli, bazen de bilinçsiz bir şekilde duygu, düşünce, tutum ve algılarını başkalarına aktarma ya da dışarıdan gelen mesajları yorumlama yoluyla ortak bir anlam yaratmaya çalışırlar. Çoğu zaman fark edilmese de bu süreç, kendi içinde oluşan kuralları ile sürüp gitmektedir.

İletişim Modelleri

İletişim modelleri incelendiği zaman, bir iletişim durumundan söz edebilmek için iletişimde en az üç öğenin bulunması gerekliliğinden bahsedildiği görülmektedir. Bunlar sırasıyla gönderici, mesaj ve alıcıdır. Ancak iletişim gibi karmaşık bir süreci tanımlamak, açıklamak için bu üç öge yeterli değildir (McQuail ve Windahl, 1997).

Çeşitli araştırmacılar, iletişime ilişkin süreçlerin ayrıntılı açılımını yapmak amacıyla çeşitli modeller geliştirmişlerdir. Deutsch (1966), iletişim sürecinin tanımlanması için geliştirilen modellerin üç temel işlevi olduğunu ifade etmektedirler (Akt. McQuail ve Windahl, 1997):

1. Düzenleme İşlevi: İletişim modelleri, kendi arasında ilişkisiz gibi görünen sistemleri birbiri ile ilişkilendirerek ve düzenleyerek, belki de başka

şekilde algılayamayacağımız bir bütünlük oluştururlar. Bir model, bir dizi farklı özellikteki durumun genel bir resmini verir.

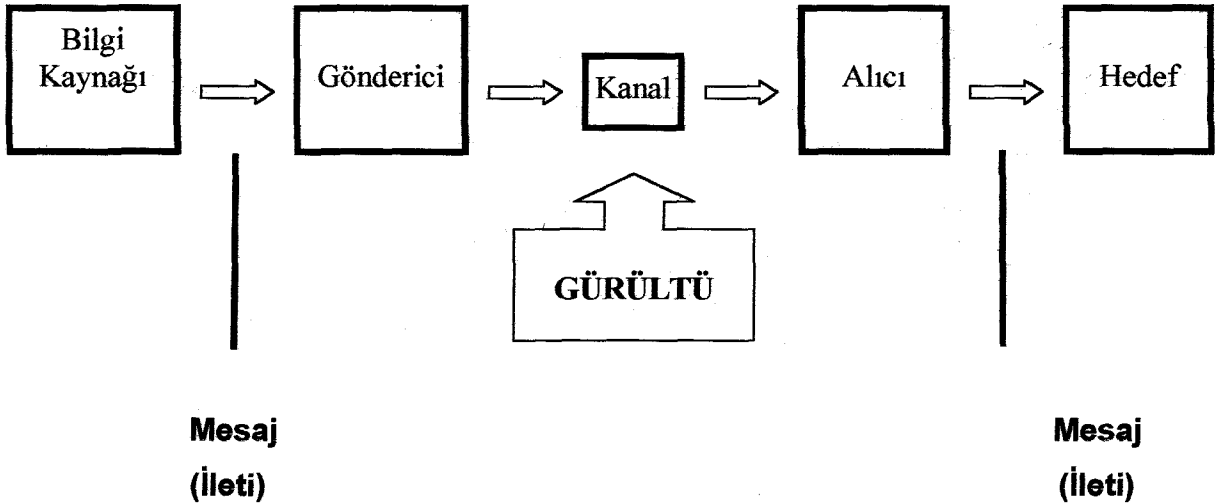
2. Açıklama İşlevi: İletişim modelleri, karmaşık ya da belirsiz olabilecek enformasyonu, basitleştirilmiş şekliyle vererek açıklamaya yardımcı olurlar. Bu, modele aynı zamanda kavratma işlevi kazandırır çünkü araştırmacının, iletişimin belirli bir bölümüne odaklanmasını sağlar.

3. Öngörü İşlevi: İletişim süreçlerinin ayrıntılı olarak tanımlanması, sistemlerin birbiri ile ilişkilerinin ortaya konulması, iletişim süreçlerinde ortaya çıkabilecek olası sonuçları öngörmeyi olanaklı kılar.

Literatürde, birçok iletişim modeli bulunmaktadır. Her model, tanımlı yapan kuramcının yaklaşımına göre şekillenmektedir. Bunlardan, davranış bilimleri için kullanılacak Shannon ve Weaver (1949), Lasswell (1948), Osgood ve Schramm (1954), Johnson (1993) ve Cüceloğlu (1997) modelleri aşağıda verilmiştir.

Shannon ve Weaver Modeli

İletişim modelleri ile ilgili araştırmalarda üzerinde önemle durulan Shannon ve Weaver modeli, içinden yeni modellerin çıktığı anaç modellerden biridir (Gökçe, 2002). Shannon ve Weaver, iletişimi bilgilerin bir yerden başka bir yere aktarıldığı doğrusal ve tek yönlü bir süreç olarak tanımlar (Fiske, 1996).



Shannon ve Weaver'in iletişim modellerinde tanımladıkları iletişim öğeleri şu şekilde açıklanabilir:

Bilgi Kaynağı: Bilgi kaynağı, mesajın olduğu yerdir. Kaynak; tecrübeleri, algıları, düşünce ve duyguları aracılığıyla bir mesaj oluşturur. İletişimde bulunan bir insan ise, kişinin beyni, bilgi kaynağı sayılır.

Gönderici: Bilgi kaynağının oluşturduğu mesajı, alıcıya gönderilmek üzere işaretlere çeviren sistemdir. İletiler, sözlü ya da sözsüz olabilir. İşaretlerin sözlü olduğu durumda gönderici vokal sistem (ciğer, ses telleri, dil, diş, dudak vs.), iletiler sözsüz olduğunda ise gönderici vücudun çeşitli kesimleri (eller, kollar, yüz vs.) olmaktadır.

Kanal: Bilgi kaynağına ait, işaret şekline dönüştürülmüş mesajın, hedefe ulaşmasını sağlayan iletilicilerdir. Mektup, telefon telleri, ya da yüz yüze konuşmada ortamdaki hava kanala örnek olarak gösterilebilir.

Alıcı: Kanal aracılığı ile kendisine ulaşan işaretleri hedefe ileten yapıdır. Duyu organları (göz, kulak vs.) alıcı rolünü üstlenebilir.

Hedef: Bilgi kaynağını mesajını ulaştırmak istediği en son noktadır. Konuşan iki kişiden dinleyen kişinin beyni, hedefe örnek olarak gösterilebilir.

Gürültü: Göndericinin gönderdiği mesaj ile, hedefe ulaşan mesaj arasındaki farka neden olan her türlü etki gürültü olarak tanımlanır. Shannon ve Weaver, modellerinde gürültü kavramı üzerinde önemle durmuşlardır ve onlara göre gürültü, hemen her iletişimde bulunan ve iletişimin fonksiyonel olmayan yanıdır (Akt. Fiske, 1996). Gürültü iletişimde sorunlara neden olur. Shannon ve Weaver, gürültünün neden olduğu iletişim sorunlarını üç başlık altında toplarlar (McQuail ve Windahl, 1997; Fiske, 1996; Gökçe, 2002; Tutar ve Yılmaz, 2002):

Teknik Sorunlar: Bu sorunlar, iletilen simgelerin kusursuz bir şekilde iletilmemelerinden kaynaklanan sorunlardır. Bir telefon hattındaki parazit, kablolardaki herhangi bir arıza, ya da karşılıklı iletişim ortamında aşırı gürültüden kaynaklanan problemler teknik problemlere örnek olarak gösterilebilir.

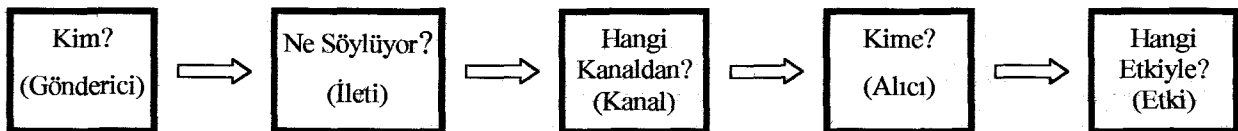
Anlamsal Sorunlar: Oluşturulan mesajların dönüştürüldüğü simgelerin, gerçek anlamı ne derece temsil ettikleri ile ilgili sorunlardır. Simgelerin, gerçek anlamı temsil etme gücünün zayıf olduğu durumlarda anlamsal sorunlar ortaya çıkar.

Etkililik Sorunları: Shannon ve Weaver iletişimde temel amacın karşıdaki kişiyi etkilemek, onun davranışlarını yönlendirmek olduğunu ifade eder (Fiske, 1996). Etkililik sorunu, iletilen mesajların istenen davranışların ortaya çıkmasında ne derece etkili olduğu ile ilgilidir.

Shannon ve Weaver, özellikle teknik sorunların anlaşılması konusuna ağırlık vermiş ve dikkatlerini bu konu üzerine yoğunlaştırmışlardır. Ancak anlamsal sorunları açıklama konusunda modelin yetersiz kaldığı eleştirileri yapılmıştır. Ayrıca modelin tek yönlü ve doğrusal olması da eleştirilmiştir (Myers ve Myers, 1992; McQuail ve Windahl, 1997; Fiske, 1996; Gökçe, 2002; Tutar ve Yılmaz, 2002).

Lasswell Modeli

İletişim araştırmalarında çok fazla gönderme yapılan modellerden biri de Lasswell'in modelidir (Fiske, 1996). Lasswell, iletişim sürecinin açıklanabilmesi için bazı sorulara cevap bulunması gerektiğini söylemektedir (Myers ve Myers, 1992):

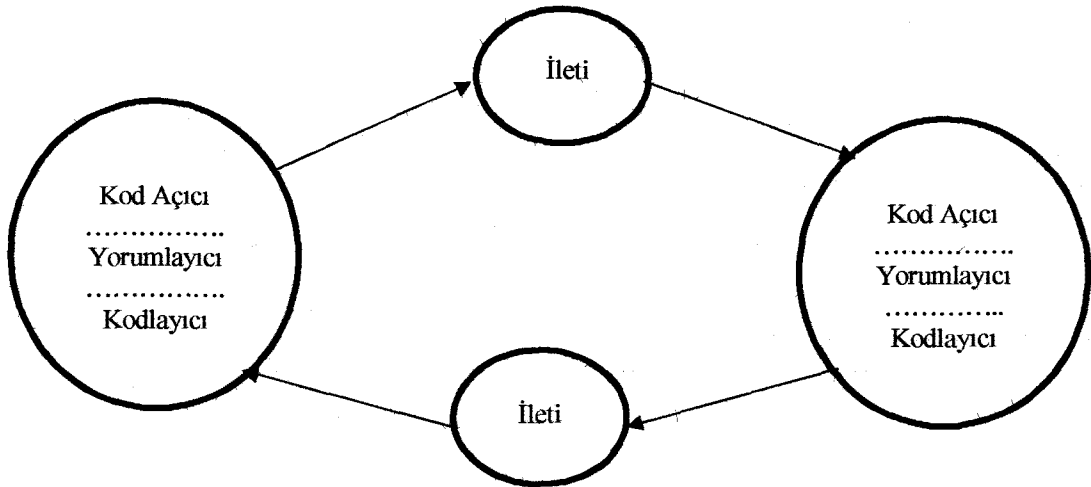


Lasswell'in bu basit iletişim modeli, iletişime ilişkin tartışmaları organize etmek, iletişim araştırmalarının farklı yönlerini vurgulamak için kullanılmıştır (McQuail ve Windahl, 1997). Kim sorusu, iletişimde kaynağın özelliklerinin; ne sorusu, iletişim içeriğinin analizinin; hangi kanaldan sorusu, iletişimde hangi kanalın kullanılmasının etkililiği artıracağını; kime sorusu, dinleyici veya okuyucu kitlesi özelliklerinin; hangi etkiyle sorusu ise iletişimde etkililik durumlarının araştırılmasını sağlamıştır (Tutar ve Yılmaz, 2002; Gökçe, 2002).

Lasswell modelinde, iletişimde özellikle etkililik sorunu üzerinde durur ve iletişimi, nihai olarak amaçlanan etkiyi gösteren, tek yönlü ve çizgisel bir süreç olarak tanımlar (Gökçe, 2002).

Osgood ve Schramm Modeli

Osgood ve Schramm'ın iletişim modeli, iletişimi karşılıklı bir etkileşim süreci olarak gösterir. Bu yönüyle doğrusal modellerden farklıdır.



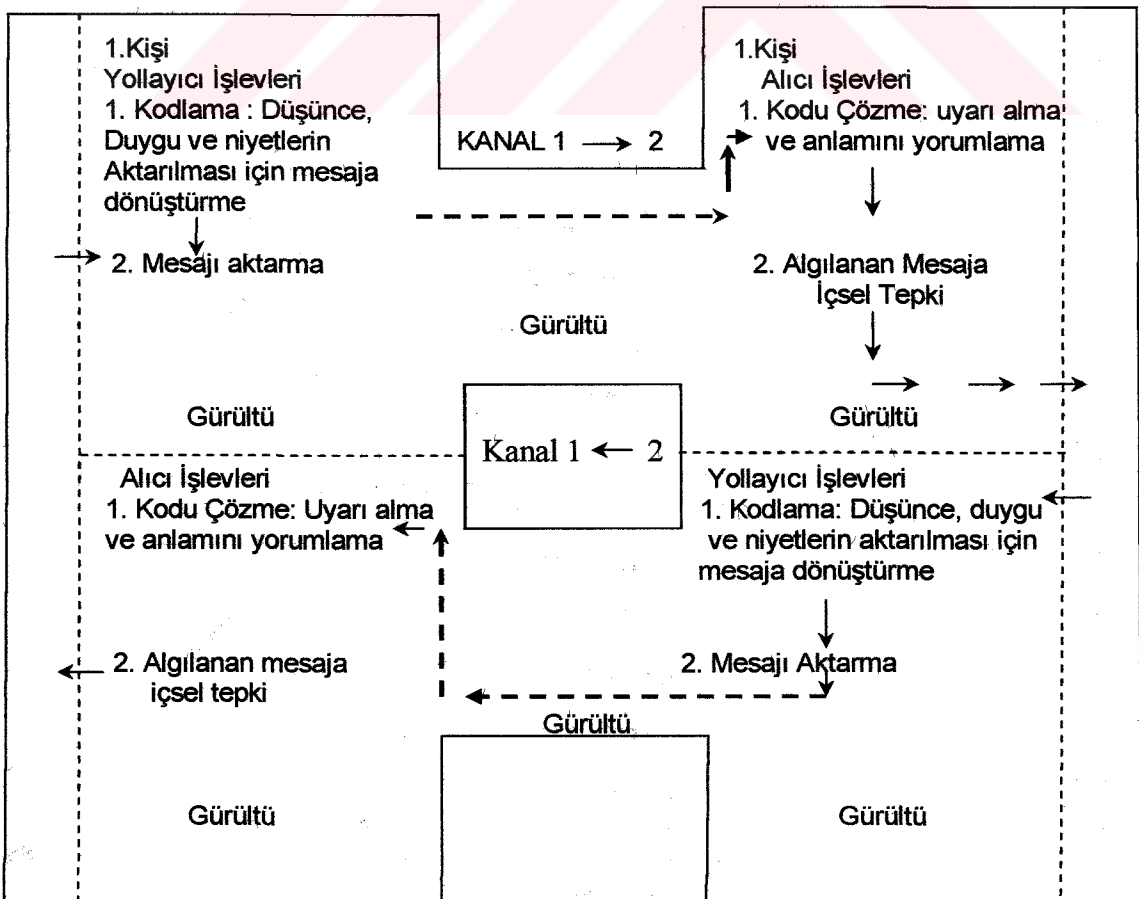
Geleneksel düz çizgisel iletişim modelleri, gönderici ile alıcı arasındaki rolleri sabitleştirir ve bir birinden ayırır. Osgood ve Schramm'ın iletişim modeli, iletişimin geleneksel tek yönlü tanımından bir kopuş yaratmıştır

(McQuail ve Windahl, 1997). Modelde işlevsel olan bölümler eşit olarak gösterilmiştir ve bu bölümler benzer işlevler yerine getirmektedirler. Model, geri bildirim bulduğu iletişim durumlarını açıklamak için oldukça kullanışlı olmasına karşın, geri iletimin olmadığı iletişim durumlarını (kitle iletişimi gibi) açıklama konusunda yetersiz kaldığı şeklinde eleştirilmiştir (Myers ve Myers, 1992; McQuail ve Windahl, 1997).

Johnson Modeli

Johnson (1993), Shannon ve Weaver ile Osgood ve Schramm' ın iletişim modellerini birleştiren ayrıntılı bir kişiler arası iletişim modeli tanımlamıştır. Johnson (1993)' a göre iletişim, kişiler arası ilişkilerde herkesin mesajları aynı zamanda hem alıp hem de verdiği, hem de yorumlayıp sonuç çıkardığı, başı sonu olmayan bir süreçtir.

Johnson'ın Kişiler Arası İletişim Modeli (1993)



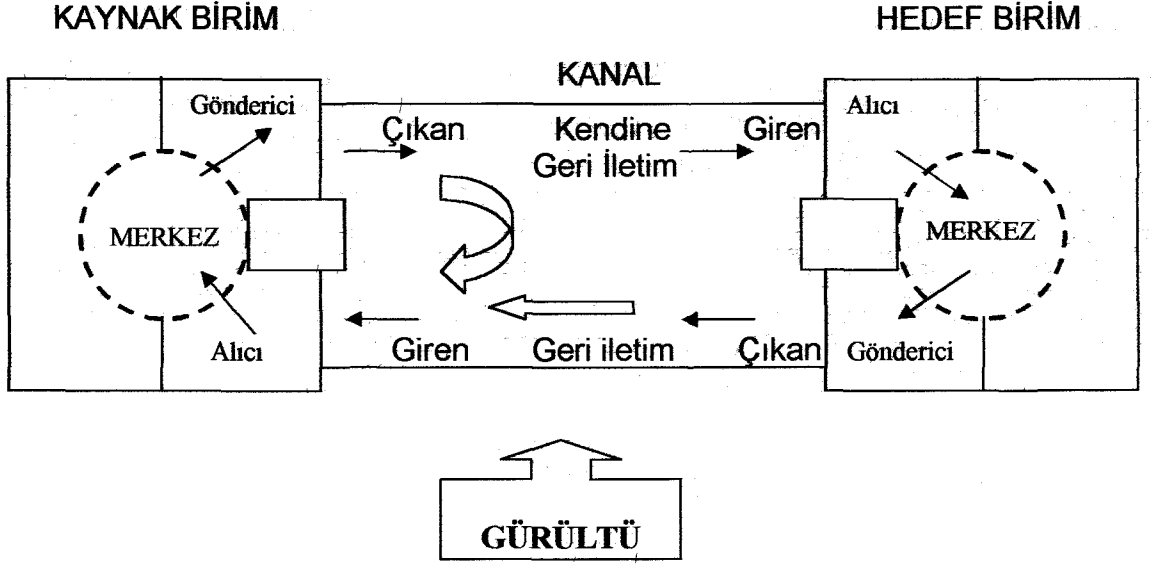
Johnson (1993)'a göre iletişim, yedi aşamadan meydana gelmektedir:

1. Mesajı gönderenin düşünceleri, duyguları, amaçları ve mesaj yollamak için seçtiği davranış biçimi, mesajın içeriğini belirler.
2. Gönderici, mesajlarını karşı tarafa iletmek amacıyla uygun bir şekilde kodlar.
3. Gönderici tarafından mesaj alıcıya iletilir.
4. Mesaj kodlanır.
5. Alıcı, mesajın kodunu çözerek anlamını yorumlar. Alıcının mesajı yorumlaması, mesajın içeriğini ne derece anladığına bağlı olarak değişir.
6. Alıcı, algıladığı mesajın içeriğine bağlı olarak içsel bir tepki verir.
7. Gürültü, iletişimde aktarılan anlam ile algılanan anlam arasındaki farka neden olan her türlü etken olarak kabul edilir. Gürültü, göndericiden, kanaldan ya da alıcıdan kaynaklanabilir. Gönderici için gürültü, dilin uygunluğu, tutumları ve bakış açısı, kanaldaki gürültü ortamdan kaynaklanan gürültü, yüksek ses; alıcı için ise, alıcının tutumları, değerleri gürültü kaynağı olarak gösterilebilir.

İletişimin başarısı, gürültü faktörünün kontrol altına alınmasına bağlıdır. İletişimde alıcı ve gönderici arasındaki roller sık sık değişerek devam eder.

Cüceloğlu Modeli

Cüceloğlu'nun geliştirmiş olduğu iletişim modeli, kitle iletişimini değil de, doğrudan kişiler arası iletişimi açıklamaya yönelik bir model olması nedeni ile önemli bir modeldir.



Cüceloğlu'da, Shannon ve Weaver gibi, gürültünün iletişimde önemli bir kavram olduğunu vurgular ve gürültüyü fiziksel gürültü, nöro-fizyolojik gürültü ve psikolojik gürültü olarak üçe ayırır (Cüceloğlu, 1997 .b).

Fiziksel Gürültü: Kanalda yer alır. Çocuğun ağlamasından dolayı dinleyicinin, karşıdaki kişinin söylediklerini duyamaması durumunda, çocuğun ağlaması fiziksel gürültü olarak kabul edilir.

Nöro-Fizyolojik Gürültü: Hedef birimin alıcısından kaynaklanan gürültüdür. Kulakları iyi duymayan bir kişinin, konuşan kişiyi anlayamaması durumunda, kulaklardan kaynaklanan gürültü nöro-fizyolojik gürültü olarak değerlendirilir.

