

KİŞİLERARASI İLETİŞİM

Sanata, edebiyata konu olan ve günlük hayatımızı da önemli ölçüde etkileyen sevgi, aşk, öfke, zafer duygusu, kayıp acısı, utanma, intikam duygusu gibi duygular, diğer kişilerle olan ilişkilerimiz sonucunda uyanan duygulardır. Aslında insan yaşamının kendisi kişiler arası ilişkiler üzerine kurulmuştur. Yaşam içinde kişiyi en fazla etkileyen olaylara baktığımızda da karşımıza, kişiler arası ilişkilerin belli biçimler almasıyla gelişen olaylar çıkmaktadır: Evlilik, doğum, iş hayatının başlaması ya da bitmesi, boşanma, kavga, cinayet, savaş vb. Yalnız olduğunuzda bile, diğer insanları duygu, düşünce ve hayallerinize konuk edersiniz. Kişilerarası ilişkilerin egemenliğini sürdürdüğü bir dünyada da elbette sorunların birçoğunun kaynaklandığı ya da yuvalandığı yerler ilişkilerdir.

İletişim şöyle tanımlanmaktadır: Düşünce ve görüşlerin sözlü olarak karşılıklı alışverişidir. Başka bir tanıma göre; Bizim başkalarını başkalarının da bizi anlaması süreci olarak tanımlanmaktadır. Doğan Cüceloğlu ise; "iletişim iki birim arasında bir biriyle ilişkili mesaj alışverişidir" şeklinde açıklamıştır. Birim kelimesi insanı, hayvanı ya da makineleri kapsamaktadır. İletişim sadece insana özgü bir olay değildir.

İletişim doğrusal (tek yönlü) değil, dairesel bir süreçtir. Kişilerarası iletişimde verilen herhangi bir mesaj, bu mesajı alan kişi tarafından belli bir biçimde algılanır ve bu algı sonucunda ortaya olumlu ya da olumsuz bir tepki çıkar. Örneğin, arkadaşınızın sizi aramamasına kırıldığınızı hisseder, bu duygunuzu ona söylerseniz, arkadaşınıza o davranışının sizi nasıl etkilediği konusunda bir geribildirim vermiş olursunuz. Ya da hoşunuza giden bir armağan aldığınızda, bu olumlu duyguyu armağanı veren kişiye iletirseniz, ona olumlu bir geribildirim vermiş olursunuz. Geribildirim olumlu da olsa olumsuz da olsa, mesajı gönderen

kişinin, mesajın nasıl algılandığını ve bu algının duygu, düşünce ve davranış düzeylerinde ne gibi etkiler yaptığını görmesi açısından önemlidir.

Eğer bir iletişim durumu söz konusu ise, burada mesajı verenin davranışı, mesajı alanın davranışından bağımsız olamaz. Bütün iletişim durumlarında veren ve alan arasında bir etkileşim söz konusudur. Kendinizi sınıfta bir sunuş yaparken hayal edin. Orada, dinleyicilerle sizin aranızda çift yönlü bir mesaj alışverişi yaşanır. Dinleyicilerden aldığınız geribildirimler sizde belli etkiler yaratır. Örneğin, bazılarının gözlerinin kapandığını ya da kendi aralarında konuşmaya başladıklarını görürseniz, bu onların sıkıldıkları mesajını veren olumsuz bir geribildirim olur. Aldığınız bu geribildirim sizin duygu ve düşüncelerinizi etkileyerek davranışlarınızda bazı değişiklikler ortaya çıkarır. Ya siz de canlılığınızı yitirirsiniz, ya da dinleyicilerin dikkatini kazanmak için anlatımınızı cazip hale getirmeye çalışırsınız. Sizin davranışlarındaki değişiklik de dinleyiciler için yeni bir mesaj oluşturarak onların duygu, düşünce ve davranışlarında yeni etkiler yaratır. Görüldüğü gibi dairesel mesaj alışverişi, iletişimi durağan değil dinamik bir süreç haline getirmektedir. Bu süreç içinde siz de dinleyiciler de hem mesaj alan hem de veren rolündesinizdir. Kişi bu rolü üstlendiği bütün durumlarda iletişim süreci içindeki diğer kişi ya da kişileri etkileme potansiyelini de taşır.

KİŞİLERARASI İLETİŞİMİN TEMEL ÖZELLİKLERİ

1- İki insan bir araya geldiği ve birbirlerini fark ettikleri anda kişilerarası iletişim kaçınılmaz olur.

Bu, kişilerarası iletişimin en temel ilkesidir. Bir karşılaşma sürecinde, kişiler birbirlerinin varlığının farkında iseler, bütün davranışlar bir mesaj değeri içerir ve iletişim yaşanır. Sözcükler de iletişim potansiyeli içerir, sessizlik de. Harekette de bunu görebilirsiniz, hareketsizlikte de. Konuşma olmaması ya da

diğer kişiyi/kişileri görmezlikten gelmek iletişim olmadığı anlamına gelmez. Örneğın, bir otobüs yolculuğunda, yanınızda oturan kişiye arkanızı dönerek ve hiç konuşmayarak onunla iletişime girmediğınızı düşünebilirsiniz. Oysa orada, o kişiye sessiz bir mesaj vermektedir: "Şu anda sizinle konuşmak istemiyorum". Aynı şekilde kişiler arasındaki dargınlık da iletişimin bittiğini göstermez. Kişiler, dargın oldukları süre boyunca birbirlerine kızgın oldukları ve konuşmak istemedikleri mesajını verirler.

Birbirimizin farkında olduğumuz sürece iletişim kurmamak söz konusu değildir. Konuşmayı reddetmek de bir iletişim mesajıdır ve önemli bir mesajdır.

2- Kişilerarası iletişimde hem içerik, hem de süreç vardır.

Kişilerarası iletişimde sözel mesaj alışverişleri sırasında mesajların sözcüklerle sınırlanan bölümüne içerik adını veriyoruz. Ancak iletişimde sözcükler kadar, ses tonu, beden duruşu, mimikler ve jestler de önemlidir. İletişimin sözel olmayan unsurları, sözcüklerin vermediği ya da vermek istemediği mesajları verebilir. Sözel iletişim sırasında verilen mesajın sözcüklerle sınırlı içeriğinin ötesinde verilen diğer mesajlara da süreç diyoruz. Süreç, söze dökülmeyen alt mesajın nasıl bir mesaj olduğunu gösterir. Örneğın, "saat kaç" sorusunu ele alalım. Bu basit görünen soru, farklı durumlarda ve farklı biçimlerde sorulduğunda birbirinden farklı mesajlar verebilir. Bu mesajları içerik ve süreç açısından inceleyebiliriz:

DURUM 1

Sokakta tanımadığınız birisi "saat kaç?" sorusunu soruyor

İçerik: Saat kaç?

Süreç: Saati öğrenmek istiyorum.

DURUM 2

Patron, sabah işe geciken sekreterine "saat kaç?" sorusunu soruyor

İçerik: Saat kaç?

Süreç: Geç kaldığın için sana kızgıyım.

DURUM 3

Patron, sekreterine günün herhangi bir saatinde "saat kaç?" sorusunu soruyor.

İçerik: Saat kaç?

Süreç: Saati öğrenmek istiyorum.

Örneklerde de görüldüğü gibi, aynı içerik farklı zaman ve durumlarda farklı mesajlar verebilmektedir. Kişilerarası iletişimde birbirimize verdiğimiz mesajlar yalnızca sözcüklerin anlamıyla sınırlı kalmayıp, sözel olmayan diğer iletişim yollarıyla zenginleştirilir. Herhangi bir şeyi söylemek için seçilen zaman, kullanılan ifade, ses tonu, yüz ifademiz gibi sözel olmayan ifade araçları, verilen mesajın, mesajı alan kişi tarafından belli biçimlerde algılanmasına ve yorumlanmasına yol açar. Bunlar, mesajın içeriği hakkında verilen bilgilerdir. Öyleyse iletişimde süreç en az içerik kadar, hatta bazen daha da önemlidir. İletişim sırasında karşımızdaki kişi, ne söylediğimize olduğu kadar, onu nasıl söylediğimize de bir tepki verir. Genellikle de ikincisine.... Çünkü süreç, söylenenlerin neden söylendiğine ilişkin ipuçları verir. İnsanların da daha duyarlı oldukları boyut budur. Bu nedenle söylediklerimizi nasıl söylediğimize ve karşımızdaki kişinin bu mesajı nasıl algıladığını gösteren ipuçlarına dikkat etmek sağlıklı iletişimin önemli ayrıntılarından. Eğer iletişimde süreç ve içerik farklı mesajlar veriyorsa ya da süreç net değilse, bu durumda iletişimde tıkanıklıklar, yanlış anlaşılmalara ya da belirsizlikler ortaya çıkar.

Şöyle bir durum hayal edin: Sınava çalışmak için ders notlarını aldığınız ve sonra da kaybettiğiniz bir arkadaşınızla sınavdan sonra karşılaşıyorsunuz ve size, "lanet olsun sınavda hiçbir şey yapamadım!" diyor. Böyle bir durumda aklınızdan geçebilecek olan düşüncelerden bazılarını sıralayalım:

a) Sınavı kötü geçmiş, anlaşılan çok kızgın. Sesinin tonu ve söyledikleri bunu anlatıyor.

b) Acaba bu bir suçlama mı? Defterini ben kaybetmiştim. Eğer beni suçluyorsa acaba ne yapmamı bekliyor? Tekrar özür mü dilemeliyim, ona bir şekilde yardım mı etmeliyim? Ne yapmalıyım?

c) Belki de yalnızca sınavının kötü geçmesinden dolayı kızgın ve üzgün. Suçlamıyor olabilir. Eğer böyle ise ne yapmalı?

d) Onu dinleyip duygularını anlamaya çalışmak mı daha iyi olur, teselli edilmek mi ister, yoksa ona bir bardak çay almamı mı tercih eder?

Eğer arkadaşınız sizin yanınıza gelip "sınav berbat geçti, çok sinirliyim; hadi birer çay al da içelim" deseydi, onun sizden ne beklediğini anlamakta güçlük çekmez, mesajın ne olduğu üzerinde bu kadar düşünmezsiniz. Bu örnekte, hem içerik, hem de süreç, mesajı net bir biçimde anlayabilmek için yeterli değil.

Bu gibi durumlarda karşınızdaki kişiye asıl söylemek istediği şeyin ne olduğunu sormazsanız, söylenenleri kendi algıladığınız biçimde değerlendirirsiniz. Eğer kendi algınız, karşınızdakinin vermek istediği mesaja uymazsa, bu algının etkisiyle verdiğiniz tepki, o iletişim sürecinde bazı sorunlar yaratabilir. Yine yukarıdaki örneği ele alın, arkadaşınız sizden bunu beklemediği halde defalarca özür dilemeniz o andaki iletişimde gerginlik ve sıkıntı yaratabilir. Etkili bir mesaj alışverişi için verilmek istenen gerçek mesaj açık olmalıdır.

Eğer aldığınız mesaj size çok net gelmiyorsa, "söylemek istediğin şeyi tam anlayamadım" gibi bir soru sorarak netleştirmeye çalışabilirsiniz. Ya da "ben senin söylediklerini şöyle algılıyorum" diyerek mesajı nasıl algıladığınızı karşınızdaki kişiye iletebilirsiniz.

Algı, bilişsel fonksiyonlarla gerçekleşen bir süreçtir. Algılama sırasında zihne gelen bilgiler bir takım süzgeçlerden geçirilir. Bu bilgilere biçim verilir ve isimlendirilir. Nesneleri bile, var olan bütün özellikleriyle oldukları gibi algılamayabiliriz. Algılama süreci sonunda belleğimiz algılanan şeyin aslına uygun fotoğrafını değil, bir reproduksiyonunu alır. Kısacası algılama, kişinin geçmiş yaşantısından, gelecekle ilgili beklentilerinden ve o andaki duygu ve düşüncelerinden etkilenen, kişiye özgü bir süreçtir. Hepimizin kamerası birbirinden farklıdır. İşte bu nedenle kişilerarası iletişimde algı farklılıkları ve bunların yarattığı sorunlarla sık sık karşılaşmaktayız. Bu sorunları ilişkilere zarar vermeyecek düzeye indirmek için, iletişim süreci içinde duruma ve verilen mesajlara ilişkin hem kendi algımızı hem de karşıımızdaki algısını netleştirmeye çalışarak, içeriğin ötesindeki süreci yakalayabilmek önemlidir.

3- Sözel olmayan iletişim yollarının kişilerarası ilişkilerdeki önemi büyüktür. Sözel olmayan iletişim; duruş, bakış, mimikler; jestler; ses tonu gibi ifade biçimlerini içerir.

İletişimde sözel olmayan ipuçları en az sözcükler kadar, hatta zaman zaman daha da etkili olabilmektedir. Bunlar bazen doğrudan mesaj vermek için kullanılır. Örneğin, birine öfkeli olduğunuzu onun gözünün içine dik dik bakarak belli etmeye çalışabilirsiniz. Bazen de sözel bir mesajı yorumlayabilmek için ona eşlik eden sözel olmayan ifade yollarına dikkat edilir. Örneğin, "seninle konuşmak istediğim şeyler var" gibi bir cümlenin ardında nasıl bir mesaj olduğunu, bunu söyleyen kişinin kullandığı sözel olmayan ifade yollarını (bakışı, ses tonu, mimikleri, duruşu, seçilen zaman) değerlendirerek yorumlamaya çalışırsınız. Bu ifade, öfkeli bir tartışmanın başlangıcını da gösterebilir, romantik bir konuşmanın ön hazırlığı da olabilir, o kişinin kendi özel sorunlarını sizinle paylaşmak istediği anlamına da gelebilir.

Davranış, kişilerarası ilişkilerde sözcüklerden daha fazla dikkate alınan bir ifade aracıdır. Sözel mesajlar gibi, sözel olmayan mesajlar da kişiye ya da duruma özgü algılandığı için yanlış yorumlanabilir.

Karşımızdaki kişinin davranışlarını algılama ve yorumlama biçimimiz onunla olan ilişkimizi etkiler. Yukarıdaki örnekte, kadının kuşkucu yaklaşımında ve yorumlarında ısrarlı olması ilişkide çatışma yaratabilir. Başka bir örnek vermek gerekirse; çekingen olduğu için duygularını dışa vuramayan ve insanlardan uzak duran biri çevresindekiler tarafından soğuk ve kibirli algılanabilir. Bu algıya bir gerçeğe inanır gibi inanmak da o kişinin dışlanmasına, uzaklaştırılmasına neden olabilir. Uzaklık devam ettiği sürece bu algı daha da pekişir. Ancak bu algınızın gerçeği yansıtıp yansıtmadığını anlamak için o kişiye yaklaşp tanımaya çalışırsanız, gerçek duygularını öğrenme fırsatınız olur ve bunun sonucunda algınız da değişir. Böylelikle ilişkinin biçimini değiştirme fırsatı doğmuş olur.

Herhangi bir durumu, nesneyi, sözel mesajı ya da bir bilgiyi gerçeğinden farklı algılama durumuna, "algı çarpıtması" ya da "çarpık algılama" adını veriyoruz. Bu durum, genellikle yetersiz veriyle yola çıkıp çabuk sonuca vardığımızda ortaya çıkabiliyor. Sözel davranışın doğru algılama için tek başına yeterli olmadığını daha önce vurgulamıştık. Aynı şekilde, sözel olmayan ipuçları da doğru algılama için yeterli değildir. Çarpık algılamalar hem kişinin kendisine, hem de ilişkilere zarar verebilir. Örneğin, yetersiz verilerden yola çıkarak, çevrenizdeki kişilerden aldığınız mesajları yanlış yorumlar ve "kimse beni sevmiyor" gibi bir sonuca varırsanız, bu algının olumsuz etkisiyle kendinizi diğer insanlardan uzak tutabilirsiniz. İlişkiye girmediğiniz için de sevgi alışverişinde bulunamazsınız. Bu durum değişmediği sürece her geçen gün inancınız daha da pekişir ve sonunda kendinize, kimsenin sizi sevmediğini kanıtlarsınız. Oysa başlangıçta bu, gerçeği yansıtmayan çarpık bir algıdır. Ancak ona inanıp kendinizi insanlardan uzak tutmanız sonucunda hem onlara hem de kendinize sevgi kanalını kapattığınız için

bu varsayım gerçeğe dönüşmüştür. Buna "kendini gerçekleştiren kehanet" diyoruz. Tanımlamak gerekirse; kendini gerçekleştiren kehanet, gerçeğin çarpıtılması sonucunda oluşturulan algının, zaman içinde gerçeği etkileyerek değiştirmesidir.

Çevremizdekileri tanımaya ve onların bize olan yaklaşımlarını değerlendirmeye çalışırken algılarımızın gerçeği yansıtabilmesi için, farklı yollarla gelen mesajlar arasından bazılarını seçmek yerine, olabildiğince fazla veri toplamak daha sağlıklıdır. Ayrıca çevremizdekilerin de bizimle ilgili algıları ne söylediklerimizle sınırlanmalıdır, ne de gösterdiklerimizle. Sözcüklerle beden dilinin birbiriyle uyum içinde olması, birbiriyle çelişen değil, birbirini tamamlayan mesajlar vermesi, çevremizdekilerin bizim için oluşturdukları algıların gerçeğe daha yakın olmasını sağlayacaktır.

BİR İHTİYAÇ OLARAK KİŞİLERARASI İLETİŞİM

Dünyaya gelişimizle birlikte bir öğrenme süreci içine gireriz ve ihtiyaçlarımızı karşılamak için keşfe çıkarız. Önce temel olan beslenme ve doyma ihtiyacımızı karşılamak için anne memesini keşfederiz. Bu dönemde her ne kadar kendimizi ve dünyayı bir bütün olarak algılasak da, ilk kişilerarası etkileşimimiz başlamıştır. İhtiyaçlarımızı karşılamak için kendimizin dışındaki bir varlıkla; anne ya da bir başka "bakıcı" ile etkileşime gireriz. Bu dönem içinde, hepimizin çok iyi bildiği açık bir mesaj alışverişi vardır. Çocuk, acıktığı zaman ağlayarak "acıktım" mesajını verir. Anne ya da ona bakan kişi mesajı alıp, bunu çocuğun acıktığı biçiminde yorumlarsa onu besler. Bu da anneden giden mesajdır. Doyurulan çocuk susarak anneye olumlu bir geribildirim verir. Çocukta reflekslerle başlayan bu iletişim kurma becerisi uygun davranışların öğrenilmesiyle gelişmeye devam eder.

İlk bebeklik döneminde yeme eylemi ve bu eylemden zevk alma, çocuğun yaşamındaki en önemli ihtiyaçtır. Kişilerarası iletişim ise bu ihtiyacın karşılanması

doğrultusunda bir araç olma önemi taşır. Ancak daha sonraki dönemlerde, kişilerarası iletişimin kendisi bir ihtiyaç olmaya ve kendi başına bir anlam kazanmaya başlar. Çocuk, ilk gelişim dönemindeki benmerkezci ve edilgen konumundan yavaş yavaş çıkar. Artık dünyadaki her şeyin, onun ihtiyaçlarını karşılamak için programlanmadığını anlamaya başlayacaktır. Bu süreç içinde çocuk bazı hayal kırıklıkları yaşamak durumundadır.

