

# İNSAN İLİŞKİLERİ VE İLETİŞİM



**Doç. Dr. İlhan YALÇIN**  
**Ankara Üniversitesi**

# İÇERİK

## ❖ Kişilerarası İlişkiler ve Empati



# EMPATİ

*Bir insanın makosenlerini giyip yarım mil yürümeden onu yargılamayın (Kızılderili atasözü)*

**Put yourself in  
THEIR  
shoes**

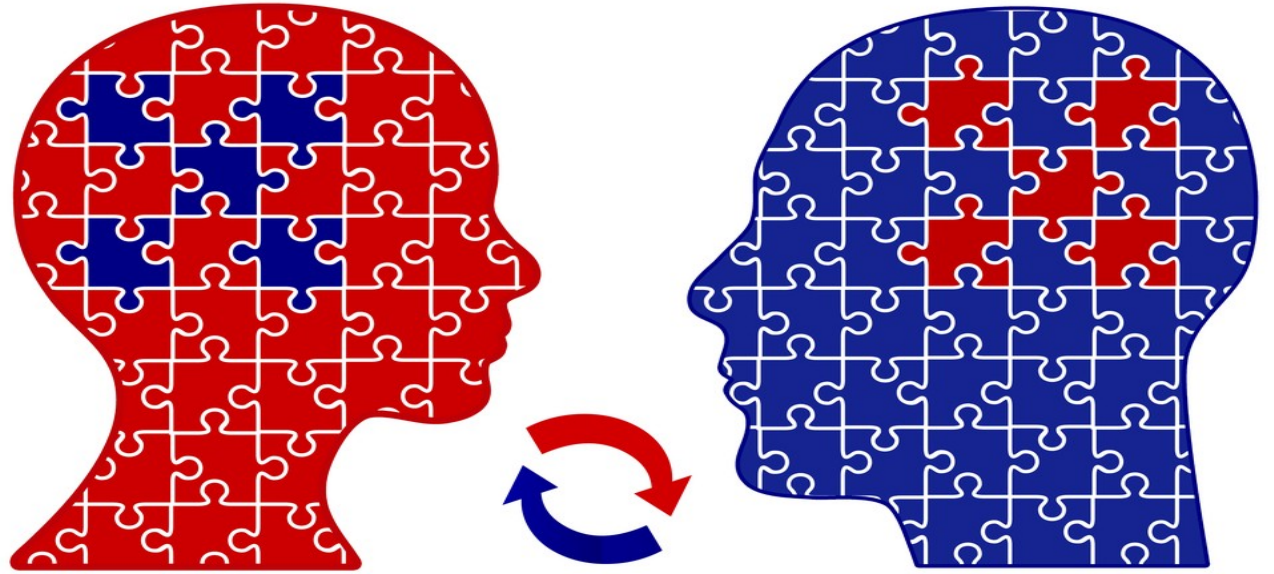


# EMPATİ

- ❑ Diğer kişinin fenomenal dünyasına odaklanma,
- ❑ Dünyayı diğer kişinin bakış açısıyla algılama yeteneği,
- ❑ Bilişsel rol alma yeteneđi,
- ❑ Dolaylı olarak diğer kişinin durumuna hayali olarak katılım,
- ❑ Diğer kişiyi anladığını iletme,
- ❑ Diğer kişinin içsel durumunu doğru kestirme.

# EMPATİ

- ❑ *Belli bir zamanda kişinin yaşadığı deneyimi ya da öznel gerçeği bir başka kişinin anlamasıdır.*



# EMPATİ

- ❑ Kişinin *kendisini karşısındaki kişinin yerine koyarak onun dünyasını, duygu ve düşüncelerini sanki o imiş gibi (sanki duygusunu hiç kaybetmeden) anlaması ve bu durumu ona iletmesidir.* (Carl Rogers)