Psikolojik Gürültü: Hedef birimin inançları, tutumları, değer yargıları, kendine ilişkin algılamaları ya da o anda içinde bulunduğu psikolojik durum nedeniyle göndericinin gönderdiği mesajı farklı yorumlamasıdır. Örneğin, kişi belirli konularda önyargılı olabilir ve bu önyargısından dolayı, belirli konularda yollanan mesajları yorumlarken, anlam içeriğini farklı yönlere saptırır.

Cüceloğlu'nun tanımladığı iletişim modeli, daha önce verilen modellerde sunulan iletişim öğelerinin tamamını kapsamaktadır. Verilen öğelerin işleyiş biçimleri de benzerdir. Cüceloğlu'nun modelinde kaynağın kendi kendine geri bildirim verebilmesi ve kanalın tek olması, modeli diğer modellerden farklı kılmaktadır (Coşkuner, 1994; Demirci, 2002).

Sözel ve Sözel Olmayan İletişim

Konuşmada kullanılan semboller, mesajların iletildiği araçlar olduğu gibi, beden duruşu, bakış, jest ve mimikler de iletişimde karşıdaki kişiye iletiler göndermek amacıyla kullanılan araçlardır. Sözel iletişimde kişilerin "ne söyledikleri", sözel olmayan iletişimde ise "nasıl söyledikleri" önemlidir (Dökmen, 2001).

Devito (1992)'ya göre, mesaj sistemi hem sözel, hem de sözel olmayan bir parçayı içermektedir. Sözel bölüm "dil" dir, kelimeler, cümle parçaları ve kullandığımız cümlelerdir. Sözel olmayan parça ise, uzaya ait ilişkiler, zamana uyum, jestler, yüz ifadeleri, göz hareketleri, dokunma ve sestir.

Knapp (1972), sözel olmayan iletişimi yedi bölüme ayırmış ve araştırmalarını bu yedi alan üzerinde yoğunlaştırmıştır.

1. **Beden Dili (Kinesics):** Beden dili ile ifade edilmek istenen kavramların çoğunu kapsar. El, kol, baş ve ayakların duruşu, göz hareketleri bu sınıfa girer.

2. **Dil Ötesi (Paralanguage):** Dil ötesi, konuşma sırasında sesin tonu, şiddeti, rengi, frekansı ve çeşitli ünlemleri (ah, of vb.) içeren bölümdür.

3. **Fiziksel Temas ve Dokunma:** Kişilerin bir arada iken gösterdikleri dokunma davranışları, birbirlerine ilişkin tutumları ve duygusal açıdan yakınlık derecelerini gösterir çeşitli ipuçları vermektedir.

4. Fiziksel Mesafe: Bir arada bulunan kişilerin fiziksel olarak birbirlerine yakınlık durumları, o kişilerin ilişkileri ve diğerini nasıl gördükleri ile ilgili ipuçları sağlar. Duygusal açıdan bir birine yakın kişiler, aynı ortamda yan yana gelmekten çekinmezken, aralarında herhangi bir yakınlık bulunmayan ya da yeni tanışmış kişiler bir birlerine yakın durduklarında rahatsızlık hissedebilirler.

5. Ten Rengi, Beden Şekli, Bedenin Hareketliliği

6. Fiziksel Karakterler: Parfüm, takı, makyaj, saç şekli ve kullanılan diğer aksesuarlar bu sınıfa girer. İnsanların kullandıkları aksesuarlar, insanların kendilerini nasıl gördüklerine, çevreleri ile aralarındaki iletişime, sosyal sınıfına ve değerlerine ilişkin mesajlar iletirler.

7. Çevresel Faktörler: Bireyin doğrudan kendisi ile ilgili olmayan yaşam yerleri ile ilgili öğeleri içerir. Kullanılan ev ve ev eşyaları, oturulan mahalle, evin düzeni ve dizaynı ve hatta oturulan mahalle ya da semt çevresel faktörler içine girer ve kişiler bu sayede başkalarına çeşitli mesajlar iletirler (Akt. Duck, 1998).

Sözel olmayan davranışlar, duygu ve tutumlar yansıtmaları nedeni ile, kişiler arası iletişimin önemli bir yanını oluşturmaktadırlar (Yüksel-Şahin, 1997). Her ne kadar dil, iletişimin en zengin yanı da olsa, iletişimimizin büyük bir kısmı dile bağlı değildir (Morgan, 1995).

Fiske (1996), sözel olmayan iletişimde iletilerin üç temel işlevi olduğunu vurgulamıştır:

1. Etkileşimi Yönlendirme İşlevi: Yüz yüze iletişimde belli jestler, ses tonu, sözcükler üzerine yapılan vurgulamalar, giyim kuşam özellikleri vs. sözel ifadeler ve bunlara aktarılan anlamların nasıl yorumlanacağı ve nasıl algılanacağını belirlerler.

2. Duyguları Açığa Vurma İşlevi: Sözel ifadeler ne kadar değer yüklü olurlarsa olsunlar, kişinin duygularını ve tutkularını sözel olmayan davranışlar

kadar dile getiremezler. Kısaca sözel ifadeler, duyguları açığa vurmada çoğunlukla yetersiz kalırlar. Bu nedenle sözel olmayan davranışlar, hem sözcüklerin anlamlarını vurgularlar hem de sözlü olarak söyleyemediğimiz duyguları dile getirip dışa vururlar.

3. İletişimsizliği Olanaksız Kılma İşlevi: Goffman, Watzlawick ve arkadaşları (1969)'na göre, karşılıklı insanların bulunduğu bir ortamda susma bile bir tür iletişim biçimidir (Akt. Gökçe, 2002). Çünkü iki kişinin belli bir ortamda bulunması, aralarında bir konuşma olmadığı durumda bile, sözel olmayan iletiler aracılığıyla iletişim kurmaları mümkündür.

Ersever (1987), iletişimin yalnızca yüzde otuzbeşinde sosyal anlamların kelimelerle taşındığını belirtmektedir. İletişimin geri kalan kısmı ise sözel olmayan davranışlarla sağlanır. İletişimde mesajlara fiziki hareketler yardım eder.

Zıllıoğlu (1993) ise yüz yüze iletişimde anlamların yapılandırılmasında sözcüklerin ortalama yüzde on düzeyinde rol oynadığını, iletişimin geriye kalan yüzde doksanlık bölümünün ise, ses tonu, jest ve mimikler gibi sözel olmayan iletilerin etkili olduğunu ifade etmektedir.

İletişimde mesaj göndermenin başlıca önemli yolları vardır. Sözlü iletişimde kelimelerin nasıl kullanıldığı önemlidir ve aynı ifadeler, farklı tonlamalar ya da farklı yüz ifadeleri ile farklı anlamlar taşıyabilir. Örneğin "bugün çok güzel görünüyorsun" ifadesi bir iltifat olarak algılanabileceği gibi, ifade edilmiş tarzına göre küçümseme ya da alaya alma şeklinde de değerlendirilebilir. Sözsüz iletişimde mesaj, göndericinin hareketleri ile ilgilidir. Göz kontağı, yüz ifadeleri, duruş, el-kol hareketleri ve dış görünüş sözel olmayan mesajlardır. İletişim eylemine geçildiğinde, tüm bu iletişim yolları mesajın uygunluğunun belirleyicisi olmaktadır (Nelson-Jones, 1994).

Devito (1992)'ya göre yüz yüze iletişimde sözel ve sözel olmayan mesajları en iyi ifade eden şey anlamlardır. Sözel mesajlarla kullanılan sözel olmayan iletilerin altı önemli özelliği vardır:

1. *Tamamlayıcılık*: Sözel olmayan, sözlü mesajlara eşlik ederek anlamını destekler.

2. *Çelişme*: Sözel mesajlar ile, sözel olmayan mesajlar bezen çelişebilirler. Bu durumda sözel olmayan mesajlara inanma eğilimi vardır.

3. *Tekrarlama*: Bazı durumlarda sözel olmayan davranışlar, sözel davranışlarla ifade edilen içeriğin tekrarlanması için kullanılabilir. Garsona iki hamburger diyenin, parmakları ile iki göstermesi, buna örnek olarak verilebilir.

4. *Düzenleme*: Çoğunlukla sözlü düzenleme davranışlarına sözsüz mesajlar eşlik eder. Örneğin trafik polisinin araçlara dur derken eliyle de dur işareti yapması.

5. *Yerine Geçme*: Sözel olmayan davranışlar, zaman zaman sözel davranışların yerine geçer. Bu durumda sözel olmayan davranışlar asıl anlamı taşır. Sözel olarak ifade etmediği halde bir kişinin davranışlarından sinirli olduğunun anlaşılması, buna örnek olarak verilebilir.

6. *Vurgu*: Sözel olmayan ifadeler, sözel ifadelerin içeriğini vurgulayıp etkinliğini artırmak için kullanılabilir. Beğenilen bir yemekten alınan tadın vurgulanması için ellerin kullanılması ile verilen anlam vurgulanır.

Dökmen (2001), sözel olmayan iletilerin, anlam iletme ve iletilen anlamların içeriğini destekleme işlevlerinin yanında, dinleyen kişinin yüz ve beden ifadeleri ile konuşan kişiye geri bildirim verme işlevi olduğunu ifade eder. Verilen geri bildirim, konuşan kişinin, söylediklerinin anlaşılıp anlaşılmadığını kontrol edilmesine olanak sağlar.

Richmond ve arkadaşları (1991) sözel ve sözel olmayan iletişimi dilbilimsel, süreklilik ve süreç kavramları açısından karşılaştırmışlardır (Akt. Demirci, 2002). Buna göre:

-Dilbilimsel: Sözel mesajlar dile bağlıdır, sözel olmayan mesajlar içinse dil gerekli değildir. Sözel mesajlarda kod çözme için kullanılan şifre, kullanılan dilin kurallarıdır. Örneğin, İngilizce konuşuluyorsa, bu dili bilen biri bu kodu çözecektir. Beden dili için de bunun geçerli olduğu söylenebilir. Beden diline ilişkin iletiler de kültürden kültüre farklılık göstermektedir. Yine de, sözel olmayan iletişim, sözel iletişime oranla daha evrenseldir.

-Süreklilik: Sözel mesajlar sürekli değildir. Örneğin amaçlanan mesaj bazı kelimelerle söylenir, konuşma bittiğinde iletişimin sözel kısmı da bitmiş olur. Sözel olmayan iletişim ise devamlıdır. Uykuda olduğunda bile beden sözel olmayan iletiler göndermeye devam eder. Sözel olmayan iletişim bitmez. Bu nedenle davranışın yokluğu mümkün değildir, örneğin sessiz kalmak da bir mesajdır.

-Süreç: Araştırmalar, sözel iletişimin beynin sol yanında, sözel olmayan iletişimin ise, beynin sağ yanında oluştuğunu göstermektedir. Bu durum, sözel ve sözel olmayan iletişimin birbirinden ayrı iki süreç olduğunu göstermektedir. Ancak bu farklılık, iki iletişim sisteminin bir birine üstünlüğü ya da avantajı kapsamında bir kanıt sağlamamaktadır.

Yukarıdaki paragraflarda görüldüğü gibi sözel olmayan davranışlar, duygu, düşünce ve tutumları yansıtma nedeni ile iletişimin önemli bir parçasıdır. Sözel olmayan iletiler, sözel iletilerin içeriğinin doğru anlaşılmasına, doğru anlamlandırılmasına, ve gerçek mesajın karşıya iletilmesine yardımcı olur. Sözel olmayan davranışlar, sözel olarak uzun uzun anlatılması gereken bazı durumları çok daha net ve kısa yolla anlatmaya olanak sağlar. Kişiler arası iletişimde başarılı bir iletişim için, sözel ve sözel olmayan iletilerin etkin bir şekilde kullanılması, sözel ifadeler ile sözel olmayan ifadelerin bir birini tamamlayacak şekilde kullanılması büyük önem taşır.

İletişim Becerisi

İnsan, doğuştan iletişime ilişkin bir donanımla dünyaya gelse de, iletişim örüntüleri, iletişim becerileri bir anda insanın karşısına çıkmaz. Kişi, çevre ile etkileşime girerek iletişim kurmayı öğrenir. Bu nedenle birey uygun ve sağlıklı bir ortamda, sağlıklı iletişim kurmayı öğrenebileceği gibi, sağlıklı bir iletişim ortamında iletişim becerilerini geliştiremez.

Bir çok insan, basit iletişim becerilerinin eksikliğini hisseder. Bazıları en son söylemeleri gereken şeyleri en başta söylerler bazıları ise isteklerini karşı tarafa iletme konusunda başarısız olurlar (Voltan-Acar, 1995). İletişimin sağlıklı gerçekleşmediği durumlarda insanlar kendilerini yalnız, dışlanmış ya da mesleki yaşamlarında başarısız bulabilirler. Kişiler arası beceriler öğrenilemezse, ilişki için başlıca unsurlar olan üretkenlik ve memnuniyet kaybedilir (Johnson, 1993).

Korkut (1996.b)'a göre insanlar başarılı ve doyurucu ilişkiler kurdukları zaman mutlu olduklarından, iyi iletişim kurmanın yolu olan becerileri öğrenmelerinde büyük yarar vardır. İletişim becerileri sosyal becerilerden biri olarak ele alınmaktadır. Sosyal beceriler, kişilerin başkaları ile birlikte iken kullandıkları olumlu tepkiler alan, olumsuz tepkilerden kaçmaya yarayan ve sosyal olarak öğrenilmiş davranışlardır. Sosyal beceriler, alıcı görevi görürler ve amaç yönelimlidir. Duruma özel ve sosyal bağlara göre de değişebilen özellikler gösterirler.

Beceri sözcüğü bazı etkinliklerde yeterlik ve uzmanlık anlamlarını içermektedir. Öte yandan becerilerin en gerekli unsuru, istenilen amaca ulaşmak için etkili bir tercih sıralaması yapabilmektir. Örneğin insanlar iyi bir dinleyici olmak istiyorlarsa, iyi bir dinleyici olmanın gerektirdiği özellikleri taşımalıdırlar. Bütün becerilerin bir tercih sıralaması içermesi, faaliyetlerin mekanik bir biçimde yürütülmesi demek değildir. Beceri kavramı daha çok

sahip olunan becerideki güçlü yönlerin ve eksikliklerin her ikisinin karışımı olarak düşünülebilir (Abacı, 1995).

Özer (2000)'e göre iletişim becerisi, olaylara farklı açılardan bakabilme esnekliği gerektirir. İletişimde algılama çok önemlidir ve kişiler arasında sağlıklı iletişimin kurulamamasının temel nedeni, iletişimde bulunan kişilerin, mesajları çarpıtarak algılamasıdır. Ona göre iletişim bir beceri olduğu gibi, iletişim kuramama da bir beceridir ve insanlar sağlıklı iletişim kuramamayı da öğrenirler. Ancak iletişimin bir öğrenme süreci olduğu gerçeği, sağlıklı iletişim kurma yollarının da öğrenilebileceği gerçeğini beraberinde getirir.

Tüm iletişim mesajları gönderici tarafından kodlanır ve alıcı tarafından bu kod çözülür. Birey yetersiz kodlama ya da yetersiz kod çözme becerilerine sahip olabilir. bu durumda iletişim becerileri terimi yerine "kodlama becerileri" ve "ayırt etme becerileri" terimleri kullanılabilir. Diğerlerinin iletişimini doğru olarak ayırt edemeyen birey uygunsuz bir tepki verebilir. Kodlama becerilerinin farkında olmayan gönderici ise, amaçladığı mesajı iletemeyecektir (Nelson-Jones, 1994)

Abacı (1995), literatürde iletişimi beceri olarak gömenin nedenlerini dört başlık altında toplamaktadır:

1. *İlişkilerin tesadüfe bırakılmayacak kadar önemli olması*: İletişim becerilerin geliştirmeye yönelik olarak çeşitli çalışmalar yapılmış olmasına karşın, bu çalışmalar sistematik değildir ve bu becerilerin okullarda, iş yerlerinde ve diğer topluluklarda tesadüfi olarak kazanılması beklenmektedir.

2. *Becerilerin ayrıntılı olarak tanımlanması*: İnsanların ilişki becerileri alanında eğitilmesi, bu becerilerin ayrıntılı tanımlanması ve ifade edilmesi anlamına gelir. Becerilerin tanımlanması aynı zamanda ayrıntılara girmeyi kolaylaştırır.

3. *Eğitilmeye uygun olma*: İlişki becerilerinin ayrıntılı olarak ortaya konulması, sahip olunan ve eksik olan becerilerin düzeylerinin belirlenmesi için girişimlerde bulunulmasını olanaklı kılar.

4. *Kendi kendine yardım etmeye uygun olma*: İlişki becerileri fikri ilişkilerdeki zorlukları görmeye ve onlar üzerinde çalışmaya olanak sağlar.

İletişim, konuşmak ve dinlemek olmak üzere iki süreç içerir. İnsanlar bazen bunların birisinde, bazen de her ikisinde zorluk çekerler. Bazı insanlar konuşmada güçlük çeker, duygu ve düşüncelerini ifade etmekte zorlanırlar. Hoş olmayan bir tepki ile karşılaşmaktan korktukları için hangi kelimeleri kullanacaklarına karar veremezler. Bazıları, kelimeleri seçme konusunda ya da duygularını ifade etme konusunda problem yaşarlar. Bazıları ise dinleme konusunda yetersizdirler. Karşıdakinin konuşması bitmeden konuşmayı bölen ya da duyduğunun ötesindeki anlamı ayırt edemeyen insanlar vardır.

Granvold (1994), iletişim becerilerini sosyal beceriler içinde ele almakta ve bu becerilerin kişiler arası ilişkilerde başarıya destek oluklarını belirtmektedir. Kişiler arası ilişkiler ve sosyal destek için dört bilişsel ve beş davranışsal yeterliği gerekli görmektedir:

1. Bilişsel Yeterlikler:

- *Kişiler arası ilişkilerle ilgili giriş bilgileri*: kişiler arası ilişkiler nedir, neden önemlidir, nasıl geliştirilir, farklı durumlarda gösterilen davranışların uygun olup olmaması ile ilgili sosyal normlar nelerdir sorularına yanıt aranmasıdır.
- *Algılama becerileri*: iletişimde diğer insanların gönderdiği sözlü ve sözsüz mesajların anlamlarını tanıma ve doğru yorumlamadır.
- *Karar verme becerileri*: bir kişiye iletişim için yaklaşıldığında, kişinin sosyal etkileşime açıklığını ya da sosyal destek için talebini değerlendirmektir.
- *Bilişsel yeniden yapılanma ve yerine koyma becerileri*: bireyin kendisinin ya da diğerlerinin davranışları ve tepkilerine alternatif

anımlar ve açıklamalar düşünmesidir. Değiştirme ve yerine koyma becerisi ise, kişinin rahat sosyal ilişki kurmasını ve memnuniyetini engelleyen, yıkıcı ya da işlevsel olmayan düşünceleri ve inançları ile ilgilidir.

2. Davranışsal Yeterlikler:

- *Kendini gösterme becerileri:* bireyin sosyal olarak uygun yollardan kendini göstermesi ve diğerlerinden olumlu tepki alma beklentisinin artmasıdır.
- *İlişkiyi başlatma becerileri:* insanlara yaklaşma, konuşmayı başlatma ve ilişki için öneriler sunma gibi becerilerdir.
- *İlişkiyi sürdürme becerileri:* amaçlanan konuşma ya da etkileşimin sürmesi ve derin ya da açık ilişkiler kurmayı içeren becerilerdir.
- *Çatışma zme becerileri:* iletişimde çatışma ya da hayal kırıklıklarını ele alma becerileridir.

Egan (1994), iletişimin daha verimli olmasını sağlayan becerileri, etkili dinleme ve etkili tepki verme becerileri olarak özetlemektedir. Etkin dinleme, karşıdaki kişinin sözel olmayan davranışlarını (beden duruşu, yüz ifadesi ve hareketleri, ses tonu vs.) gözlemlenme, anlama ve içeriği dinlemeyi içermektedir. Cüceloğlu (1997.b) ve Gordon (1999.a), etkin dinlemenin diğer dinleme davranışlarına oranla daha yararlı olduğu görüşündedir. Etkin dinleyen bir kişi, yalnızca karşıdaki kişiyi anlamak amacıyla dinler. Bu konuşan kişiye büyük bir huzur ve güven sağlar.

Gordon (1999.a)'a göre etkin dinleme, iletişimde bulunan kişiler arasında direnç oluşturmaz çünkü sadece anlamaya yöneliktir. Konuşan kişi, dinleyici tarafından eleştirilmediğini, sulanmadığını ya da aşağılanmadığını hissettiği için iletişim devam eder ve iletişimde bulunan kişiler arasında hoşnutluk duygusuna yol açar. Gordon, iletişim engellerinin (eleştirmek, suçlamak, uyarmak, göz dağı vermek vs.) yoğun olarak kullanıldığı iletişime

“kabul etmeme dili” der ve kabul etmeme dilinin iletişimi olumsuz yönde etkilediğini, kişiler arası ilişkilerdeki sorunları gidermek bir yana, yeni sorunların ortaya çıkmasına neden olduğunu ifade eder.

Özer (2000)'e göre sağlıklı iletişim, kişilerin olaylara farklı açılardan bakabilmelerini gerekli kılar. Algılamalarımız bizim öznel dünyalarımızdır ve iletişimde bize gönderilen mesajları yorumlamamızda büyük rol oynarlar. Bu nedenle de iletişim aslında oldukça sübjektif bir süreçtir. Sağlıklı bir iletişim için ön koşul, kişilerin kendi algı dünyaları hakkında fikir sahibi olmasıdır. Algılamalarındaki yanlışlıkların farkında olan birey, sınırlılıklarını bilir. Bunun yanında kendimize, başkalarına ve iletişimimize ilişkin değer yargılarımız- bir başka ifade ile -meli, -malı'larımız- başkaları ile aramızda olan iletişim sürecini olduğundan farklı değerlendirmemize neden olabilir ve iletişim, esneklikten yoksun bir hale gelir.