Örneğin, annesini ya da babasını her istediğinde yanında bulamaz. Hareket yeteneği ve hareket alanı genişlemiştir ancak kendini koruma becerileri henüz oluşmamıştır. Bedensel eylemi arttığı için, anne, baba ya da evdeki diğer kişiler de çocuğun çevresel tehlikelerden korunmasını artık eskisi kadar kontrol edememektedirler. Bu nedenle çocuk, zaman zaman çarpma, düşme gibi nedenlerle canının acıdığını hisseder. Doymak, zevk almak gibi duyguların yanı sıra; yoksunluk, acı çekmek gibi duyguların da var olduğunu öğrenen çocuk için dünya, yavaş yavaş kendi gerçeğini gösterir. Annesini ve babasını kendinden bağımsız kişiler olarak algılamaya başlar ve istediklerini alabilmek, ihtiyaçlarını giderebilmek için bir şeyler yapması gerektiğini, edilgen değil, etkin olması gerektiğini keşfeder. Farklı davranışların kişileri farklı biçimlerde etkilediğini gördükçe davranışlarını şekillendirmeye, repertuarına yeni davranışlar eklemeye devam eder. Örneğin, tuvalet eğitimi sırasında tuvaletinin geldiğini söylemesinin annesini sevindirdiğini, altını ıslatmasının da onu kızdırdığını fark eder. Bu geribildirimler sayesinde inisiyatifini kendi kendine davranış başlatma ve yönlendirme özelliği gelişir. Bu dönemde ihtiyaçların karşılanması ve bundan zevk duymanın yanı sıra, ihtiyaçların karşılanması sırasında diğer insanlarla etkileşim içinde olmak ve bu etkileşimden zevk almak da önem kazanır. Zihinsel gelişimle birlikte, devam eden kişilerarası etkileşimler içinde çocuk, diğer insanların da kendilerine özgü dünyaları olduğunu, kendilerine özgü farklı algıları olduğunu keşfeder ve kendi buluşlarını onların algılarıyla karşılaştırmaya başlar.

Gelişimimiz boyunca, sürekli olarak çevremizdeki diğer kişileri gözlemleriz. Nasıl olduklarını, bizi nasıl gördüklerini ve bize nasıl davrandıklarını inceleriz. Bu keşifler arasındaki kişilerarası etkileşim aynı zamanda bir kişilerarası öğrenmedir. Yaşamımızı devam ettirmek ve içinde yaşadığımız dünyaya uyum sağlamak için uygun davranış biçimlerini öğrenmeye çalışırız. Erken yaşlarda bu davranışlar anne-baba yardımı ile, daha sonra da arkadaşlar, öğretmenler ve diğer önemli kişilerin etkisiyle öğrenilir, geliştirilir. Toplum tarafından genel olarak onaylanmış davranış normları davranışlarımızın şekillenmesinde büyük önem taşır. Kendi algılarımızı diğer kişilerin algılarıyla karşılaştırırken, bunların bizim için önemi olan kişiler tarafından onaylanması ihtiyacını duyarız. Bazı gelişim kuramlarına göre, sosyal etkileşim, gelişimimizde ve kimlik oluşumunda en önemli etkidir. Etkileşim sırasında kendimiz hakkında çok şey öğreniriz.

Diğer kişilerin bize nasıl davrandıkları, onların bizi algılayış biçimi hakkında çok önemli ipuçlarıdır. Başkalarının bizi algılayış biçimi bizim kendimizle ilgili düşüncelerimize şekil vererek kendimiz için oluşturduğumuz benlik algısını etkiler. Benlik algımız ve kendimize verdiğimiz değer de karşılıklı olarak birbirini etkiler. Eğer kişilerle nasıl bir iletişim ve etkileşim içinde olduğumuz kendimiz için oluşturduğumuz imajı etkiliyorsa, kendimize verdiğimiz değeri de kaçınılmaz olarak etkiler. Örneğin, arkadaşlarınızın çoğu ile aranızın bozulduğu bir dönemde iseniz, kendinizi sorgulamaya, yargılamaya daha yatkın olursunuz ve kendinize olan güveniniz daha çabuk zedelenir. İlişkileriniz çok iyi gidiyor ise kendinizden hoşnut olmanız daha kolaydır. Kişilerarası iletişim kişiye benlik algısını, kendine verdiği değeri, kendine olan saygısını ve güvenini ölçme fırsatı verdiği için kişinin yaşamının çok önemli ihtiyaçlarından biri olma özelliğini taşımaktadır.

Eğer başkalarının bizi nasıl algıladığını bilmek bu kadar önemli ise, o zaman bunu öğrenmenin en sağlıklı yolunu bulmamız gerekmektedir. Bu da kişilerden dolaysız geribildirim almaktır. Hangi davranışlarımızın insanlarda hangi etkiyi

bıraktığını onlara sorarak hem onların bizim için oluşturdıkları algıyı netleştirebilme, hem de kendimizde değiştirmek istediğimiz bazı yönlerin farkına varma olanağı bulabiliriz. Başkalarından kendimizle ilgili alacağımız geribildirimler bizim benlik algımızı ve benlik saygımızı etkileyeceği için, bu geribildirimleri aldığımız kişilerin, dürüstlüğüne ve açıklığına güvendiğimiz insanlar olması önemlidir. Geribildirim bize aynadaki yansımamızı gösterir. Bir bakıma, diğer kişiler bize bir ayna tutarlar. Aynaya hangi tarafınızı gösterirseniz, o tarafınızın yansımalarını alırsınız. Bu nedenle insanlardan aldığımız geribildirim de onlara gösterdiğimiz yönümüzle ilgilidir. Kendimizi olduğumuzdan farklı gösterirsek, bu onlarda çarpık algıların oluşmasına yol açar. Oysa gerçek benliğimizi gösterdiğimizde gerçeğin yansımalarını görme şansımız olur.

Kişilerarası iletişim birçok farklı ihtiyacın giderilmeye çalışıldığı bir yaşam boyutudur. Bu ihtiyaçları; biyolojik, duygusal, düşünsel, sosyal gibi birbirinden kesin çizgilerle ayırmaya çalışmak yerine, şöyle özetleyelim: Varoluşumuzun tadını çıkarmak için başkalarının varlığını hissetmeye ihtiyacımız vardır.

İNSANLARDA İLETİŞİM

İnsan, jest ve mimikleri kullanan gelişmiş refleks ve içgüdülerinin yanı sıra dili de içine alan çok karmaşık öğrenilmiş davranışlarla iletişim yapan yegane varlıktır. Davranışlar doğuştan gelen, gelip geçici ve öğrenilmiş olarak üçe ayrılır. Öğrenilmiş davranışlar bireylerin toplum içinde doğduktan sonra iç ve dış çevrelerinden gelen uyarıcılarla iletişimini etkileşim sonucu edindikleri nispeten kalıcı davranışlardır. Bunlar ikiye ayrılır:

- a) Toplumca arzu edilen davranışlar,
- b) Toplumca arzu edilmeyen davranışlar.

Toplumca arzu edilen davranışlarda da uyum gösterme isteği söz konusudur.

İnsan etkileşim dinamiğini açıklamada beş temel varsayım öne sürülmektedir:

1) İletişim kuramamak imkansızdır. Hiçbir şey yapmamak dahi anlamlı bir mesaj oluşturur ve iletişime girer.

2) İletişimin içerik ve ilişki düzeyleri vardır. İlişki düzeyi içerik düzeyine anlam verir. Kişi öğretmeninden kalem isterken farklı, arkadaşından isterken farklı cümleler kuracaktır. İkisinde de anlam içerik aynıdır.

3) Mesaj alışverişindeki dizinsel yapı anlamı oluşturur. Kurulan cümlede yükleme en yakın kelime vurgulanmak isteniyor demektir.

4) Mesajlar sözlü ve sözsüz olarak iki tiptir. İçerik iletişiminde sözlü mesajlar ilişkiyle ilgili tutum ve tercihlerde, anlatımda ise sözsüz mesajlar etkili olurlar. Mantıksal mesajlar sözlü, duygusal mesajlar sözsüz olurlar.

5) İletişimi kuran kişiler eşit veya eşit olmayan ilişki içindedir.

KİŞİLERARASI İLETİŞİMİN ALGIDAKİ YERİ

İletişim kurmanın ilk adımı karşımızdaki kişi için bir izlenim oluşturmaktır. Bu izlenim, o kişiye olan davranış ve tepkilerimizi yönlendirir ve onunla olan iletişimimizin niteliğini niceliğini etkiler. İlk izlenimlerin oluşmasında, daha önceden zihninizde şekillenmiş olan şemalar önemli bir rol oynar. Şema; nesneler, kişiler, olaylar, roller hakkındaki inanç ve duygularımızın kategoriler halinde biriktirilerek organize edilmiş zihinsel örüntüleridir. Zihin, sınıflamalar yoluyla çalıştığı için aldığımız her bilgiyi bir kategoriye yerleştirme ihtiyacı duyarız. Örneğin, gözünüz kapalıyken birisi ağzınıza bir nesne verse, önce bunun yenebilecek bir şey olup olmadığını anlamaya çalışır, yenebilir olduğundan emin olduktan sonra da hangi yiyecek sınıfına ait olduğunu keşfetmek istersiniz. Yediğiniz şeyi daha iyi tanıyabilmek için, tat alma duyunuzu kullanarak onu alt

kategorilere yerleştirmeye devam eder ve sonunda ona, ulaşabildiğiniz en alt kategorinin ismini verirsiniz.

Örnek :

NESNE----->YİYECEK----->MEYVE----->ELMA----->EKŞİ ELMA

İlk izlenimlerin şemalardan etkilendiğinden söz etmiştik. şemaların etkisiyle oluşan beklentiler sonucunda ilk izlenimler bazı gizli önyargılar taşıyabilir.

Örneğin, "sarışınlar aptaldır" gibi bir şemanız varsa, bu sizin sarışın biriyle ilk karşılaşmanızda onun için oluşturduğunuz izlenimi etkileyebilir. Sosyal psikoloji araştırmalarında ilk izlenimlerin kişilerle ilgili yorum ve beklentileri önemli ölçüde etkilediği bulunmuştur. İlk izlenimlerin gücü elbette şemaların gücünden gelmektedir. Zihinsel şemalar değişmeye oldukça dirençli olmalarına karşın değişme potansiyeline sahiptirler ve yeni şemaların oluşması eskileri değiştirebilir. Kişilerarası ilişkilerde iletişim devam ettikçe değerlendirme de devam eder. Buna bağlı olarak, kişilerle ilgili algılar da zaman içinde değerşebilir. Örneğin, boşanmak için mahkemede bir araya gelen çiftler, bir zamanlar birlikte yaşama isteğiyle nikah salonunda bir araya gelmiş kişilerdir.

İlk izlenimlerin olumlu ya da olumsuz yönde değerşebileceğini göz önünde bulundurmak ve bunları gerçekçi değerlendirmelerle yeniden test etmek bize, kişilerarası ilişkilerde daha dikkatli seçim yapma; daha az hayal kırıklığına uğrama; daha esnek olma şansı tanıyacak, böylelikle de sağlıklı ve etkili iletişimlere zemin hazırlayacaktır.

Kişilerarası algı, iletişimin temelini oluşturur. Algıların gerçeği yansıtması için, şemaların gücünün farkında olmak ve bunların doğeruluklarını sık sık test etmek gerekir. Eğer kişilerarası iletişimde özenli değerlendirmeler yaparsak, yeni bilgileri eski bilgi kategorilerine eklemekle yetinmek yerine, kişilerin kendilerine özgü gerçeklerini yakalama şansımız olur.

İNSAN İLETİŞİMİNDEKİ DÖNEMLER

1) Ana rahmindeki dönem: Doğmadan önceki 40 hafta. Gerek zigot gerekse fetus halindeyken halindeyken bile çocuğun ana karnıydayken çevresiyle iletişimde bulunmaktadır. Bu sırada çocuk, annenin yaşantılarından doğrudan doğruya veya dolaylı olarak etkilenir. Bu dönemde kişi içi iletişimin gelişmemiş hali egemendir.

2) Yeni doğmuşluk dönemi: Doğuştan sonraki ilk 12 haftadır. Çocuk bu devrede donkunma, duyma, görmeyle ilgili uyarıcılara cevap vermeyi öğrenir. Kişi içi iletişimi etkili olarak devam eder ve gelişir.

3) Bebeklik dönemi: 3-24 aylar. Baş, göz, el, gövde, parmak hareketlerinde gelişmeler devam eder. Yirmi dört'üncü ay içinde konuşma yoluyla iletişim başlar.

4) İlk çocukluk dönemi: 2-5'inci yıllar. Bu dönemde bireyler arası iletişim gelişir. Ancak burada daha çok anababa, yakınakrabalarla bu ilişki oluşur.

5) İkinci çocukluk dönemi: 6-18'inci yıllar. Karşı cinsten kimselerle birşeyler ve bireyler arası iletişim gelişir. Ayrıca grupların üyeleriyle iletişim başlar.

6) Yetişkinliğin ilk dönemi: 19-30'uncu yıllar. Bu dönemde her türlü karmaşık iletişim çeşitleri gelişmiştir. Birey içinde değişik roller alma ve çeşitli kurallara uyma zorunluluğundadır. Bu dönemde kendinden yukarı yaşlarla iletişim egemendir.

7) Yetişkinliğin orta dönemi: 30-45'inci yıllar. Kendinden küçüklerle ve çocuklarla iletişimin en ileri olduğu dönemdir. Duygulayıcı ve iletici rolünden dah büyük sorumluluklar almaya geçiş dönemidir.

8) Yetişkinliğin son dönemi: 45-60'ıncı yıllar. Bilgi edinme ve öğrenmenin yerine bilgi verme, öğretme, yönetme, yükmetme geçiş yaşanmaktadır. Bireylerin karar verici gruplar halinde içinde bulunduğu dönemdir.

9) Emeklilik dönemi: 65-80'inci yıllar. İktidarı terketme ve karar vericilikten çekilme dönemidir. Hayatın sonuyla ilgili filozofik düşüncelerin geliştirildiği dönemdir. Olayların bütün olarak ele alındığı ve değerlendirildiği dönemdir.

10) Yaşlılık dönemi: 80 yıldan sonrası. Bu dönemde özellikle ilk anılara önem vererek geçmişte olanlar düşünülür.

Karşınızdaki kişi kim olursa olsun, hakkında bir yargıya varmadan onu iyi anlayalım ve çok boyutlu düşünmeyi ihmal etmiyelim. Kısacası karşıdaki insanın ayakkabılarını giyerek birde o taraftan bakalım. İşte o zaman dünyaya ve insanlara bakışımız değişik bir boyut kazanacaktır.

TEMEL İLETİŞİM BECERİLERİ

İnsan yaradılışı nedeni ile tek başına yaşayamaz. Varlığını sürdürebilmek için geçmişten bu yana sürekli diğer insanlara ihtiyaç duymuştur. Diğer insanlarla birlikte olabilmenin en önemli aracı ise iletişimdir. Bu nedenle iletişim, varolmak ve yaşamak için beslenmek kadar doğal ve kaçınılmazdır. Kendimizi, çevremizi, ait olduğumuz toplumu anlamamız için etkin iletişim şarttır. Günümüzde ortaya çıkan

başta kişiler arası ilişkilerdeki sorunlar ve bu sorunlara bağlı ortaya çıkan pek çok psikolojik bozukluğun temelinde iletişim becerilerindeki eksikliğin yattığı söylenebilir.

Temel iletişim becerileri üç kısımdan oluşur:

A. DİNLEME

Dinlemek, yeni ilişkiler kurmak ve varolan ilişkilerimizi sürdürmek için gerekli bir beceridir. Karşınızdaki kişiyi dinliyorsanız onların ne istediğini ve onların neyin incittiğini ya da neyin sinirlendirdiğini biliyorsunuzdur. Dinlemek bir sorumluluk ve saygı belirtisidir. Diğer kişilerin nasıl hissettiğini ve dünyayı nasıl gördüğünü anlama sorumluluğudur. Dinlediğiniz kişiye şu mesajı verirsiniz: "Sana ne olduğunu umursuyorum, hayatın ve yaşantıların önemli." Böylece dinlediğiniz insanlar genellikle sizi severek ve size değer vererek karşılık verirler.

Sözel İletişimde Dinlemenin Önemi

Dinlemek, mesaj alışverişinde çok büyük önem taşıyan bir süreçtir. Çünkü zamanımızın büyük bir bölümünü mesaj vermekten çok almakla geçiririz. Alınan mesajı sonuna kadar dinlemeden değerlendirmeye ve sonuca varmaya çalıştığımızda da iletişim sorunlarıyla karşı karşıya kalırız. Bazen de dinlediğimizi sanır ya da dinliyor gibi görünürüz ancak bu sürenin büyük bir bölümünü zihnimizde uyanan çağrışımlara ve karşımızdaki kişiye/kişilere söyleyeceğimiz şeylerin hazırlığına ayırırız. Aslında düşünme hızı konuşma hızından çok daha fazladır. Bu nedenle, bir konuşma sırasındaki sözcük aralarında ve duraklamalarda düşüncelerimiz küçük gezintilere çıkabilir. Gezintiler kısa olduğu sürece konuyu yakalama şansı vardır. İletişimde problem yaratan, uzun ya da dönüşü olmayan gezintilerdir. Anlamanın ancak çeşitli olasılık düzeylerinde olabileceğini vurgulamıştık. Bu olasılığı arttıran basamaklardan ilki dinlemektir.

Gerçek dinleme konuşurken sessiz kalmaktan ibaret değildir. Gerçek dinleme şu 4 niyete dayanır:

1. Birini anlamak
2. Birini eğlendirmek
3. Bir şey söylemek
4. Yardım etmek ya da avutmak

Dinlemenin Önündeki Engeller

1. Karşılaştırma: Karşılaştırma konuşma esnasında sürekli kimin daha gösterişli, daha yetenekli, duygusal olarak daha sağlıklı olduğu gibi birtakım kişisel özellikleri değerlendirmedir- siz mi yoksa diğer kişi mi? Konuşulanlardan fazla bir şey anlamazsınız çünkü daha iyi olup olmadığınızı anlamaya çalışmakla meşgulsünüzdür.
2. Akıl okuma: Akıl okuyan kişi insanların ne dediğine dikkat etmekten ziyade diğer kişinin gerçekten ne hissettiğini ve düşündüğünü görmeye çalışır. Genellikle söylenenlere güvenmez.sözcüklerden çok ses tonuna ve gizli işaretlere dikkat eder. "Bahse girerim ki benim salak olduğumu düşündü.", "Utangaçlığım yüzünden pes etti." gibi.
3. Tekrarlama: Ne söyleyeceğimizi içimizden tekrar etmektir. Böylece kişinin dinlemeye vakti olmaz. Kişi bütün dikkatini bir sonraki yorumunu hazırlamaya yönelir.
4. Süzgeçten Geçirme: Bazı şeyleri dinlemek bazılarını ise dinlememektir. Sadece öğrenmek istediğiniz konu ile ilgili şeyi anlamaya yetecek kadar dinlersiniz. Bir kadın oğlunun okulda kavga edip etmediğini öğrenecek kadar oğlunu dinler, etmediğini duyduğunda rahatlar ve dinlemeye devam etmez.
5. Yargılama: Bir kişiye ilişkin aptal ya da yetersiz olduğuna ilişkin önyargınız var ise onun ne söylediğine dikkat etmezsiniz. Dinlemenin

temel kurallarından biri yargılamaların, dinlendikten ve iletinin içeriğini değerlendirdikten sonra yapılması gerektiğidir.

