

İLETİŞİMDE MİYİZ?

'Toprak, güneş ve su, meşe palamudu için ne ise, içinde yetiştiği iletişim ortamı da insan için odur.' der Doğan CÜCELOĞLU. İletişim olmayan bir ortamda insan da olamaz. Peki hayatımızda bu kadar büyük öneme sahip olan iletişimi ne kadar tanıyoruz ve biliyoruz? Sadece söz ile yapılan bir eylemden mi ibarettir iletişim?

1. Bugüne kadar olan meslek hayatımda gerek okul ortamında olsun gerekse dışarıda yaptığım görüşmelerde danışanlarımın sorunlarının %70'inin iletişim olduğunu fark ettim. İnsanlarımız eşleri ve çocukları ile iletişim kurduklarını düşünüyor, fakat şu önemli noktayı atlıyorlar. İletişim aynı zeminde kurulursa anlaşılır olur. İngilizce bilmeyen bir kişiye, İngilizce olarak harika bilgilerle sıralanmış övgüler yağdırsam onun için bir anlam ifade eder mi? Etmez, çünkü onu algılayacak zemini oluşmamıştır.

Anlayamadığım bir dilde benimle en büyük hikmetleri bile konuşsanız anlamı yoktur. Bu yüzden aynı zeminde olmadığımız sürece de birbirimizi anlayamayız. Anlayamıyoruz da... Çocuğumuzla, eşimizle yaşadığımız sorunların temeli de buraya dayanıyor. Aynı zeminden konuşmamak ve sadece tek bir doğru olduğu konusunda diretme. İnsan kendi doğrusu üzerinde diretir, karşındakine tek doğru olduğu yönünde baskı kurarsa iletişim derinden sarsılır. İletişim kuramayan bireyler aslında, yaşamlarının birbirinin algılamasıyla zenginleşmesine izin vermeyenlerdir. Gerçek iletişim bir canın bir cana ne kadar ulaştığıdır. Sorunun çözümü ise çok basittir. Sadece olaylara aynı yerden bakmalısınızdır. İletişimde ki en önemli faktör bundan sebep **aynı zeminde, yan yana var olmaktır.**



2. İletişim sadece konuşmak demek değildir. Gerçek iletişim dinlemenin sonucudur. İnsanlar ancak bir başkası tarafından dinlenirken kendilerini bulur, kim olduklarını anlar. Orhan Veli Kanık ne diyor 'İstanbul'u dinliyorum, gözlerim kapalı; Önce hafiften bir rüzgâr esiyor, Yavaş yavaş sallanıyor yapraklar, ağaçlar da. Uzaklarda, çok uzaklarda, Sucuların hiç durmayan çingirakları; İstanbul'u dinliyorum gözlerim kapalı.'. Dinledikçe karşımızdakini var ederiz. O zaman ilk önce **etkili dinleyebilmeliyiz.**

3. İletişim kurarken de şüphesiz en hassas davrandığımız, buna rağmen en çok sorun yaşadıklarımızda çocuklarımızdır. Peki neden bu kadar hassas davranırken bir taraftan da en çok sorunu onlarla yaşarız? Çünkü çocuklarımızı olduğu gibi kabul etmez değiştirmek isteriz. Var olanı yetiştirmektense, olmasını istediğimiz çocukları yetiştirmeye çalışırız. Yapmamız gereken ise **sahip olduğumuz çocuğu, değiştirmeye çalışmadan yetiştirmektir.**

4. Düşünür, yazar Lois JOHANNAT 'Çocukların ana- babalarını daha yakından tanımak istememin nedeni, ana-babaları tanıdıkça çocuklara kızamamam, onları affetmemdir.' der. Çünkü çocuk ailenin aynasıdır. Çocuğunun öfkeli olduğunu ve çocuğuyla görüşme yapmamı isteyen ailelerle ilk önce onların öfkelerini nasıl ifade ettikleri üzerine dururum. Ailenin kendini ifade ediş biçimidir, çocuğun davranışına yansıyan. Çocuklarımız bizleri model alır, iyi ve kötüyü bizim davranış şeklimizden öğrenir. İletişim sadece söz ile yapılabilseydi çocuğumuza sadece doğruları aktarmamızın yeterli olması gerekirdi. O zaman iletişim birde **doğru model olmaktan** geçiyor.

5. 'İnsanın ana vatani çocukluğudur.' der Cemil SÖNMEZ. Çocuğun gelişiminde ki en önemli faktörlerden biride çocukla ne kadar verimli zaman geçirildiğidir. Onlara istedikleri imkanları sağlar, oyuncaklar alırız. Çocuklarımızı eğlendirmek için uğraşırız fakat onlarla eğlenmeyiz. Zamanımız yoktur, yetişmesi gereken işlerimiz vardır. Peki asıl yetiştirmemiz gereken çocuklarımız değil midir? Behçet NECATİGİL'in bir şiiri geliyor burada aklıma, diyor ki üstat 'Sevgileri yarınlara bıraktınız, Çekingen, tutuk, saygılı. Bütün yakınlarınız sizi yanlış tanıdı. Bitmeyen işler yüzünden, siz böyle olsun istemezsiniz. Bir bakış bile yeterken anlatmaya her şeyi, Kalbinizi dolduran duygular kalbinizde kaldı.'. O zaman vakit varken çocuklarınızla **verimli anılar biriktirin.**

Her şeyin bir eğitimi, sertifikası var. Fakat ebeveyn olmanın yok. O zaman bu eğitimi bizler kendimizi her daim geliştirerek ve kitaplar okuyarak edinmeliyiz. Bugünlerde okunması gereken ikinci kitap önerimiz Doğan CÜCELOĞLU'nun 'KEŞKESİZ BİR YAŞAM İÇİN İLETİŞİM' adlı kitabı. Keyifli okumalar. Sağlıkla kalın. Görüşmek üzere

NAGİHAN ÖZKURT
PSİKOLOJİK DANIŞMAN