İyi bir dinleme, karşıdakini sadece duymayı değil, onu anlamayı ve bunu ona yansıtmayı içerir. Dinlemek, duymakla aynı şey değildir. Duymak, duyu organları ile gerçekleşen basit ve pasif bir süreçtir. Devito (1992), dinlemenin duymayla farklı olarak beş aşamada gerçekleştiğini belirtmektedir. Bu aşamalar ve bu aşamalarda etkin dinleme için dikkat edilmesi gerekenleri ise şöyle tanımlamıştır:

Mesajı Alma: Dinleme, karşıdaki kişinin söylediklerini almayla başlar. Her mesaj sözlü ve sözsüz içerik taşır. Dinleyicinin,

- gönderilen mesajın sözlü ve sözsüz içeriğini dikkate alması,
- ilgi dağıtıcı bir çevrede olmaktan kaçınması,
- daha sonra ne söyleyeceğine odaklanmak yerine o anda ne söylendiğine odaklanması,
- dinleyici konumundayken karşıdakinin sözünü yarıda kesmemesi önemlidir.

Anlama: Dinleme sırasında anlama, konuşmacının anlatmak istediği anlamın içerdiği duyguları anlama sürecidir. Konuşulanın gerçek anlamını anlamak için,

- anlatılanlar ile bilgiyi ilişkilendirmek,
- yargılamadan kaçınarak konuşmacının asıl görüşünü ve niyetini anlamaya çalışmak,
- gerekiyorsa, konuyu aydınlatıcı sorular sormak,
- alıcının kendi ifadesi ve kelimelerini kullanarak anladığı görüşü açıklaması gerekmektedir.

Hatırlama: Bir mesaj alındığında, alınan mesaj belirli bir süre bellekte tutulur. Bazen göndericinin mesajındaki önemli noktaların akılda tutulması için özellikle dikkat ve not alma gibi özel çabalar gerekebilir. Hatırlamayı kolaylaştırmak için,

- asıl fikrin önemli ve avantajlı noktalarına odaklanmak,
- yorumlar olmadan mesajı olduğu gibi akılda tutmaya çalışmak,
- isim gibi kolay unutulmuş şeyleri tekrarlamak ya da mesajın yüksek sesle tekrarlanmasını istemek,

Değerlendirme: Değerlendirme, konuşmacının asıl görüşünü, niyetini anlamaya çalışmaktır. Değerlendirme, çoğunlukla bilinçli olmasına karşın, aslında kendiliğinden oluşan bir süreçtir. Değerlendirme aşamasında ise dikkat edilmesi gerekenler ise,

- konuşmacının asıl görüşünün anlaşıldığından emin oluncaya kadar beklemek,
- konuşmacının varsayılan niyeti ya da görüşünü sorarak kontrol etmek,
- ayırt edici gerçekleri, sonuçları, düşünceleri açıklığa kavuşturmak,
- ön yargılı ve yetersiz bilgiyle değerlendirme yapmaktan kaçınmaktır.

Tepki Verme: Tepki verme iki şekilde olur a) konuşmacı konuşmasına devam ederken yanıtlama, b) konuşmacı, konuşmasını bitirip durduğu zaman yanıtlama. Konuşmacı konuşmasına devam ederken verilen tepkiler, sözsüz mesajları da içermeli ve kişiye “seni dinliyorum” mesajı vermelidir. Ayrıca konuşmacı durduğunda, anlaşılan şeyin doğruluğunu kontrol etmek için, kısa tepkiler verilebilir. Tepki verirken yapılabilecekler şöyle tanımlanabilir:

- konuşmacı konuşmasını sürdürürken destekleyici mesajlar verilebilir (hı, hı, dinliyorum, evet.vb.)
- konuşmacının anlattığı konunun son cümlesi farklı kelimelerle tekrarlanabilir.
- Alıcı kendi mesajını, “ben” ve tekil şahıs kullanarak iletmelidir.
- Son olarak dürüst olunmalı ve bu iletilmelidir.

Ersever (1996), iletişimin sağlıklı olabilmesi için birtakım ilişki kuralları olduğunu ifade etmektedir:

1. Her bireyin kendine has özellikleri ile değerli olduğuna inanması ve ona iletişimde koşulsuz olumlu ilgi göstermesi,
2. Karşısındaki bireyi koşulsuz kabul etmesi,
3. Her bireyin kendi problemini kendisinin çözebilme gücüne inanması,
4. Maske takmadan kendini olduğu gibi gösterebilmesi,
5. Duygu, düşünce ve davranışlarının tutarlı olması,
6. Kendisini karşısındaki kişinin yerine koyarak onun sorunlarına onun gibi bakabilmesi, onun hissettiklerin hissedebilmesi,
7. Yukarıda sözü geçen ilkelerin hepsinin bir arada bulunmasıdır.

Böylece iletişim kurmaya elverişli bir ortam oluşur. İletişim kurulacak olan birey rahatlar, kendini ifade etmesi kolaylaşır, kendisini daha iyi tanıma olanağı bulur ve sağlıklı ilişki kurmak için temel atılmış olur.

Konuyla İlgili Yurt Dışında Yapılan Bazı Araştırmalar

Schowegerdt ve Poggio (1976), tarafından yapılan araştırmada, öğretmenlerin yeterliği ile danışmanlık hizmetlerinin etkisi arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonunda, danışmanlık eğitimi alan öğretmenlerin iletişim becerilerinin, almayanlara oranla %54'lük oranda bir artış gösterdiği saptanmıştır. Ayrıca iletişim becerisi eğitiminden yararlanma ile öğretmenlerin yeterlik algıları arasında ilişki olduğu bulunmuştur. (Akt. Horton, 1990)

Barry ve Robb (1992), yapmış oldukları araştırmada tıp öğrencilerine verilen iletişim becerisi eğitiminin öğrencilerin iletişim becerisi düzeylerine etkisini incelemiştir. 27 deney, 26 kontrol grubu olmak üzere araştırmaya toplam 53 kişi katılmıştır. Araştırma sonunda iletişim becerisi eğitimi alan grubun iletişim becerisi düzeyinin, iletişim becerisi eğitimi almayan gruba oranla anlamlı bir artış gösterdiği bulunmuştur.

Hall ve arkadaşları (1995), danışma becerilerini içeren bir kendini değerlendirme envanteri geliştirmişlerdir. İlkokul, orta okul, yüksek öğretim ve hemşire eğitiminde çalışan 82 deneyimli eğitimciye beceri eğitimi verilmiştir. Eğitimden önce, sonra ve eğitim tamamlandıktan bir yıl sonra izleme testi yapılarak, katılımcıların yanıtlarına madde analizi yapılmıştır. Çalışmada verilen eğitimde "danışma becerileri" ve "kişiler arası beceriler" terimleri kullanılmış, beceri eğitimi Egan'ın tasarladığı modele göre uygulanmıştır. Deney gurubu haftada bir kez, 3'er saat olmak üzere 10 haftalık danışma ve kişiler arası beceri eğitimi almıştır. Yapılan madde analizinde ölçeğin iç tutarlığının olduğu görülmüştür. Yapılan deneysel işlem sonunda danışma becerilerini içeren kişiler arası beceri eğitiminin eğitimciler için uygulamalı bir kurs olduğu, kursun katılımcıların kişisel ve profesyonel yaşantıları için yararlı olduğu ifade edilmiştir.

Dalen ve arkadaşları (1999), tıp alanında çalışan öğretmenlere verilen iletişim becerisi eğitimini etkileyen faktörleri bulmak amacıyla bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Geniş kapsamlı iletişim becerisi eğitiminin öğrenmeyi nasıl etkilediği, ardışık iki sınıfta öğrencilerin değerlendirmeleri ile belirlenmiştir. Araştırma Maastricht üniversitesinde, tıp öğrencilerine uygulanmıştır. Araştırmaya başlangıçta 1071 öğrenci katılmış, 771 öğrencinin verisi toplanarak araştırma tamamlanmıştır. Dört yıl süren program 4 farklı formatı içermektedir: İletişim becerileri eğitimi (öğretmen bağımsız), hastayla karşılaşmış gibi yapma, her öğrencinin geri-bildirim alması ve davranışların farkına varma. Program dört yıl boyunca uygulanmıştır. İlk yıl davranışçı bilim adamları ile, ikinci yıl pratisyenlerle, üçüncü yıl hem bilim adamları hem de pratisyenler ile ve dördüncü yıl klinisyenler ve bilim adamları ile çalışılmıştır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında, pratisyenler bilim adamlarına göre, her ikisi de klinisyenlere göre daha başarılı bulunmuştur. Yapılan regrasyon analizinde ortaya çıkan farklılığın, %37'sinin iletişim becerileri eğitiminden, %14'ünün davranış farkındalığı aşamasından, %5'inin didaktik öğrenimden, %3'ünün ise hasta görüşmeleri aşamasındaki geri bildirimden kaynaklandığı ifade edilmiştir.

Watson ve arkadaşları (1996), iletişim süreci değişkenlerinin, uluslar arası anlaşmazlıkların çözümü için gerçekleştirilen görüşmeler üzerindeki etkisini bulmak amacıyla bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Araştırmaya değişik iletişim becerisi düzeylerine sahip 32 Avustralyalı üniversite öğrencisi katılmıştır. Daha önceden yüksek ya da düşük seviyede iletişim becerisi eğitimi almış drama öğrencileri de araştırmaya dahil edilmiştir. Bu aşamada kişiler arası iletişim becerilerinin, arabuluculuk ilişkisine ve arabuluculuğun davranışsal niyete etkisi araştırılmıştır. 16 erkek ve 16 kız gönüllü öğrenci deney ve kontrol grubunu oluşturmuştur. 16 kız ve erkek drama öğrencisi, diğer grup ile karıştırılarak araştırmaya alınmıştır. Araştırmada "Saldırganlıkla İlgili İnançlar Ölçeği" , Watson (1991) tarafından geliştirilen Kişiler Arası Becerileri Ayırt Etme Testi" ve Traux ve Carkhuff (1967) tarafından geliştirilen ilişki ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında saldırganlık ile

barışçıl olma arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı ve kızların erkeklere oranla daha barışçıl ve iletişim becerilerinde daha başarılı olduğu görülmüştür. Görüşen kişilerin iletişim becerisi seviyelerine rağmen, görüşen kişi ile görüşülen kişi arasındaki iletişim ve etkileşimin sonuç üzerinde çok büyük etkisinin olduğu, araştırmanın önemli bir bulgusu olarak ifade edilmiştir.

Kruijver ve arkadaşları (2001), hemşirelere verilen iletişim becerisi eğitiminin, hemşirelerin iletişim becerisi düzeylerine etkisini incelemiştir. Bu amaçla Hollanda'da değişik birimlerde çalışan 46 hemşire araştırmaya katılmış, araştırmaya alınan katılımcılar 25 deney, 21'de kontrol grubu olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Deney grubuna iletişim becerileri eğitimi verilmiş, kontrol grubuna ise herhangi bir işlem uygulanmamıştır. Araştırma, hastanın vereceği tepkilerin yönlendirilmesinin kolay olması, hemşirelerin daha yoğun bir şekilde pratik kazanmaları amacıyla simülatif hastalar ile gerçekleştirilmiştir. Toplam 4 aktör, kanser hastası gibi hastaneye yatırılmış ve deney grubunda bulunan hemşirelere, bu hastalarla olan iletişimleriyle ilgili geri dönüt ve iletişim becerisi eğitimi verilmiştir. Hemşirelerin hastalar ile olan iletişimleriyle, video-kayıt yöntemi ile değerlendirilmiş ve verilerin analizi için Roter Etkileşim Analiz Sistemi (Roter Interaction Analysis Sistem-RIAS) kullanılmıştır. Araştırma sonunda iletişim becerisi eğitime katılan hemşirelerin iletişim düzeylerinde, eğitime katılmayan hemşirelere oranla artış görüldüğü ifade edilmiştir.

Nakkula ve Nikitopoulos (2001), görüşme eğitiminin öğrencilerin psiko-sosyal gelişimlerine etkisini araştırmışlardır. Araştırmaya, yaşları 10-15 arasında değişen 205 (135 kız, 70 erkek) Buenos Aires (Arjantin)'li öğrenci katılmıştır. Araştırmacılar çalışma için, Beş Faktör Görüşme Ölçeği (Five Factor Negotiation Scale)'ni geliştirmişlerdir. Ölçeğin alt ölçekleri: a) kişisel girişim b) işbirliği c) iletişim d) çatışmaya ilişkin görüş e) çatışma çözme yaklaşımları'dır. Araştırmada görüşme eğitimi için Fisher (1991) geliştirmiş olduğu eğitim programı kullanılmıştır. Program, rol oynama ve sınıf içi

tartışma yöntemlerini içermektedir. Görüşme eğitimi, normal eğitim devam ederek sınıflara girilmek suretiyle 2 ayda tamamlanmıştır. Çalışmada kontrol grubu alınmamıştır. Araştırma sonunda, görüşme ölçeğinin ön test ve son test puanları arasında son test lehine anlamlı bir artış olduğu görülmüştür.

Dulmen ve Hall (2000), yaptıkları araştırmada pediatristlere verilen iletişim becerisi eğitiminin etkisini incelemişlerdir. Ön test- son test kontrol gruplu araştırma desenine göre yapılan araştırmaya 11'i deney 10'u kontrol grubu olmak üzere toplam 21 pediatrist katılmıştır. Deney grubuna 5 gün süre ile iletişim becerileri eğitimi verilmiş ve eğitimin etkisini araştırmak için deneklerin hastalar ile görüşmeleri video kaydına alınmıştır. Araştırma sonucunda, iletişim becerisi eğitimi alan grubun, iletişim becerisi almayan gruba oranla hastalarına daha fazla ilgi gösterdikleri ve hastalarına daha fazla psiko-sosyal içerikli sorular sordukları gözlenmiştir.

Chant ve arkadaşları (2002), sağlık sektörüne yönelik yapılan iletişim becerisi eğitimleri ile ilgili araştırmaları, bilimsel kriterlere uygunluk açısından değerlendirmiştir. Bu amaçla çeşitli Avrupa ülkeleri ve Amerika Birleşik Devletleri'nde yapılan ve iletişim becerilerini geliştirmeye yönelik araştırmalar gözden geçirilmiştir. 1987-2000 yılları arasında yapılan, mezuniyet öncesi hemşire adaylarına yönelik 26, mezuniyet sonrası hemşirelere yönelik 17 ve sağlık sektörü ile ilgili diğer birimlere (tıp öğrencileri, doktorlar, hastane çalışanı, hasta, yüksek riskli ebeveyn) yönelik gerçekleştirilen 27, toplam 70 araştırma gözden geçirilmiştir. Araştırma kapsamına alınan çalışmalar üç ana başlık altında toplanmıştır: a) hatalı çalışmalar b) sağlıklı çalışmalar c) şüpheli çalışmalar. Örneklem büyüklüğü yetersiz, araştırma problemine uygun olmayan desenin seçildiği, uygun olmayan ölçüm araçlarının ya da istatistiklerin kullanıldığı, kontrol grubunun kullanılmadığı araştırmalar hatalı araştırmalar olarak; bulgulardan uygunsuz vargılara gidilen ya da araştırma deseni, kullanılan istatistiklerin belli olmadığı araştırmalar şüpheli olarak değerlendirilmiştir. Araştırma sonunda, iletişimle ilgili yapılan çalışmaların

%37'sinin (26) hatalı, %26' sının (18) şüpheli, %37'sinin (26) ise sağlıklı olduğu ifade edilmiştir.

Konuyla İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Ülkemizde konuyla ilgili olarak yapılan bazı araştırmalar aşağıda özetlenmiştir.

Dökmen (1986), yüz ifadeleri konusunda verilen eğitimin, duygusal yüz ifadelerini teşhis becerisi ile iletişim çatışmalarına girme eğilimi üzerindeki etkisini incelemiştir. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı'nda okuyan 3. ve 4. sınıf öğrencilerinden 24 kişilik deney ve kontrol grubu oluşturulmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak Yüz İfadelerini Teşhis Testi ve Çatışma Eğilimi Ölçeği kullanılmıştır. araştırma sonunda, yüz ifadeleri konusunda verilen eğitimin, deneklerin, başkalarının yüz ifadelerini teşhis etmelerinde etkili olduğu görülmüştür.

Dökmen (1988), "Empatinin Yeni bir modele dayanarak ölçülmesi ve geliştirilmesi" konulu çalışmasında psikoloji öğrencilerine empati eğitimi vermiştir. Bu eğitim, öğrencilerin empatik anlayışlarında bir artışa neden olmuş, ancak empatik beceri düzeylerine anlamlı bir etkisi bulunmamıştır.

Akkurt (1989), yaptığı araştırmada, fiziksel yakınlık, yüze bakma süresi, sözel iletişim süresi ve kişiler arası ilişki düzeyi değişkenlerinin ölçümlerini yapmıştır. Bu değişkenlerin kişisel ilişkiye ve olumsuz ilişkiye yöneltim düzeyleri arasında anlamlı bir fark çıkmıştır. İkili gruptaki kişiler arası etkileşim bu ölçülen değişkenler açısından cinsiyete göre farklılık göstermemiştir (Akt. Yüksel-Şahin, 1997).

Özgit (1991), iletişim becerileri eğitimi programının, gençlerin iletişim çatışmalarına girme eğilimleri üzerine etkisini incelediği araştırmasında,

Gordon'un "Etkili Ana-Baba, Etkili Öğretmenlik ve Etkili Liderlik Eğitimi" programlarını temel alarak sekiz oturumluk bir iletişim becerileri eğitimi programı hazırlamıştır. Bu program sınıf öğretmenliği 3. sınıf öğrencilerinden oluşan 12 kişilik bir gruba uygulanmıştır. Araştırma sonunda iletişim becerileri eğitimi alan grubun iletişim çatışmalarına girme eğilimlerinde anlamlı bir azalma olduğu bulunmuştur. Bu azalmanın da etkin çatışma, pasif çatışma, varoluş çatışması ve pasif-tümden reddetme çatışması bölümlerinde olduğu görülmüştür.

Ulusoy ve Uzunöz (1993) yaptıkları araştırmada, düşük ve yüksek kaygılı üniversite öğrencileri ile yapılan yüz yüze ve telefonla kurulan iletişimin, problem çözme becerisine etkisini incelemiştir. Bu amaçla, düşük ve yüksek kaygılı 20 denek çiftine, şehir haritası üzerinde, biri uzun, biri kısa olan iki ayrı yolun güzergahını telefonla ve yüz yüze iletişimle bir başkasına tarif etmesi istenmiştir. Araştırma sonunda düşük ve yüksek kaygılı kişilerin verilen görevi zamanında yaptıkları görülmüş, her iki grubun da kısa yolu çözmek için gerekli iletişim becerisine sahip oldukları ifade edilmiştir.

Voltan-Acar (1994), psikolojik danışma ve rehberlik alanında eğitim gören 4. sınıf öğrencilerine verilen iletişim becerileri eğitimi programının, öğrencilerin empatik becerileri üzerindeki etkisini incelemiştir. Programda; dinleme, sözel iletişim becerileri, empati, saygı, somutluk, yüzleştirme ve kendini açma gibi beceriler üzerinde durulmuştur. Araştırma sonunda, verilen eğitim programının, mezun olmak üzere olan danışman adaylarının empatik becerileri üzerinde etkisi olmadığı ifade edilmiştir (Akt. Çam, 1997).

Coşkuner (1994), yaptığı araştırmada, çıraklık eğitim merkezine devam eden genç işçilere verilen iletişim becerisi eğitiminin, gençlerin iletişim çatışmalarına girme eğilimi, yalnızlık düzeyleri ve iş doyumları üzerine etkisini incelemiştir. Bu amaçla, iletişimle ilgili temel bilgiler, kendini tanıma, iletişimde ön yargılar ve çatışma, açık ve savunucu iletişim gibi konuları

içeren 10 oturumluk iletişim becerileri eğitimi programı geliştirmiştir. Ostim Çıracılık Eğitim Merkezi'ne devam eden son sınıf öğrencilerinden tesadüfi örnekleme yoluyla deney ve kontrol grupları oluşturulmuştur. Araştırma sonunda, iletişim becerileri eğitiminin öğrencilerin yalnızlık düzeylerinde düşüşe neden olduğu, ancak öğrencilerin iletişim çatışmalarına girme ve iş doyumunu düzeylerinde herhangi bir değişim olmadığı bulunmuştur.

Abacı (1995), Egan ve Nottingham İnsan İlişkileri Becerileri Kursu'nun bireylerin kendini kabul, kendine saygı ve kendini gerçekleştirme düzeylerine etkisini incelemiştir. Bu amaçla Egan ve Nottingham insan ilişkileri beceri kursu alan 44 öğrenci (22 Egan grubu, 22 Nottingham grubu), bu eğitimi almayan 22 kişilik kontrol grubu ile Kendine Saygı, Kendini Kabul ve Kişisel Yönelim Envanteri'nin alt ölçekleri olan Zamanı İyi Kullanma ve Desteği İçten Alma ve bu envanterlerin toplam puanları bakımından karşılaştırılmışlardır. Araştırma sonucunda Egan grubundaki deneklerin kendini kabul, zamanı iyi kullanma, desteği içten alma ve toplam puanlarında anlamlı artışlar olduğu, hoşnutsuzluk düzeyinde ise azalma olduğu görülmüştür. Nottingham grubundaki üyelerin kendine saygı, kendini kabul, zamanı iyi kullanma, desteği içten alma ve toplam puanlarında anlamlı artış görülmüştür. Egan ve Nottingham grupları bir biri ile karşılaştırıldığında; Nottingham grubunun kendine saygı, kendini kabul ve toplam puanının, Egan grubuna göre anlamlı düzeyde artış gösterdiği bulunmuştur.