# EMPATİ

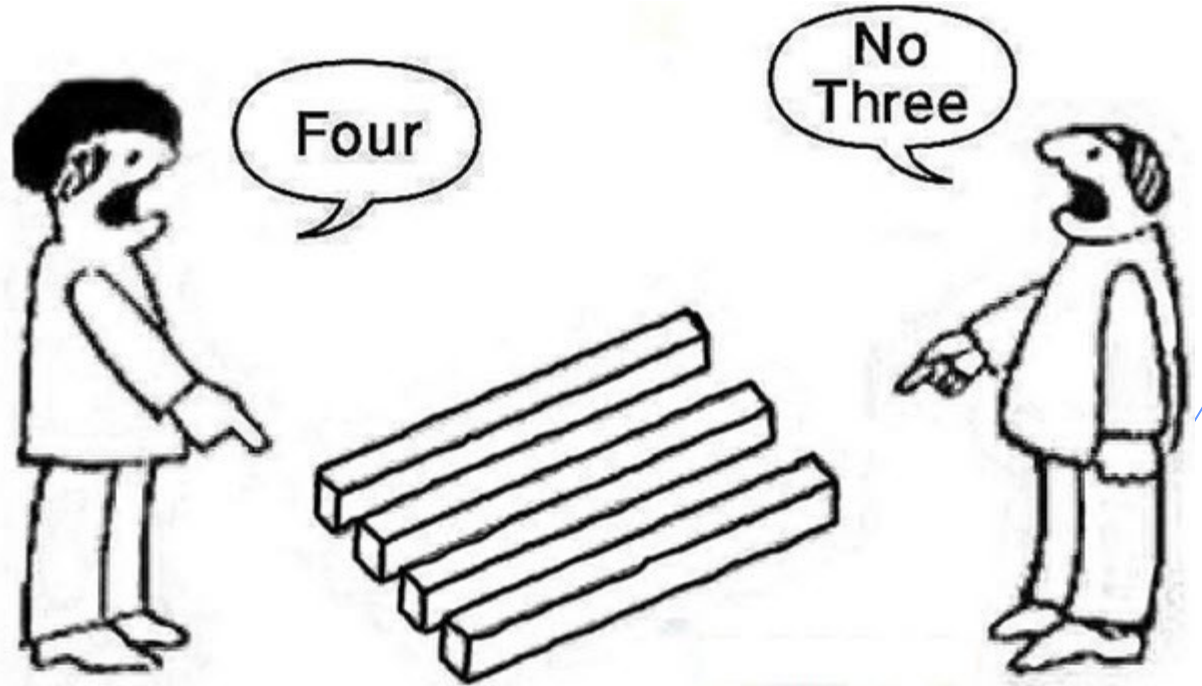
## Perspektif alma

- ❑ Spontan olarak kişinin kendi bakış açısını diğer kişinin bakış açısına uydurma eğilimi,
- ❑ Diğer kişinin ne düşündüğünü, he hissettiğini hayal etme,
- ❑ Başkasının yerine kendini koyma ve olayı onun gördüğü gibi görme.

# EMPATİ

## Perspektif alma

- ❑ Perspektif alabilen kişiler, sosyal olarak daha işlevsel hareket ederler.





# EMPATİ

## Perspektif alma

- ❑ **Algısal perspektif alma:** Diğer kişinin bakış açısından durumu algılama,
- ❑ **Bilişsel perspektif alma:** Diğer kişinin düşünce ve niyetlerini anlama,
- ❑ **Duygusal perspektif alma:** Diğer kişinin duygularını fark etme.

# EMPATİ

## Ben-merkezcilik

- ❑ Empati ve ben-merkezcilik birbirleriyle bağdaşmaz.
- ❑ Ben-merkezci davranan birisinin karşısındaki kişinin rolüne girmesi ve olaylara onun bakış açısından bakması, yani empati kurması mümkün değildir.

# EMPATİ

## Ben-merkezcilik

☐ Üç dağ deneyi



# EMPATİ

## Ben-merkezcilik



Why is she trying to shake my hand?



Why is he bowing?



# EMPATİ

## Yardıma etme davranışı

- ❖ Yardıma ihtiyacı olan kişilere, bu kişilerle empati kuranlar, kurmayanlara oranla daha fazla yardımda bulunurlar.
- ❖ Başkalarıyla empati kuranların, onlara yardım etme ihtimalleri artıyor.

# EMPATİNİN GELİŞİMİ

- ❖ Empati eğilimin gelişimi ile sosyal, bilişsel ve fiziksel yeterlilik ilişkilidir.
- ❖ Empatinin beceri yönü daha çok sosyal yeterlilik ile ilişkilidir.