6. Düşüncelere Dalma: Yarı dinleme anında iken karşıdakinin söylediği bir şeyin aniden bir özel çağrışımlar zincirine yol açmasıdır. Söylenen tek bir kelime sizi geçmişe götürebilir bu da karşıdakini duymanızı engeller. Sıkıldığınızda ya da kaygılı olduğunuzda bu eğilim artar.
7. Özdeşleştirme: Bir kişinin size söylediği her şeyi alır ve kendi deneyimlerinize bağlantısını kurarsınız. Onlar size dış ağrısından söz eder ama siz kendi dış ameliyatınızı hatırlar ve onunla meşgul olursunuz.
8. Öğüt Verme: Dinleyenin her zaman yardıma ve önerilere hazır olmasıdır. Kişi "büyük sorun çözücüdür". Doğru öğüdü bulmadan önce birkaç cümle duymak yeterlidir. Bu noktada dinleyen duyguları gözden geçirir, bu da kişiyi yeterince anlamasını engeller.
9. Ağız Kavgası Yapma: Bu engelde insanlarla atışır ya da tartışırsınız. Söylenilenlere çok çabuk karşı çıkarsınız. Aslında dikkatinizin büyük kısmı karşı koyacak şeyler bulmaya yönelmiştir.
10. Haklı Çıkma: Haklı çıkma hatalı duruma düşmemek için her şeyi yapacağınız anlamına gelir (bağırarak, bahaneler bulmak, çarpıtmak gibi).
11. Konu Değiştirme: Aniden konunun değiştirilmesidir. Konudan sıkıldığınızda ya da rahatsız olduğunuzda konunun yönünü değiştirirsiniz.
12. Rahatlatma: "haklısın", "doğru", "kesinlikle", "inanılmaz" gibi ifadeler kullanılarak destekleyici, nazik ve cana yakın davranılmasıdır. İnsanların sizi sevmesini istersiniz, o yüzden herkesi onaylarsınız. Genel anlamı görece kadar dinliyor olabilirsiniz ama gerçekten ilgilenmiyorsunuzdur.

Etkili Dinleme İçin 4 Adım

1. Etkin Dinleme

Dinlemek ağzınızı hiç açmadan sessizce oturmak değildir. Dinlemek sizin katılımızı gerektiren aktif bir süreçtir. Konuşmanın anlamını tam olarak kavrayabilmeniz için sorular sormanız ve geri bildirim almanız gereklidir. Etkin bir şekilde dinlemenin yolları ise şunlardır:

- Açıklama: Birinin söylediklerinden ne anladığınızı kendi sözcüklerinizle ifade etmektir. Açıklama için şu sözler kullanılabilir: "Şunu söylediğini duyuyorum....", "Başka bir deyişle...", "Yani temel olarak şunları hissettin..." gibi.
- Açıklık getirme: Resmin bütününe görene kadar sorular sormak anlamına gelir. Ne kadar çok bilgi edinirseniz konu ile ilgili o denli karşıdaki kişiyi anlarsınız. Açıklık getirme de dinleme sırasındaki odak noktanızı netleştirir. Şu mesajı verir: "Seni tanımak ve anlamak için çaba göstermeye istekliyim."
- Geribildirim: Söylenenleri anladınız, onlara açıklık getirdiniz ve anladığınızı umuyorsunuz. Bu noktada konu ile ilgili yargılamadan ne hissettiğinizi ne düşündüğünüzü karşı tarafa iletebilirsiniz. Geribildirim, diğer kişinin kurduğu iletişimin etkisini anlamasını sağlar. Geribildirimde önemli olan anında, dürüstçe ve destekleyici olmasıdır.

2. Empati Kurarak Dinleme

Empati, bir kişinin kendisini karşısındaki insanın yerine koyarak onun gözleri ile dünyaya bakabilmesidir. Karşıdaki kişinin duygu ve düşüncelerinin anlaşılması da diyebiliriz. Burada önemli bir nokta karşıdaki kişiyi anladıktan sonra kişiye bunu iletebilmektir. Bunu gerek sözel gerekse beden duruşu, mimik sözsüz tepkilerimizle gösterebiliriz.

3. Açıklıkla Dinleme

Hata bulmaya çalışmadan yargılamadan dinlemektir.

4. Farkında Olarak Dinleme

İki yolu vardır. Birincisi söylenenleri tarih, insanlar ve yöntemlerle ilgili olan kendi bilgilerinizle karşılaştırmaktır. İkinci yolu ise uygunluğu dinlemek ve gözlemlemektir. Yani kişinin ses tonu, vurguları, yüz ifadesi ve duruşu konuşmanın içeriğine uygun mudur? Örneğin birisi size babasının öldüğünü gülümseyerek söylüyorsa burada bir uyumsuzluk durumu söz konusudur. Böyle bir durumda bu uyumsuzluk hakkında geribildirim vermek gerekir. Görmezlikten gelmek çelişkili ve eksik bir mesajı kabul ediyorsunuz demektir.

5. İyi Bir Dinleyici Olmanın Yolları

- göz temasını iyi koruyun
- hafifçe öne doğru eğilin
- başınızı sallayarak ve ya açımlayarak konuşmacıyı takviye edin
- sorular sorarak konuya açıklık getirin
- dikkat dağıtıcı şeylerden etkin bir şekilde uzaklaşın
- kızgın yada yıkılmış olsanız da söyleneni anlamak için çabalayın

B. KENDİNİ AÇMA

Kendini açma kısaca karşıdaki kişiye kendinizle ilgili bilgi iletmektir. Çoğu kişi için kendini açma korkutucu gelebilir. Çünkü reddedileceğinizi ya da onaylanmayacağınızı düşünürsünüz. Oysaki kendini açma ilişkileri heyecanlı hale getirir ve yakınlık sağlar. Açıklık getirir ve hareketlendirir.

1. Kendini Açmanın Ödülleri

- Kendinizi daha iyi tanırırsınız: Düşünceleriniz, duygularınız ve gereksinimleriniz genellikle siz onları sözcüklere dökene kadar belirsiz ve üstü kapalı kalır. Kendinizi sözcüklerle ifade etmek duygu ve düşüncelerinize renk ve şekil verir.

- Daha yakın kişisel ilişkiler kurarsınız: Kendiniz ve diğer kişi için gerçek benliklerinizi açığa çıkarmak ilişkiyi derinleştirir.
- İletişiminizi geliştirir: Açığa vurma açığa vurmaya besler. Kendinizi başkalarına açarsanız onlar da karşılık olarak size açılmaya cesaret ederler.
- Daha hafif suçluluk duygusu yaşarsınız: Yaptığınız yada düşündüğünüz şeyi açığa vurma suçluluk duygusunu iki şekilde hafifletir: 1. suçunuzu gizli tutmak için daha fazla enerji harcamak zorunda kalmazsınız. 2. suçluluk hissettiğiniz şey açığa çıktığında ona daha tarafsız şekilde bakabilirsiniz.
- Daha fazla enerji: Kendinizle ilgili bilgileri gizli tutmak enerji gerektirir.

2. Kendini Açmanın Önündeki Engeller

- toplumsal önyargı, toplum tarafından hoş karşılanmaması
- reddedilme korkusu
- cezalandırılma korkusu
- arkanızdan konuşulması korkusu
- birilerinin sizi kullanacağı korkusu
- kendinizi tanıma korkusu

C. İFADE ETME

Diğer insanlarla iletişimimiz 4 alt sınıfa ayrılabilir:

1. Gözlemler: Duyularınızın size söylediklerini bildirmek anlamına gelir. Hiçbir tahmin, çıkarım yada yargı yoktur. Gözlemler kişinin ne gördüğüne, ne okuduğuna ya da kişisel olarak ne yaşadığına bağlıdır. Örnek: "eski adresim cumhuriyet caddesiydi.", "bu sabah tost makinesini bozdum."

2. Düşünceler: Duyduklarınızdan, okuduklarınızdan ve gözlemlerinizi çıkardığınız sonuçlar ve çıkarımlardır. Örnek: "başarılı bir evlilik için bencil olmamak gerekir." (inanç), "onunla görüşmeyi bırakmakla hata ettin." (yargı), "bence evren sonsuza dek patlamaya ve çökmeye devam edecek." (kuram).
3. Duygular: İletişimin en zor kısmı duyguları ifade etmektir. Bazı kişiler duygularını anlamak istemezler. Duyguları ortaya çıktığı zaman rahatsız olurlar. Kızgınlık en çok engellenen duygudur, çünkü dinleyicinin benlik saygısını tehdit eder. Oysaki duygular sizi eşsiz ve özel kılan şeylerin en büyük parçasını oluşturur. Paylaşılan duygular yakınlığın temelidir. Örnek: "seni hayal kırıklığına uğrattığımı hissediyorum be bu beni gerçekten üzüyor." "seni gördüğümde mutlu oluyorum. Bu inanılmaz duygu telaşını hissediyorum."
4. Gereksinimler: Sizin ne istediğinizi sizden başka kimse bilemez. Ancak gereksinimlerinizi ifade etmeye karşı olan ciddi kararlarınız olabilir. Çevrenizdekilerin sizin isteklerinizi önceden tahmin edecek duyarlılığa sahip olmasını ümit edersiniz. "beni sevseydin neyin yanlış gittiğini görürdün." İfadesi çok yaygın bir varsayımdır. Her iki kişi açık bir şekilde ifade ettiği zaman ilişkiler değişir, uyum gösterir be büyür. Örnek: "saat 7'den önce evde olur musun? Sinemaya gitmeyi çok istiyorum." "bana biraz sarılır mısın?"

Tam iletiler dört çeşit ifadenin hepsini içerir: gördükleriniz, düşündükleriniz, hissettikleriniz ve gereksinim duyduklarınız. Yakın ilişkiler tam iletiler üzerine kurulur. Siz bütün yaşadıklarınızı paylaşmadığınız sürece insanlar sizi gerçekten tanıyamaz.

Etkili İfadenin Kuralları

◇ İletiler dolaysız olmalı. Kendini etkili bir şekilde ifade etmenin ilk koşulu neyin ne zaman söyleneceğini bilmektir. Bu da insanların sizin ne düşündüğünüzü ya da ne istediğinizi bildiklerini varsaymamak demektir.

◇ İletiler anında olmalı. İncinmiş ya da kızgın iseniz ya da bir ihtiyaç içindeyseniz iletişimi ertelemek genellikle duygularınızı şiddetlendirecektir. O an ertelediğiniz ifade daha sonra saldırgan bir şekilde iletilecektir. Yaşadığınız öfke patlaması ilişkinizi zedeleyecektir.

◇ İletiler açık olmalı. Açık bir ileti düşüncelerinizin, duygularınızın, gereksinimlerinizin ve gözlemlerinizin eksiksiz ve doğru bir yansımasıdır.

◇ İletiler dürüst olmalı. İletişimin gerçek amacı ile belirtilen amacının birbiriyle aynı olması anlamına gelir. Gizli niyetler yakınlığı engeller.

KİŞİLERARASI İLETİŞİMDE DİLİN KULLANIMI

Piaget'nin zihinsel gelişim kuramına göre, çocuk erken gelişim dönemlerinde benmerkezci bir bakış açısı içindedir. Kendisi dışındaki insanların da dünyayı kendisi gibi algıladığını ve anladığını düşünür. Bu nedenle de çevresindekilerden, onun kendine özgü dilini anlamalarını bekler. Her ne kadar biz bunu çocukluk döneminin bir özelliği olarak değerlendiresek de, bu eğilimin bir kısmı yetişkinliğe de taşınmakta ve kişilerarası iletişim sorunlarına zemin hazırlamaktadır.

Bu bölümde, kişilerarası iletişimin konuşma olarak adlandırılan sözel biçimi ve bu iletişim sürecinde ortaya çıkan sorunlar üzerinde duracağız.

Konuşma, kişilerarası iletişimde belli anlamlar yüklenmiş sembollerden oluşan, dil dediğimiz bir sistemin kullanılmasıdır. İletişimi, mesaj alışverişinin sürdüğü bir süreç olarak tanımlamıştık. İnsanlara özgü sözel iletişimde yapılan da anlam alışverişidir. Aynı dili konuşan insanlar karşılıklı bir fikir birliği içinde belli anlamların yüklendiği çeşitli semboller ve sesler kullanırlar. Bu semboller, dünyanın algılanmasında "kişilerarası bir ortaklık" kurma ihtiyacı ile gelişmiştir. Dilbilimciler, dil ve dilin temsil ettiği gerçek arasındaki ilişkiyi "harita" ile "bölge" arasındaki ilişkiye benzetirler. Burada bölge gerçeği temsil ederken, harita da bu gerçeği sembolize eden anlamların yüklendiği bir araçtır. Dilin kendisi bir gerçek olmadığı, yalnızca anlam sembollerinden oluşan bir sistem olduğu için de kişilerarası ilişkilerde dilden kaynaklanan bazı sorunlar yaşanmaktadır.

Sözcüklere baktığınızda genellikle sözcüklerin çoğunun birden fazla anlamı olduğunu görürsünüz. Kaldı ki sözcüklere yüklediğimiz anlamlar için sözlükler de bazen yetersiz kalır. Sözcükler hakkında gerek kendi deneyimlerimiz, gerek başkalarının deneyimleri yoluyla bazı duygular, düşünceler ve yorumlar oluştururuz. Örneğin, "anne", "savaş", "başbakan" gibi sözcükler kişiler için sözlükteki karşılıklarını aşan anlamlar taşır. Eğer "anne" sözcüğünün sizin içinizdeki anlamı "sıcak", "şefkatli", "koruyucu" gibi nitelemeler içeriyorsa, anne sözcüğü sizde olumlu duygu ve düşünceler çağrıştırır. Bu durumda, birisinin size "anne gibisin" demesi hoşunuza gidebilir. Oysa "anne" sözcüğü için "uzak", "soğuk", "eleştirici" gibi olumsuz nitelemeler taşıyan bir algı oluşturmuşsanız, bu sözcük sizde olumsuz duyguları çağrıştırabilir ve "anne gibisin" benzetmesine öfkelenebilirsiniz. Anne ile hiç deneyimi olmamış birisi içinse bu sözcük hiçbir şey ifade etmeyebilir.

Sözcüklere yüklenen anlamlar kişiden kişiye değişebileceği gibi, aynı kişi için anlamların niteliği ve yoğunluğu da deneyimlere bağlı olarak değişebilir. Örneğin, savaşın içinde yaşamış biri için "savaş" sözcüğüne yüklenen anlamlar ve bu sözcüğün uyandırdığı duygular savaş öncesine göre çok farklı olabilir. Kısacası sözcükler ve ifadeler, onları kullanan kişilerin kafasında dilbilimsel anlamlarını aşan anlamlarla donatılmışlardır.

Aslında mükemmel bir sözel iletişim biçimi yoktur, çünkü dilin kendisi bir genellemeler sistemidir ve yetersiz bir iletişim aracıdır. Bu nedenle kişi, yaşama ilişkin varsayımlar oluştururken, dilin genelleme tuzaklarına düşerek yanılgıya uğrayabilir. Buna paralel olarak, konuşulanı anlama da ancak çeşitli olasılık düzeylerinde gerçekleşebilen ve hiç bir zaman tamamlanamayan bir süreçtir. Sonuç olarak, dilin yetersizlik özelliği kolaylıkla kişilerin birbirlerini yanlış anlamalarına yol açabilir. Kişiye düşen ise, hiçbir şeyin tam ve mükemmel olmadığı dünyada, var olanı kendi adına daha iyi kullanmak; başka kullanıcıların ve kullanım farklarının olduğunu da unutmamaktır.

İLETİŞİM TÜRLERİ VE ÇATIŞMALAR

1) Kişi içi iletişim ve çatışma: Bir insanın düşünmesini, duygulanmasını, kişisel ihtiyaçlarının farkına varmasını içgözlem yapmasını, rüya görerek kendi içinden mesaj almasını ya da kendine sorular sorarak bunlara cevaplar üretmesini bir iç iletişim olarak görebiliriz. İki insan arasında gerçekleşen iletişim benzeri tek bir insan içinde de gerçekleşebilir. Mesaj üretmekle yorumlamak kişi içi iletişimdir.

2) Kişiler arası iletişim. Mesaj gönderenin başka, gönderilenin başka insanlardan oluştuğu iletişimdir. Mekan ve zaman birliği olmalıdır. Kişiler arası iletişim sözlü ve sözsüz olarak ikiye ayrılır. Sözlü iletişim dil ve dil ötesi şeklinde olur. Sözsüz iletişim yüz ve beden bedensel temas, mekan kullanımı şeklinde olur.

3) Örgüt içi iletişim ve çatışma: Örgüt içinde görev alan kişilerin önceden tanımlanmış bir takım rollere girerek hiyerarşik bir düzen içinde bu rollerinin gereğini yerine getirerek, iletişimde bulunmaları örgüt içi iletişime girer. Örgüt içi çatışmalar ise genelde rol çatışmaları ve alt üst ilişkilerinden doğar. Kendi yönetiminde olmayan bir personel ya da birimi bir yönetici kendi hizmetinde esas sorumludan gereken izni almadan kullanması ilgili kişiyi hiçe saymak ya da o kişiyi tanımamaktır. Böyle bir durumda yapılan işler birbirine karışmakta ve esas yapılması gereken iş aksamaktadır. Aynı zamanda fikri alınmayan yönetici bir çatışma yaşamaktadır. Ve bu çatışmayı farklı şekillerde dışa da yansıtabilmektedir.

4) Kitle iletişimi ve çatışma: Bir takım bilgilerin sembollerin, bir takım hedefler tarafından üretilmesi geniş insan topluluklarına iletilmesi ve bu insanlar tarafından yorumlanması sürecine kitle iletişimi denir. Kaynak ve hedef arasındaki kanallara ise kitle iletişim araçları denir.

İletişim çatışmalarını farklı bir açıdan ise şöyle açıklamaktayız:

1) Aktif çatışma. Burada düşünülen şu olmaktadır. "Kötü adam ne söylese kötüdür." Karşı karşıya geline kişilerin birbirilerinden hoşlanmamaları, birbirilerine kızmaları durumunda aktif çatışma ortaya çıkar.

2) Pasif çatışma: Küsler diyalogu olarakta anılır. Burada insanlar herhangi bir sebepten ötürü örneğin, çekindikleri için veya kötü oldukları için ilişki kurmaktan çekinirler. Yani birlikte yaşayan insanların birbirleriyle iletişim kurmamaları bir tür çatışmadır.

3) Varoluş çatışması: Ben sandımki! Bir insan karşısındakinin sözlerini yanlış anlarsa ya da onun sözleriyle ilgisi olmayan bir mesaj verirse bu duruma varoluş çatışması adı verilir.

4) Tümden reddetme: Eğer bir kişi kendisine yöneltilen mesajı tümüyle reddeder tamamen aksi görüş sunarsa tümden reddetme atışması sergilenmiş olur.