Korkut (1996.b), lise öğrencilerine verilen iletişim becerileri eğitiminin, öğrencilerin iletişim becerilerini değerlendirmelerine etkisini incelemiştir. 16 kişilik deney ve 16 kişilik kontrol grubu olmak üzere toplam 32 öğrenci ile gerçekleştirilen araştırmada, deney grubuna 10 haftalık iletişim becerileri eğitimi uygulanmıştır. Eğitim programında; sözsüz mesajlar, kendini tanıma, iletişim engelleri, duyguları tanıma, dinleme ve etkili tepki verme becerileri yaşantıya dayalı olarak öğretilmiştir. Araştırma verileri İletişim Becerilerin Değerlendirme Ölçeği (Korkut, 1996) ve Kişisel Bilgi Formuyla toplanmıştır. Araştırma sonunda, lise öğrencilerine verilen iletişim becerileri eğitimi

programının, öğrencilerin iletişim becerilerini değerlendirmeleri üzerinde olumlu etkisi olduğu bulunmuştur.

Balcı (1996), danışma becerileri eğitiminin, üniversite öğrencilerinin iletişim beceri düzeylerine etkisini araştırmıştır. Araştırma, psikolojik danışma ve rehberlik anabilim dalı'na devam eden 31 öğrenci (deney ve kontrol grubu olmak üzere) ile yürütülmüştür. Araştırmada uygulanan danışma becerileri eğitimi, bireylerin iletişim becerilerini artırmaya yönelik bir eğitim programıdır. Öğrencilerin iletişim becerisi düzeylerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından İletişim Becerileri Envanteri geliştirilmiştir. 12 oturumluk danışma becerileri eğitimi programı sonunda danışma becerileri eğitiminin, üniversite öğrencilerin iletişim becerisi düzeylerini artırmada etkili olduğu bulunmuştur.

Türküm (1996), bilişsel-davranışçı yaklaşıma göre yapılan grupla psikolojik danışmanın, bilişsel çarpıtmalar ve iletişim becerileri üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırma, deney ve kontrol grubu olmak üzere toplam 26 üniversite öğrencisi ile yürütülmüştür. Deney grubuna haftada bir gün 90 dakika olmak üzere 12 oturumdan oluşan grupla psikolojik danışma yapılmıştır. Katılımcıların bilişsel çarpıtmaları ile ilgili bilgiler araştırmacı tarafından geliştirilen Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği ile, iletişim becerileri ise Dökmen (1986), Çatışma Eğilimi Envanteri ile ölçülmüştür. Araştırma sonunda, bilişsel davranışçı yaklaşıma göre yapılan grupla psikolojik danışmanın, katılımcıların bilişsel çarpıtmalarını azaltmada olumlu etkisi olduğu görülmüştür. Uygulanan programın katılımcıların iletişim becerisi düzeyleri üzerinde etkisi olmadığı bulunmuştur.

Yüksel-Şahin (1997), iletişim becerileri eğitimi programının, üniversite öğrencilerinin iletişim becerisi düzeylerine etkisini incelemiştir. Program iletişimle ilgili; kendini tanıma, savunucu ve açık iletişim, sözlü ve sözsüz iletişim, dinleme, içeriğin ve duygunun yansıtılması, empati, saygı, saydamlık ve somutluk, ben dilini kullanma, atılganlık becerisi ve soru sorma becerisi konularını içermektedir. Araştırma 16 deney ve 16 kontrol grubu olmak üzere

toplam 32 gönüllü üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiş, katılımcıların iletişim becerisi düzeyleri, İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği (Korkut, 1996) ile değerlendirilmiştir. Araştırma sonunda, İletişim Becerileri Eğitimi Programı'na katılan öğrencilerin iletişim becerisi düzeylerinin, programa katılmayan öğrencilere oranla anlamlı bir artış gösterdiği bulunmuştur.

Çam (1997), araştırmasında iletişim becerilerini geliştirmeye yönelik hazırladığı eğitim programının, öğretmen adaylarının ego durumları puanları ve problem çözme becerisi algılarına etkisini incelemiştir. Ön test-son test kontrol gruplu deneysel modelin kullanıldığı araştırma, Çukurova Üniversitesi Sınıf Öğretmenliği Bölümü 4. sınıf öğrencilerinden 14'ü deney, 16'sı kontrol grubu olmak üzere toplam 30 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmada Sıfat Tarama Listesi ve Problem Çözme Envanteri kullanılmıştır. İletişim Becerileri Eğitimi, haftada bir gün bir buçuk saat ile iki saat olmak üzere 12 hafta süreyle verilmiştir. Programın kalıcılığını test etmek amacıyla, program bitiminden 15 hafta sonra da izleme testi yapılmıştır. Araştırma sonunda, iletişim becerilerini geliştirmeye yönelik eğitim programının, öğretmen adaylarının Eleştirel Ebeveyn, Koruyucu Ebeveyn, Yetişkin, Uygulu Çocuk ego durumu puanları ve problem çözme becerisi algıları üzerinde olumlu yönde etkisinin olduğu bulunmuştur.

Yüksel (1997), üniversite öğrencilerine yönelik geliştirdiği ve uyguladığı dokuz haftalık sosyal beceri eğitiminin, öğrencilerin sosyal beceri düzeylerine etkisini incelemiştir. Sosyal beceri eğitimi kapsamında, Akılcı-Duygusal psikolojik danışmanın insan doğası ve kaygıya bakış açısı, övme ve destekleme, aşağı bastırma, pasif-saldırgan davranış, hayır diyebilme, geri itelim kendini ayarlama gibi konu ve beceriler yer almıştır. Araştırmaya 33'ü deney ve 33'ü kontrol grubun olmak üzere toplam 66 gönüllü üniversite öğrencisi katılmıştır. Öğrencilerin sosyal beceri düzeyleri, Sosyal Beceri Envanteri ile ölçülmüştür. Araştırma sonunda genel olarak sosyal beceri eğitiminin, öğrencilerin sosyal beceri düzeylerini olumlu etkilediği bulunmuştur.

Şahin (1999), iletişim becerileri eğitimi programının çocukların yalnızlık ve atılganlık düzeylerine etkisini araştırmıştır. Deney ve kontrol grubu olmak üzere 40 beşinci sınıf öğrencisinin katıldığı araştırmada öğrencilerin atılganlık düzeyleri Atılganlık Ölçeği, yalnızlık düzeyleri ise Sosyal Doyum ölçeği ile ölçülmüştür. İletişim becerileri eğitimi programı, haftada iki oturum olmak üzere altı hafta süreyle uygulanmıştır. Program; etkin dinleme, sözsüz iletişimde duygular, “ben dili” gibi konuları içermektedir. Araştırma sonunda iletişim becerileri eğitiminin çocuklarda atılganlık düzeyini anlamlı olarak yükselttiği, yalnızlık düzeyini ise anlamlı olarak düşürdüğü bulunmuştur.

Soykan (2000), şizofreni tanısı konmuş yatan hastaların ailelerine verilen iletişim becerileri odaklı psiko-eğitim programının, aile işlevlerine etkisini araştırmıştır. Deney ve kontrol grubu olmak üzere toplam 23 hasta yakını ile araştırma gerçekleştirilmiştir. Deney grubuna; hastalığa ilişkin bilgilendirme, iletişime ait bilgiler, kendini tanıma, sözel ve sözel olmayan iletişim, etkin dinleme ve empati, “ben dili”, problem çözme becerileri gibi konuların işlendiği 12 oturumluk iletişim becerileri odaklı psiko-eğitim programı uygulanmıştır. Araştırmada aile fonksiyonlarını belirlemek amacıyla Aile Değerlendirme Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonunda, deney grubunun “problem çözme, iletişim, roller, davranış kontrolü ve genel fonksiyonlar” alt ölçeklerinde kontrol grubuna oranla anlamlı bir artış gösterdiği bulunmuştur. İzleme testi puanları açısından gruplar karşılaştırıldığında, “iletişim, davranış kontrolü ve genel fonksiyonlar” alt ölçeklerinde deney grubu lehine anlamlı fark bulunmuştur.

Tarhan (2000), öğretmenlere yönelik hazırladığı Kişiler Arası İlişkiler Eğitimi Programı'nın öğretmenlerin iletişim becerileri ve öz farkındalıkları üzerindeki etkisini incelemiştir. Gordon'un Etkili Öğretmenlik Eğitimi temel alınarak hazırlanan program, haftada bir oturum olmak üzere 10 oturum olarak gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonunda, deney grubundaki öğretmenlerin sorun yaşanan durumlarda uygun iletişim becerileri ile yanıt vermeyi öğrendikleri gözlenmiştir.

Aladağ (2001), insan ilişkileri eğitim programının, üniversite öğrencilerinin kişiler arası ilişki tarzlarını geliştirmeye etkisini araştırmıştır. Araştırmaya Orta doğu teknik üniversitesi hazırlık okulu'na devam eden 21 hazırlık öğrencisi (8 deney grubu, 13 kontrol grubu) katılmıştır. Araştırma verileri Kişiler Arası İlişki Tarzı Ölçeği (KITÖ) ve anket formunun 21 öğrenciye eğitim öncesi ve sonrası uygulanması ile elde edilmiştir. Ayrıca katılımcılara eğitim programından sonra sosyometri testi ve açık uçlu değerlendirme soruları verilmiştir. Araştırma sonunda, insan ilişkileri eğitimi programının KITÖ' nün dengelilik alt testi için etkili olduğunu göstermiştir. Sosyometri testi, uygulama sonunda üyelerin birbirlerine daha çok yakınlaşıp, karşılıklı anlayış geliştirdiklerini ortaya koymuştur.

Çelik (2001), grupla savunucu iletişim azaltma programının üniversite öğrencilerinin savunucu davranış düzeylerine etkisini incelemiştir. Araştırmaya Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi'nde 1999-2000 öğretim yılında, Psikolojik Danışma ve Rehberlik ve Felsefe Grubu Öğretmenliği bölümlerinde okumakta olan, 18 deney, 18 kontrol grubu olmak üzere toplam 36 üniversite öğrencisi katılmıştır. Öğrencilerin savunucu iletişim davranışlarını değerlendirmek amacıyla Topses (1999) tarafından geliştirilen ve araştırmacı tarafından güvenilirlik-geçerlik çalışması yapılan İletişimde Savunucu Davranış Düzeyini Belirleme Ölçeği kullanılmıştır. Deney grubuna araştırmacı tarafından geliştirilen 10 oturumlu Savunucu İletişim Azaltma Programı (SiAP) uygulanmış, kontrol grubuna ise herhangi bir işlem uygulanmamıştır. Ön test-son test kontrol gruplu deneysel modelin uygulandığı araştırma sonunda deney grubuna uygulanan programın, öğrencilerin savunucu davranış düzeyini azaltmada etkili olduğu bulunmuştur.

Demirci (2002), iletişim becerileri eğitiminin, genç işçilerin iletişim becerilerini değerlendirmelerine etkisini araştırmıştır. Ön test-son test kontrol gruplu deneysel modele göre yapılan araştırmaya, Ankara Mesleki Eğitim

Merkezi'ne devam eden 23 deney, 23 kontrol grubu olmak üzere toplam 46 genç işçi katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ) ve araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. İBDÖ puanları, yaş ortalamaları ve eğitim durumu açısından fark göstermeyen iki sınıftan biri deney, öbürü ise kontrol grubu olarak tesadüfi yolla belirlenmiştir. Deney grubuna 5 hafta süreyle haftada bir gün iki ders saati (90 dakika) olmak üzere araştırmacı tarafından hazırlanan iletişim becerileri eğitimi programı uygulanmış, kontrol grubuna ise herhangi bir işlem yapılmamıştır. Araştırma sonucunda, iletişim becerileri eğitimi uygulanan deney grubunun iletişim becerisi düzeyinde, kontrol grubuna oranla anlamlı bir artış olduğu bulunmuştur.



BÖLÜM III

YÖNTEM

İletişim becerileri eğitiminin, ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin iletişim becerisi düzeylerine etkisinin incelendiği bu araştırma, “Kontrol Gruplu Öntest-Sontest Model” e dayalı deneysel bir çalışmadır.

Bu bölümde araştırmanın deseni, denekleri, veri toplama aracı ve bu aracın güvenilirlik-geçerlik çalışmaları, işlem yolu, iletişim becerileri eğitimi programının genel nitelikleri ve verilerin analizinde kullanılan istatistiksel tekniklere yer verilmiştir.

Denekler

Araştırma, 2002-2003 Eğitim-Öğretim Yılı'nda Kırıkkale 50.Yıl İlköğretim Okulu'nda gerçekleştirilmiştir. Sekizinci sınıfa devam eden 150 öğrenciye İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği uygulanmış, İletişim Becerileri Eğitimi Programı ile ilgili öğrencilere duyuru yapılmıştır. Eğitim programının ne gibi konular içereceği, grup içinde ne gibi yaşantılar geçirileceği, programın süresi, oturum sayısı ve oturum günleri gibi konularda öğrenciler bilgilendirilmiş ve bu eğitim programının bir ders olmadığı, gruba katılmanın tamamen isteğe bağlı olduğu ifade edilmiştir. Gönüllü olarak programa katılmak isteyen ve İBDÖ puanları düşük 16 (8 kız, 8 erkek) kişilik grup, deney grubu olarak belirlenmiştir. Daha sonra, cinsiyet ve İBDÖ puanları açısından deney grubundaki her bir üyeye karşılık bir kişi gelecek şekilde, bire-bir eşleştirme yoluyla kontrol grubu oluşturulmuştur. Deney ve kontrol gruplarının İBDÖ ortalamalarına ait değerler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1

Deney ve Kontrol Gruplarının İBDÖ Ön Test Puanlarının Aritmetik Ortalamaları, Standart Sapmaları ve t Değerleri

| Gruplar | n | \bar{X} | S | Ortalama Farkı | t | p |
|---------------|----|-----------|------|----------------|------|------|
| Deney Grubu | 16 | 65.81 | 9.12 | 0.5 | 0.16 | 0.87 |
| Kontrol Grubu | 16 | 66.31 | 8.05 | | | |

Tablo 1 incelendiğinde, deney ve kontrol grupları arasında İBDÖ puanları açısından anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir.

Araştırma Deseni

Araştırma, iletişim becerilerinin ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin iletişim becerisi üzerine etkisinin incelendiği deneysel bir çalışmadır. Araştırmada Kontrol Gruplu Öntest-Sontest Model, araştırma deseni olarak kullanılmıştır. Deney grubuna, haftada iki oturum olmak üzere, toplam 5 hafta ve 10 oturumluk İletişim Becerileri Eğitimi Programı uygulanmıştır. Bu süre içerisinde kontrol grubuna herhangi bir işlem yapılmamıştır. Araştırmada kullanılan deneysel desen, Tablo 2 de verilmiştir.

Tablo 2
Araştırma Deseni

| Gruplar | Ön test (İBDÖ) | İşlem İletişim becerileri eğitimi programı (10 Oturum) | Son test (İBDÖ) |
|---------------|-------------------|---|--------------------|
| Deney Grubu | X | X | X |
| Kontrol Grubu | X | ---- | X |

Veri Toplama Araçları

Araştırmada, ilköğretim 8. sınıfa devam eden öğrencilerin iletişim becerisi düzeylerini ölçmek amacıyla Korkut (1996) tarafından geliştirilen İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ) kullanılmıştır.

İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği

Korkut (1996) tarafından geliştirilen bu ölçek, lise öğrencilerinin iletişimi zenginleştirici olan bazı niteliklerin ne kadarına sahip olduklarını belirlemeye yöneliktir. İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği'nin (İBDÖ) maddeleri, bireylerin ilişkilerinde nasıl olduklarını düşünerek yanıtlayabilecekleri 5-li likert tipinde 25 ifadeden oluşmaktadır.

İBDÖ'nün Geliştirilmesi

Ölçeğin 42 maddelik denemelik formu ilk olarak 143 öğrenciye uygulanmıştır. Madde seçimi için, maddeler arası korelasyon tekniği kullanılmıştır. birbirleri ile .25 ve üzeri korelasyon bulunan ve en az 3 madde ile ilişkili olan maddeler seçilerek 25 maddelik ölçek oluşturulmuştur (Korkut, 1996.a).

Ölçeğin Güvenirlik Çalışmaları

Ölçeğin ilk güvenirlik çalışmaları, biri testin tekrarı, diğeri iç tutarlık katsayısının bulunması olmak üzere iki yöntemle hesaplanmıştır. Ölçeğin 126 öğrenciye üç hafta ara ile uygulanması ile elde edilen korelasyon katsayısı .76'dır. ölçeğin iç tutarlığını hesaplamak amacıyla hesaplanan cronbach alfa katsayısı ise .80 olarak bulunmuştur (Korkut, 1996.a).

Yüksel-Şahin (1997) tarafından yapılan güvenirlik çalışmasında, İBDÖ 120 üniversite öğrencisine testin tekrarı yöntemi kullanılarak üç hafta ara ile uygulanmıştır. Ölçeğin test-tekrar test güvenirlik katsayısı .87 olarak bulunmuştur.

Korkut (1999), 58 üniversite öğrencisi ve 61 yetişkin ile yaptığı güvenirlik çalışmasında ise İBDÖ'nün testin tekrarı güvenirlik katsayısını üniversite öğrencileri için .78 ve cronbach alfa katsayısını .86 olarak bulmuştur. Ölçeğin yetişkinler için hesaplanan cronbach alfa katsayısı ise .75'tir.

Demirci (2002) tarafından yapılan güvenirlik çalışmasında İBDÖ, 77 genç işçiye testin tekrarı yöntemi kullanılarak üç hafta ara ile uygulanmıştır. Uygulama sonunda ölçeğin test-tekrar test güvenirlik katsayısı .88 olarak bulunmuştur. Yine araştırmacı tarafından 204 genç işçiye İBDÖ uygulanması ile elde edilen cronbach alfa katsayısı .69 olarak bulunmuştur.

Bu araştırma için yapılan güvenirlik çalışmasında ilk olarak İBDÖ'nün iç tutarlık katsayısına bakılmıştır. 150 sekizinci sınıf öğrencisine ölçeğin uygulanması ile elde edilen cronbach alfa katsayısı .86 olarak bulunmuştur. Ölçeğin 3 hafta ara ile 150 öğrenciye uygulanması ile elde edilen test-tekrar test güvenirlik katsayısı ise .76 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin Geçerlik Çalışmaları

Ölçeğin ilk geçerlik çalışmaları, Korkut (1996) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu amaçla yapılan faktör analizi, ölçeğin tek boyutlu olduğunu göstermektedir. Literatürdeki kuramsal bilgilere ve araştırma bulgularına dayanarak kız ve erkek gruplarının iletişim becerileri konusunda farklı oldukları bilgisi doğrultusunda, kız ve erkek gruplarının ortalamaları karşılaştırılmıştır. Elde edilen bulgular, ölçeğin kız ve erkek grupları için ayırt edici geçerliğe sahip olduğunu gösterir niteliktedir. Bu bulgular, ölçeğin geçerliği için yeterli kabul edilmiştir.

Yüksel-Şahin (1997) yılında yapılan geçerlik çalışmasında, Öztan (1994) tarafından çevirisi, güvenirlik ve geçerlik çalışması yapılan "Kişiler Arası İlişkiler Tarzı Ölçeği" ile İBDÖ, Kocaeli Üniversitesi Teknik Eğitim Fakültesi'ne devam etmekte olan 120 öğrenciye uygulanmıştır. Sıra farkları korelasyonu sonucunda elde edilen değer .54 olarak bulunmuştur.

Demirci (2002) tarafından yapılan geçerlik çalışmasında, İBDÖ, Ankara Mesleki Eğitim Merkezi'ne devam eden 204 genç işçiye uygulanmıştır. Yapılan faktör analizi sonunda ölçeğin tek faktörlü olduğu bulunmuştur.

Bu araştırmada kullanılmadan önce İBDÖ, 150 sekizinci sınıf öğrencisine uygulanmış, uygulama sonunda yapılan faktör analizinde ölçeğin tek boyutlu olduğu bulunmuştur.

Yapılan bu çalışmalar sonunda elde edilen bulgular doğrultusunda, ölçeğin güvenirlik ve geçerlik yönünden tatmin edici bir düzeyde olduğu sonucuna varılmıştır.

İBDÖ'nün Puanlanması ve Yorumlanması

İBDÖ uygulamasında, bireylerden ölçekteki her bir maddenin karşısında yer alan; her zaman (4), sıklıkla (3), bazen (2), nadiren (1) ve hiçbir zaman (0) seçeneklerinden birisini işaretlemeleri istenmektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 100, en düşük puan ise 0'dır. Puanın yüksekliği, kişinin kendisini iletişim konusunda başarılı algıladığına işaret etmektedir.

İşlem Yolu

İletişim becerileri eğitimi programının, ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin iletişim becerileri üzerine etkisinin incelendiği bu araştırmada, öncelikle araştırmaya katılacak deneklerin seçimi ve ölçeğin güvenirlik-geçerlik çalışması için, Kırıkkale 50. Yıl İlköğretim Okulu'na devam eden 150 öğrenciye üç hafta ara ile 2 İBDÖ uygulaması yapılmıştır. Daha sonra sekizinci sınıf öğrencilerine iletişim becerileri eğitimi ile ilgili duyuru yapılarak, programla ilgili öğrencilere bilgi verilmiş ve programa katılmanın tamamen isteğe bağlı olduğu ifade edilmiştir.

