

ETKİLİ İLETİŞİM (BEDEN DİLİ VE DİKSİYON)
EĞİTİM PROGRAMI

Eğitimin Yeri	Hacettepe Üniversitesi, Tıp Fakültesi Derslikleri
Eğitim Tarihi ve Süresi	16.05.2026 - 20.06.2026 (5 hafta) 16.05.2026 (4 saat) 23.05.2026 (4 saat) 06.06.2026 (4 saat) 13.06.2024 (4 saat) 20.06.2026 (4 saat) Toplam 20 saat / Yüz yüze
Eğitim Ücreti ve Hesap Numarası	Kişi Başı: 15.000 TL Banka Adı ve Şubesi: Halkbank Hacettepe Tıp Fakültesi Şubesi (1541) Hesap Adı: Hacettepe Üniversitesi Döner Sermaye İşletmesi Müdürlüğü IBAN TR23 0001 2001 5410 0006 0000 63
Eğitimin Amacı	İnsan toplumsal bir varlıktır ve yaşadığı sürece çevresiyle iletişim kurmak mecburiyetindedir. İletişim süreçlerimizi mecburiyetten çıkarıp arzu edilen, keyifli, verimli, tadına doyumlanmaz anlara çevirmek bizim elimizdedir. Şüphesiz bunun için öncelikle istemek, sonra da isteğimizi amacımıza dönüştürmek ve hayata geçirmek gerekir. İlişkilerimizin niteliğini, iletişim kalitemiz belirler. Yeni bir ilişki kurarken de, var olan ilişkilerimizi sürdürürken de en önemli anahtar dilimizdir. Dil sadece sözlü kullanımlarımıza dayanmaz. İletişimde genellikle sessiz dilimizi yoğun bir şekilde kullanırız. Sessiz dilimiz, yani beden dilimizi... Özellikle duygularımızı aktarmada beden dilimizle verdiğimiz mesajlar çok daha etkili muhatabımıza ulaşır. -Peki iletişimdeki sözlü ve sözsüz bu süreçlerin ne kadar farkındasınız? -İletişim kaliteniz hakkında ne düşünüyoruz? -İletişim konusunda yetkin gördüğümüz insanların özellikleri nedir? -Başarılı iletişimin anahtarı nedir? Gündelik yaşantımızda, grup içinde, topluluk önünde etkili ve yetkin bir iletişim kurmak, iletişim süreçlerinizi doğru şekilde yönetebilmek eğitim programının amaçlarındandır. Bu eğitimle; iletişim sürecinizi desteklemek, kendinize ayna tutmak, algılarımızı, beklentilerimizi, korkularımızı yeniden gözden geçirerek güçlü adımlar atmak temel amacımız. İletişim beceri temelli bir alandır. Becerilerin geliştirilebilmesi için ise gerçek yaşamla ilişkilendirilmiş uygulamalar önem arz eder. Bunun için bir pratiklere ihtiyacımız var. Hayatımızda gerçekten işe yarayacak bilgileri deneyimleyebileceğimiz bir uygulama sahasına sizi davet etmek istiyorum.