5) n yargılı çatışma: ya da ben kararımı çoktan verdim: Bu tür çatışmada kişiler belli bir konuda tartışmaya başlamadan önce o konuda bir önyargı, bir peşin hüküm edinmişlerdir. Tartışma sırasında ısrarla bu önyargılarını savunurlar. Tartışma onların başlangıçta sabit olan fikirlerini herhangi bir şekilde etkilemez.

6) Yoğunluk atışması: ya da Haklısın ama: İki kişinin görüşleri arasında kısmen uyuma olması halinde yoğunluk atışması oluşur.

7) Kısmi algılama atışması: ya da Bunu da mı demiştin: Eğer bir kişi karşısındaki kaynaktan kendisine gönderilen mesajlardan ancak bir kısmını algılar diğerlerini algılamazsa bu durumda kısmi algılama atışması ortaya çıkar.

8) Alı koyma atışması: ya da Anlatamadım galiba: Bu çatışmada kişi karşısındaki kaynaktan kendisine gönderilen mesajı tam olarak anlar fakat, üçüncü kişiye tam doğru olarak iletmez. Aktarmayı eksik ya da çarpıtılarak gerçekleştirir.

KİŞİLER ARASI İLETİŞİM ÇATIŞMALARININ NEDENLERİ



1) Bilişsel: Gördüklerimizi, işittiklerimizi zihnimize bunlara verdiğimiz anlamları, unuttuklarımızı, hazırladıklarımızı, kendimiz ve çevremize ilişkin getirdiğimiz kalıp ve düşünceler şemalar kuracağımız iletişimleri büyük ölçüde etkiler.

2) Algı: Algı duyu organlarının beynimize ulaşan verilerinin örgütlenmesi, yorumlanması, anlamlandırılması sürecine verilen addır. Algıda oluşacak bir bozukluk iletişim çatışmalarında önemli bir rol oynamaktadır.

3) Duygu: Vücutta gözlenen değişikliklerle tanımlanır. Bireyin içinde bulunduğu duygu durumuna göre iletişimi sağlıklı kurabilir ya da kuramaz. Çünkü duyguları kişiyi olaylara karşı nasıl bakacağını büyük ölçüde belirlemektedir.

4) Bilinç dışı: İnsanların bilinç dışlarında bulunan duygular, çatışmalar, bunlar görünürdeki kişi davranışlarını duygularını düşüncelerini yönlendirir.

5) İhtiyaçlar: İnsanlarla kurulan ilişkilerin ve yaratacağımız çalışmaların niteliğini belirleyen ihtiyaçlarımızdır.

6) İletişim becerisi: İnsanlar iletişim sırasında yaptıkları hataları gösterir, nasıl iletişim kurması konusunda bilgi verirsek, iletişim çatışmalarına girme olasılığını

önleriz. Uygun eğitim verilmesi halinde kişiler karşılarındaki insanların duygusal durumlarını, içerisinde bulundukları durumları daha iyi anlayabilmektedirler.

7) Kişisel faktörler: Cinsiyet, fiziksel görünüm, tutumlar. Burada iletişime geçilen insanların bulundukları konum büyük önem taşımaktadır. Örneğin görme engelli bir insanla konuşurken ya da bir şey tanıtırken insanlar bu insanlarla herhangi bir göz teması olmadığı için seslerini yükselterek konuşmakta, görme engelli kişinin sağından solundan çekiştirmektedir.

8)Kültürel faktörler: Kurallar, dil, din... İçinde yaşanılan toplumun ortaya koyduğu kurallar büyük iletişim çatışmalarına yol açmaktadır. Görmeyenlerin henüz eğitilmedikleri dönemde hafızlık yaparak geçimlerini sağlarlarmış bu söylence günümüzde eğitiminin son noktasına yaklaşmış insanlara seslenirken "hafız" diye seslenilmekte ve bir genelleme yapılarak görmeyenin ayırtedici özelliklikleri bir kenara bırakılarak işin sadece dinsel kısmı vurgulanmaktadır.

9) Roller: Grup içinde belli bir pozisyonda bulunan kişilerden beklenen davranışlara rol adı verilir. Mesleki ve sosyal roller olarak ikiye ayrılır.

10) Sosyal ve fiziksel çevre: Farklı ortamlarda olayları farklı algılar farklı tepkilerde bulunuruz.

11) Mesajın niteliği: Kişiler kendilerine ulaşan bir mesajın kapsamına karşı olduklarında sırf bu yüzden mesaj gönderenle çatışmaya başlayabilirler. Mesajla mesaj getiren kişiyi birbiriyle karıştırmamalıyız.

İLETİŞİM ENGELLERİ

Etkin dinleme kullanan anne babalar, çocuklarının kodlayarak gönderdikleri iletilerinden uzaklaştıkları ve gerçek sorunları üzerinde yoğunlaştıklarını gözlemlemişlerdir. Bu yöntemi kullanmayan anne babalar gerçek sorunun kodlandığından habersiz olarak emir, gözdağı, öneri ve çözüm getirme gibi yanışları ile, iletişim engelleri ile çocuğun sorunlarını çözmeye çalışırlar.

İletişim engellerini kullanma alışkanlığını değiştirmenin zor olduğu bir gerçek, ama anne babaların bu engelleri başka nedenlerle de kullandıkları da gerçek. Çocuğun sorunundan hemen kurtulmaya çalışmak, onu dinlemek için zaman harcamak istememek, çocuklarının yine bir sorununun olmasından rahatsız olmak gibi. Şimdi iletişimimizi zorlaştıran iletişim engellerini inceleyelim:

1. Emir Vermek, Yönlendirmek: "Doğru odana git.", "Gürültüyü kes."
2. Uyarmak, Gözdağı Vermek: "Yemek yemezsen dayak yersin.", "Ayaklarımın altından çekilmezsen çok kızacağım."
3. Ahlak Dersi Vermek: "Birisi konuşurken sözü kesilmez.", "Her zaman teşekkür etmelisin."
4. Öğüt Vermek, Çözüm Ve Öneri Getirmek: "Neden gelip arkadaşlarınla oynamıyorsun.", "Elbiselerini yerine koymalısın."

Gerek çocuğumuzla, gerekse arkadaşlarımızla konuşurken iletişimi kesen bazı mesajlar vardır;

- "Şöyle yap, böyle yapma..."
- "Bu şekilde hareket etmemelisin..."
- "Buna üzüleceğine, oturup dersini çalışsan daha iyi olur..."
- "Yoruluyorum diye yakınacağına geceleri erken yat..."
- "Kavga edeceğinize güzel güzel oynayın, arkadaşlar kavga etmez..."
- "Paylaşmayı bilmezsen, yalnız kalırsın tabi..."
- "Bu kadar düzensiz çalışırsan, işlerini tabi yetiştiremezsin..."

gibi cümleler, konuşan kişide direnç, isyan yaratabilir, konuşan kişiyi savunmaya itebilir. Genellikle öğüt, ahlak dersi vermek, direkt önerilerde bulunmak, size sorununu açan kişide baskı veya suçluluk duyguları uyandırarak, iletişimin kesilmesine veya yön değiştirmesine neden olabilir.

5. Öğretmek: "Bıçak sağ elle tutulur.", "Kitaplar fırlatılıp atılmak için değil, okumak içindir."
6. Yargılamak, Eleştirmek, Suçlamak: "Çok dikkatsizsin.", "Kötü çocuk oldun."
7. Konuyu Saptırmak, Oyalamak: "TV' deki o zırvayı izleyeceğine okusan daha iyi olmaz mı?", "Kulak zarını patlatmaktan hoşlanıyor musun?"
8. Yorumlamak, Analiz Etmek, Tanı Koymak: "Kardeşini biraz kıskanıyorsun.", "Yorgun olduğum zaman hep beni rahatsız etmek istiyorsun."

İletişim engellerine bir kez daha göz atalım. Bazıları öbürlerinden daha saklı olsa da, her biri ağır "Sen- dili" yüklüdür:

"Yapma şunu"
"Neden böyle yapmıyorsun?"
"Bunu yapmamalısın"
"Kötüsün"
"Çocuk gibi davranıyorsun"
"Dikkat çekmek istiyorsun"
"Neden uslu durmuyorsun?"
"Daha çok çalışmalısın"

Böyle iletilere "Sen- iletileri" diyoruz. Sen iletilerinin çocuk üzerindeki etkileri önceden kestirilemez. Aşağıda ki etkilerden birini ya da daha çoğunu bırakma olasılığı vardır.

1. Çocuklar verilen emri yapmayınca tehdit edilirlerse, davranışlarını değiştirmeye karşı direnirler.
2. Öğüt veren, ahlak dersi sunan ana babalar çocuklarının canını sıkır.
3. Sen- iletileri, "Bana yardım edecek bir yol bulacağına güvenmiyorum" iletisini verir.
4. Sen- iletileri, anne babalarının gereksinimlerine kendi istekleri ile yanıt verme şansını çocukların ellerinden alır.
5. Ad takılan ve değerlendirilen çocuk kendini suçlu hisseder.
6. Eleştiren ve suçlayan iletiler çocuğun benlik saygısını azaltır.
7. Ne kadar kötü, aptal, düşüncesiz olduğunu bildiren iletileri duyan çocuklar, sevilmediklerini düşünürler.
8. Sen- iletileri, onları gönderen anne babaları aşağılayan karşı davranışlara neden olur. "Sen de hep yorgunsun", "Sen de elbiselerini dağıtıyorsun", "Hiçbir şeyden mutlu olmazsın", "Çok dırdırcısın" gibi..

Çocuğun davranışı elle tutulur biçimde olmasa da, anne babasının gereksinimlerini karşılamalarına engel oluyorsa, bu, anne babanın "sorunu" dur. Bu durumda anne/baba kendini hayal kırıklığına uğramış, üzgün, endişeli, yük altında gibi hisseder. Yaşadığı bu duyguları çocuğuna bildirmek için bir kod seçer. Bu, anne babanın gereksinimini çocuğa iletmeyen bir kodlamadır. Açık ve doğru kodlama hep Ben- iletisi ile olur. "Yorgunum", "Canım oynamak istemiyor", "Dinlenmek istiyorum". Bunlar anne babaların duygusunu iletir. Sen-iletileri anne babaya değil, çocuğa yöneliktir. Sen iletisini çocuk kendisinin bir değerlendirmesi olarak çözümler; ben iletisinde ise anne babasıyla ilgili gerçek bir bilgi elde eder.

Klasik tarz eğitim ve yönetim modelindeki yaklaşımların, eğitici, öğretici ve yöneticilerle eğitilen, öğretilen ve yönetilenler arasında tek boyutlu ve verimsiz ilişkilere yol açtığı bilinen birgerçektir.

Bu tarz yaklaşımın iki taraf arasında duygudaşlığı ortadan kaldırması, eğitim ve öğretimi kısır bir döngüye sokarak özümseme ve uygulamadan uzaklaştırıp zoraki benimsetme ve talimata dönüştürmesi nedeniyle yapılacak ya da yapılması gerekenleri rutine, sıkıcı uygulamalara ve zaman zamanda eziyete ve hatta eğiten ve yöneten uygulayıcılar açısından da işkence olarak algılanmasına yol açar.

Gönüllülük, katılımcılık temelinde ve empati eksenindeki uygulamalar verilmek isteneni algılama ve uygulamayı kolaylaştıracağı gibi, öğrenmeyi, işi-görevi0 zevke, verimliliğe ve olumlu sonucun elde edilmesiyle de süreklilik arz eden, üreten, motivasyonu arttıran ve pekiştiren uygulamalar olacaktır. Bu uygulamalar eğitim, öğretim ve işi-görevi-yapılması gereken değil olması gereken, talimat yerine benimseme ve isteğe dayalı uygulamaların yanı sıra zoru kolay kılar.

İşte bu noktada öğretme ve yönetmede sağlıklı ilişki kurmak, yeterliliği arttırmak ve geliştirmek, üretmek için iletişimdeki engellerin neler olduğunu bilmek, bunları uygulamak ve aynı perspektifte uyumu sağlamaktır.

1- Emretme-Yönetme:

Buyurgan, dayatmacı "Yapman gerekir! , yapacaksın! , yapmak zorundasın! . görevindir!..." söylemleri korku ya da direnç oluşturur.

Kişi bu durumda sürece özgür iradesini ve yaratıcılığını koyamadığı için istenilen sonuç elde edilse de geliştirilemediği i için süreç kısır bir döngüde seyredecek ve isteklendirmeden uzaklaşacaktır.

Kişinin yapısına bağlı olarak direncin oluşması halinde, söylenenin aksini

yapmak ya da metot dışı uygulamalar olacaktır. İki tarafın direnmesi durumunda da asi davranış ve çatışmalar olacaktır.

2- Uyarma -Tehdit etme :

"Ya bu deveyi güdersin, ya bu diyardan gidersin." Benzeri uyarı ve tehditler korkuyla birlikte boyun eğme yaratacağından verimsiz sonuçlar oluşturur;yine gücenme,kızgınlık ve uygunsuz asi davranışlara yol açar.

3- Akıl -öğüt-verme:

"Bu... Sorumluluğun, ... Yapmalıydın. SORUMLULUĞUNU BİLMEN GEREKİR!" ya da " Böyle yapmak gerekir!" tarzında dayatmacı yaklaşımlar kişide aşağılık kompleksine yol açmakla birlikte suçluluk duyguları yaratır ve kişiyi edilgen kılar.

Bazı durumlarda kişinin içinde bulunduğu durumu daha şiddetle savunmasına yol açabilir: "Doğrular yalnız senin bildiklerin mi? ,kim demiş? " gibi...

4- Yargılama-suçlama:

"Zaten beceriksizin birisin!","Ne kadar tembelsin!","Doğru -olgun bir kişi gibi-düşünmüyorsun."

Empati kuramayan eğitimci ve idarecilerin ya da yönetim becerisi ve yetkinliği olmayanların sıklıkla başvurduğu bu yaklaşım karşısındaki kişide yetersizlik, aptallık ve yanlış anlaşılma anlamına gelir.

Artık kişi azarlanma ve eleştirilme endişesiyle iletişimi kesecektir. Genellikle çocuklar ve çalışanlar bu tür yargı ve eleştirileri gerçek olarak algılar:"Ben işe yaramaz, tembel biriyim." Ya da "Sizde o kadar mükemmel değilsiniz." Tarzında savunmaya geçer.

5 - Alay etme, ad takma:

"Mızımız etme, ne kadar sulu gözsün, aptal! Geri zekâlı!","Ufaklık, koca bebek!"

Kişinin kendini önemsiz hissetmesi ve artık sevilmediği, istenmediğini düşünmesine neden olur.

Kişinin motivasyonunu düşürür, kendini küçük görür ve olumsuz etkilenir. Çoğu kez de karşılık verme isteği uyandırır.

6- Güven vermek, teselli etmeye çalışmak :

"Canını sıkma"."Çok ta önemli değil.","Aldırma düzelir.","Haydi biraz neşelen." Şeklinde yaklaşımlar, kişinin kendini anlatamamış ve anlaşılmamış hissetmesine neden olur.

İçten içe ve dışa vurulmayan kızgınlık ve öfke duygusuna yol açar:"Sana göre hava hoş!". "Nasıl sen sorumlu değilsin.","Tabii, senden hesap sorulmayacak..."

Genellikle mesaj:"Kendini kötü hissetmen doğru değil." Biçiminde algılanır.

7- İşi alaya vurma, konuyu değiştirme:

"Mademki biliyorsun da neden en iyisini yapmıyorsun?","Dünyayı sende yönetebilirsin!","Havalar ne kadar soğudu değil mi?","Dışarıda çok güzel bir dünya var." , Daha güzel şeylerden konuşalım."

Kişi alay edildiğinden ve önemsenmediğinden emindir,bu gibi durumlarda motivasyon iyice düşecek,verilen görevi önemsemeyip savsaklayacaktır.Bundan

sonra yapılacaklar"İpin koptuğu yere kadardır."

8- Sınama-sorgulama:

"Ödevini -görevini- yaptın mı?","Müşteriyi ziyaret ettin mi?","Seni sinemada görmüşler!","Annen-eşin, arkadaşın- aradı... Gitmemişsin!" benzeri ifade ve yaklaşımlar tamamen güvensizlik uyandırır. Kişi sadece kendisinin izlendiğini artık kendisine güvenilmediğini, orada fazladan biri olduğunu düşünmektedir. Bu durumda mazeret, yalan ve farklı arayışlar sonucu kişi kaybedilme noktasına gelecektir.

9- Yorumlama-analiz etme:

"Yanlış yapıyorsun; doğrusu budur-benim yaptığım gibidir!". "Ben olsam böyle yapardım."

Kişinin akıl yürütmesini, doğruyu-yanlış, iyiyi-kötüyü saptamasını engeller, çünkü nasılsa kendisinin yerine düşünen, değerlendiren birileri vardır; kişinin üretkenliği önlenir.

10-tacizve şiddet uygulama

İletişimin önündeki en büyük engeldir, onarılmaz sonuçları olur. Kişi sindirilmiştir, korku egemendir. Tamamen verimsiz ve üretici olmayan bir faaliyet söz konusudur.Güvensizlik ve iletişimsizliğin yanı sıra eşyaya,kişiye,işyerine zarar verme,yalan,çalma ve karşılık verme duyguları gelişebilir.

KİŞİLERARASI İLETİŞİMDE ENGEL YARATAN SAVUNMACI TUTUM ve BU TUTUMU ARTTIRAN YAKLAŞIM BİÇİMLERİ

Savunmacı tutumun en önemli nedenlerinden bir tanesi, kişinin doyurulmamış kişilerarası ihtiyaçlarıdır. Benlik imajımızı doyum veren bir biçimde oluşturabilmek için başkalarından destekleyici geribildirimler almaya ihtiyacımız vardır. Bu ihtiyaç karşılanmadığında bir kaygı duygusu oluşur. Bu duygu bazen çok kısa sürer ve çözülür. Ancak, kaygının çözülemediği durumlarda kişi başkalarıyla birlikte iken savunmacı bir tutum içine girer. Savunmacı davranış kaygının ve korkunun temsilcisidir. Kendini, beden duruşu, yüz ifadesi, hareketler ve sözel sinyallerle belli eder. Bu durum aynı zamanda diğer kişilere de dikkatli olmaları için bir uyarı mesajıdır. Savunmacı tutumun sergilendiği davranışlar çok çeşitli olabilir. Örneğin, içe kapanma, başka şeylerle ilgilenme, küsme, bulunulan yeri terk etme ya da sözel olarak kendini savunma gibi. Bazen de savunmacı tutum kendini saldırgan bir kılığa bürünmüş olarak gösterir.

Savunmacı Tutumu Artıran Yaklaşım Biçimleri

1. Dinleyen tarafından eleştiri ya da yargılama olarak algılanan değerlendirmeler savunma davranışına yol açabilir. Örneğin, herhangi bir sorunu dile getirirken açık ya da kapalı olarak genellikle "sen" sözcüğü ile başlayan ifadeler kullanıyorsanız, karşınızdaki kişide olumsuz ve savunmacı bir tepki gelişir.

Örnek:

"Yeterince açık konuşmuyorsun"

"Beni hiç anlamıyorsun"

"Doğruyu söylediğine inanmıyorum"

Bu ifadeler karşıdaki kişinin duyguları ve düşünceleriyle ilgili yorumlardır ve şu mesajı verir:

"Ben senin duygu ve düşüncelerini senden daha iyi biliyorum".