Programa gönüllü olarak katılmak isteyen öğrencilerden İBDÖ puanları düşük olan 8 kız ve 8 erkek öğrenci deney grubuna alınmış, İBDÖ puanı yüksek olan gönüllü öğrencilere ise kontenjanın dolduğu ifade edilmiştir. Deney grubundaki her bir denek için cinsiyet ve İBDÖ puanları açısından benzer öğrencilerden bire-bir eşleştirme yoluyla kontrol grubu oluşturulmuştur.

Deney grubuna, araştırmacı tarafından geliştirilen, haftada iki oturum olmak üzere 5 haftalık ve toplam 10 oturumluk İletişim Becerileri Eğitimi Programı uygulanmıştır. Kontrol grubuna ise bu süre içinde herhangi bir uygulama yapılmamıştır.

Deney grubuna verilen iletişim becerileri eğitimi, sağlıklı kişiler arası ilişkiler geliştirmeyi ve etkili iletişim hedef alan, iletişim becerilerini kazandırmada birkaç yöntemin birlikte kullanılması ile gerçekleşen karma bir eğitimidir. İletişim becerileri eğitimi programı hazırlanırken, Johnson (1993), Egan (1994), Devito (1992), Abacı (1995), Balcı (1996), Çam (1997), Yüksel-Şahin (1997), Cüceloğlu (1997), Altınay (1999), Gordon (1999), Dökmen (2001), Erkan (2000) ve Demirci (2002) kaynaklarından yararlanılmıştır.

Deney grubuna verilen iletişim becerileri eğitim programı oturumları ile ilgili çalışmalar aşağıda verilmiştir.

Birinci Oturum

İÇERİK:

- Yapılama
- Tanışma Etkinliği
- Gevşeme Egzersizi

SÜREC:

Bu oturumda öncelikle iletişim becerileri eğitimi programı ile ilgili olarak öğrenciler bilgilendirilmiştir. Çalışmanın iletişim becerileri eğitimi programının nasıl bir program olduğu, normal bir dersten farklılıkları, ne gibi yaşantılar geçirecekleri ile ilgili öğrenciler bilgilendirilmiş, daha sonra üyelerin grup içinde uymaları gereken kuralları belirten form 1.A dağıtılarak üzerinde konuşulmuştur (Ek-3.A). Eğitim programının kesintisiz olması ve verimliliği için her oturuma katılmalarının önemi anlatılmıştır.

Öğrenciler grup yaşantısı ile ilgili bilgilendirildikten sonra, tanışma etkinliğine geçilmiş ve bu amaçla grup ikişer kişilik alt gruplara ayrılmıştır. Her öğrencinin, bir grup arkadaşı ile 5 dakika süre ile konuşması istenmiş ve konuşma sonunda her üyenin diğer üyeyi gruba tanıtacağı ifade edilmiştir. Öğrencilerin bir süre konuşmasına izin verildikten sonra her üyenin konuştuğu kişiyi gruba tanıtması sağlanmıştır.

Yeni yaşantılar bireylerde kaygı yarattığından (Abacı, 1995), oturum progressif gevşeme egzersizi ile bitirilmiştir (Ek-3.B).

İkinci Oturum

İÇERİK:

- İletişim ile İlgili Temel Bilgiler, İletişim Tanımları, İletişimin Önemi
- Kendini Tanıma Penceresi
- Gevşeme Egzersizi

SÜREÇ:

Bu oturumda iletişime ilişkin temel bilgiler, iletişim tanımları, çeşitleri, önemi gibi konular üzerinde konuşulmuştur. İletişimin temel olarak bir ortak anlam yaratma süreci olduğu ifade edilmiş, ortak anlam yaratma kavramının öğrencilerin aklında daha iyi canlanmasını sağlamak amacıyla Form 2.A. tahtaya yansıtılmıştır (Ek 3.C.). Form tahtaya yansıtıldıktan sonra, ortak anlam yaratma kavramını öğrencilerin yeniden tanımlamaları istenmiştir. Öğrencilerden biri "konuşan kişinin anlatmak istediği, dinleyenin kafasında doğru şekilde biçimleniyorsa buna iletişim denir" demiştir. Öğrenciye bu tanımın doğru olduğu ifade edilerek, iletişimin tam olarak bu olduğu söylenmiştir. Daha sonra iletişime ilişkin çeşitli diğer kuramsal bilgiler, öğrencilere aktarılmış ve aktarılan bilgiler tepegöz aracılığıyla tahtaya yansıtılmıştır. Oturuma beş dakika ara verildiği söylenmiş, bu arada öğrencilerin ihtiyaçlarını giderebilecekleri ifade edilmiştir.

Oturumun ikinci bölümünde "iletişim benimle başlar" ilkesi doğrultusunda kendini tanıma penceresi ile ilgili öğrenciler bilgilendirilmiştir. Açık, kör, gizli ve bilinmeyen alan kavramları üzerinde durulmuştur. İletişimin daha sağlıklı olabilmesi için iletişimlerimizde kullandığımız açık alanın mümkün olduğu kadar fazla olması gerektiği ifade edilmiştir. Bu konunun öğrenciler tarafından daha iyi anlaşılmasını sağlamak amacıyla Form 2.B. öğrencilere dağıtılmış ve üzerinde konuşulmuştur (Ek 3.D). Öğrencilere,

çevrelerinde “içe kapanık” diye nitelenen kişiler olup olmadığı, varsa bu kişilere neden içe kapanık denildiği konusunda bir fikirleri olup olmadığı sorulmuştur. Öğrencilerin çoğu, çevrelerinde bu tür insanlar olduğunu, bu kişilerin çoğunlukla fazla konuşmayan kişiler olduklarını ifade etmişlerdir. Öğrencilere bu tür insanların kapalı ya da kör alanlarının fazla olması dolayısıyla bu şekilde nitelendirildikleri ifade edilmiştir.

Bir sonraki oturum için öğrencilere, kendilerini yakından tanıyan ve kendilerinin güvendiği bir kişi ve yeni tanıştıkları bir kişi ile aralarındaki iletişime göre bir kendini tanıma penceresi çizmeleri ve bunu bir sonraki oturuma getirmeleri ödev olarak verilmiştir.

Grup progressif gevşeme egzersizi ile sonlandırılmıştır.

Üçüncü Oturum

İÇERİK:

- İletişimde Roller, Açık İletişim-Savunucu İletişim,
- İç Benlik ve Sosyal Benlik
- Gevşeme Egzersizi

SÜREÇ:

Bu oturumda öncelikle bir önceki oturumda verilen ödevler üzerinde durulmuştur. Öğrencilerin tamamı bir önceki oturumda verilen ödevleri yapmış olarak oturuma katılmışlardır. Öğrenciler; kendilerine yakın hissettikleri kişiler ile çoğunlukla açık iletişime, az tanıdıkları kişiler ile daha çok kapalı iletişime girdiklerini ifade etmişlerdir.

Öğrenciler, yeni tanıdıkları kişilere hemen güvenemediklerini, bu nedenle de kendileri ile ilgili her şeyi hemen anlatmadıklarını, tanıştıkları kişileri tanıdıkça güven kazanırlarsa daha fazla kendilerini anlattıklarını ifade etmişlerdir.

Öğrencilere, açık iletişimin, sağlıklı iletişim için çok önemli olduğu ancak her zaman açık iletişim kullanmanın mümkün olmadığı ifade edilmiştir. Form 3.A tahtaya yansıtılarak, öğrencilerden karikatürde bulunan çocuğun neler yaşadığına ilişkin fikir yürütmeleri istenmiştir (Ek 3.E). Öğrencilerden bir kısmı, karikatürün vermek istediği mesajı tam olarak anlayamadan yorumlar yapmışlardır. Örneğin bir öğrenci, çocuğun kendisine aldığı maskeyi daha sonra beğenmediği için üzüldüğünü ifade etmiştir. Bazı öğrenciler ise karikatürün vermek istediği mesajı gerçek anlamına daha yakın değerlendirmiş ve buna göre yorum yapmıştır. Örneğin bir öğrenci, çocuğun yüzüne bir maske taktığını, daha sonra herkesin kendisi ile taktığı bu maskeden dolayı alay ettiğini bu nedenle de mutsuz olduğunu ifade etmiştir.

Karikatürden yola çıkarak öğrencilere, zaman zaman, başkaları ile yaşadığımız sonunda geliştirdiğimiz çeşitli maskelerin yaşamımızı ne yönde etkilediği üzerinde konuşulmuştur. Maskelerin uygun şekilde kullanılmasının kişi için faydalı olduğu, ancak bu maskelerin devamlı kullanılmasının insanları olumsuz yönde etkilediği ifade edilmiştir. İletişimde roller, maskeler "iç benlik" ve "sosyal benlik" kavramları üzerinde durulmuş, başkaları ile aramızdaki ilişkilere bağlı olarak zaman zaman kendi istediğimiz gibi davranmak yerine geliştirmiş olduğumuz sosyal benlik doğrultusunda tamamen başkalarının istediği şekilde davranabildiğimiz ifade edilmiştir.

Daha sonra savunucu ve açık iletişim kavramları üzerinde durulmuş, savunucu ve açık iletişimin özellikleri öğrencilere aktarılmış, savunucu iletişimin ne gibi durumlarda arttığı, savunucu iletişimin altında yatan tutumlar (yargılayıcı tutum, denetlemeye yönelik tutum, planlı tutum vs.) hakkında öğrenciler bilgilendirilmiştir.

Öğrencilere, bir sonraki oturuma kadar kimlerle ilişkilerinde savunucu iletişimi, kimlerle açık iletişimi daha fazla kullandıklarına dikkat etmeleri söylenmiştir.

Progressif gevşeme egzersizi ile oturum sonlandırılmıştır.

Dördüncü Oturum

İÇERİK:

- İletişim Engelleri
- İletişimde Zamanlama
- Gevşeme Egzersizi

SÜRECİ:

Bu oturumda öncelikle bir önceki oturumda verilen ödevler üzerinde konuşulmuş, öğrencilerin yaşantıları paylaşılmıştır. Öğrenciler, güvendikleri, kendilerine yakın hissettikleri kişilerle ilişkilerinde savunucu iletişim daha az kullandıklarını, daha az maske taktıklarını ve oldukları görünmekten daha az çekindiklerini ifade etmişlerdir.

Bir önceki oturumda verilen ödevler üzerinde konuşulduktan sonra, iletişim engelleri konusuna geçilmiştir. İletişim engelleri konusunda öğrenciler bilgilendirildikten sonra, öğrencilerin iletişim engelleri konusunda farkındalık kazanmaları amacıyla konuyla ilgili alıştırmaya geçilmiştir. Öğrencilerden ikili eş olmaları ve eşlerden biri konuşmacı, diğeri dinleyici olmak üzere aralarında anlaşmaları söylenmiştir. Uygulayıcı, dinleyici rolündeki öğrencileri yanına çağırarak yapmaları gerekenleri kısaca anlatmıştır. Önceden hazırlanan not kağıtlarında, 12 iletişim engelinden her öğrenciye farklı bir tane gelecek şekilde düzenlenmiştir. Dinleyici rolündeki öğrencilere, konuşmacının konuşması süresince bu iletişim engelini kullanması söylenmiştir. Daha sonra öğrencilerin konuşmaları için 5 dakika süre verilmiştir. Alıştırma sonunda konuşmacı rolündeki öğrencilerden yaşadıkları duyguları grup ile paylaşmaları istenmiştir. Öğrencilerden bir grubu bu egzersizi yapmakta oldukça zorlanmıştı. Yönerge daha net bir şekilde öğrencilere ifade edilerek öğrencilerin alıştırmayı tamamlamaları sağlanmıştır. İletişim engelleri ile dinlenen öğrenciler genel olarak kendilerini

rahat hissetmediklerini ve konuşmaya devam etmekte zorlandıklarını ifade etmişlerdir. Bu alıştırmadan sonra, öğrencilerin iletişim engellerini ayırt etme becerilerini geliştirmek amacıyla hazırlanan ve çeşitli iletişim engellerini içeren Form 4.B. (Ek 3.F.) öğrencilere dağıtılarak, hangi ifadelerin ne tür iletişim engelini içerdiğini bulmaları istenmiştir. Uygulama sonunda öğrencilerin cevapları paylaşılmış, öğrencilerin yanıtları diğer üyelerle birlikte paylaşarak değerlendirilmiştir.

Bu oturumda ikinci olarak iletişimde zamanlama kavramı ve iletişim sonunda istenen sonucun alınabilmesi için uygun zamanlamanın yapılmasının önemi üzerinde durulmuştur. Uygun ve uygun olmayan zamanlamaların kullanıldığı iletişim durumları ile ilgili Form 4.B. (Ek 3.G) tahtaya yansıtılarak örnekler üzerinde konuşulmuş, uygun olan ve uygun olmayan zamanlama arasında, istenen sonucun gerçekleşmesi açısından ne gibi farklar olduğu öğrenciler ile tartışılmıştır.

Uygulama sonunda, öğrencilerden bir sonraki oturuma kadar, kendi iletişimlerinde karşılaştıkları iletişim engellerinden beş tanesini, iletişim engeli ifadeleri ve ne tür bir iletişim engeli olduğunu da yazarak gruba getirmeleri istenmiştir.

Oturum progressif gevşeme egzersizi ile sonlandırılmıştır.

Beşinci Oturum

İÇERİK:

- Etkili Dinleme Becerileri
- Gevşeme Egzersizi

SÜREÇ:

Bu oturumda, öncelikle bir önceki oturuma verilen ödevler üzerinde konuşulmuş ve öğrencilerin yaşantıları üzerinde durulmuştur. Öğrencilerin

gruba getirdikleri örnek iletişim engeli ifadeleri ve bu ifadelerin içerdiği iletişim engelleri grup içinde paylaşılmış ve tartışılmıştır.

Daha sonra, ilk dört oturumda üzerinde durulan konular kısaca özetlenmiş, bu oturuma kadar iletişimde daha çok ne yapılmaması gerektiği üzerinde konuşulduğu, bundan sonraki oturumlarda ise iletişimin sağlıklı olabilmesi için yapılması gereken şeyler üzerinde konuşulacağı ifade edilmiştir.

Dinleme becerilerinin en önemlilerinden olan uygun dinleme pozisyonu ile ilgili olarak öğrenciler bilgilendirilmeden önce, öğrencilerden kendilerine bir eş seçmeleri, seçtikleri eş ile sırt sırta dönerek katıldıkları bu programla ilgili beklentileri, buldukları, hoşlarına giden ve gitmeyen şeyler ile ilgili beş dakika konuşmaları istenmiştir. Bu aşama bittikten sonra öğrencilerin yüz yüze dönmeleri ancak birbirlerinin yüzlerine bakmadan konuşmaya devam etmeleri istenmiştir. Son olarak öğrencilerin kendilerini en rahat hissettikleri pozisyonda konuşmaları istenmiştir. Uygulama bittikten sonra öğrencilerin yaşantıları paylaşılmıştır. Sırt sırta dönükken, yüz yüze bakmadıkları ve kendilerini rahat hissettikleri pozisyonlarda iletişimlerinde ne gibi farklılıklar olduğu paylaşılmıştır. Öğrenciler, sırt sırta dönükken, konuştuklarından pek fazla bir şey anlamadıklarını, sanki kendi kendileri ile konuşuyormuş gibi hissettiklerini ifade etmişlerdir. Birbirlerine dönük olup da yüz yüze bakmamalarının, sırt sırta dönük olmadan daha kötü olduğunu, kendilerini daha rahatsız ve bir şeyleri gizliyormuş gibi hissettiklerini ifade etmişlerdir.

Uygun iletişim durumları için gerekli beden duruşu, göz kontağı gibi konular ile ilgili bilgi verildikten sonra öğrencilerin beden duruşunun iletişim üzerindeki etkilerini daha iyi kavramalarını sağlamak amacıyla Deve-Cüce oyunu (Altınay, 1999) oynatılmıştır. Bu amaçla, öğrencilere kendilerine grup içinde bir eş bulmaları söylenmiştir. Eşleşme tamamlandıktan sonra, eşlerden birinin sandalyede diğerinin ise oturarak karşı karşıya oldukları bir durumda iletişime girmeleri, 5 dakika bu şekilde konuştuktan sonra yer değiştirerek

konuşmaya devam etmeleri söylenmiştir. Uygulama tamamlandıktan sonra öğrencilerin yaşantıları paylaşılmıştır. Öğrencilerden bir kısmı özellikle partnerleri ayakta iken konuşmakta çok zorlandıklarını ve bu durumdan çok fazla rahatsız olduklarını ifade etmişlerdir. Kendilerini ayağa kaldıklarında ise bu durumun değiştiğini ve kendilerini daha rahat hissettiklerini ifade etmişlerdir.

Egzersiz sonlandırıldıktan sonra, uygun dinleme pozisyonları, kişiler arası mesafeler gibi konular hakkında öğrenciler bilgilendirilmiştir.

Öğrencilerden, bir sonraki oturuma kadar, iletişimde buldukları bir kişi ile dinlememe pozisyonuna geçmeleri ve dinlememe pozisyonunda iken iletişimde buldukları kişilerin ne gibi tepkiler gösterdiklerine dikkat etmeleri söylenmiştir.

Bu oturumda öğrencilere, grup uygulamasının verimliliğini değerlendirmek ve gereken düzenlemeleri yapmak amacıyla ara değerlendirme formu uygulanmıştır (Ek 3.H.). Ara değerlendirme formlarının değerlendirilmesi sonucunda, öğrencilerin grup oturumlarını genel olarak olumlu değerlendirdikleri gözlenmiştir. Öğrencilerin grup oturumlarının daha faydalı olması için grup oyunlarına daha fazla yer verilmesini istediği gözlenmiştir. Bunun üzerine daha sonra yapılacak grup oturumlarında grup rehberliği etkinliklerine daha fazla yer verilmesine karar verilmiştir.

Oturum progressif gevşeme egzersizi ile sonlandırılmıştır.

Altıncı Oturum

İÇERİK:

- Etkin Dinlemenin Koşulları
- İçeriğin Yansıtılması

SÜREÇ:

Bu oturumda öncelikle bir önceki oturumda verilen ödevler üzerinde konuşulmuştur. öğrencilerin yaşantıları grup içinde paylaşılmıştır.

Öğrenciler, arkadaşları ile konuşurken dinlememe pozisyonuna geçtikleri zaman arkadaşlarının anlattıkları konuyu anlatmaktan vazgeçtiklerini ya da hızlı hızlı anlatıp bitirdiklerini ifade etmişlerdir. Buna karşın dinleme pozisyonunda bulduklarında karşılarındaki kişinin daha fazla konuştuğunu ifade etmişlerdir. Öğrencilerin yaşantıları paylaşıldıktan sonra dinleme çeşitleri üzerinde durulmuş, etkin dinlemenin iletişim üzerindeki olumlu etkileri vurgulanmıştır.

İletişimde geri bildirim kavramı üzerinde durulmuş, geri bildirim iletişimde ne kadar önemli olduğunu öğrencilerin daha iyi kavramalarını sağlamak amacıyla grup rehberliği etkinliği gerçekleştirilmiştir. Bu amaçla grup ikişer kişilik alt gruplara ayrılarak, her gruptaki bir öğrenciye bir form (Ek1.1) verilerek öğrencilerden sırt sırta dönmeleri söylenmiştir. Öğrenciler sırt sırta döndükten sonra elinde form olan öğrencilerin arkadaşlarına yönergeler vererek formda bulunan şekli çizdirmeleri söylenmiştir. Bu aşamada çizen öğrencilerin soru sorma hakkı yoktur. Ayrıca verilen yönerge tekrar edilmez. Uygulamanın ikinci aşamasında işlem tekrar ettirilmiş, birinci aşamadan farklı olarak çizen öğrencilerin soru sormasına ya da verilen yönergeleri tekrar etmelerine izin verilmiştir. Uygulama bittikten sonra öğrencilerin her iki aşamada çizdiği şekiller karşılaştırılmış, ikinci uygulamada yapılan çizimlerin daha iyi olduğu gözlenmiştir. Şekiller teker teker öğrenciler ile paylaşılarak, değerlendirme yapılmıştır. İkinci uygulamada yapılan şekillerin birinci uygulamaya oranla çok daha başarılı olduğu gözlenmiş, bu durum öğrenciler ile paylaşılmıştır. Öğrenciler, ikinci aşamada soru sorma haklarının olmasının ve çizdiren kişinin gerektiğinde yanlışları düzeltmesinin şekillerini olumlu yönde değiştirdiğini ifade etmişlerdir.

Etkin dinlemenin temel koşulları (saygı, saydamlık, somutluk vs.) öğrencilere anlatıldıktan sonra içeriğin yansıtılması konusu ve iletişimde içeriğin yansıtılmasının önemi üzerinde durulmuştur. İçeriğin yansıtılması kavramı öğrencilere ayrıntılı bir şekilde anlatıldıktan sonra içerik yansıtması örneklerinin bulunduğu form tahtaya yansıtılarak örnekler üzerinde konuşulmuştur. Daha sonra öğrencilerin konuyu daha iyi kavramalarını sağlamak amacıyla içerik yansıtması alıştırmalarının bulunduğu form (Ek 3.İ) öğrencilere dağıtılarak örneklere uygun içerik tepkileri vermeleri istenmiştir. Öğrencilerin yanıtlamaları tamamlandıktan sonra verilen tepkiler üzerinde konuşulmuş ve öğrencilerin, diğer grup üyelerinin verdiği tepkileri değerlendirmeleri sağlanmıştır.

Alıştırma tamamlandıktan sonra öğrencilere çeşitli ifadelerin bulunduğu alıştırmalar dağıtılarak uygun içerik tepkileri vermeleri ev ödevi olarak verilerek oturum sonlandırılmıştır.

Yedinci Oturum

İÇERİK:

- Duygu Yansıtması

SÜREÇ:

Bu oturumda öncelikle bir önceki oturumda verilen ödevler üzerinde durulmuştur. Öğrencilerin verdikleri içerik tepkileri grup içinde değerlendirilerek öğrencilere geri dönüt verilmiştir.