	İnsanın yaşamında en çok zorlandığı noktaların başında topluluk önünde konuşmak/sunum yapmak, görüşlerini ifade etmek gelir. Birçok insan için bu durum büyük bir korku ve stres kaynağıdır. Hayatın karşımıza ne zaman, ne çıkaracağını bilemeyiz. Duruma göre bazen planlı, bazen de anlık doğaçlama bir konuşma yapmamız gerekebilir. Bu süreci doğru yönetmek, stresle baş etmek kendiliğinden olabilecek bir şey değildir. Birisinin size ayna tutması ve bu aynada kendinizi izlemeniz bu sürecin ilk adımıdır. Bu eğitimle ilk adımı atmış olacaksınız. Öte yandan insanların birbirini dinlemekten sıkıldıkları bu zamanda muhataplarımızın dikkatini çekerek “söz dinlenir” bir hatip olmak ancak bu alanda kendi üzerinde çalışmakla mümkündür. Eğitim sonunda; -Etkili, ikna edici ve güven verici bir konuşmacı olabilmek, -İletişim esnasında doğru beden dili işaretleri ile iletişim kalitesini yükseltmek, -Muhatabının beden dilini doğru analiz ederek iletişim sürecini sağlıklı şekilde yürütebilmek, - Samimi, içten ve düzgün bir diksiyona sahip olmak, -İletişim süreçlerimizi sağlıklı bir şekilde yönetebilmek en önemli hedeflerimiz olacak. Unutmayalım ki ne dediğimiz kadar, nasıl dediğimiz de çok önemlidir. Sözün gücü, beden diliyle buluştuğunda başarılı iletişim gerçekleşir. Başarılı bir iletişim için, “kendin” için bugün bir adım atma zamanı...
Eğitimin İçeriği	1. HAFTA • <i>İletişimin temel kavramları</i> • <i>Neden güçlü bir şekilde iletişim kurmak isteriz?</i> • <i>Kendi iletişimimizle ilgili değerlendirmemiz</i> • <i>İletişimin püf noktaları</i> • <i>Tanışma uygulaması</i> • <i>Bir şeye odaklan, izle ve anlat/yaz.</i> 2. HAFTA • <i>Sözsüz İletişim</i> • <i>Beden Dilimiz</i> • <i>Mimik ve Jestlerin Kullanımı</i> • <i>Güvenlik Alanları</i> • <i>İkna ve İnanırcılık</i> • <i>Beden Dilinde Ne, Ne Anlama Gelir?</i> • <i>Beden Dili Analizi</i> • <i>Sunumda Beden Dili Kullanımı</i> • <i>Gerçek Yüzümde Yazar mı?</i> 3. HAFTA • <i>Diksiyon Temel Kavramları</i> • <i>Nefes ve diyafram Kullanımı</i> • <i>Artikülasyon (Boğumlanma)</i> • <i>Konuşma Organları</i> • <i>Türkçenin yapısı</i> • <i>Galat-ı Meşhurlar</i> • <i>Karıştırılan Sözcükler</i> • <i>Tonlama, Vurgu, Ulama ve Durak</i>

	• <i>Konuşma ve Ses Kusurları</i> • <i>Ses Kullanımı</i> • <i>Hitabet</i> • <i>Doğaçlama</i> • <i>Canlandırma</i> 4. HAFTA • <i>Topluluk Önünde Konuşma Korkusu</i> • <i>Etkili Konuşmacı Özellikleri</i> • <i>Stresle Başa Çıkma</i> • <i>Konuşma Kaygısıyla Başa Çıkmada Yeni Nesil Tüyolar</i> • <i>Sahne ve Kürsü Kullanımı</i> • <i>İlk İzlenim ve İmaj</i> • <i>Dinleyicinin Dikkatini Çekme ve Sürdürme Yöntemleri</i> • <i>Konuşma Sesi ve Konuşma Hızı</i> • <i>Etkili konuşma örnekleri</i> • <i>Şiir okuma etkinliği</i> • <i>Saçmalama (Biraz Rezil Olalım) etkinliği</i> • <i>Çocuk hikayesi, masal okuma, canlandırma</i> 5. HAFTA -Hayatın içinden (Gerçek yaşamdan iletişim kesitleri, deneyimler, gözlemler, değerlendirmeler, yorumlama ve tartışma) -Sunumlar (Her katılımcı son hafta en az 10 dakikalık sunum yapar, sunum aynı zamanda kayda alınır. Sunum esnasında katılımcılar, program süresince öğrendiklerinden hareketle notlar alarak konuşmacıyla paylaşır. Son olarak konuşmacının sunumu ve iletişim becerileri uzman tarafından değerlendirilir. Not: 5. hafta, eğitimin en verimli ve öğretici haftasıdır. Muhtemelen hayatınızın hiçbir evresinde iletişim becerilerinize bu şekilde odaklanılmış, sizi çok sayıda katılımcının ciddi bir şekilde değerlendireceği bir zaman olmayacaktır. Katılımcıların değerlendirmesinin yanı sıra eğitmen önce canlı sunumunuzu, sonra da videoya alınmış sunumunuzu izleyerek iletişim becerinize dair size özgü bir rapor hazırlayacak ve sizinle karşılıklı bu raporu değerlendirecektir.
Eğitmenler	Doç. Dr. Hüseyin GÖÇMENLER
Başvuru Kriterleri	16 yaş üzerindeki herkes katılabilir.
Kontenjan	En az 8, en fazla 15
Belgelendirme	Eğitim sonunda, devam koşulunu yerine getiren katılımcılarımıza Hacettepe Üniversitesi Yaşam Boyu Öğrenme Merkezi Müdürü ve diğer yetkililerin imzasının bulunduğu dijital karekodlu katılım belgesi düzenlenecektir. Eğitim sonunda verilecek katılım belgeleri dijital ortamdan hazırlanmakta olup kişilere kurumsal mail adresimiz üzerinden gönderilecektir. Katılımcılara basılı belge verilmeyecektir.