Oysa, "ben" sözcüğü ile başlayan ifadeler savunmacı tutumu azaltarak iletişimin daha sağlıklı olmasına yardımcı olur. Örneğin, "Yeterince açık konuşmuyorsun" yerine, "Söylemek istediğin şeyi anlayamıyorum" ifadesini kullandığınızda, hem karşınızdakini anlamak istediğiniz mesajını vererek kendinizi net bir biçimde ifade eder, hem de o kişinin savunmaya geçmesine yol açmamış olursunuz. Ya da "Beni hiç anlamıyorsun" yerine, "Senin tarafından anlaşılmadığımı hissediyorum" diyerek, o kişiye tutumuyla ilgili geribildirim verebilirsiniz. Böylelikle hem kendi duygunuzu söyleme, hem karşınızdaki kişiye ayna tutma, hem de savunmacı tutumdan uzak durma şansını yakalarsınız. "Ben" ile başlayan ifadeler, tümüyle sizin kendinize ait duygu, düşünce ve algılarınızı yansıttığı için karşınızdaki kişinin suçlamaya girişmesi olasılığı da düşüktür. Eğer bütün çabanıza karşın bir suçlama ya da eleştiriyle karşı karşıya kalırsanız da, "Ben böyle hissediyorum", "Bunlar benim düşüncelerim", "Ben bu şekilde algılıyorum" diyerek, bunların genel doğrular değil, kişisel duygu ve düşünceler olduğunu ve bunların sorumluluğunu aldığınızı gösterebilirsiniz.

Bazen de kullanılan ifadeler karşıdaki kişiyi yargılayıcı niteliktedir.

Örnek :

"Bu tutumun senin kayıtsız bir insan olduğunu gösteriyor"
"Bu ne düşüncesizlik!"

Yargılayıcı ifadeler karşıdaki kişinin uzaklaşarak geri çekilmesine neden olabileceği gibi, karşı saldırıya geçmesine de uygun bir zemin hazırlar.

2. Ayrıca "neden" sözcüğünün kullanıldığı bazı sorular da savunmaya yol açabilmektedir. Daha önce de sözünü ettiğimiz gibi, bazı sözcüklere, sözlük karşılıklarını aşan anlamlar yüklenmiştir. "neden" sözcüğü de bunlardan biridir. Aslında bu sözcük, içerik olarak bir şeyin nedenini öğrenme isteğini belirten bir

merak ifadesi ve sembolüdür. Ancak, kullanıldığı ortama göre farklı mesajlar iletebilmektedir. Örneğin "Neden beni aramadın?" sorusu karşıdaki kişinin aramamasının gerçek nedenini öğrenme isteğinden çok, ona aramadığı için kızgın olduğumuz mesajını verir. Kişilerarası iletişimde bu sözcüğe, sözlük anlamının yanı sıra hesap sorma anlamı da yüklenmiştir. Kullanımda bu anlamıyla daha sık karşımıza çıktığı için, "Neden" sorusu savunmacı tutumu arttırabilmektedir. Bunun yerine "Ne oldu da beni aramadın?" diye sormak, o kişiyi savunmaya geçmek yerine, gerçek nedeni söylemeye yönlendirebilir. Ya da "Neden gülüyorsun?" yerine "Seni güldüren ne oldu?"; "Neden bu soruyu sordun?" yerine, "Sana bu soruyu neyin sordurduğunu merak ediyorum" şeklindeki ifadeler savunmacı tutumu azaltabilir.

Eğer karşınızdaki kişiye ona kızdığınızı, kırıldığınızı ya da gücendiğinizi ifade etmek istiyorsanız, bunları yargıların ve yorumların ardına saklamadan ve "neden" sorularının içine sıkıştırmadan dolaysız yoldan söylemeyi deneyebilirsiniz. Bu tutum, sizi ve karşınızdaki kişiyi dilin tuzaklarına düşmekten, içerik-süreç çelişkilerinden, yanlış anlaşılmalardan koruyarak iletişimin netleşmesini sağlayacaktır. Kişiler dolaylı mesajlara başvurdukları sürece hem asıl söylemek istedikleri şeyi söyleyememe, hem de bunlardan zarar görme riski artmaktadır. "Sen çok sorumsuz bir insansın" yerine, "Söz verdiğin saatte gelmediğin için sana çok kızdım" demek, kızgınlık duygusunun dolaysız ifadesidir. Duygu ne kadar olumsuz ve ne kadar yoğun olursa olsun, açık bir biçimde ifade edilmesi, dolaylı duygu ifadelerinden çok daha az savunma yaratır. Ayrıca karşıdaki kişiye tutulan aynanın daha net olmasını, kendi davranışlarının sizin duygularınızı nasıl etkilediğini açıkça görmesini sağlar. Dolaylı geribildirimler sihirli aynalar gibidir. Hiç bir zaman gerçek görüntüyü yansıtmazlar. Elbette dolaysız ve açık geribildirim vermek her zaman kolay değildir. Sizin duygularınızı açıkça söylemeniz karşınızdaki kişinin bazen hoşuna gitmeyebilir. Bu, kilosundan hoşnut

olmayan bir insanın, kendini ince gösteren bir aynaya bakmayı tercih etmesi gibidir. Ancak şunu da unutmamak gerekir ki; doğru aynalar kişiye değiştirebileceklerini değiştirme, değiştiremeyeceklerini de kabul etme fırsatı verir.

3. Sözel ifadelerin yanı sıra, alaycı yüz ifadesi, iğneleyici ses tonu, sert el kol hareketleri gibi sözel olmayan ifadeler de savunmacı tutuma yol açabilir.

4. Eğer dinleyici, verilen mesajı "kontrol etme" ya da "yönlendirme" çabası olarak algılsa savunmaya geçebilir. "Size biraz daha dikkatli olmanızı öneririm"; "Söylediklerimi uygulamak senin yararına olacaktır" gibi ifadeler bu şekilde algılanma olasılığı yüksek olan ifadelerdir. Etkileşimde verilen mesajlar, "yönlendirilme", "eleştirilme", "değerlendirilme" olarak değil de, "durumu tanımlama" ve "problem çözme" çabası olarak algılanırsa, savunma girişimleri azalır. Örneğin, "İlişkimizde senden kaynaklanan bazı sorunlar var, bunları konuşalım" yerine, "İlişkimizde bazı sorunlar yaşadığımızı hissediyorum ve konuşmak istiyorum" diye söze başlamak, karşıdaki kişiyi konuşmaya çekebilir.

5. Kişi kendisine kayıtsız kalındığı, dikkate alınmadığı mesajını alırsa, bu da savunmacı bir tutum yaratır. Çünkü herkesin, kendisine değer verildiğini hissetmeye ihtiyacı vardır.

6. Mesajı veren kişinin üstünlüğünü kanıtlamaya çalıştığı algısı da dinleyicide öfke ya da yetersizlik duyguları yaratarak savunmayı arttırabilir.

7. Düşünce esnekliği olmayan, kendi bakış açısında direten bir tutum, dinleyiciyi savunmacı bir davranış geliştirmeye yönlendirebilir. Örneğin, "Kırılmaya hiç hakkın yok, böyle davranmak için haklı nedenlerim var" şeklinde bir ifade dinleyicide otomatik olarak olumsuz bir etki yaratacaktır.

Oysa esneklik ve karşılıklı anlama çabasının olduğu etkileşim süreçlerinde savunma eğilimi daha azdır. "Senin aslında çok kırıldığını anlıyorum, ancak izin

verirsen ben de sana neden öyle davrandığımı anlatmak istiyorum" ifadesinin dinleyici üzerindeki etkisi çok daha olumludur. Çünkü bu, karşıdaki kişiye onu anladığınız ve duygularına önem verdiğiniz mesajını iletir.

Araştırmalara göre, kişilerarası güven ile destekleyici, kabul edici bir ortamın birleşmesi sonucunda savunmacı tutum azalmaktadır. Savunmacı tutumun azalması da kişilerarası güvenin artmasına ve kişilerarası iletişimin sağlıklı yürümesine katkıda bulunacaktır



AİLE İÇİ İLETİŞİM

Sosyal bir varlık olan insanın doğumundan itibaren ilişkide olduğu en küçük toplum birimidir.

Aile içi ilişkiler özellikle anne-baba tutumu ruhsal gelişmede önemli ölçüde etkilidir. Çocuğun kişiler arası ilişkilerinde olumlu bir öz değer duygusu geliştirebilmesi, kendini tanıması, özerkliğini kazanması ve uyum sağlamasında anne-babanın tutumları önemini korumaktadır. Tutum, anne-babanın psikolojik duygularını yansıtan, onların bilinçdışı gereksinimleri ile oluşan davranışlar zinciridir. Tutumda aynı tip davranışlarda "sıklık" ve "süreklilik" vardır. Örneğin, çocuk hasta iken anne tarafından yedirilmesi koruyucu tutum değildir. Bu yaklaşım hastalık dışı, bebeklikten gençlik çağına dek sürdüğünde koruyucu tutumdan söz edilir. Anne-baba, çocuğu için, her zaman anne-babası yanında yer

aldığı ve sürekli desteklerini hissettireceği güvenli davranışlarını sınırlandırmadığı gibi özgür hissedeceği ortam hazırlamalıdır.

İki birim arasında birbirine ilişkin mesaj alış-verişi diye tanımlanan iletişimin kurulamaması, duyguların bastırılması ve sorunların çözümlenememesi anlamına gelir ki böyle bir aile ortamı psikolojik açıdan sağlıksızdır. Özellikle çocukların gelişimini olumsuz etkilemektedir.

Çocukluğunda sabit ve köklü adetlere göre yetiştirilmiş ana babalar, çocukları bir problemle karşılaştıklarında kendi ana babalarına takındıkları tutumları benimserler. Bundan daha iyi bir yolu öğrenmeye fırsatları olmadığından kendi ana babalarının yapmış oldukları hataları tekrarlarlar. Anne babalarından öğüt işitmiş olanlar kendi çocuklarına da aynı şekilde nasihat etmeye ve onların problemlerini çözmede bu şekilde yardımcı olmaya eğilimlidirler. Ana babaların çocuklarına karşı iletişim biçimlerini gözden geçirdiğimizde ana babaların problemi olan çocuklarına karşı davranışları dinlemek değil, konuşmak, öğüt vermek şeklinde iletişim kurduklarını görmekteyiz. Bu ana babalar çocuğa bir şeyler söyleme gereği duyarlar. Kendisinin dinlendiğini hisseden çocuk daha sağlıklı ve kendine güvenli yetişecektir.

Başarılı anne babalar, çocuğun ihtiyaçlarını sezen, onlara uygun yanıtlar veren, çocuğa karşı esnek bir yaklaşım içinde olan, davranışlarında belirli bir devamlılık ve kararlılık sağlayan, karşı çıkmadan önce her zaman çocuğun isteklerini dinleyen anne babalardır.

Yine başarılı anne babalar, çocuğun kendi kendisini dinlemesi ya da iç denetim demek olan ahlak gelişimine ortam hazırlayan, çocuktaki sorumluluk duygusunu geliştiren, olayların sonuçlarıyla onları baş başa bırakan, onlara hak ve özgürlüklerinin sınırını öğretene, çocuklarına korku silahını çevirmeksizin, kendi



kendilerini disipline eden ve düşüncelerini özgürce ifade edebilen birer birey olarak yetişmelerine imkan hazırlayan kimselerdir.

AİLE İÇİ İLETİŞİM VE ARKADAŞLARLA İLETİŞİM

Aileye ilişkin pek çok özellik arkadaşlığı da etkilemektedir. Ana babanın varlığı, yokluğu, kardeşlerin cinsiyeti, annenin çalışıp çalışmaması gibi özellikler arkadaşlıkların üzerinde etkili olmaktadır. Ayrıca aile bozulmaları, aile içi çatışmalar arkadaşlıkları olumsuz bir şekilde etkilemektedir. Arkadaşlar konusunda ana babanın güç uygulayıcı tavrı açıklama yapmamayla birlikte görüldüğü zaman gencin arkadaşlıklarında önemli zedelenmeler görülmekte, yani reddedici ve baskıcı ana baba tutumları arkadaşlıklara müdahale ettiklerinde sonuç yıkıcı olmaktadır. Çocuklukta ya da gençlik döneminde arkadaşlarınca kabul edilen çocuklar ilerde daha başarılı olmakta ve kendilerine olan güvenleri daha çok olmaktadır. Tabii ki çocuğun seçtiği arkadaşlar hakkında bilgi edinmek ailenin hakkıdır. Ancak bu bilgi edinme süresince çocuğu ya da genci incitmemeye özen göstermek gerekmektedir. Arkadaşlık ederek, ikna etmeye yönelik yaklaşımlar, çocuğun ana babasının isteklerine uyum göstermesine; tehdit ederek ve sevgi esirgeyerek yapılan ana baba davranışlarının çocuğun ana babasının isteklerine uyum göstermemesine ya da ana baba varken isteklere uymasına yokken yine kendi bildiği gibi davranmasına neden olmaktadır.

Arkadaşlık ilişkilerinde sağlıklı bir iletişim kurabilmek için şu durumlar önem taşımaktadır: Fiziksel yakınlık, fiziksel görünüş, kişisel benzerlik veya tamamlayıcılık, karşılıklı olumlu yaklaşım. Fiziksel yakınlık arkadaşlık kurulabilmesi için gereken şartların başında gelir. Her şeyden önce kişilerin birbirilerini görüp, hissedebilecek, konuşmalarına izin verecek olanakların olabilmesi için belli bir

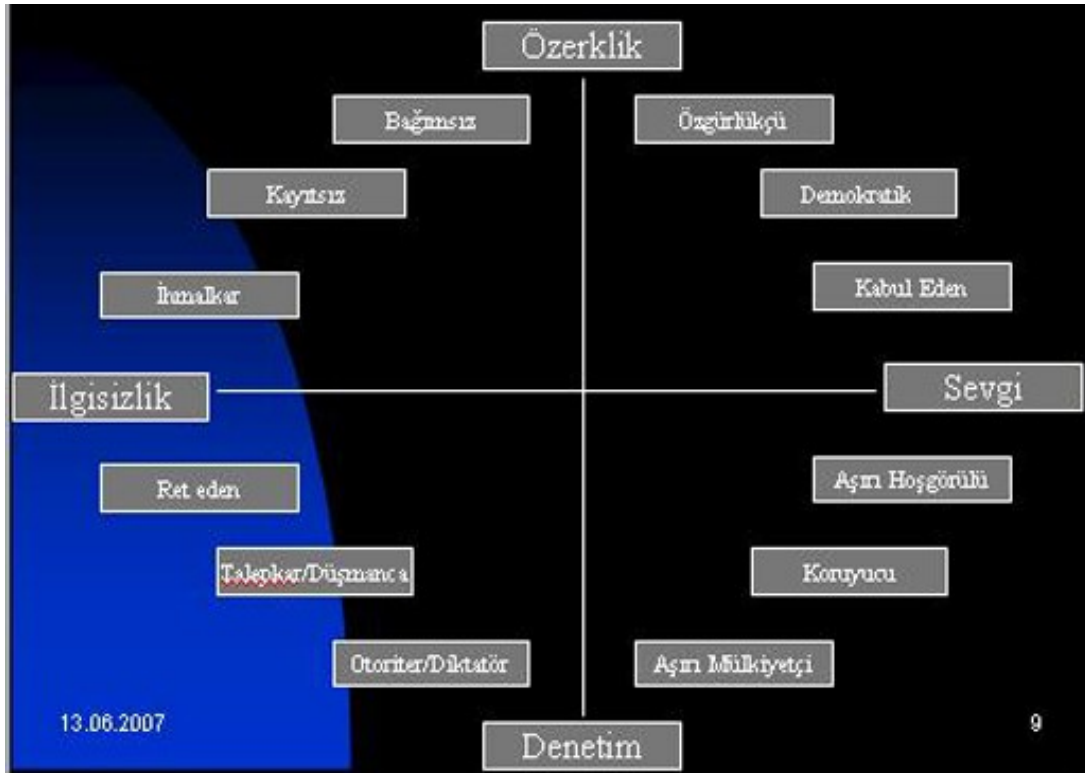
fiziksel yakınlığa ihtiyaç vardır. Fiziksel görünüş ikinci sırada yer almaktadır. Çünkü kişi yeni tanıştığı bir grup insan arasından ilk olarak görünüşünden hoşlandığı kişilerle arkadaş olmak ister. Kişisel benzerlik arkadaşlığın kurulmasında ve sürdürülmesinde önemli bir unsurdur. Çünkü benzerlik kişiye yaşam tarzının ve düşüncelerinin doğru olduğu izlenimini verir. Karşılaştığı bir problemde kendisi gibi olanların onu daha iyi anlayacağını düşünür.

Kişilerin sağlıklı bir yaşam sürdürebilmeleri için kesinlikle iletişim kurmaları gereklidir. İletişimi engellenmiş insanlarda daha önceden görülmemiş psiko-patolojik hastalıklar görülmektedir.Öncelikle yaşadığımızı fark etmemiz gerekmektedir. Acaba geri kalan günlerimizi mi tamamlıyoruz yoksa insanlık için bir şeyler yapmak için mi yaşıyoruz...

AİLE TUTUMLARI VE ÇOCUK GELİŞİMİ ÜZERİNE ETKİLERİ

11 yaşlarındaki bir erkek çocuğun ideal anne-baba tanımı.

"Bence iyi bir anne-baba, çocuğuyla ilgilenen, onu destekleyen ve onun kişisel sorunlarıyla uğraşan anne-babalara denir. Anne-baba, çocuğa özel hayatında da yardım etmeli.... Annemin vazosunu kırmıştım. Annem, benim ağzıma biber sürdü. Bana göre anneler dövmek yerine, ona kişisel ceza vermelidirler. Bir hafta harçlığını kesmek bu çocuk için yeter. Bir yere gider, annesi çocuğu evde bırakır, o da bir cezadır. Ben dayaktan yana değilim. Anneler, vuruyor, ağlatıyor, 'Ağlama yavrum,' diyorlar, çocuk daha fazla ağlıyor."



Şekil 1. Anne-baba Davranışlarına İlişkin Özerklik-Kontrol ve Sevgi-İlgisizlik Boyutları

Eğitimciler çocukların gelecekte uyumlu ve başarılı olabilmeleri için en sağlıklı eğitim yollarının geliştirilmesi çabası içindedirler. Her ne kadar kişilik gelişiminin insanın yaşamı boyunca süregeldiğini kabul etsek de, kişilik gelişmesi ve yapılanmasında temelin çocukluk döneminde atıldığı gerçeği geçerliliğini korumaktadır. Sosyal uyum üzerine yapılan çalışmalar, ailenin çocuk üzerindeki ilk etkilerinin son derece önemli olduğunu göstermiştir. Anne-babanın ve ailenin diğer bireylerinin çocukla olan etkileşimi, çocuğun aile içindeki yerini belirlemektedir. Çocuğa yöneltilen davranış ve ona karşı takınılan tavır, ilk yaşantıların örülmesinde büyük önem taşımaktadır. Okul öncesi dönemde çocuk, sosyal birey olmayı öğrenirken aynı zamanda özdeşim yapacağı bir modele gereksinim duyar. Kişilik oluşumu için gerekli olan özdeşim, büyük olasılıkla aile içindeki yakın bir üye ile gerçekleşmektedir. Genellikle özdeşim nesnesi anne-

baba olmaktadır, fakat ağabey, teyze, hala, dayı ya da amca gibi aile içinden bir yetişkin de özdeşim nesnesi olabilir. Bu üyelerin bozuk bir kişilik yapısına sahip olması halinde, olumsuz davranış örneğinin çocuğa yansıma olasılığı artmaktadır.