Duygu yansıtması üzerinde durulan bu oturumda, öğrencilere duygu yansıtmasının ne olduğu, iletişimde neden önemli olduğu anlatılmıştır. Çeşitli duygu ifadelerinin bulunduğu form ve çeşitli duygu yansıtması örneklerinin bulunduğu formlar tahtaya yansıtılmıştır.

Öğrencilerin duygu yansıtması becerisini pekiştirmeleri amacıyla hazırlanan ve çeşitli ifadelerin bulunduğu form (Ek 3.J.) öğrencilere

dağıtılarak uygun duygu yansıtması tepkileri vermeleri istenmiştir. Öğrencilerin, duygu yansıtması alıştırmalarını tamamlamalarından sonra, verilen tepkilerin grup içinde paylaşılması sağlanmış, öğrencilerin yanlışları düzeltilmiştir.

Bu oturumda, öğrencilerin duygu yansıtması yaparken zorlandıkları, zaman zaman iletişim engellerini kullandıkları görülmüştür. Bunun üzerine öğrencilerin verdikleri tepkilerde bulunan iletişim engellerinin bulunması üyelerden istenmiş, bu engellerin ne tür duygusal tepkilere neden olacağı grup içinde yeniden tartışılmıştır. Duygu yansıtmasının temel olarak karşıdaki kişinin söylediklerinin gerisinde yatan duyguların bulunması olduğu, bunun farkına varılarak uygun bir şekilde ifade edilmesinin, duygu yansıtmasının temeli olduğu ifade edilmiştir.

Oturum, duygu yansıtması ile ilgili alıştırmaların bulunduğu formun üyelere ödev olarak dağıtılması ile sonlandırılmıştır.

Sekizinci Oturum

İÇERİK:

- Sözel Olmayan İletişim
- Sözel Olmayan İletilere Karşı Duyarlılık

SÜREÇ:

Bu oturumda öncelikle bir önceki oturumda verilen ödevler üzerinde konuşulmuş ve öğrencilerin verdikleri duygu tepkileri grup içinde değerlendirilmiştir.

Öğrencilere verilen ev ödevlerinin değerlendirilmesinden sonra sözel ve sözel olmayan iletişim konusuna geçilmiştir. Sözel olmayan mesajların özellikle duyguları aktarmadaki önemi, sözel olmayan mesajların özellikleri öğrencilere kısaca anlatıldıktan sonra, sözel olmayan mesajların duyguları aktarmadaki önemini kavramalarına yardımcı olmak amacıyla alıştırmalara

geçilmiştir. Bu amaçla, öğrencilerden ikişerli gruplar oluşturmaları istenmiş ve grup üyelerinden birisinin uygulayıcının yanına gelmesi söylenmiştir. Uygulayıcının yanına gelen öğrencilere araştırmacı tarafından daha önceden hazırlanan ve içinde bir düşünce (ülke kalkınmasında sanayinin çok önemli olduğunu düşünüyorum vb.) ve bir de duygu (çok mutsuzum vb.) ifadesinin bulunduğu kartlar verilmiştir. Öğrencilere, önce kartlarda yazan düşünceleri hiçbir kelime kullanmadan beş dakika süre içinde eşlerine anlatmaya çalışmaları, beş dakika sonunda da duygu ifadelerini yine aynı yöntemle anlatmaya çalışmaları söylenmiştir. Öğrencilerin düşünce ve duyguları sözel olmayan yollarla karşılarındaki kişiye anlatmaya çalışırken geçirdikleri yaşantıları alıştırma sonunda paylaşılmıştır.

Öğrenciler, düşünceleri davranışlar ile anlatmanın neredeyse imkansız olduğunu, buna karşın duyguları davranışlar ile anlatmakta çok fazla zorlanmadıklarını ifade etmişlerdir. Mutsuzluk duygusunu anlatan öğrenci “fazla bir şey yapmama gerek kalmadı, ağlıyormuş gibi yaptım, anladı” demiştir.

Sözel olmayan iletişimin özelliklerini, önemini içeren form tahtaya yansıtılarak öğrenciler sözel olmayan iletişimle ilgili bilgilendirilmiştir. Daha sonra öğrencilerin sözel olmayan mesajlara yönelik duyarlıklarını artırmak amacıyla “Kim Mutlu, Kim Üzgün?” (Erkan, 2000) etkinliği yapılmıştır. Bu amaçla grup dörder kişilik alt gruplara ayrılmıştır. Her bir gruba daha önce araştırmacı tarafından gazetelerden kesilen ve duygu ifadesi taşıyan çeşitli resimler eşit olarak dağıtılmıştır. Sınıf tahtası mutlu, üzgün, kızgın ve korkmuş olmak üzere dört bölüme ayrılmıştır. Öğrencilerden grup olarak ellerinde bulunan resimleri, ifade edilen duygulara göre sınıflamaları istenmiştir. En az iki grubun üzerinde anlaştığı resimler ve duygu ifadeleri doğru olarak kabul edilerek tahtanın ilgili yerine asılmıştır.

Öğrencilerden bir sonraki oturuma kadar başkaları ile ilişkilerinde, karşılarındaki kişinin sözel olmayan mesajlarına dikkat etmeleri istenerek grup oturumu sonlandırılmıştır.

Dokuzuncu Oturum

İÇERİK:

- Ben Dili-Sen Dili

SÜREÇ:

Bu oturumda “ben dili” ve “sen dili” kavramları üzerinde durulmuştur. Öğrencilere özellikle olumsuz bir duygu yaşadıklarında bunu genellikle nasıl ifade ettikleri sorulmuş, öğrencilerin yaşantıları paylaşılmıştır.

Öğrencilerin çoğunluğu, olumsuz duygularını ifade etmekte zorlandıklarını ifade etmişlerdir. Bazı öğrenciler, birisine kızdıkları zaman genellikle küsme yoluna gittiklerini, karşılarındaki kişiye karşı surat asarak kendi hatasının farkına varmasını sağlamaya çalıştıklarını ifade etmişlerdir.

Bazı öğrenciler ise bunun yerine, arkadaşları ile konuşmayı denediklerini, ancak çoğunlukla bunun tartışmaya dönüştüğünü ifade etmişlerdir.

Özellikle olumsuz duyguların ifade edilmesinde “ben dili”ni kullanmanın önemi üzerinde durulmuş, “ben dili” ve “sen dili” ifadelerinin özellikleri tahtaya yansıtılarak karşılaştırılmıştır. Ben dili’ni kullanmanın, karşıdaki kişiyi suçlamaya yönelik olmadığı, yalnızca problemi çözmeye yönelik olduğu, bu nedenle de daha sağlıklı olduğu ifade edilmiştir.

Ben dili ve sen dilinin kullanıldığı öğrencilere çeşitli örnekler verilmiştir. Daha sonra çeşitli ifadelerin bulunduğu form öğrencilere dağıtılarak bu ifadelere hem ben dili ile hem de sen dili ile tepki vermeleri istenmiştir.

Öğrencilerin verdikleri tepkiler grup içinde değerlendirilerek geri bildirim verilmiştir.

Öğrencilere, bir sonraki oturuma kadar yaşadıkları ve kendilerinde olumsuz duygulara neden olan olaylarla ilgili olarak ben dili ile tepki vermeleri, verdikleri tepkilerin sonuçlarını gözlemlenmeleri ödevi verilerek oturum sonlandırılmıştır.

Onuncu Oturum

İÇERİK:

- Açık-Kapalı Uçlu Sorular, Soru Sorma Becerileri
- Sonlandırma

SÜREC:

Bu oturumda, bir önceki oturumda verilen ödevler ile ilgili konuşulmuş ve öğrencilerin yaşantıları paylaşılmıştır.

Öğrencilerin bir kısmı, ben dili ile sen dilini kullandıkları zaman çok önemli bir farklılık olmadığını, hatta bazen verdikleri tepkilerden dolayı başkalarının kendilerine garip davrandıklarını ifade etmişlerdir. Bir kısmı ise, ben dili ile verdikleri tepkilerin başkalarını daha az kızdırdığını ifade etmişlerdir. Öğrencilerin yaşantıları paylaşıldıktan sonra, iletişimde soru sorma becerileri üzerinden durulmuş, açık ve kapalı uçlu soru sormanın iletişim üzerindeki etkileri öğrencilere anlatılmıştır. Açık ve kapalı uçlu soru örneklerinin olduğu formlar öğrencilere dağıtılmıştır.

Öğrencilerin açık uçlu soru sorma becerilerini güçlendirmek amacıyla öğrencilere çeşitli ifadelerin bulunduğu formlar dağıtılmış, verilen ifadelere hem açık uçlu, hem de kapalı uçlu sorular ile tepki vermeleri istenmiştir. Öğrencilerin tepkileri grup içinde değerlendirilerek geri dönüt verilmiştir.

Öğrencilere, açık ve kapalı uçlu sorular ile ilgili dönütler verildikten sonra değerlendirme aşamasına geçilmiştir. Öğrencilere grup ile ilgili neler bekledikleri, ne buldukları, grubun iyi ve kötü yönlerinin neler olduğu sorulmuştur.

Öğrencilerden bazıları genel olarak grup yaşantısının çok faydalı olduğunu, buna karşın, grubun dersten farklı olduğunu duydukları zaman daha çok eğlenmeye yönelik olduğunu düşündüklerini ifade etmişlerdir.

Bazı öğrenciler ise gruptan çok faydalandıklarını, bu programın kendi ilişkilerine çok olumlu yansıdığını ifade etmişlerdir. Genel olarak grup içindeki yaşantıların verimli olduğu ifade edilmiştir.

Oturum, son test uygulaması yapılarak sonlandırılmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmalarda, denek sayısının 30'dan fazla olduğu ve dağılımın normal olduğu durumlarda, parametrik tekniklerin kullanılması önerilmektedir (Balci, 2001, Büyüköztürk, 2002). Araştırmada deney ve kontrol gruplarının normal dağılım gösterip göstermediği, Kolmogorov-Smirnov normallik testi yapılarak belirlenmiştir. Değerlendirme sonunda deney ve kontrol grubunun İBDÖ puan dağılımı ile normal dağılım arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu araştırmada deney ve kontrol grubunu oluşturan öğrencilerin sayısı 30'dan fazla (16 deney, 16 kontrol grubu olmak üzere toplam 32 kişi) olduğu ve İBDÖ puanları normal bir dağılım gösterdiği için araştırmada parametrik istatistik tekniklerinden yararlanılmasına karar verilmiştir. Çözümlenmeler "SPSS 11.5" paket programı kullanılarak bilgisayarda gerçekleştirilmiştir.

Deney ve kontrol gruplarının ön test-son test fark puanlarının karşılaştırılmasında, bağımsız gruplar için kullanılan t testi kullanılmıştır. İstatistiksel analizlerde hata payı .05 olarak alınmıştır.

BÖLÜM IV

Bulgular

Bu bölümde, araştırmanın denencesini test etmek amacıyla yapılan istatistiksel işlemler ve bu işlemler sonunda ortaya çıkan bulgulara yer verilmiştir.

Denence 1: “İlköğretim 8. sınıf öğrencilerine verilen iletişim becerileri eğitimi sonunda, iletişim becerileri ön test ve son test puan ortalamaları arasında son test lehine anlamlı fark vardır.”

Deney grubunun ön test ve son test puanları arasında fark olup olmadığını bulmak amacıyla yapılan t testi sonuçlarına ilişkin aritmetik ortalamalar, standart sapmalar ve t değerleri Tablo 3’ de verilmiştir.

Tablo 3

Deney Grubunun Ön Test-Son Test Puanlarına İlişkin Aritmetik Ortalamaları, Standart Sapmaları ve t Değerleri

| Deney Grubu | n | \bar{X} | S | t | p |
|-------------|----|-----------|------|------|----------------------------|
| Ön Test | 16 | 65.81 | 9.12 | -6.1 | Anlamlı .00 (p< .05) |
| Son Test | 16 | 78.5 | 6.1 | | |

Tablo 3'e bakıldığında iletişim becerileri eğitimi verilen sekizinci sınıf öğrencilerinin ön test, son test puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir.

Bu bulgu "İlköğretim 8. sınıf öğrencilerine verilen iletişim becerileri eğitimi sonunda, iletişim becerileri ön test ve son test puan ortalamaları arasında son test lehine anlamlı fark vardır" denencesini doğrular niteliktedir.

Denence 2: İletişim becerileri eğitimi programına katılan ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin iletişim becerileri düzeyleri, bu eğitim programına katılmayan öğrencilerin iletişim beceri düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksektir".

İletişim becerileri eğitimine katılan deney grubunun iletişim becerisi düzeylerinin, herhangi bir eğitim verilmeyen kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde yüksek olup olmadığını bulmak için yapılan t testi sonuçlarına ilişkin aritmetik ortalama, standart sapma ve t değerleri Tablo 4' de verilmiştir.

Tablo 4

Deney ve Kontrol Gruplarının İBDÖ Son Test Puan Farklarına İlişkin Aritmetik Ortalamaları, Standart Sapmaları ve t Değerleri

| GRUPLAR | n | \bar{X} | S | t | p |
|---------|----|-----------|------|------|----------------|
| DENEY | 16 | 12.69 | 8.36 | 3.27 | Anlamlı .00 |
| KONTROL | 16 | 4.31 | 5.92 | | (p< .05) |

Tablo 4'e bakıldığında, iletişim becerileri eğitimi verilen deney grubunun, eğitim verilmeyen kontrol grubuna oranla İBDÖ puan farkları arasındaki farkın, .05 düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir.

Bu bulgu, "iletişim becerileri eğitimi programına katılan ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin bu eğitim programına katılmayan öğrencilerin iletişim beceri düzeylerinden anlamlı düzeyde artış gösterecektir" denencesini doğrular niteliktedir.



BÖLÜM V

TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde, iletişim becerileri eğitiminin ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin iletişim becerisi düzeylerine etkisinin incelendiği uygulamalı çalışmadan elde edilen bulgular tartışılıp yorumlanmıştır.

Bu araştırmada, iletişim becerileri eğitimi programına katılan ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin iletişim becerileri düzeylerinin, programa katılmayan öğrencilerin iletişim becerileri düzeyinden anlamlı düzeyde artış göstereceği beklenilmiştir. Bulgular, iletişim becerileri eğitiminin, ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin iletişim becerileri üzerinde etkisi olduğunu gösterir niteliktedir. İletişim becerileri eğitimi programına katılan öğrencilerin iletişim becerisi düzeylerinin, katılmayan öğrencilere oranla anlamlı bir artış gösterdiği bulunmuştur.

Bu konuyla ilgili literatüre bakıldığında bu araştırmaya benzer araştırmalara rastlanmıştır. Yapılan araştırmalarda, çeşitli yaş ve eğitim düzeyindeki bireylere iletişim becerisi eğitimi verilerek bu eğitimin etkisi incelenmiştir. Hall ve arkadaşları (1995)'nin deneyimli eğitimcilere, Tarhan (2000)'in öğretmenlere, Soykan (2000)'in şizofreni hastalarının ailelerine, Özgüt (1991), Balcı (1996), Çam (1997), Yüksel-Şahin (1997), Korkut (1996), Sızak (1999), ve Nakkula ve Nikitopulos (2001), Çelik (2001) ve Demirci (2002)'nin ergenlere verdikleri iletişim becerileri eğitiminin, iletişim becerisi düzeyini yükselttiğini buldukları görülmüştür. Burada sıralanan araştırma sonuçlarının, bu araştırma sonuçlarını destekler nitelikte olduğu görülmektedir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, ilköğretim 8. sınıf öğrencilerine verilen iletişim becerileri eğitimi, öğrencilerin iletişim becerilerini

artırmada etkili olmuştur. Bu bulgu iletişim becerisi gibi sosyal becerilerin yaşantılar aracılığı ile arkadaş ve okul gibi toplumsal kaynaklardan öğrenildiği görüşü ile tutarlılık göstermektedir (Johnson, 1993; Devito, 1992; Korkut, 1996; Cüceloğlu, 1997; Dökmen, 2001). Bu öğrenme yaşantıları sırasında sağlıklı iletişim kurma becerileri öğrenilebildiği gibi, sağlıklı iletişim örüntüleri de öğrenilebilmektedir.

İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin iletişim becerilerini geliştirmek amacıyla hazırlanan iletişim becerileri eğitimi programı, öğrencilerin iletişim becerileri ile ilgili bilgilenmeleri ve kendi iletişim davranışlarının farkında olmalarını sağlamak amacıyla geliştirilmiştir. Araştırma öğrencilerin yaşları itibari ile yaşantılarının sınırlı olması nedeni ile ağırlıklı olarak didaktik yaklaşıma dayalı olarak gerçekleştirilmiştir. Buna karşın grup rehberliği etkinliklerine ve özellikle karikatürlere mümkün olduğunca yer verilmeye çalışılmıştır. Öğrencilere bilgiler hem teorik olarak aktarılmış hem de doğrudan kendi iletişim örüntülerinin farkına varabilmeleri amacıyla sık sık geri dönütler verilmiştir.

Sonuç olarak bu araştırma bulguları, iletişim becerileri eğitimi programının ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin iletişim becerileri üzerinde etkili olduğunu göstermektedir.

BÖLÜM VI

VARGI VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırmada elde edilen bulgulara dayalı olarak, ulaşılan sonuçlar ve bu sonuçlarla ilgili olarak öneriler sunulmuştur.

Araştırma sonunda 8. sınıf öğrencilerine verilen iletişim becerileri eğitiminin öğrencilerin iletişim becerisi düzeylerinde olumlu etkisi olduğu görülmüştür. Bu durum, eğitim programının öğrencilerin sosyal gelişmeleri için gerekli olan becerilerin kazandırılmasında programın etkili olduğunu göstermektedir. Programın ilköğretim okullarında yaygın olarak kullanılmasının, okullarda ortaya çıkan problemleri azaltmada ve öğrencilerin daha sağlıklı bir kişilik geliştirmelerinde olumlu olabileceği söylenebilir.

Bu araştırmanın sonuçlarına dayanarak, iletişim becerileri eğitiminin, farklı eğitim koşullarında öğrenim görmekte olan öğrencilere uygulanması ve sonuçlarının değerlendirilmesi önerilebilir.

Farklı öğretim kademelerindeki rehber öğretmenlerin programı uygulayarak öğrencilerin iletişim becerilerini geliştirmeye yardımcı olabileceği, öğrencilerin çevreleri ile daha sağlıklı ilişkiler geliştirmelerine katkıda bulunabilecekleri söylenebilir.

Verilen eğitim programı temel alınarak, sınıf içinde uygulamaya daha elverişli, daha geniş kapsamlı ve kısa süreli iletişim becerileri eğitimi programları hazırlanabilir. Bu tür araştırmaların yapılması programların etkililiğinin bulunması, daha geniş gruplara, daha kısa zamanda iletişim becerileri eğitimi verilerek zaman ve emek tasarrufu sağlayabilir.

Bu araştırmada placebo grubu kullanılmamıştır. Bundan sonraki araştırmalarda, bağımsız değişken dışındaki değişkenlerin etkisinin en aza indirilmesi amacıyla placebo grupları kullanılabilir.

Farklı formatlara sahip (didaktik, yaşantısal, TA gibi) iletişim becerileri eğitimi programlarının etkilerinin karşılaştırmalı olarak araştırıldığı çalışmalara ihtiyaç olduğu; bu tür araştırmaların, daha sonra araştırma yapacak araştırmacıların zaman ve emek tasarrufu sağlamalarına yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Okul ortamları, ğrenci-ğretmen, ğretmen-yönetici, yönetici-ğrenci etkileşimlerinin yoğun yaşandığı yerlerdir. Öğretmenlere ve idarecilere iletişim becerileri eğitimi verilerek bu eğitimin, çeşitli değişkenler (iş doyumunu, ğrenci başarısı, öğrencilerin öğretmenleri algılamaları gibi) üzerinde etkisinin araştırıldığı çalışmaların, okul kalitesinin artırılması yönünde olumlu bulgular ortaya çıkarabileceği düşünülmektedir.

Bu araştırmada, öğrencilerin iletişim beceri düzeyleri, İletilişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği ile saptanmıştır. Kazanılan becerilerin gerçek hayatta ne kadar uygulanıp uygulanmadığını gözlemek amacıyla çeşitli nitel araştırmalar yapılabilir ya da bu amaçla video kameradan yararlanılabilir.

Bu araştırmada, farklı kişisel özelliklere sahip öğrencilerin eğitim programından farklı kazanımlar elde ettiği gözlenmiştir. Örneğin ders başarısı görel olarak iyi olan, ya da ailesinin sosyo-ekonomik düzeyi yine görel olarak daha iyi olan öğrencilerin eğitim programına daha iyi katılım sağladıkları gözlenmiştir. İletilişim becerisi eğitime katılan öğrencilerin, programdan faydalanma düzeylerini etkileyen faktörlerin incelenmesinin yararlı olabileceği düşünülmektedir.

Sonuç olarak bu araştırmanın güçlü ve sınırlı yönleri ile hem uygulama içinde bulunan psikolojik danışmanlara, hem de alanda daha sonra çalışma yapacak araştırmacılara katkı getireceği düşünülmektedir.