Eğitime Başvuru	Eğitime kayıt yaptırmak isteyen katılımcıların H.Ü. Yaşam Boyu Öğrenme Merkezi Web sayfası (https://yasamboyu.hacettepe.edu.tr/) üzerinden kayıt olmaları gerekmektedir. Adaylar • TC Kimlik Fotokopisini • Mezuniyet Belgesini • Dekontu (Açıklama kısmına; katılımcının adı, soyadı ve “.....Eğitim Programı Ücreti” ibaresi mutlaka yazılmalıdır. Banka şubesinden veya internet bankacılığıyla yaptığınız ödemelerin dekontları geçerlidir. ATM’lerden yapılan ödemelerde verilen makbuzlar kabul edilmeyecektir.) İstenen belgeleri kayıt sistemine yüklemesi gerekmektedir. Üniversitemiz yeşil kampüs politikası kapsamında kağıt tüketimi azaltılmaktadır. Katılımcılarımıza basılı kitap verilmeyecektir. Talep ve öneride bulunmak isteyenlerin aşağıda belirtilen mail adresimizden iletişim kurlmaları istenmektedir. yasamboyuegitim@hacettepe.edu.tr
-----------------	--

Doç. Dr. Hüseyin GÖÇMENLER

1985 yılında Balıkesir’de doğdu. Edremit’te ilkokul, ortaokul ve lise öğrenimini tamamladı. Selçuk Üniversitesi Türkçe öğretmenliğini bitirdi. Bursa’da 2008 yılından itibaren Millî Eğitim Bakanlığı’na bağlı Türkçe öğretmeni olarak çalıştı. Bu süre zarfında Beden Dili ve Diksiyon alanında okullarda öğretmen ve öğrencilere seminerler verdi. 2011 yılında Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Türkçe Eğitiminde “Yabancılar Türkçe Öğretiminde Beden Dilinin Etkisi” isimli tezini savundu. İzgören Akademi’den “Etkili İletişim”, “Eğiticinin Eğitimi” gibi eğitimler aldı. Bu eğitimler çerçevesinde başta Millî Eğitim Bakanlığına bağlı okullarda, sivil toplum örgütlerinde, sendikalarda “Beden Dili”, “Diksiyon”, “Kendi Hayatının Lideri Ol” gibi 50’den fazla eğitim verdi. 2013 yılında Hacettepe Üniversitesi TÖMER’de akademik hayatına başladı. 2019 yılında Gazi Üniversitesi Türkçe Eğitiminde doktorasını tamamladı. 2024 yılında Türkçe Eğitimi alanında Doçent oldu. Üniversitede “Etkili İletişim” dersi, kurum içi eğitimler, sertifika programları şeklinde eğitimler verdi ve vermeye devam etmektedir. Öte yandan Yunus Emre Enstitüsü, Yurt Dışı Türkler ve Akraba Topluluklar Başkanlığı, Maarif Vakfı, Millî Eğitim Bakanlığı, Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı, Sağlık Bakanlığı, Çevre ve Şehircilik Bakanlığı, Hacettepe Üniversitesi Hastaneleri, siyasi partilerin Siyaset Okulunda iletişim, beden dili başta olmak üzere eğitimler vermeye devam etmektedir. “Dil Öğretiminde Sözsüz İletişim Becerisi” adlı kitabı, sözlü ve sözsüz iletişim alanında akademik çalışmaları bulunmaktadır. Hacettepe Üniversitesi’nde Türk Dili alanında dersler vermeye devam etmektedir.