Çocuk yetiştirmede ve ailenin çocuğa karşı tutumlarını belirlemede, anne-baba tarafından çocuğun gelişim dönemlerinin özelliklerinin neler olduğunun bilinmesi çok önemlidir. Çocuk yetişkinin küçük bir modeli değildir. Çocuğu yetişkinden ayıran bir çok özellik vardır: çocuğun kanıtlanabilir en güçlü tarafı ve üstünlüğü öğrenme güdüsüdür. Kültür, töre, ülkü, duygu, davranış ve inançların "emilip" benimsenmesi, çocuğun doğumuyla altı yaşı arasındaki dönemde gerçekleşir.

Bilindiği gibi anne babaların deneyimleri, davranışları ve tutumları çocuğun davranışları ve karakterini etkilemekte ve bu davranışlarını ilerideki yaşamına da taşımasına neden olmaktadır.

Geleneksel ailelerde ilişkiler karşılıklı etkileşim yerine tek taraflı yani sadece anne babanın tutum ve davranışlarının egemen olması şeklinde düzenlenmiştir. Geleneksel geniş aileden çekirdek aile ye gidildikçe aile bireyleri arasındaki ilişkilerde karşılıklı iletişim ve etkileşimin arttığı görülmektedir.

Aile, çocuğun yaşamının ilk yıllarında yüz yüze ilişkilerin en güçlü, en yoğun olduğu birincil gruptur. Aile çocukların pek çok ihtiyacının karşılandığı bir kurumdur. Bu nedenle çocuğun davranışlarını aile ortamı belirlemektedir. Çocuğun hayat bakışı, sorun çözme yeteneği, anlama cevap verme becerisi aile ortamında oluşmaktadır. Ayrıca bir deyişle anne babaların tutum ve davranışları çocukların vicdan ve ahlak gelişimini, uyumlu-uyumsuz ,etken-edilgen, bağımlı-özerk,içedönük-dışadönük vb. bir kişilik oluşturmalarını büyük ölçüde

etkilemektedir. Bu da göstermektedir ki uygun bir aile ortamının sağlanması çocuğun yetişmesi için çok önemlidir.

Bu tutumlar sekiz grupta toplanabilir:

- Otoriter tutum
- Serbest anne-baba tutumları
- İlgisiz ve kayıtsız anne-baba tutumları
- Dengesiz ve kararsız anne-baba tutumları
- Aşırı koruyucu anne baba tutumları
- Reddedici anne baba tutumları
- Mükemmeliyetçi anne-baba tutumları
- Güven verici, destekleyici anne-baba tutumları



şekil-2 Anne Baba Tutumları

1.OTORİTER TUTUM

Çocuğunu, belirli bir ideal peşinde ve belirli kalıplar içinde, adeta küçük bir yetişkin yapma çabasıyla yetiştirmeye çalışan anne babalardır. Bütün kontrol anne ve babadadır. Çoğunlukla anlayışsız, hoşgörüsüz, katı ve baskıcı bir tutum içindedirler. Çocuğun davranışları katı standartlarla değerlendirilir, hata ve yanlış yapma hakkı yoktur. Çocuktan kurallara sorgulamadan uyması beklenir, evde her şey kurallara ve saatlere bağlıdır. Anne babanın gözleri sürekli çocuklarının üzerindedir. Çocuk korkmazsa kurallara uymaz mantığıyla hareket ettikleri için çocuğun en basit hatasını cezalandırırlar. Yaptırım gücü anne babadadır. Anne baba isteklerinden ödün vermez çünkü onlar hep haklıdır. Çocuğunu anlama onun seviyesine inme çabasını göstermezler. Baskıcı ve otoriter ailenin verdiği eğitimde ceza verici bir yaklaşım vardır. Aile cezayı iyi bir ders olsun, bir daha hata yapmasın mantığı ile verilir ve bu cezalar genelde çocuğa göre ağır cezalardır. Ailenin verdiği disiplin çocuğu hayatından bıktırır. Çocuğun en doğal hakları bile çocuğa uslu olmasının bir ödülü olarak verilir.

Otoriter bir ailede yetişen çocukların özellikleri :

- ❖ Çocuğun kendine güven duygusu oluşmaz
- ❖ Yaratıcılık engellenir
- ❖ Hata yapanlar mutlaka cezalandırılmalıdır görüşünü benimserler
- ❖ En küçük hatada bile hoşgörüler olmayabilir
- ❖ Rutin ve sınırları belli olan işleri benimserler
- ❖ Anne-babanın veya bir otoritenin olmadığı ortamlarda kendilerini boşlukta hissederler ve bir otorite arayışı içine girerler
- ❖ Bu tür ailelerde büyüyen çocuklardan başarı beklemek yanlış olur
- ❖ Çocuk anne babanın kurallarını yerine getirme çabasında olduğu için kendini ifade edemez.
- ❖ Ailenin belirlediği kurallar ve sınırlar içinde çocuklarını kendine özgü yapıları adeta yok sayılır.

- ❖ Stresli, tedirgin çocuklardır
- ❖ Kendine olan güveni hemen hemen yok gibidir
- ❖ Sessiz çekingen başkalarının etkisinde kolayca kalabilen çocuklardır
- ❖ Sürekli eleştirildiği için aşağılık duygusu geliştirebilir
- ❖ Dıştan denetimlidirler. Kendi başlarına karar veremezler dışarıdan birilerinin onu yönlendirmesini beklerler.
- ❖ Tam tersi çocuk isyankar da olabilir.
- ❖ Arkadaş gruplarında lider olamazlar ve olmak da istemezler
- ❖ Karar verme becerileri gelişmediği için kriz durumlarıyla mücadelede yetersizdirler
- ❖ Hayatları boyunca pasif ve edilgen bir kişilik sergilerler

Baskıcı ve otoriter tutumda yetişen bir çocuk, düşünsel anlamda değil ama, sezgisel anlamda şu mesajları alır:

"Babamın izni olmadan benim bir şeyle ilgilenmem, araştırma yapmam istenmiyor. Demek ki benim bir şeye ilgi duymam, incelemem, ondan zevk almam önemli değil. Önemli olan babamın istediğini yerine getirmem. Babam, isteğini yerine getirdiğim sürece beni sever; eğer kendi istediğim şeyleri yaparsam, beni sevmez. Babam çok kuvvetli. Babam çok bilgili. Babamın istediğinden farklı bir şey yapmaya kalkmam hata; demek ki ben hata yapma eğilimi olan, kötü bir çocuğum."

2.SERBEST ANNE BABA TUTUMLARI

Çocuklarına özgür ve eşit ortam yaratma isteği ile doğmuştur. Anne babanın çocuğa egemen olma ve onun üzerinde baskı kurma eğilimi yerine, çocuğun başına buyruk yetişmesi, dilediğinde davranması ve çocuğun üzerinde aile denetiminin olmaması vardır. Çocuğun aşırı hareket ve davranış serbestliği vardır. Kendisine ve çevresine zarar verebilecek davranışlarda bile denetimden uzaktır, aile müdahale etmez. Aile doğruyu ve yanlışlığı çocuğunun yaparak yaşayarak

öğrenmesini ister, çocuğa neyi yapması veya neyi yapmaması konusunda bilgi verilmez. Aile içinde çocuğun hakları sınırsızdır. Çocuğun nerede duracağı belirlenmemiştir.

Çocuktan kurallara uyması beklenmez zaten kuralları uygulama ve denetleme düzensizdir. Anne baba çocuğun yanlış davranışlarını görmekte ama 'iyi bir eğitim baskıcı değil, özgür olmalıdır' düşüncesi ağırlıkta olduğu için çocuğa sınırsız özgürlük tanınmaktadır. 'Benim çocuğum ideal davranışlara sahip olmalı' demek ve çocuğa az da olsa baskı yapmamaktadır. Anne baba çocuğun davranışlarına karışmamakta, yalnız büyük bir problem olduğunda varlıklarını hissettirmektedirler.



Kural tanımayan bu çocuklar okullardaki kurallarla karşı karşıya kalınca hayal kırıklığına uğramaktadırlar. Serbest anne baba tutumunda yetişen çocuklar bir müddet sonra anne babalarını denetim altına alırlar, şımarık olurlar. Her ortamda istediklerini elde ettikleri için doyumsuzdurlar. Anne babanın bu serbest tutumları ev içinde geçerli olduğu gibi ev dışında da geçerlidir. Tabii en büyük problem misafirliğe gidildiğinde veya başka çocuklarla karşı karşıya kalındığında ortaya çıkar. Serbest tutumda anne babanın görevi çocuklarına hizmet etmek, onları mutlu etmektir. Çocukları mutlu olsun diye tüm isteklerine kayıtsız şartsız uyarlar. Böyle anne babalar hoşgörölü tutumlarından kolay kolay ayrılmak istemezler. Çünkü çocuğa dilediğini vermenin ona karşı koymaktan daha kolay olduğu düşüncesini kendilerine yerleştirmişlerdir. Çocuğu en kolay metotla büyütmeaktedirler. Bırak ver de ağlamasın, siz hiç çocuk olmadınız mı? Bu tip anne babalar kendi yaşamadıklarını çocuklarının yaşamasını isterler.

Serbest tutumla yetişen çocukların özellikleri

- ❖ Devamlı birilerinden hizmet beklerler
- ❖ Her isteklerinin yapılmasını beklerler
- ❖ Okuldaki kurallarla karşı karşıya kaldıklarında hayal kırıklığına uğrarlar
- ❖ Diğerlerinin dikkatini çekmeye çalışırlar
- ❖ Bencil ve saygısızdırlar
- ❖ İstekleri buyruk niteliği taşımaktadır
- ❖ Toplumun vermediği hakları kendilerine tanımaya çalışırlar
- ❖ Çocuğun aşırı hareket ve davranış serbestliği vardır.
- ❖ Kurallar yok denecek kadar azdır.
- ❖ Aile 'yaşayarak öğrensin' mantığını sürdürerek müdahalede bulunmaz.
- ❖ Çocuğa tanınan haklar sayısız, görev ve beklentisi en az düzeydedir.
- ❖ Anne-baba çocuğun davranışının yanlış olduğunu görse bile 'özgür olmalı' anlayışı ile hareket ettiğinde müdahale etmez.
- ❖ Her istediği olmadığı için arkadaşlarına uyum sağlamakta güçlük çeker.
- ❖ Anne-babasına hükmeder ve onlara çok az saygı gösterir.
- ❖ Bencil ve şımarık olur.
- ❖ Başkaldırıcı olur ve toplum dışı davranışlar sergiler.
- ❖ Doyumsuz olur.

3.İLGİSİZ VE KAYITSIZ ANNE BABA TUTUMLARI

Çocuğun davranışları karşısında ilgisiz ve vurdumduymaz davranışlar sergileyen anne babalardır. Bu tip aileler için çocuğun varlığı ile yokluğu belli değildir. Bu gruba giren anne babalar genellikle hoşgörü ile boş vermeyi birbirine karıştırmaktadırlar. Çocuk anne babayı rahatsız etmediği müddetçe, çocukla ilgili problem yoktur, eğer çocuk anne babayı



rahatsız ederse o zaman çocuk ile ilgili gündem oluşur. Bu gündem daha çok şikayetlerle doludur. Bu tip ailelerde çocuk fiziksel ve duygusal yalnızlığa itilmektedir. Çocuğun hareketlerinin görmezlikten gelinerek dışlanması söz konusudur. Anne, baba, çocuk arasında iletişim kopukluğu vardır.

Ailenin çocuğa tepkileri düşük seviyededir. İstenmeyen bir çocuğun dünyaya gelmesinde de bu tutum ortaya çıkabilir. Genellikle çok çocuklu, kalabalık, eğitim seviyesi düşük, anne-baba olmayı tam anlamıyla benimsemeyen, çocuğuna ve ev yaşamına ilgi duymayan ailelerde bu tutum görülür.

İlgisiz kayıtsız tutumla yetişen çocukların özellikleri

- ❖ Çocuk dikkat çekmek için etrafına zarar verebilir
- ❖ İnsanlarla ilişki kuramaması sonucu sosyal gelişmesinde gecikme ve saldırganlık sergileyebilir
- ❖ Sözlü iletişim yetersizliğinden dolayı dil gelişiminde gecikme, konuşma bozuklukları ortaya çıkabilir
- ❖ Özgüven sorunu yaşar
- ❖ Hayattan ve kendisinden beklentisi olmaz
- ❖ Okula ilgisizdir.
- ❖ Zamanı iyi değerlendiremez
- ❖ Yanlış arkadaşlıklar kurar
- ❖ İçki, sigara gibi zararlı alışkanlıklara başlama eğilimi gösterir
- ❖ Kural tanımaz, içinden geldiği gibi davranır
- ❖ Suç işlemeye eğilimlidir
- ❖ Kendini günlük olayların akışına bırakıp, anlık doyumlarla yetinir.

4.DENGESİZ VE KARARSIZ ANNE BABA TUTUMLARI

Çocuğun belirli bir davranışı anne baba tarafından farklı yorumlanır. Anne babalar aynı davranışı kimi zaman normal karşılarlarken kimi zamanda cezalandırabilirler. Bu durum daha çok anne veya babanın o anki psikolojik durumu ile ilintilidir. Anne veya baba yorgunsa, başka zaman normal olan davranış o an için yapılmaması gereken bir davranıştır. Bu durumda çocuk neyin doğru neyin yanlış olduğunu anlayamamaktadır. Tutarsız anne baba tutumlarını içeren bir diğer tutum ise, anne için doğru olan bir şeyin baba için yanlış olması veya tam tersi durumun oluşmasıdır. Anne ve baba farklı disiplin anlayışı geliştirebilirler. Anne ve baba mutlaka aynı görüşe sahip olmalıdır, biri olumsuz davranışı hoş görüp diğeri ceza uygulamamalıdır. Baba çocuğa bir suç işlemesi sonucunda bir ceza verdiğinde anne hemen annelik şefkati ile çocuğunu kucaklayıp sevmemelidir. Bazen anne babalar çocuğun verdiği tepkilere karşı nasıl davranması gerektiği konusunda kararsız kalabilmektedir. Bazen gülüp geçmekte bazen de acaba hatalı mıyız? şeklinde düşünmektedir. Bu tip ailelerde çocuğun yanında eşler birbirlerini eleştirmekte sakınca görmezler.

Çocuk söz dinlesin diye ilk önce yumuşak konuşurlar, sabırları zorlanınca seslerini yükseltip tehditler savurmaya başlarlar, kendini suçlu hisseden anne diz çöküp çocuktan özür diler. Çocuk hangi davranışının tepki alacağı konusunda herhangi bir fikre sahip değildir. Anne babaların çocuklar hakkındaki tutarsız ve ayırımıcı davranışlarından bir başkası ise kız erkek çocuk ayırımıdır. Genelde erkek çocuklar kız çocuklara oranla daha ayrıcalıklıdır. Erkek çocuklar el üstünde tutulurken kız çocuklar daha geri planda yer almaktadır. Bazı ailelerde ise bu durum tam tersi olabilmektedir. Büyük çocukların yetiştirme tarzı ile küçük çocukların yetiştirilme tarzları arasında da farklılıklar görülmektedir. İlk çocuğu yetiştirirken daha otoriter, kuralcı ve hatalı olurken, ortanca çocuklarda biraz daha esnek davranılmakta, küçük çocuklarda ise daha sevecen ve hoşgörülü

olunmaktadır. Anne babaların küçük çocukları daha fazla koruduğu, büyük çocuklara ise erken yaşta fazla sorumluluk yüklediği de diğer bir gerçektir.

Dengesiz ve kararsız tutumla yetişen çocukların özellikleri

- ❖ Aşırı isyankar ya da aşırı boyun eğici olabilirler
- ❖ Kaygılı, güvensiz bir kişilik sergileyebilirler
- ❖ Büyüdüklerinde karşısındaki insanlara zor güvenirler
- ❖ Tutarsız bir kişilik sergilerler
- ❖ Karar vermekte güçlük yaşarlar
- ❖ Çocuk hangi davranışın nerde ve ne zaman yapılmayacağını kestiremez.
- ❖ Ayrıca yaptığı davranışın doğru olup olmamasından daha çok "Ne zaman yaparsam cezadan kurtulabilirim " düşüncesiyle ilgilenir.
- ❖ Dengesiz ve tutarsız anne-baba tutumu çocuğun kişilik gelişimini baltalar.

5.AŞIRI KORUYUCU ANNE BABA TUTUMLARI

Bu tip ailelerde çocuğa gereğinden çok özen gösterirler. Koruyucu tutum daha çok anne ve çocuk arasında gözlenir. Her türlü kararı çocuk yerine aile alır. Geç kavuşulan, aşırı istenilen, tek çocuk, tek erkek veya kız çocuk gibi çocuklar genellikle abartılmış sevginin odak noktası olurlar. Genellikle bu tür çocuklar erken konuşup geç yürürler. Aile tarafından çocuğun her çağrısına cevap verilir. Bu tip aileler çocuklarının üzerlerine titrerler. Çocuğa zarar gelebilecek ortamlardan kaçınırlar. Ağlamasın, üşümesin, terlemesin, hasta olmasın, yorulup incinmesin, mikrop kapmasın diye aile üyeleri ellerinden gelen tüm gayreti gösterir. Çocuk adeta bir cam fanus içinde büyütülür. Çocuğun gelişimine göre davranmasına fırsat verilmez. Aşırı koruyucu anne, çocuğuyla öyle bütünleşir ki onun büyüdüğünü ve olgunlaşabildiğini asla kabul etmek istemez.

Bu tür anne babalar ergenlik çağında bulunan çocuklarına bile kendileri banyo yaptırmak isterler. Çocuğun veya gencin kıyafetini anne baba seçer. Çocuğa evde, seçim konusunda pek söz hakkı verilmez. Bu ailede, çocuk büyümüş olmasına rağmen anne çocuğuyla yatmak ister. Sebep olarak da geceleyin çocuk korkulu rüya görürde korkarsa ben onun sesini duyamam, yanında olamam diye söylerler. Anne bu tür davranışıyla çocuğuna olan derin sevgisini dile getirdiğini ve çocuğuna yardım ettiğini düşünmektedir. Ama gerçekte kendi yalnızlığını ve mutsuzluğunu, çocuğuna kendisini adayarak telefi etmeye çalışmaktadır. Çocuğunu kendine aşırı bağımlı yaparak kendisini değerli ve eşi bulunmaz hissetmektedir. Çünkü çocuk en ufak davranışta dahi annesinin fikrini almaktadır. Çocuğa sorulan soruları anne baba cevaplandırır. Anne baba çocukları için sebepsiz yere aşırı kaygı içindedir. Bu kaygıda onları çocuklarını aşırı korumaya yönlendirir. Çocuğu mutlu edemeyeceklerini düşündükleri için hep endişelidirler. Çocuğa karşı boğucu şefkat gösterirler.