KAYNAKÇA

- ABACI, Ramazan. (1995). "Egan ve Nottingham İnsan İlişkileri Becerileri Eğitiminin Grup Üyelerinin Kendine Saygı, Kendini Kabul ve Kendini Gerçekleştirme Düzeylerine Etkisi Açısından Karşılaştırılması" **Yayınlanmamış Araştırma. Samsun**
- ALADAĞ, Mine. (2001). *İnsan İlişkileri Eğitimi Programının Üniversite Öğrencilerinin İlişki Tarzlarını Geliştirmelerine Etkisi. VI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bildirileri.*
- ALTINAY, Deniz. (1999). **Psikodrama Grup Psikoterapisi 300 Isınma Oyunu.** İstanbul: Sistem Yayıncılık
- ALTINTAŞ, Ersin. (2001). **Sözsüz İletişim ve Beden Dili.** Ankara: Nobel Yayınevi
- APUHAN, Recep Ş. (1998). **İnsan İlişkilerinde En Etkili Davranışlar.** İstanbul: Timaş Yayınları
- BACANLI, Hasan. (1990). **Kendini Ayarlama Becerisinin Çeşitli Değişkenler İle İlişkisi.** Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayınlanmamış Doktora Tezi)
- BALCI, Ali. (2001). **Sosyal Bilimlerde Araştırma: Yöntem, Teknik ve İlkeler.** 5. Baskı. Ankara: Pegem-A Yayınları
- BALCI, Seher.
(1996) **Danışma Becerileri Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri Üzerine Etkisi.** Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi (Yayınlanmamış Doktora Tezi)

(2000) *İletişim Becerileri Envanteri'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi. Cilt 2.Sayı:13.*

BALCI, Seher ve M. YILMAZ, (2000). *Çocukları Anaokuluna Devam Eden Annelere Verilen İletişim Becerisi Eğitiminin, Ailelerin İşlevlerine Etkisi. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2 Sayı 13.*

BALTAŞ, Zuhâl. A. BALTAŞ. (1998). **Bedenin Dili.** İstanbul: Remzi Kitabevi.

BARRY, Evans ve diğerleri (1992). *Communication Skills Training and Patient's Satisfaction. Health Communication, 4(2):155-170*

BİLEN, Mürüvvet (1999). **Sağlıklı İnsan İlişkileri.** Geliştirilmiş 5. Basım. Ankara: Armoni Ltd. Şti.

BURNARD, Philip (1997). **Effective Communication Skills For Health Professional.** 2nd Edition. U.K: Stanley Thornes Ltd.

BÜYÜKÖZTÜRK, Şener (2002). **Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı.** Ankara: Pegem-A Yayıncılık

CHANT, Simon ve başk. (2002). *Communication Skills Training in Healthcare:a Review Of The Literature. Nurse Education Today. 22.*

CONNERLEY, Mary L. (1997). *The Influence of Training on Perceptions Rectruiters Interpersonal Skills and Effectiveness. Journal of Occupational and Organizational Psychology. Vol 3: 259-273*

COŞKUNER, Ayşe. (1994). **İletişim Becerilerini Geliştirme Eğitiminin İşgörenlerin Çatışma Eğilimine, Yalnızlık Düzeylerine ve İş**

Doyumlarına Etkisi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Doktora Tezi)

CÜCELOĞLU, Doğan

(1991) **İnsan ve Davranış.** İstanbul: Evrim Matbaacılık

(1997.a) **İçimizdeki Biz: Kalite Bilincinin Temeli.** İstanbul: Sistem Yayıncılık

(1997.b) **Yeniden İnsan İnsana.** 16. Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi

(1999) **İyi Düşün Doğru Karar Ver.** 30. Baskı. İstanbul: Sistem Yayıncılık

(2002) **Keşke'siz Bir Yaşam İçin İletişim Donanımları.** İstanbul: Remzi Kitabevi

ÇAĞDAŞ, Aysel (2002). **Anne-Baba Çocuk İletişimi.** Ankara: Nobel Yayınevi

ÇAM, Sebahattin (1997). **İletişim Becerileri Eğitimi Programının Öğretmen Adaylarının Ego Durumlarına Ve Problem Çözme Becerilerine Etkisi.** Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Doktora Tezi).

ÇELİK, Fatime (2001). **Grupla Savunucu İletişim Azaltma Programının Üniversite Öğrencilerinin Savunucu Davranış Düzeylerine Etkisi.** Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

- DALEN, J. Van ve diğlerleri (1999). *Factor Influencing The Effectiveness Of Communication Skills Training: Programme Contents Outweigh Teachers' Skills. Medical Teacher. Vol. 21*
- DANİSH, Steven ve diğlerleri (1994). **Yardım Becerileri.** (Çev: Füsun AKKOYUN) Ankara: Form Ofset
- DEMİRCİ, Emine E. (2002). **İletişim Becerileri Eğitiminin Merkezi Eğitim Merkezi' ne Devam Eden Genç İşçilerin İletişim Becerilerini Değerlendirmelerine Etkisi.** Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).
- DEVİTO, Joseph A. (1992). **The Interpersonal Communication Book.** 6th Edition. New York: Harper Collins
- DULMEN, A.M. ve R.A. Hall (2000). *Effect of Contiuning Pediatric Education in Interpersonal Skills. European Journal of Pediatrics. Vol:159*
- DOĞAN, Süleyman (1990). **Yurt Dışından Dönen Gençlerin Rehberlik İhtiyacı.** Eğitim Bilimleri Sempozyumu. İstanbul: Kuşet Ofset
- DOĞAN, İsmail (1998). **İletişim ve Yabancılaşma.** İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- DÖKMEN, Üstün.
 (1986) **Yüz İfadeleri Konusunda Verilen Eğitimin Duygusal Yüz İfadelerini Teşhis Becerisi ve İletişim Çatışmalarına Girme Eğilimleri Üzerine Etkisi.** Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Doktora Tezi).
 (1988) *Empatinin Yeni Bir Modele Dayanarak Ölçülmesi ve Psikodrama İle Geliştirilmesi. A.Ü. Eğitim Fakültesi Dergisi. XXI,*

(2001). **İletişim Çatışmaları ve Empati**. İstanbul: Sistem Yayıncılık.

DÖNMEZER, İbrahim (1999). **Ailede İletişim ve Etkileşim**. İstanbul: Sistem Yayıncılık.

DUCK, Steve (1998). **Human Relationships**. 3th Edition. Londra: SAGE

EGAN, Gerard (1994). **Psikolojik Danışmaya Giriş**. (Çev: Füsun AKKOYUN). Ankara: Form Ofset

ERDEN, M. Yasemin A. (2001). **Gelişim ve Öğrenme**. 10. Baskı. Ankara: Arkadaş Yayınevi

ERGİN, Akif; Cem B. (2000). **Eğitimde İletişim**. Ankara: Anı Yayıncılık

ERKAN, Serdar (2000). **Örnek Grup Rehberliği Etkinlikleri**. 4. Baskı. Ankara: Pegem-A Yayınevi

EROĞLU, Çiğdem Y. FİLİZ B. (2001). **Sınıfta Rehberlik Etkinlikleri**. Ankara: Nobel Yayınevi

ERSEVER, Oya.

(1987) *Encounter Gruplarında Sözsüz İletişim*. **Grup Psikoterapileri Kongre Sempozyumu Bildirileri. Grup Psikoterapi Derneği Yayınları**. 2:130-134

(1996) *Öğretmen Eğitiminde Kişilik Gelişiminin ve Etkili İletişim Becerilerinin Önemi*. **Sempozyum 96: Öğretmen Yetiştirmede Gelişme ve İlerlemeler**. Ankara: Çıraklık ve Yaygın Eğitim Genel Müdürlüğü Yayınları.

EVANS, Steven W. Ve diğ. (2000). *Effective School-Based Mental Health Interventions: Advancing the Social Skills Training Paradigm*. **Journal of School Health. 70: 191-197**

FAULKNER, Ann ve diğ. (2001). *Effective Communication in Health Care: Exploring The Skills of The Teachers*. **Patient Education and Counseling. 45: 227-232**

FELLER, R. ve diğ. (1994). *School Counselor Role in Planning and Integrating Basic Skills*. **ERIC Digest**

FERNSTERHEIM, Herbert; Jean B. (1994). **Don't Say "Yes", When You Want To Say "No"**. London: Warner Books A Division of Little Brown and Company Limited Brettenham House Lancaster Place.

FİŞHER, A.B. ve K.L. Adams (1992). **Interpersonal Communication**. New York: McGraw-Hill (2nd Edition)

FİSKE, John (1996) **İletişim Çalışmalarına Giriş**. (Çev: Süleyman İrvan) Ankara: Bilim ve Sanat Yayınlar

GLASSER, William (1999). **Kişisel Özgürlüğün Psikolojisi**. (Çev: Müge İzmirli) İstanbul: Hayat Yayıncılık

GORDON, Thomas

(1999 .a) **Etkili Öğretmenlik Eğitimi**. İstanbul: Sistem Yayıncılık

(1999.b) **Etkili Ana-Baba Eğitimi**. İstanbul: Sistem Yayıncılık

GÖKÇE, Orhan. (2002). **İletişim Bilimine Giriş: İnsanlar Arası İlişkilerin Sosyolojik Bir İncelemesi**. Ankara: Turhan Kitabevi.

GRANVOLD, Donald K. (1994). **Cognitive and Behavioral Treatment**. California:Brooks-Cole Company

HALL, E. ve arkadaşları (1995). *Item Analysis of the "My Use of Interpersonal Skills Inventory"*. **British Journal of Guidance and Counseling**. Vol 3:377-387

HANSEN, David J. Ve diğerleri (1998). *Enhancing the Effectiveness of Social Skills Interventions with Adolescents*. **Education and Treatment of Children**. 21:498-513

HARRISON, A. ve Glasgow N. (1996). *Communication Skills Training Early in the Medical Curriculum: The UAE Experience*. **Medical Teacher**: Vol. 18, p35

HEAWES, Dean E. (1995). **The Cognitive Bases of Interpersonal Communication**. New Jersey: Lawrence Earlbaum Associates

HOFFMAN, Amy R. ve diğerleri (2002). *Exploring Reading Specialists' Collaborative Interactions With School Psychologists: Problem and Possibilities*. **Education**. Vol: 122

HORTAÇSU, Nuran (1997). **İnsan İlişkileri**. 2. Baskı. Ankara: İmge Yayınevi

HORTON, Evette ve D. Brown (1990). *The Importance of Interpersonal Skills in Consultee-Centered Consultation: A Review*. **Journal of Counseling & Development**. March/April.Vol.68

IŞIK, Zeynep A. (1999). **İletişim Becerileri Konusunda Verilen Eğitimin İletişim Çatışmalarına Girme Eğilimi Üzerine Etkisi**. İstanbul:

Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

JAY, Haley (1988). **İletişim: Psikolojik Sorunlar ve Psikoterapi. (Çev: Ali Uzunöz)**. Ankara: Çark Kitabevi

JOHNSON, David W. (1993). **Reaching Out: Interpersonal Effectiveness and Self-Actualization**. Boston: Allyn and Bacon, (15. Edition)

KAPTAN, Saim (1995). **Bilimsel Araştırma Teknikleri ve İstatistik Yöntemleri**. Ankara: Tekışık Ofset

KARASAR, Niyazi (1994). **Araştırmalarda Rapor Hazırlama**. Altıncı Basım. Ankara: 3A Araştırma Eğitim Danışmanlık Ltd. Şti.

KENDON, Adam (1981). **Nonverbal Communication, Interaction and Gesture**. New York: Mountain Publishers

KORKUT, Fidan

(1996.a) *İletişim Becerilerin Değerlendirme Ölçeğinin Geliştirilmesi:Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışmaları*.**Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi. 2 (7):18-23**

(1996 .b) *İletişim Becerileri Eğitiminin Lise Öğrencilerinin İletişim Becerilerini Değerlendirmelerine Etkisi*. **3P Dergisi. 4(3): 191-198**

(1999) *Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin Değerlendirilmesi*. **4. Eğitim Bilimleri Kongresi Yayınları**

KRUIJVER, Irma ve başk. (2001). *Communication Between Nurses and Simulated Patients With Cancer: Evaluation of a Communication*

Training Programme. European Journal of Oncology Nursing. 5 (3).

MAXWELL, M. VE D.A.Dickson (1991). *An Evaluation of Communication Skills for Physiotherapy Students. Medical Teacher. Vol.3:333-339*

McFARLAND, W.P. ve W.H. Culp (1992). *Interpersonal Skills Training for Effective Conflict Resolution. School Counselor. Vol. 4:304-310*

McQUAİL, D. ve S. WINDAHL. (1997) **Kitle İletişim Modelleri.** (Çev. Konca YUMLU), Ankara: İmge Kitabevi.

MİELL, Dorothy (1996). **Social İnteraction and Personal Relationship.** London: SAGE

MORGAN, Clifford (1995). **Psikolojiye Giriş.** Ankara: H.Ü. Psikoloji Yayınları

MYERS, G.E ve M.T. Myers (1992). **The Dinamics of Human Communication.** New-York: McGraw-Hill Company. 16.Edition

NAKKULA, Michael J. Ve C. E. Nikitopoulos (2001). *Nogotiation Training and Interpersonal Development: An Expolory Study of Early Adolescents In Argentina. Adolescence. Vol:141*

NAVARO, Leyla (1999). **Gerçekten Beni Duyuyor musun?** İstanbul: Sistem Yayıncılık.

NELSON-JONES,Richard (1994). **İntroduction to Counseling Skills.** London: SAGE Publications

OSKAY, Ünsal.
(1994). *İletişimsizlik. Bilim Teknik Dergisi. 315*

(1999). **İletişimin ABC'si**. İstanbul: Der Yayınları

ÖZEN, Arzu. (1999). **Gelişimsel Yetersizliği Olan Çocukların Annelerine Eğitim Uzmanları İle Çalışırken Gerekli Olan Etkili İletişim Becerilerinin Kazandırılması**. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Doktora Tezi).

ÖZER, A.Kadir (2000). **İletişimsizlik Becerisi**. İstanbul: Sistem Yayıncılık.

ÖZGİT, Şükran (1991). **İletişim Becerileri Konusunda Verilen Eğitimin İletişim Çatışmalarına Girme Eğilimi Üzerindeki Etkisi**. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)

ÖZGÜVEN, İbrahim E. (1992). **Görüşme İlke ve Teknikleri**. İstanbul: Kurtiş Matbaacılık

ÖZTAŞ, Rukiye. (2001). **Sınıf Öğretmenlerinin İletişim Yeterlikleri**. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)

RAZAVİ, D. ve Delvaux, N. (1997). *Communication Skills and Psychological Training in Oncology*. **European Journal of Cancer**. Vol.33 **Suppl.6**

RUE, Leslie W, Lloyd L. Byars (1994). *İletişim Becerisini Geliştirmek*. (Çev. Müjde Ker). **Düşünceler: Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi**. 11 (11). 69-82

RUTHERFORD, Robert B. (1998). *Promoting Social Communication Skills Through Cooperative Learning and Direct Instruction*. **Education and Treatment**. V21:354-369

SIZAK, Mine (1999). **The Effects of a Communication Skills Training Program on The Adolescent Siblings of Children With Disabilities and Their Families**. Ankara: Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

SOYKAN, Çiğdem. (2000). **Şizofreni Hastalarının Aileleri İle Yapılan İletişim Becerileri Eğitiminin Ailelerin İşlevleri Üzerine Etkisi**. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Doktora Tezi).

ŞAHİN, Rukiye. (1999). **The Effect Of The Communication Skills Training Program On Childrens Loneliness And Assertiveness Level**. Ankara: Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

ŞEKER, Aysel. (2000). **Sınıf Öğretmenlerinin İletişim Becerileri İle Sınıf Atmosferi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

TARHAN, R.Ufuk. (2000). **Effect Of Interpersonal Skills Training On Teachers Communication Skills And Self-Awareness**. Ankara: Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Doktora Tezi).

TUBBS, Stewart ve Sylvia M. (1991). **Human Communication**. New York: McGraw-Hill, Inc.

TURNA, Z.Rüya. (1999). **İletişim Becerilerini Geliştirmeye Yönelik Bilgi Verici Danışmanlığın Baba-Genç Arasındaki Çatışma Düzeylerine Etkisi**. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

TUTAR, Hasan ve M.K. Yılmaz (2002). **Genel İletişim: Kavramlar ve Modeller**. Ankara: Nobel Kitabevi,

TÜRKÜM, Sibel (1996). **Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımaya Dayalı Grupla Psikolojik Danışmanın Bilişsel Çarpıtmalar ve İletişim Becerileri Üzerine Etkisi**. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayınlanmamış Doktora Tezi)

ULUSOY, Özlem; Ali UZUNÖZ (1993). "Düşük ve Yüksek Kaygılı Üniversite Öğrencilerinde Yüzyüze ve Telefonla Kurulan İletişimin Problem Çözme Becerisine Etkisi" **VII Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları**. 224

VAN, Dalen J. (1999). *Factors Influencing The Effectiviness Of Communication Skills Training: Programme Contents Outweight Teachers' Skills*. **Medical Teacher**. 21 (3) 308-311

VOLTAN, Nilüfer (1981). **Grupla Atılganlık Eğitimi ve Doğurguları**. Grup Psikoterapileri Sempozyumu. VI:52-58

VOLTAN-ACAR, Nilüfer

(1995) **Grupla Psikolojik Danışma İlke ve Teknikleri**. Ankara: Zincir Ajans Ltd. Şti.

(1998) **Terapötik İletişim**. Geliştirilmiş 3. Baskı. Ankara: US-A Yayıncılık

VOLTAN-ACAR, N, Jeffries Mc. W. (2000). **Ergen ve Çocukla İletişim: Öğretme, Destekleme ve Çocuk Yetiştirme Sanatı**. İstanbul: US-A Yayıncılık

WATSON, M. ve başk. (1996). *Effects Of Interpersonal Communication Process Variables on Outcomes in an International Conflict Negotiation Simulation*. **Journal Of Social Psychology**. Aug96. Vol.136

YAVUZER, Haluk (1993). **Çocuk ve Suç**. İstanbul: Remzi Kitabevi: 7. Basım

YÖRÜKOĞLU, Atalay (1996). **Çocuk Ruh Sağlığı**. İstanbul: Özgür Yayınları.

YÜKSEL, Galip (1997). **Sosyal Beceri Eğitiminin Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerine etkisi**. Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü (Yayınlanmamış Doktora Tezi)

YÜKSEL-ŞAHİN, Fulya (1997). **Grupla İletişim Becerileri Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri Üzerine Etkisi**. Ankara: Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Doktora Tezi).

ZILLIOĞLU, Merih (1993). **İletişim Nedir?** İstanbul: Özyurt Matbaası.

EKLER

1. İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği
2. İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği Yanıt Formu
3. Formlar



EK I

İLETİŞİM BECERİLERİNİ DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ (İBDÖ)

AÇIKLAMA:

Bu ölçek, başkaları ile kurduğunuz iletişimle ilgili bazı özelliklerinizi ölçmeye yöneliktir. Aşağıdaki ifadeleri, ifadelerle ilgili olarak genelde nasıl davrandığınızı düşünerek okuyunuz. Kişiler arası ilişkilerde kullandığımız özellikler elbette, kiminle, hangi koşullarda ve ne zaman konuştuğumuza bağlı olarak farklılıklar göstermektedir. Bu nedenle ifadeleri genelde gösterdiğiniz tepkilere göre değerlendiriniz. İfadelerin sizin davranışlarınıza ne derece uyduğunu belirledikten sonra yanıt kağıdındaki ifadelerin numaralarının karşısındaki yere (X) işareti koyarak belirtiniz. Sonuçların sağlıklı değerlendirilebilmesi için ifadelerin mümkün olduğunca boş bırakılmaması gerekmektedir. Teşekkürler.

İbrahim DENİZ

4- Her zaman

3- Sıklıkla

2- Bazen

1- Nadiren

0- Hiçbir zaman

1. Sorunlarını dinlediğim insanlar benim yanımdan rahatlayarak ayrılırlar.
2. Düşüncelerimi istediğim zaman anlaşılır biçimde ifade ederim.
3. Başkalarını bir kasıt aramadan dinlerim.
4. Sosyal ilişkide bulunduğum insanları oldukları gibi kabul edebilirim.
5. İnsanların önemli ve değerli olduklarını düşünürüm.
6. Birisi ile ilgili bir karara ulaşmadan önce onunla ilgili gözlemlerimi gözden geçiririm.
7. İlişkide bulunduğum kişilerin anlatmak istediklerini dinlemek için onlara zaman ayırıyorum.
8. İnsanlara karşı sıcak bir ilgi duyarım.
9. İnsanlara gerektiğinde yardım etmekten hoşlanırım.

10. Olaylara değişik aıllardan bakabilirim.
11. Düşüncelerim ile davranışlarım birbiriyle tutarlıdır.
12. İlişkilerimin daha iyi gitmesi için bana düşenleri yapmaya özen gösteririm.
13. Kendime ve başkalarına zarar vermeden içimden geldiği gibi davranabilirim.
14. Arkadaşlarım ile beraberken kendimi rahat hissederim.
15. Yaşadığım olaylardaki coşkıyı her halimle başkalarına iletebilirim.
16. İlişkilerimin nasıl geliştiğini ve nereye gittiğini anlamak için düşünmeye zaman ayırırım.
17. Karşımdakini dinlerken anlamadığım bir ayrıntı olduğunda konunun açıklığa kavuşması için sorular sorarım.
18. Benimle özel olarak konuşmak isteyen bir arkadaşım olduğunda ayaküstü konuşmamaya özen gösteririm.
19. Birisini anlamaya çalışırken sakın bir ses tonuyla konuşurum.
20. İlişkilerimi zenginleştirecek eğlenceli, keyifli bir yanım vardır.
21. Birisine bir öneride bulunurken onun ne demek istediğini anlamaya çalışırım.
22. Birisini dinlerken ne karşılık vereceğimden çok, onun ne demek istediğini anlamaya çalışırım.
23. İletişim kurduğum insanlar tarafından anlaşıldığımı hissederim.
24. Bir yakınımınla sorunum olduğunda bunu onunla suçlayıcı olmayan bir dille konuşmak için girişimde bulunurum.
25. Karşımdakini dinlerken sırf kendi merakımı gidermek için sorular sormaktan kaçınırım.