Koruyucu tutumla yetişen çocukların özellikleri

- ❖ Aşırı bağımlı, özgüveni gelişmemiştir
- ❖ Sosyal gelişimi zedelenir
- ❖ Toplum tarafından kabulü zorlaşır
- ❖ Kendini gruba kabul ettirmek için isyankar olabilir
- ❖ Çocuğa söz hakkı tanınmaz.
- ❖ Kararları büyükler verir.
- ❖ Çocuk bu karar ve kurallara uymak zorundadır. Bu yüzden çocuğun karar alma becerisi gelişemez.
- ❖ Uygulanan kuralların mantıklı bir açıklaması yoktur veya olsa da çocuğa açıklanmaz.
- ❖ Kurala uymayanlar cezalandırılmalıdır görüşü hakimdir.
- ❖ Çocuk hangi davranışı yaptığında ceza göreceğini bilemez.

- ❖ Yanlış yapma korkusu yüzünden sürekli tedirgin ve kaygılıdır.
- ❖ Sık sık ağlama nöbetleri görülür.
- ❖ Eleştiri ve aşağılama çok sık görülür.
- ❖ Sürekli çocukların yanlışları vurgulanır, olumlu hareketleri görmezden gelinir.

6.REDDEDİCİ ANNE BABA TUTUMLARI

Reddedici tutum içerisinde olan ailelerde çocuğa karşı adeta düşmanmış gibi davranılır. Çocuğa, farkında olmadan, sevgi, merhamet, sıcaklık, şefkat verilmez.Bu tip ailelerde, çocuk genellikle hiç beğenilmez ve her yaptığı devamlı eleştirilir. Neredeyse çocuğa baskı yapmak için her türlü fırsat kollanır. Çocuğun iyi ve olumlu yönlerinden çok, çocuğun devamlı kötü ve olumsuz yönleri üzerinde durulur. Çocukları öz evlatları olduğı halde üvey evlat muamelesi görmektedir. Bazen sadece anne bazen de sadece baba çocuğa karşı reddedici tutumlar sergiler. Fakat aile içinde çocuğa genel olarak soğuk ve eleştirel tutumlar sergilenir.

Reddetme, çocuğun bedensel ve ruhsal ihtiyaçlarını karşılamasına engel olacağından bu tür tavır ve davranış içeren ailelerde çocuktan sağlıklı davranışlar beklemek yanlış olur. Anne baba çocuğuna karşı sevgisini asla göstermemekte, çocuğunu anlamamakta ve onu kurallarla, soğuk davranışlarla ve emirlerle yönetmeye çalışmaktadır Bu tür davranışlar sebebi ne olursa olsun kabul edilebilir davranışlar değildir. Ailenin gerekirse profesyonel bir yardım alarak bu sorunu çözmeleri gerekmektedir. Aksi takdirde bu tip çocuklar ilerleyen yaşlarda daha büyük problemlerle toplumun karşısına çıkmaktadır.

Reddedici tutumla yetişen çocukların özellikleri

- ❖ Kaygılı ve güvensizdirler
- ❖ Tutarsız bir kişiliktedirler
- ❖ Suç işlemeye meyillidirler
- ❖ İnsanlarla iyi ilişkiler kuramazlar, arkadaş bulmada zorlanırlar
- ❖ Saldırgan ve isyankar olabilirler
- ❖ İnsanların haklarına saygı göstermezler

7.MÜKEMMELİYETÇİ ANNE BABA TUTUMLARI

Mükemmeliyetçi anne babalar çocuklarından her şeyin en iyisini bekler. Kendi gerçekleştiremedikleri şeyleri çocuklarının gerçekleştirmesini beklerler. Ayrıca çok iyi resim yapmalı, şarkı söylemeli, iyi konuşmalı lider olmalı, iyi yüzmeli koşmalı, herkesin parmakla göstereceği örnek davranışlar sergileyen bir çocuk olmalıdır. Bu tutumda olan anne babalar çocuklarını oldukları gibi kabul etmezler, her alanda çocuklarının kapasitelerini zorlarlar. Çocuklarının eksik olan kısımlarını özel derslerle telafi etmeye çalışırlar. Çocuğun kaldıramayacağı yükler yüklenir. Çocuğun yanlış yapmaya hakkı yoktur. Anne babaların kuralları ve kalıpları vardır, çocuklar bu kurallara uymak zorundadır. Mükemmeliyetçi anne babalar çocuklarından aşırı şekilde toplum kurallarına uymasını beklerler. Çocuklar tıpkı bir büyük gibi yetiştirilir.

Çocuğun arkadaşlarını bile aile seçer. Çocuk anne babanın koyduğu kurallara uymadığı zaman çocuğa verilen cezalar katı ve sert olmaktadır. Önce duygusal sömürü 'senin için saçımı süpürge ettim, hayırsız evlat, ölürsem hakkımı helal etmeyeceğim' gibi. Eğer bunlar işe yaramazsa fiziksel şiddet uygulanmaktadır. Ve bütün bunlar 'çocuğumun iyiliği için' mantığından yola

çıkılarak yapılmaktadır. Mükemmeliyetçi anne babalar çocuklarından aşırı titizlik ve temizlik beklerler. Çocuğun azıcık üzerini kirletmesi bile olay olur. Çocuk sürekli ailenin istediği kalıba uymak zorundadır.

Mükemmeliyetçi ailelerde yetişen çocukların özellikleri

- ❖ Aşırı titiz ya da tam tersi dağınık çocuklardır
- ❖ Kendilerine güvenleri yoktur
- ❖ Başarısızlığı uğradıklarında kolayca hayal kırıklığı yaşarlar
- ❖ Yanlış yapmaktan korkarlar
- ❖ Okuldaki sıraları hep derli toplu, ders aralarında ödev yapan, grup çalışması gerektiğinde şikayet eden, bir işi tam yapmak için günler öncesinden çalışmaya başlayan çocuklardır

8.GÜVEN VERİCİ, DESTEKLEYİCİ AİLE TUTUMLARI

Güven verici, aile tutumunda çocuklara karşı hoşgörü ve destekleme vardır. Anne baba çocuğunu olduğu gibi kabul edip destekler. Çocuklarına karşı sevgi doludurlar. Çocuğun ilgilerini, yeteneklerini göz önünde tutarak, yeteneklerini gerçekleştirebileceği ortamlar hazırlarlar. Anne baba birbirlerine ve çocuğa olan duygularında açık davranır. Aile içinde güven ve şeffaflık vardır. Problemlerle nasıl baş edebileceğini birlikte araştıran, huzurlu bir aile ortamı vardır. Anne babalar çocuklarına karşı hoşgörülüdürler, onları desteklerler, çocuklarıyla ilgili kararlar alırken seçenekler sunarlar, çocuğun seçtiği davranıştan ders almasına izin verirler.

Aile ortamı çocuğa kendini anlatma özgürlüğü veriyorsa çocuk sağlıklı biçimde gelişir aileyi ilgilendiren kararlar alınırken çocuğun fikri sorulur. Çocuğun fikirleri ne kadar mantıksız ve basit olursa olsun mutlaka saygıyla dinlenir, çocuk susmaya değil konuşmaya teşvik edilir. Böyle bir ailede evde ve toplumdaki kuralların sınırları bellidir. Çocuk neyi nerede yapacağını veya yapmayacağını bilir.

Evde uygulanacak kuralları çocuklarıyla birlikte belirlerler ve bu kurallara herkes

Çocukların sağlıklı gelişimi için onlarla etkili vakit geçirmek çok önemlidir.Güven verici destekleyici aile tutumu sregileyen bir aile çocuğu ile etkili vakit geçirmeye dikkat etmektedir.

uyar. Anne ve baba çocuğa davranışlarıyla iyi bir modeldir. Çocuklarından görmek istemedikleri davranış kendileri de yapmak istemezler. Çocuk belirli sınırlar içinde özgürdür. Çocuğa şiddet ve duygusal yaptırım gücü yerine, anlatarak ikna etmeye çalışırlar. Eğer aile ortamı çocuğa kendi benliğini, kimliğini duygu ve düşüncelerini anlatma özgürlüğü veriyorsa çocuk sağlıklı biçimde olgunlaşır.



Güven verici, destekleyici ailelerde yetişen çocukların özellikleri

- ❖ Sosyalleşmiş, işbirliğine giren çocuklardır
- ❖ Arkadaş canlısı ve duygusaldırlar
- ❖ Sosyal açıdan dengeli ve mutlu bireylerdir
- ❖ Özgüvenleri yüksektir, sorumluluk sahibidirler
- ❖ Kendine ve başkalarına güvenir
- ❖ Yaratıcı ve bağımsızdır
- ❖ Kurallara ve otoriteye saygı duyar
- ❖ Kendine ve çevresine saygılıdır
- ❖ Sınırları bilir
- ❖ Kendi inandıklarını sonuna kadar savunabilirler
- ❖ Kişilik ve davranışları açısından dengeli sorumluluk duyguları gelişmiştir

- ❖ Kurallara ve otoriteye karşı körü körüne bağlı olmayan
- ❖ Seçim çocuğa aittir. Seçimin sonucuna katlanmakta çocuğundur.
- ❖ Ailenin diğer üyelerinin istek ve ihtiyaçları denge içerisinde karşılanır.
- ❖ Çocuk sınırlar içerisinde özgürdür.

AİLELERE ÖNERİLER

- ✓ Çocuğunuzun yanında eşinizi asla kötülemeyin ve eleştirmeyin; kendi kırgınlığınıza çocuğunuzun ortak etmeyin. Çocuk anne babanın birbirlerini kötülemesini, eleştirmesini istemez, birbirlerini sevip beğenmesini ister.
- ✓ Çocuğunuza eşinizle mutlu olduğunuzu söyleyin ve davranışlarınızla da bunu gösterin; Kızgınlık anında annen-baban beni üzme için yapmadı, kötü bir niyeti yoktu diyebilirsiniz.
- ✓ Sizin de çocuğunuzun da istediğinin olacağı çözümler üretmeye çalışın; çocukların her zaman sorunlara sizin getireceğiniz çözümlerden başka çözümleri vardır.
- ✓ Çocuğunuza beklediğinizin ne olduğunu söyledikten sonra; onunda beklentisinin başka olduğunu bildiğinizi ve bu yüzden oturup her iki tarafında istediğinin olabileceği ortak bir çözüm bulmaya çalışın.
- ✓ Çocuklarınızı gerçekten dinleyin ve bunu ona gösterin; çocuğunuzun dinlerken televizyon izlemeyin, gazete okumayın, başka işlerle meşgul olmayın.
- ✓ Konuşurken göz teması kurun, çocuğun yüzüne bakın, aynı hizada olmaya dikkat edin.
- ✓ Çocuklarınıza sözlerinizle değil davranışlarınızla örnek olun; çoğu zaman anne babalar çocuklarına öğüt verirler : şöyle yapmalısın, bu işin doğrusu bu, böyle davranmanı istemiyorum. Çocuk sözlerle

anlatılanlardan çok davranışlarınızla vereceğiniz mesajları almaya açıktır.

- ✓ Çocuklarınızla sen dili ile değil ben dili ile konuşun; örneğin; sen tembelsin, çalışmıyorsun, sorumsuzsun (sen dili) yerine , çalışmadığın zaman ben üzülüyorum, çünkü hak etmediğin halde kötü not almış oluyorsun (ben dili) kullanılmalı
- ✓ Çocuğunuzun olumlu yönlerini ve başarılarını ön plana çıkarın
- ✓ Çocuklarınızı kardeşleriyle ve arkadaşlarıyla kıyaslamayın. Kıyaslamak reddetmektir.
- ✓ Başkalarının yanında çocuğunuzun daima olumlu özelliklerini anlatın.
- ✓ Çocuğunuzun babasını-annesini kötölemesine, eleştirmesine ya da onların hakkında olumsuz konuşmasına izin vermeyin ve asla sana katılıyorum, çok haklısın, baban hep böyledir vb. demeyin onun yerine babanın yorgun olabileceği, başka şeye canının sıkıldığını aslında onun böyle bir kişi olmadığını vurgulayın.
- ✓ Çocuğunuzun aldığı sonuçları değil çalışmasını ve gayretini ödüllendirin; biz onları iyi sonuçlar alırlarsa ödüllendiririz, gayretleri, çalışkanlıkları sonuca yansımıyorsa göz ardı ederiz hatta ödül şöyle dursun kızarız bile. Unutmayın çocuğunuz her şeyi başarmak zorunda değil. Önemli olan çaba sarf etmesidir.
- ✓ Çocuğunuzun akıllı, iyi niyetli, güzel olduğunu dile getirin.
- ✓ Çocuğunuzun koşulsuz sevin ; başarılı olursan seni severim, istediğim gibi olursan seni severim vb ifadelerden kaçın. Çocuklarınızı koşulsuz severseniz, onlara da hem kendilerini hem de insanları koşulsuz sevmeyi öğretirsiniz.
- ✓ Çocuğunuzla birlikte etkili zaman geçirin.

EĞİTİMDE İLETİŞİM VE SINIF YÖNETİMİ

Eğitimde iletişim eğitimin en önemli ögesidir. Bir öğretmenin görevini iyi yapabilmesi için ruh bilimi ve iletişim kuramıyla ilgili bilgi sahibi olması gerekir.Çünkü eğitim bireye, aileden bütün insanlığa ve evrene doğru yayılıp gelişen sevgi ve bilgi aktarmaktır. Amaç seven, sayan güvenli, bilgili, başarılı, verimli ve doyurucu bir yaşam sürdürecektir kişiler yetiştirmektir. Görülüyor ki eğitimin amacı aynı zamanda ruh sağlığının da amacıdır.Çünkü öğretmenler öğrencilere istenen davranışları öğretmede ve öğrenilen davranışları pekiştirmede eğitimin ilk sorumlularıdır.Öğretmenlerin görevi çeşitli yöntem ve tekniklerden yararlanarak öğretim yaşantılarını düzenlemek ve istendik davranışların öğrenci tarafından kazanılıp kazanılmadığını değerlendirmektir.

Burada temel nokta, sınıf yönetimi ve bu yönetimi bizzat gerçekleştirenin öğretmen olmasıdır. Sınıf yönetimi, eğitim yönetimi hiyerarşisinin ilk ve temel basamağıdır. Sınıf öğrencilerle yüz yüze olunan bir yerdir ve eğitim yönetiminin kalitesi büyük ölçüde sınıf yönetimine bağlıdır. Sınıf yönetimi sınıfın bir orkestra gibi yönetilmesidir, öğretmen bu orkestranın şefi olmalıdır. Bu nedenle sınıf yönetimi sırasında öğretmen davranışları eğitimi ve eğitimin kalitesini oluşturmaktadır. Sınıf ortamında etkili bir iletişim kurulması öncelikle öğretmenin konuyu etkili bir şekilde öğretebilmesine yani konuyu iyi bilmesine bağlıdır.

Eğitimin amacı, öğrencilerde istendik yönde davranış değişikliği meydana getirmektir. Sınıf yönetimi ise bu değişikliğin başladığı, olduğu yerdir. Sınıf yönetimi, öğretmenin sınıfta öğrenme için gerekli düzeni, sağlamak üzere, etkili bir ortam hazırlamak amacıyla yaptığı uygulamalardır. Sınıf üzeninde öğretmenin temel yönetim görevi, davranış düzensizliklerini cezalandırmak ya da tek tek öğrencilerin katılımlarını arttırmak değil sınıf içinde işler bir sistem oluşturmaktır. sınıf yönetimi büyük ölçüde öğrencilerin kişisel ve psikolojik gereksinimlerinin karşılanmasına dayanmaktadır. Öğretmenler ilk önce öğrencilerin gereksinimlerini ve bu gereksinimlerle ilintili olan davranışların ilişkisini anlamalı, sınıfta öğrencilerin kişisel gereksinimlerini karşılamak için iyi bir sınıf yönetimi sağlamalıdır. Sınıf yönetimi olumlu öğrenci- öğretmen ilişkisi ve sınıf ortamı destekleyici koşulların varlığına bağlıdır. Daha çok istenen öğrenci davranışı oluşturmak, bireyin öğrenmelerini temel alan, psikolojik gereksinimlerini karşılayan, çevreleyen sınıf ortamının varlığına bağlıdır. Bu varlığı ortaya koyarak sınıfta bir iklim oluşturan da öğretmenlerdir.

Öğrenme öğretme ortamlarında, sınıflarda öğrenci öğretmen ilişkilerinin niteliği başarıyı ve erişiyi etkileyen ilişkilerdir. Bu nedenle iyi düzenlenmeleri gerekir. Öğrenci öğretmen ilişkisi birincil bir ilişki türüdür. Bu nedenle birebir ve insancıl yaklaşımı olan ben- sen ilişkisidir.

Sınıf içinde iletişim işlenmesi gereken en aktif kuraldır. Öğretmen sınıf içinde iletişim için uygun ortam hazırlamalı, iletişim bir amaca uygun olmalı, sınırlı

olmalı, gereken kişiler gerektiği kadar iletişime katılabilmelidirler. İletişim gerek öğretmen gerekse başka kişilerce engellenmemelidir. Öğrencilerin tanınması, imkanların belirlenmesi, seviyelerin belirlenmesi, sorunların belirlenmesi, ilgi ve yeteneklerin belirlenmesi, bilgi akışının sağlanması, olumlu davranış kazandırılması ancak öğretmenin sınıfta oluşturduğu iletişim ortamıyla mümkün olabilir. İletişim öğretmenden öğrenciye, öğrenciden öğretmene karşılıklı olursa yararlıdır. Tek yönlü iletişim sıkıcıdır ve dönüt yararlarından uzaktır. Derslerde konu anlatımının tek yönlü olması da konuyu sıkıcı hale getirecek dolayısıyla öğrencinin öğrenme davranışını olumsuz etkileyecektir. Etkili öğrenme ancak öğrencinin aktif katılımı ile mümkündür.

Öğretmenin bilgiyi ve konuyu kendi tekelinde görmesi tek yönlü iletişime yol açar. Öğretmenin konuşma kontrolünü elinde bulundurması, öğrencinin ne zaman ve hangi konuda katılacağına karar vermesi ve tartışma konularını kendisinin seçmesi, öğrenci katılımını azaltmakta, sınıf içi iletişim ortamını olumsuz yönde etkilemektedir. Çift yönlü iletişim eğitim sürecinde çok önemlidir. Sınıf içindeki öğrenci öğretmen etkileşimi ve yüz yüze ilişkiler çift yönlü iletişim kurulmasını sağlar. Bu nedenle iyi bir öğretmen öğrenciden gelen tepkilere (dönütlere) göre nasıl öğrettiğini ve nasıl öğretmesi gerektiğini belirleyebilir. Sınıf içindeki çift yönlü iletişim iyi bir etkileşime yol açar. Lingren'e göre sınıf içinde sağlıklı bir iletişim ortamı ile öğretmen öğrenci ilişkisinin giderilmesi, çift yönlü iletişim yolu ile öğrencini öğretmeni, öğretmenin öğrencileri kavraması,

yerini öğrencileşen öğretmenlere öğretmenleşen öğrencilere bırakmasıyla mümkündür. Öğretmen iletişim sürecinde baskıcı bir tutum ve davranış yerine, öğrencinin kendisiyle iletişim kurmasına imkan verecek demokratik bir tutum ve davranış gösterebilmelidir.