EK II

Adınız-Soyadınız :
Sınıfınız :

İBDÖ YANIT KAĞIDI

| | Her Zaman | Sıklıkla | Bazen | Nadiren | Hiçbir Zaman |
|-----|-----------|----------|-------|---------|--------------|
| 1. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 2. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 3. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 4. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 5. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 6. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 7. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 8. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 9. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 10. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 11. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 12. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 13. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 14. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 15. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 16. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 17. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 18. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 19. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 20. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 21. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 22. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 23. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 24. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |
| 25. | (4) | (3) | (2) | (1) | (0) |

EK III.A.

GRUPTA UYULMASI GEREKEN KURALLAR

1. GİZLİLİK:

Grup içinde üyelerin kendileri ile ilgili bilgiler, grup içindeki yaşantılar grup dışındaki bir kişiye açıklanamaz.

2. YAŞANTILARIN GRUPTA PAYLAŞILMASI:

Grup yaşantısı ile ilgili grup liderine veya herhangi bir üyeye söylenmek isteneler grupta söylenir. Grup dışında üyeler bir araya gelip gruptaki bir yaşantı hakkında konuşamazlar. Ancak konu sadece kendileri ile ilgili ise bunu paylaşabilirler.

3. KENDİNİ AÇMA:

Verilecek eğitim programından yararlanabilmek için her üye, grup içinde yaşadıklarını başkaları ile paylaşmaya özen gösterir. Hiçbir üye, kendi duygularını, düşüncelerini paylaşmak için zorlanamaz ancak her üye kendi yaşantılarını paylaşmaya özen gösterir.

4. GELİŞTİRİCİ ETKİLEŞİM:

Grup içinde yaşanacak her türlü şey, üyelerin olumlu yönde gelişmesine hizmet eder. Gelişimi olumsuz yönde etkileyecek, üyelerin olumsuz duygular yaşamasına neden olacak etkileşimlerden, sözlerden ve davranışlardan kaçınılır.

5. SAYGI:

Her üye, gruptaki diğer üyelerin kendisinden farklı olduğunu, kendisine ait kişilik ve düşünce yapısı olduğunu kabul eder. Buna saygı duyar ve diğerlerini yargılamaz.

6. ALIŞTIRMALARA KATILMA:

Her üye, grup içinde yapılacak alıştırmalara katılmaya özen gösterir.

7. ÖDEVLER:

Grup içinde kazanılan becerilerin desteklenmesi ve günlük yaşantıda kullanılabilmesi için üyeler oturumlardan sonra verilecek ödevleri yerine getirme konusunda özen gösterir.

8. DEVAM:

Üyeler her oturuma katılırlar. Eğer bir üye gruba katılamayacak ise, bunu önceden grup liderine bildirir.

EK III.B.

PROGRESSİF GEVŞEME EGZERSİZİ

“Gözlerinizi kapatın... ayak ayak üstüne atmayın. Zihninizi size söylediğim kas grupları üzerinde toplayın. Rahat, sessiz, ağır ve derin bir nefes alın. Aşağıdaki cümleleri sessizce içinizden tekrarlayın.

Sükunet ve huzur içindeyim. Alın kaslarım rahat ve yumuşak. Alın ve göz kaslarım rahat ve yumuşak. Gözlerimi sıkıyorum...daha sıkı, daha, sıkı...ve sonra yavaş yavaş gevşetiyorum...derin bir nefes alıyorum, tutuyorum...ve bırakıyorum. Alın kaslarım, göz kaslarım bütünüyle yumuşak ve gevşek.

Çenem rahat ve kasları gevşek...çene kaslarımı sıkıyorum...sıkı, daha sıkı...sonra bırakıyorum...çenem sarkıyor, kasları yumuşak ve gevşek...

Ense kaslarım yumuşak ve gevşek...şimdi onları sıkıyorum... daha sıkı, daha sıkı...sonra yavaş yavaş gevşetiyorum.derin bir nefes alıyorum, tutuyorum...ve bırakıyorum...ense kaslarım bütünüyle yumuşuyor ve gevşiyor...

Şimdi dikkatimi omuz kaslarıma çeviriyorum... onları geriyorum, geriyorum...omuz kaslarımla beraber göğüs kaslarımı da geriyorum, geriyorum... sonra yavaş yavaş bırakıyorum. Derin bir nefes alıyorum, bekliyorum...ağır ağır bırakıyorum...omuz kaslarım ve göğüs kaslarım yumuşak ve rahat...

Kol ve el kaslarım gevşek... şimdi onları sıkıyorum, daha sıkı...sonra yavaşça gevşetiyorum...derin bir nefes alıyorum, tutuyorum...yavaş yavaş bırakıyorum...rahatlığın kollarıma ve ellerime yayıldığını hissediyorum...

Alın kaslarım, göz kaslarım, çene kaslarım, boyun kaslarım gevşek ve rahat...omuz, göğüs ve kol kaslarım da yumuşak ve gevşek...el kaslarım da bütünüyle gevşemiş durumda...verdiğim her derin solukla birlikte bedenimden akıp giden gerginliği görür gibi oluyorum...

Şimdi dikkatimi karın kaslarıma veriyorum. Nefesimi tutuyorum ve karın kaslarımı sıkıyorum...sonra yavaş yavaş gevşetiyorum...derin bir nefes alıyorum, tutuyorum...yavaş yavaş bırakıyorum...şimdi karın kaslarım yumuşak ve gevşek...

Şimdi dikkatimi bacak kaslarıma ve ayaklarıma veriyorum...bunları geriyorum, ayaklarımı yere doğru bastırıyorum...sonra kendime doğru çekiyorum, gerginliği iyice hissediyorum...sonra bacak ve ayak kaslarımı gevşetiyorum...yavaşça...derin bir nefes alıyorum, tutuyorum...ve yavaşça bırakıyorum...bacak ve ayak kaslarım gevşek...

Bedenimin bütün kasları gevşemiş ve rahat durumda...Bütünüyle gevşemiş durumdayım...huzur içindeyim...kendimi rahat, yumuşak ve huzur içinde hissediyorum...bütün bu duyguları, rahatlığı, huzuru ve sükuneti bütün gün boyunca kendimle taşıyacağım...derin bir nefes alıyorum, geriniyorum...ve yavaş yavaş gözlerimi açıyorum...”

EK III.C.

OKU OKU DA ADAM OL BABAN GIBİ EŞEK OLMA



EK III.D.

Bir çerçeve düşünün. Öyle bir çerçeve ki sizin ile ilgili her şeyi içine alsın. Amaçlarınız, zevkleriniz, korkularınız, ihtiyaçlarınız, sevdiğiniz ve sevmediğiniz her şey, kısacası her şeyiniz bu çerçeve içinde olsun ve buna “Kendini Tanıma Penceresi” diyelim.

KENDİNİ TANIMA PENCERESİ



SİZİNLE İLGİLİ HER ŞEY

FORM 2.E.2.

Kendiniz ile ilgili tüm gerçekleri bildiğinizi savunamazsınız. Hepimizin kendimize ait ve bilmediğimiz özelliklerimiz olabilir. İnsan tüm hayatı boyunca kendini tanımaya, yeni özelliklerini keşfetmeye çalışır. Öyleyse, sizi gösteren bu pencereyi ikiye ayırabiliriz: Bir bölümünde sizin kendiniz ile ilgili bildikleriniz, diğer bölümünde ise kendiniz ile ilgili bilmediklerinizi içeren yeni bir pencere ortaya çıkacaktır.

KENDİNİ TANIMA PENCERESİ



| | |
|--------------------------|-----------------------------|
| KENDİNİZCE BİLİNENLER | KENDİNİZCE BİLİNMEYENLER |
|--------------------------|-----------------------------|

Çoğunlukla başkalarının sizinle ilgili bildiği ve bilmediği şeyler vardır. Bu nedenle pencere, başkaları tarafından bilinen ve başkaları tarafından bilinmeyen özellikleriniz olarak da ikiye ayrılabilir.

KENDİNİ TANIMA PENCERESİ



| |
|-------------------------------|
| BAŞKALARINCA BİLİNENLER |
| BAŞKALARINCA BİLİNMEYENLER |

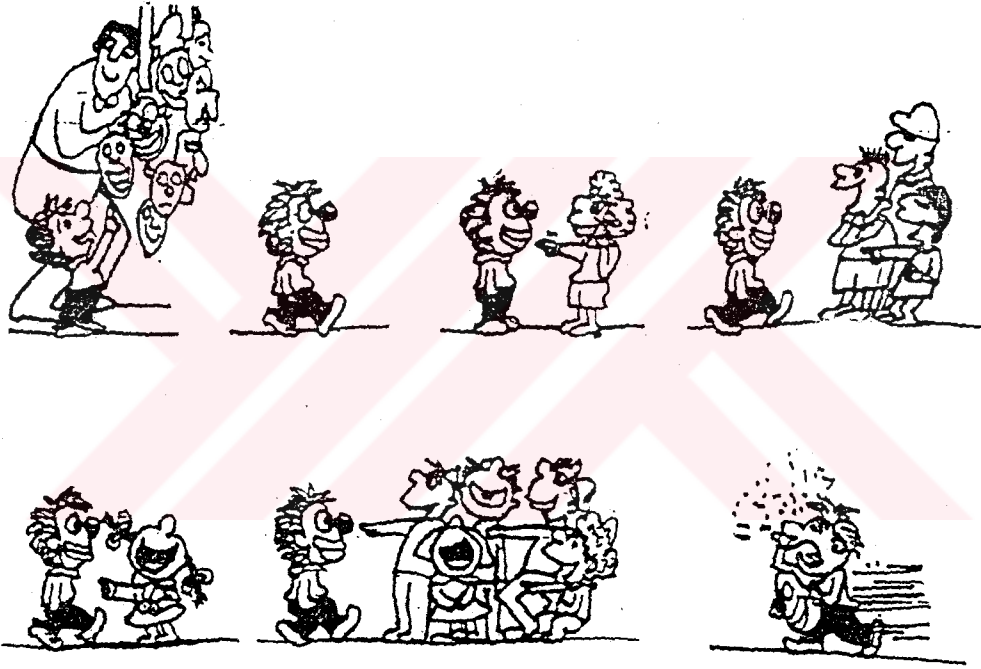
FORM 2.E.4.

Şimdi, “Kendiniz İle İlgili Bilinenler ve Bilinmeyenler” çerçevesi ile “Bашkaları Tarafından Bilinen ve Bilinmeyenler” pencerelerini birleştirerek yeni bir pencere oluşturalım.

| | KENDİNİZCE BİLİNEN | KENDİNİZCE BİLİNMEYEN |
|----------------------------|-----------------------|--------------------------|
| BAŞKALARINCA BİLİNEN | AÇIK 1 | KÖR 2 |
| BAŞKALARINCA BİLİNMEYEN | GİZLİ 3 | BİLİNMEYEN 4 |

EK III.E.

BURADA NE GÖRÜYORSUNUZ?



EK III.F.

Aşağıdaki ifadeler sizce hangi iletişim engelini içinde barındırıyor?

“Yakınmayı bırak ve ödevini yap”

“Kesinlikle doğru yolda ilerliyorsun, böyle devam et”

“Sen güçlü birisin bunu bir şekilde halledersin”

“Neden bu kadar geç geldin?”

“Eğer sınıfını geçmek istiyorsan kendine gelip ders çalışsan iyi edersin”

“Peki sen ne yaptın?”

“Arkadaşınla kaçta buluşacaksın? Birisini bekletmek hiç hoş bir davranış değildir,geç kalmazsan iyi olur...”

“Merak etme, zamanla geçer”

“Sen ne biçim adamsın, hiç insan arkadaşıyla böyle konuşur mu?”

“Eşek kadar adam oldun ama hala çocuk gibi davranıyorsun”

“Bence seni rahatsız eden şey, onun kitabını sana vermemiş olması”

“Gelmemek için bu kadar direnmenin nedeni ne?”

“Eşek kadar adamsın, bu yaştan sonra bir de seninle mi uğraşacağım?”

“Çabuk odana git ve ders çalış”

“Bence sen bu konuda hatalı davranmışsın”

“Bu davranışınla ilgi toplamaya çalışıyorsun”

“Yalaka seni, öğretmenin yanından hiç ayrılmıyorsun”

“Sen zeki bir çocuksun, bunu da atlatırsın”

“Bu şekilde devam edersen yıl sonunda başına kötü şeyler gelecek”

EK III.G.

SENARYOLAR

1.A. Bir ev. Bir yanda bebek ağlıyor. Ocağın üstünde yemek var ve anne sofrayı hazırlamaya çalışıyor.

ÇOCUK: "Anne, matematik dersime yardım eder misin?"

1.B. Anne bebeği uyutmuş, bütün işlerini bitirmiş, rahat bir şekilde oturuyor.

ÇOCUK: "Anne, matematik dersime yardım edebilir misin?"

2.A. Bir ev. Komşular, akşam misafiriğe gelecekler. Anne ve baba yoğun bir şekilde hazırlık yapıyorlar.

ÇOCUK: "Baba, bisikletimi tamir eder misin?"

2.B. Babası ve çocuk birlikte arabayla okula gidiyorlar.

ÇOCUK: "Baba, işten geldikten sonra bisikletimi tamir eder misin?"

3.A. Okulun bahçesinde bir öğrenci düşmüş, kafası fena halde kanıyor. Öğretmen panik bir halde öğrenci ile ilgileniyor.

SAMET: "Öğretmenim, bana verdiğiniz dönem ödevi ile ilgili kaynak bulamıyorum, bana kaynak verebilir misiniz?"

3.B. Öğretmen dersini bitirdikten sonra sınıftan dışarı çıkmış ve yavaş yavaş öğretmenler odasına doğru gidiyor.

SAMET: "Öğretmenim, bana verdiğiniz dönem ödevi ile ilgili kaynak bulamıyorum, bana kaynak verebilir misiniz?"

4.A. Sınıfın içinde öğrenciler ders çalışıyorlar. Öğretmen, o sınıfa gelen müdür yardımcısı ile ciddi bir şeyler konuşuyor. Okan onların yanına gider.

OKAN: "Öğretmenim, bizim sınıf ne zaman pikniğe gidecek?"

4. B. Ders bitmek üzere. Öğrenciler defter ve kitaplarını topluyorlar. Okan parmak kaldırır.

OKAN: "Öğretmenim, bizim sınıf ne zaman pikniğe gidecek?"

5.A. Baba banyoda duş almaya başlamış. Hande banyonun kapısını çalar.

HANDE: "Baba, sana çay hazırlayayım mı?"

5.B. Baba, duş almış. Giyinip odaya gelmiş.

HANDE: "Baba, sana çay hazırlayayım mı?"

EK III.H.

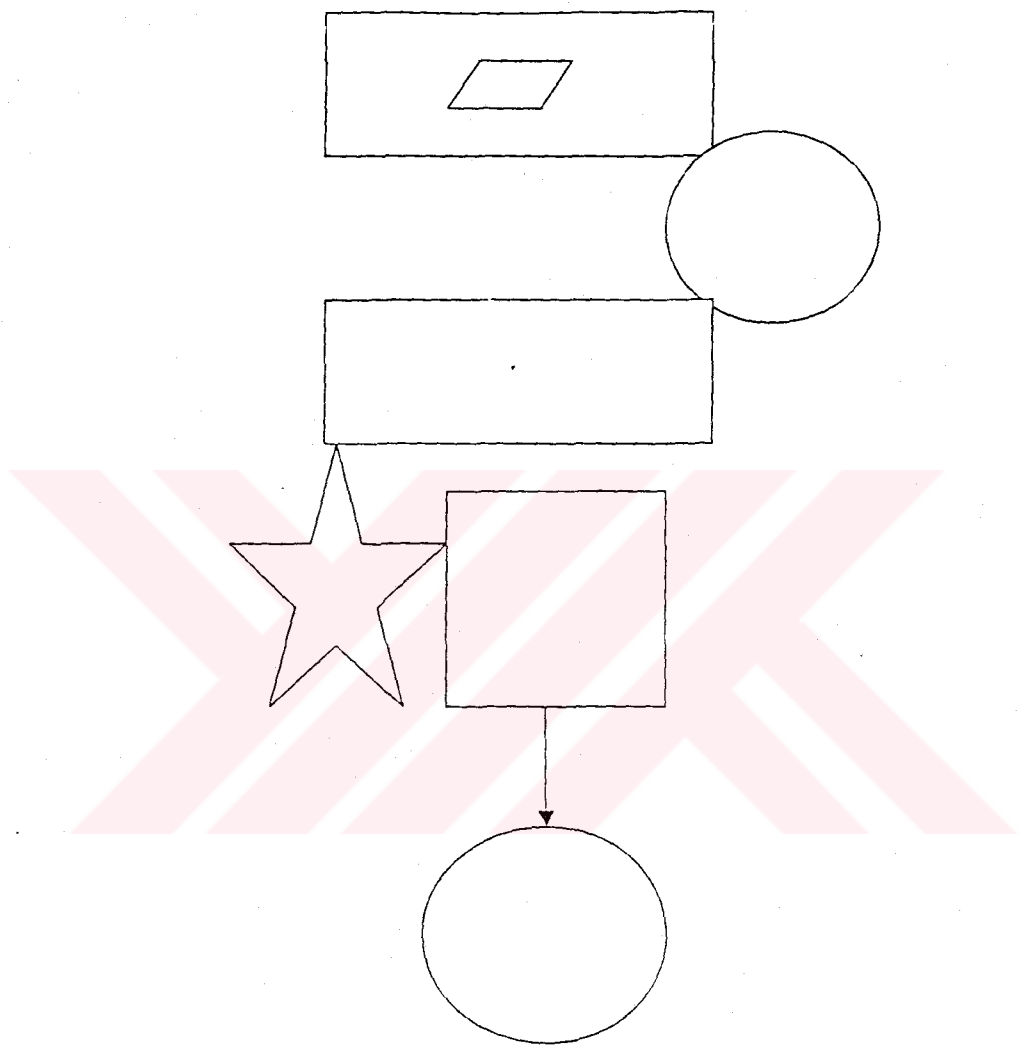
ARA DEĞERLENDİRME FORMU

Bu çalışma bana.....

Bu çalışma keşke.....

Bu çalışmanın daha faydalı olabilmesi için.....

EK III.I.



EK III.İ.

Aşağıda bazı ifadeler verilmiştir. Bu ifadelere uygun içerik tepkileri vererek boşlukları doldurunuz.

BUKET: Çok şişman olduğum için arkadaşlarım benimle dalga geçiyorlar. Keşke biraz daha zayıf olsaydım.

.....
AHMET: Dönem ödevini nasıl bitireceğim bilemiyorum. Hala kitap bulamadım.

.....
MURAT: Sınavlara çok çalıştığım halde sınavlarım iyi geçmiyor. Nedenini anlayamadım.

.....
OLCAY: Sınıfta biraz konuşunca hemen problem oluyor. İki dakika konuşsak olur ki?

.....
ABDULLAH: Geçen gün resim kağıdı alayım diye aşağı gitmek istedim, yine izin vermediler.

.....
SEVİL: Sürekli “falancanın kızı, şöyle, filancanın oğlu şöyle” deyip duruyorlar. Ben onlardan farklıyım, ama bunu anlatamıyorum.

.....
TÜLAY: Tuğba sınıfa geldikten sonra bir anda herkes onunla arkadaş olmaya başladı. Niye olmasınlar, hem güzel, hem başarılı.

.....
ÖZLEM: Dönem ödevimi nasıl yetiştireceğim bilmiyorum. Kütüphanede hiçbir şey yok, öğretmen de yardım etmiyor...

.....
HAKAN: Önceden çok iyi bir öğrenci olmadığım doğru. Ama son zamanlarda gerçekten çok değiştim. Ama bunu kimseye anlatamıyorum.

.....
ALİ: Okul bittikten sonra ne yapsam bilmiyorum. Meslek lisesine mi gitsem, yoksa düz liseye mi?

.....
ABDİ: O bunu hep yapıyor zaten. Ne zaman yanımdan geçse ya omuz atar ya da çelme takar. Sonra da masummuş gibi davranır.

.....
FATİH: Öğretmen klasik sınav mı yapacak yoksa test mi yapacak bunu çok merak ediyorum. Umarım test yapar.

.....

EK III.J.

DUYGU YANSITMASI ALIŖTIRMALARI

GÖNÜL: Annemle yine aram açıldı, babamın tarafını tutmak zorunda kaldım. O benimle daha iyi, onunla daha iyi anlaşabiliyoruz.

.....

MEHMET: Onunla iyi anlaşmayı aslında çok isterdim. Ama ne zaman yanına yanaşsam kendimi rahat hissetmiyorum. Kalbim yerinden fırlayacak gibi oluyor.

.....

SEFA: Geçen gün okul dışında bir kavga oldu. Neredeyse beni de kavgaya karışmışım gibi göstereceklerdi.

.....

MUSTAFA: Bazen arkadaşları bana kötü davranıyorlar ama onlar kızgın olduğumu ifade edemiyorum. Bunu söylersem bir daha benimle konuşmayacaklarmış gibi geliyor.

.....

MURAT: O olaydan sonra hiçbir şeyden zevk almamaya başladım. Yediğim yemeklerin tadı bile değişti sanki.

.....

NAFİYE: İleride iyi bir voleybolcu olabileceğimi düşünüyorum. Sanırım bunu yapmak beni mutlu eder.

.....

GÜLDEN: Son zamanlarda ailemle olan ilişkilerim daha da iyi oldu. Ben onlara anlayışlı davranınca onların bana daha iyi davrandıklarını gördüm ve sanırım bunu ben başardım.

.....

SEDA: Kardeşimle ne zaman tartışsam hep benim alttan almam gerekiyor. O da bunu bildiği için bunu kullanıyor. Bazen gerçekten çok kızıyorum.

.....