Öğrenci öğretmen ilişkisinin niteliği, akademik başarıyı ve öğrenci davranışını etkilemektedir. Öğrenciler cana yakın ve arkadaş olan öğretmenleri yeğlemektedir. Öğretmenlerin daha sempatik olmaları ve öğrenciler için daha olumlu roller üstlenmeleri halinde öğrencilerin okula ve öğretmenlere karşı daha olumlu yargılar taşıyor olmaları da kuşkusuz önemlidir. Aksi takdirde, hoşgörü göstermeyen, sert, çok az övgü veren, sınıfta sıkıcı bir hava yaratan öğretmen, öğrencinin uygun davranışını motive temekte yetersizdir. Öğretmenler otoriter kuralları zorla kabul ettirerek problem davranışa neden olurlar. Görülüyor ki sınıfta bir iletişim problemi varsa gergin bir ortam olması kaçınılmazdır. İletişim eksikliği çocuğun dersten ve okuldan soğumasına neden olabilir.

Çocukların iyi yetişmiş olmalarında temel ilke onların yaşamsal sorunlarına çözümler bulmaktır. Sorumluluk sahibi öğretmenler çocuk gelişiminin ilkelerini bilir ve başarıyla uygularlar. Bir öğretmen çocuğa sorumlu davranış için rehberlik etmede kendi eylemlerinin niteliğini gösterir.

ÖĞRETMEN ÖĞRENCİ İLETİŞİMİ

İletişim tanımlarını da gözönünde bulundurduğumuzda, hayatın hangi alanında olursa olsun doğru iletişim kurma zorunluluğumuz vardır. Ancak doğru iletişim kurduğumuzda iletmek istediğimiz mesajı karşı tarafa aktarabilir ulaşmak

istediğimiz sonuca ulaşabiliriz. Örneğin öğrenci öğretmen ilişkisini ele alalım, eğer öğrenciler kendilerinden istenenin ne olduğunu bilemezlerse başka bir ifade ile öğretmen mesajını doğru bir şekilde iletememişse öğrenciler kendilerinden beklenen doğru davranışı gerçekleştiremeyeceklerdir. Yani iletişim neyin ne zaman nasıl söylenmesi gerektiğinin bilinmesidir.

İletişimin en önemli özelliklerinden biri birlikteliği esas almasıdır. İletişim tek başına kurulan bir ilişki değildir, karşılıklı etkileşime ve beraberliğe dayanır. Eğer iletişim çift taraflı yani karşılıklı değilse gücü ya da yetkiyi o an için elinde bulunduran taraf isteklerini gerçekleştirecek, diğer taraf baskı altında tutulacaktır. Fakat bu sorunu sadece geçici olarak ortadan kaldıracak, güç ya da yetki ortadan kalktığında sorun devam edecektir. Konumuz açısından yine öğrenci öğretmen ilişkisini örneklendirmek yerinde olacaktır; eğer öğretmen sınıfta genel olarak ya da sorunlar karşısında tek taraflı iletişim kurmayı tercih ediyorsa sorun hiçbir şekilde çözülmeyecek, öğretmenin olmadığı zamanlarda sorun yaşanmaya ya da kendini üretmeye devam edecektir. Böyle bir öğrenci öğretmen ilişkisinde daima öğrenci ve öğretmen arasında aşılamayacak bir mesafe ve büyüyen bir yabancılaşma yaşanacaktır. Öğrenci okula, öğretmene ve kendisine karşı, öğretmen ise zamanla işine karşı bir yabancılaşma yaşayacaktır.

İyi bir iletişim genel olarak sorunların çözümünde en etkili yöntemdir ve iletişim sorunları çözülmeden doyurucu bir yaşam sürmek olanaksızdır. İletişim konusunda bilinçlenmek bireye önemli etkileşim olanakları sağlar. İletişim sevgi hoşgörü ve anlayış temeline dayanmalıdır. Aksi halde yapmacık ve anlamsız

olacaktır.Özellikle öğretmenlik mesleği düşünüldüğünde bu özelliklerin daha fazla dikkate alınması gerekir.

SORUNLARIN ÇÖZÜMÜNDE KULLANILACAK İLETİŞİM YÖNTEMLERİ

Okulların amacı bireyde öngörülen davranış değişikliğini sağlamaktır. Ancak bunu yapabilmenin ön koşullarından biri öğrencilerinin psikolojik gereksinimlerinin karşılanma derecesidir. Bunu yapmaya çalışırken okullarda ve sınıflarda bir takım sorunlarla karşılaşılır. Okullarda disiplin önemli bir konudur ve okulların çocukların disiplinli yetişmesinde önemli rolü vardır. Okul dışında rahat davranma özgürlüğüne sahip öğrencilerden, okulda sınırlı bir özgürlük içinde görevini yerine getirmesi beklenir. Öğrenciler kişisel beklentilerinin karşılandığı ve bunun devam ettirildiği bir ortamda bulunmak isterler. Öğrencilerinin beklenti ve gereksinimlerinin karşılanması sınıf ortamında öğretmene aittir. Burada öğretmenin en önemli görevi öğrencilerle yeterli iletişim düzeyini yakalamaktır.

Bir çok öğretmen öğrencilere bir şeyi öğretmekten hoşlandıkları için öğretmenlik mesleğini seçmesine rağmen, araştırmalar öğretmenliğe yeni başlayan öğretmenlerin çoğunlukla öğrencileri kontrol etmede güçlüklerle karşılaştıklarını ortaya koymaktadır. Öğretmenin sınıf yönetiminde başarılı olabilmesi ve öğretimi etkili biçimde gerçekleştirebilmesi için, sınıf içi iletişimlerinin niteliği önem taşımaktadır. Öğretmenlerin sınıf içinde öğrencilerin psikolojik ve akademik beklentilerini dikkate alması ve o doğrultuda bir iletişim

geliştirilmesi öğretmenler için bir sorun niteliği taşımaktadır. Çünkü öğretmenler sınıfa girdiklerinde gürültü yapan ve dersi dinlemeyen öğrencilerle uğraşmak yerine hemen derse başlamak isterler. Ama yine de zamanlarının büyük bir bölümünü disiplin sorunlarıyla geçirirler. Bunun nedeni disiplini ceza tehditleriyle, öğrenciyi azarlayarak ya da aşağılayarak sağlamaya çalışmalarıdır. Elbette bu olumlu sonuç vermez. Bu tip cezalandırmalar öğrenciyi geliştirmek yerine engeller. Böyle bir yöntem öğrencilerin psikolojik gereksinimlerini karşılamaktan çok uzaktır. Bu nedenle öğretmenin iyi bir sınıf yönetimi ve iletişim becerisine sahip olması gerekir.

Neden öğrencilerin psikolojik gereksinimleri karşılanmalı ve neden öğretmen öğrencilerle iyi iletişim kurmak zorundadır. Çünkü hemen hemen her sınıfta önemli ya da önemsiz bir çok öğrenci davranışıyla karşılaşmak mümkündür. Öğretmenler mesleğe başladıklarında ve daha sonra, problemleri ortadan kaldıramamalarının nedeni, davranışın gerçek nedenlerini anlamaya çalışmamalarıdır. Problem davranışı başarılı bir şekilde yönetmek için, öğretmenlerin özellikle problem davranışın altında yatan nedenleri anlamaya çalışması gerekir. Davranışı anlamak mevcut sorunları anlamının yanı sıra gelecekte ortaya çıkabilecek olan problem davranışın kestirilmesi ve ortaya çıktığında doğru bir yaklaşımla çözülmesi için gereklidir. Ayrıca sorunların oluşmasında öğretmenlerin olumsuz kişilik özelliklerine sahip olmalarının da etkisi

vardır. Böyle öğretmenler çocuğun dersten soğumasına veya akademik yönden başarısız olmasına neden olabilir.

Sınıf yönetiminde iletişim eksikliği ya da kötü iletişim eğitimin kalitesini düşürmektedir. Fakat çoğu öğretmen ya öğrencilerle nasıl iletişim kuracağını bilemez ya da tek taraflı bir iletişim kurarak iletişimi en baştan engeller.

"Thomas Gordon Etkili Öğretmenlik Eğitimi" adlı kitabında öğretme öğrenci ilişkisinde öğretmenin yaptığı hatalardan bahseder. Kitabında iletişimin 12 engeli aşağıdaki gibi verilmiştir:

1. Emir vermek- Yönlendirmek,
2. Uyarmak, Gözdağı vermek,
3. Ahlak dersi vermek,
4. Öğüt vermek, Çözüm ve öneri getirmek,
5. Öğretmek, Nutuk çekmek, Mantıklı düşünceler önermek,
6. Yargılamak, Eleştirmek, Suçlamak,
7. Ad takmak, Alay etmek,
8. Yorumlamak, Analiz etmek,
9. Övmek, Aynı düşüncede olmak, Olumlu değerlendirme yapmak,
10. Güven vermek, Desteklemek, Avutmak, Duygularını paylaşmak,
11. Soru sormak, Sınamak, Sorguya çekmek, Çapraz sorgulamak,
12. Sözünden dönmek, Oyalamak, Alay etmek, Şakacı davranmak, Konuyu saptırmak. Bu 12 iletişim engeli sonucunda sorunun nedeni tam olarak anlaşılamamakta, problem davranış gerektiği gibi ortaya konamamaktadır. Ayrıca öğretmenin öğrenciye bu tarz yaklaşımları öğrencinin

kendisini olumsuz değerlendirmesine kendini kötü ve değersiz hissetmesine yol açar.

Çoğu öğretmen sorunlarla karşılaştığında ne yapacağını bilemez. Öğrenci sorunun okula getirilmesi kaçınılmazdır ve getirildiğinde öğretimi olumsuz yönde etkiler.

Bazı öğretmenler öğrenci sorunlarıyla ilgilenmekte isteksizdir, öğrenci sorunlarıyla ilgilenmenin görevi olup olmadığı konusunda şüpheleri vardır. Bazı öğretmenler ise sorunun rehber öğretmenler tarafından çözülmesi gerektiğini düşünür. Oysa öğrenciler ne sebeple olursa olsun güvensizlik duyduklarında, psikolojik gereksinimleri karşılanmadığına, sevilmediklerinde, kendilerini değersiz, gergin ve yalnız hissettiklerinde çalışma istekleri kalmaz. Böyle zamanlarda öğretmenin tüm çabaları boşa gider.

Ünlü düşünür John Dewey'e göre; en önemli pedagojik yanlışlardan biri bireyin sadece okulda gördüğü konuları öğrenme çabasından ileri geldiğini savunan görüştür. Ona göre ikinci dereceden önemli görülen, öğrencinin psikolojik gereksinimleriyle ilgili ihtiyaçlar bazen bir tarih ya da coğrafya öğreniminden daha önemli olabilir. Öğrencinin sorunlarının çözülmesiyle kazanılan davranışlar bireyin gelecekteki davranışlarının temelini oluşturur.

Yetersiz ve uygun olmayan öğrencilere yönelik iletişim becerisi öğretmenlerin en önemli iletişim becerileridir. Öğrencilerle ilişkilerin geliştirilmesinde:

1. Öğrenciler hakkında başkalarıyla konuşmak yerine kendileriyle doğrudan konuşmak: Bir sorun yaşandığında doğrudan öğrenci ile konuşmak, onlara saygı göstermek, öğrencilerin öğretmene güvenmesini sağlar. Dolayısıyla sorunun çözümüne yardımcı olacaktır.

2. Nazik olarak konuşmak: Öğretmenler öğrencileriyle olumlu ve etkileyici konuşmaktan çok "yaptığım şey için özür dilerim, lütfen, teşekkürler" gibi öğrenciye olan saygısını ve nazikliğini ifade eden kelime ve cümleler kullanması daha fazla önem taşımaktadır. Çünkü öğretmenler öğrenciler için modeldir. Öğretmenlerin öğrencilerle iletişimi yetişkinlerle iletişiminden daha nazik olmalıdır.

3. Gözle iletişim kurma ve sözlü olmayan ilişkileri benimseme:

4. Şahıs zamiri kullanarak durum için sorumluluk almak: Ben iletilerinin değeri ve etkisi önemsenmelidir. Ben iletilerini gönderen öğretmen, kendi duygularının bilincinde olmak için önce kendini dinleme ve duygularını tüm açıklığıyla öğrencileriyle paylaşma yükümlülüğünü taşır. Ben iletisi, davranışının yükümlülüğünü öğrencide bırakır. Aynı zamanda ben iletileri, sen iletileri ile birlikte gelen olumsuz etkileri içermez ve öğrenciyi kızgın, kinli, hırçın değil, yardımcı ve düşünceli olmada özgür bırakır. Ben iletilerinin öğrencinin davranışını değiştirme olasılığı yüksektir. Öğrenci ile ilgili çok az olumsuz değerlendirme içerir ve iletişimi zedelemeyiz. Öğretmenlerin ben dili ile konuşmaları öğrencilere

insanlar arası etkili iletişimi öğretir, çünkü öğrenciler öğretmenlerini kendilerine örnek olarak alırlar.

5. Soru sormaktan çok öğrencinin yaptığı davranışı tanımamak: Öğrenciler yanlış davrandıklarında hemen sorularla bombardımana tutulurlar. Bu yaklaşım çocukların korkmalarına ve savunmaya geçmelerine yol açar. Bu tür olumsuz durumlara yer vermemek için "haklı olduğunu düşünüyor musun", "yardım edebilir miyim" gibi sorular sorunu çözmenin önemli bir ögesidir.

Dinleme becerileri çok önemlidir. Dinleme etkili olarak kullanıldığında öğrencilerin davranışlarıyla ilgili sorumluluk üstlenme, önem, kabul ve saygı görme duyguları hissetmesine olanak sağlar. Dinleme becerisini kullanmanın temel amacı; öğrencilerin gerçek ilgilerini ifade etmelerine yardımcı olmaktır.

Etkin dinleme sorunların çözümünde en etkili yöntemlerden biridir. Etkin dinlemeyi gerçekleştirmek için:

- A. Öğretmen öğrencinin kendi sorunu çözebileceğine içten inanmalıdır.
- B. Öğretmen öğrencinin duygu ve düşüncelerini kabul edebilmelidir.
- C. Öğretmen duyguların genelde geçici ve anlık olduğunu bilmelidir. Etkin dinleme öğrencinin duygudan duyguya atlamasına ve duyguların boşaltılmasına, açığa çıkmasına yardımcı olur.
- D. Öğretmen öğrenci sorunlarının çözülmesi gerektiğine inanmalı ve bunun için vakit ayırmalıdır.

E. Öğretmen sorunu olan her öğrenci ile birlikte olmalı ama kendi kimliğini de korumalıdır. Öğrencinin sorunu kendi sorunu gibi hissetmeli ama kendi sorunu olmasına izin vermemelidir.

F. Öğretmenler öğrencilerin sorunlarını paylaşmak ve konuşmaya başlayabilmek için zorlanabilirler. O zaman öğrenciye bunu açıkça söyleyip başka bir kişiyi önermelidirler.

G. Öğretmenler öğrencilerin sorunluluğunun gizliliğine saygı duymalıdır.

Etkin dinleme neden önemlidir ve sorunların çözülmesine yardımcı olmaktadır. Çünkü etkin dinleme ile öğrencilerin sorunlarını çözümlemelerine ve sorunları ile başa çıkabilmelerine yardım eder. Sorunlarını anlatmak, onlardan kurtulmalarını ve dersleriyle yeniden ilgilenmeleri için ruhsal rahatlamayı sağlar.

Etkin dinleme öğrencilerin duygularından korkmamalarına ve duyguların kötü olmadığını anlamalarına yardım eder.

Etkin dinleme öğrencinin sorun çözmesine yardımcı olur. çünkü yöntem öğrencilerin konuşmasına yardımcı olmada başarılıdır ve öğrencilerin içlerini dökmelerine, yüksek sesle düşünmelerine, sorunlarını çözmelerine yardım eder.

En önemlisi etkin dinleme sorunu çözümleme ve çözme sorumluluğunu öğrencide bırakır.

Etkin dinleme sırasında öğrenciler öğretmenin kendilerini anladığını görürler görüşlerini anlatmaya hazır olurlar.

Etkin dinleme öğrenci ve öğretmen arasında daha yakın ilişkiler kurulmasını sağlar. Öğretmenin kendisini dinlediğini bilen öğrencide kendine değer ve önem verme duygusu gelişir. Kendisine saygısı artar ve anlaşılmaktan mutlu olan öğrenci, kendisini dinleye öğretmen daha sıcak duygular besler.

Öğretmenle öğrenci arasında karşılıklı olarak önem verme, saygı gösterme ve sevmeye ilişkisi gelişirse disiplin sorunu azalır. Böylece disipline harcanan zaman öğretmeye ve öğrenmeye kalır.

Sonuç olarak öğrencilerin akademik başarıları ile psikolojik gereksinimlerinin karşılanması arasında bir bağ vardır. Eğitimde kalite ve yüksek düzeyde öğretimin sağlanabilmesi için öğrencilerin sorunlarının ortadan kaldırılmaya çalışılması gerekmektedir. Bunun için öğretmenin sınıf yönetimi, sınıf içi iletişim ve psikoloji konularında iyi yetişmiş olması gerekir. Öğretmenin öğrenci sorunlarını çözerken onlara ceza vermek ve aşağılamak yerine onlarla iyi bir iletişim kurarak problem davranışın nedenini bulması ve bu nedeni ortadan kaldırmaya çalışması gerekmektedir. Eğer problem kaynağından çözülürse tekrar etme olasılığı azalacaktır. Önemli olan okullarda ve sınıflarda ağırlıklı bireyler yetiştirmek ve öğretim amaçlarına ulaşmaktır. Bunun en iyi yolu ise öğretmenlerin öğrenciler ile sağlıklı iletişim kurmaları ve sorunlarıyla ilgilenmeleridir.

KAYNAKÇA

Atabek, E. (1995). Çocuklar, Büyükle ve Tavşanlar. Altın Kitaplar: İstanbul.

Aydoğmuş, K. ve arkadaşları (1992). Ana-Baba Okulu. Remzi Kitabevi: İstanbul.

Clarke, J. I. (1996). Çocuk Bakımı ve Eğitimi - I. Papirüs Yayın Dağıtım: İstanbul.

Gordon, Thomas (1996). E.A.E. Etkili Anababa Eğitimi: Aile İletişim Dili. Sistem Yayıncılık.

Gordon, Thomas (1996). E.A.E. Etkili Anababa Eğitiminde Uygulamalar. Sistem Yayıncılık.

McKay, M., Davis, M. & Fanning, P. (2006). İletişim Becerileri. HYB Yayıncılık, Ankara.

Navaro, Leyla. Beni Duyuyor Musun? Ya-Pa yayınları: İstanbul.

Yavuzer, Haluk (1993). Çocuk Psikolojisi. Remzi Kitabevi: İstanbul.

Yavuzer, Haluk (1996). Çocuk Eğitimi El Kitabı. Remzi Kitabevi: İstanbul.

Yavuzer, Haluk (1997). Bedensel, Zihinsel ve Sosyal Gelişimiyle
Çocuğunuzun İlk 6 Yılı. Remzi Kitabevi: İstanbul