

Bülten

İletişim



*“En uzak mesafe ne Afrika’dır, ne Çin, ne Hindistan
Ne seyyareler ne de geceleri ışıldayan yıldızlar
En uzak mesafe, iki kafa arasındaki mesafedir birbirini anlamayan.”*
Can Yücel



**İletişim Becerisi, insanlara doğuştan verilen
bir yetenek değildir.
Öğrenilebilir ve Geliştirilebilir Becerilerdir.**

Değerli Anne Babalar,

Hepimizin bildiği gibi anne-babaların çocukları üzerindeki etkileri yaşam boyu devam eder. Etkili iletişimin kurulduğu ailelerde, aile bireyleri birbirleri ile duygularını paylaşır, birbirlerine zaman ayırır, birbirlerine değer verir ve birbirlerini olduğu gibi kabul ederler. Anne-babalar çocuklarına olan duygularını sevgi dolu ve destekleyici bir yolla ifade ederler.

Böyle bir aile ortamında da anne-baba-çocuk arasındaki ilişki etkili olur. Anne-baba-çocuk iletişimi olumlu duygular ve alışkanlıklar içeriyorsa her iki taraf için de birlikte geçirilen zaman eğlence ve mutluluk kaynağı olabilir. Çocuğun yaşı ne olursa olsun, onunla kurulan etkili bir iletişim, onda kendine güven ve çevresine saygı gelişimi için en önemli kaynaklardan biri olacaktır. İyi bir ilişki kurabilmek ve bunu yıllar boyu sürdürebilmek, çocuğun kişilik gelişimi açısından da olumlu etkiler yaratacaktır.

İletişim kurmak hiçbir zaman kolay olmamıştır. Çeyrek yüzyılı aşkındır teknolojik ilerlemeler, internet siteleri ve bloglar sayesinde dünya üzerinde kendimize benzeyen insanları aramaya, interaktif televizyon yoluyla düşüncelerimizi belirtmeye ve ürün siparişi vermeye, e-posta ve video konferans sayesinde uzaktakilerle sohbet etmeye, cep telefonlarıyla nerede olursak olalım aile ve arkadaşlarla çene çalmaya imkan veriyor. Kısa mesajlar sayesinde, sadece insanoğluna özgü olabilecek bir beceriyi bile keşfettik: Başparmakla iletişim.

İşin ilginç teknoloji birbirimizle konuşmamıza imkan verdikçe, biz çocuklarımızla daha az konuşur olduk. Görüşme yapılan öğretmenler, çocukların yeteri kadar uyumamasının yanı sıra başka iki faktörden de endişeleniyorlar: evdeki iletişim eksikliği ve aşırı televizyon izleme.



SEVGİLİ MUŞTAF A . NASILSIN ?
BEN VE ANNEN ÇOK İYİYİZ .
LÜTFEN BİLGİSAYARINI KAPATIP AŞAĞI GEL
YEMEK YİYORUZ ...



“GÖZLERİMİN İÇİNE BAK ÇOCUK”

İletişim, annesinin kucağındaki yeni doğmuş bir bebeğin annesine bakmasıyla başlar. Bebekler yüzleri büyüleyici bulur ve annelerinin yüzü yiyecek, sıcaklık ve rahatlıkla ilişkilendirildiği için, özellikle çekicidir.

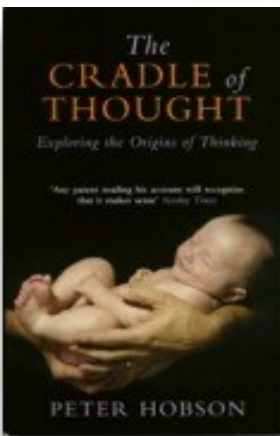
Yeni Zelanda’lı Çocuk Gelişimi Uzmanı Prof. Colwyn Trevarthen, bu anne bebek etkileşimini “iletişim dansı” olarak adlandırıyor.

2003 yılında Gelişimsel Psikopatoloji Profesörü Peter Hobson, ebeveyn-çocuk etkileşimi hakkında iletişim dansını çocuk gelişiminin merkezine koyan bir kitap yayımladı. “Düşüncenin Beşiği” adlı kitabında çocukların düşünme, anlama ve sonuca ulaşma kapasitelerinin ebeveyn ve çocuk arasındaki duygusal bağdan ve iletişimsel danslardan doğduğunu öne sürüyor.

Hobson’a göre dans, üç ayaklı bir düzendir. Ebeveyn üçgenin bir köşesinde, çocuk bir diğerindedir; diğer köşede ise dış dünya yer alır. Ebeveynin varlığında güvende olan çocuk, önce dış dünyaya sonra ebeveynine bakar. Ebeveyn dünyaya bakar, sonra çocuğa döner; karşılıklı bakışları karşılıklı bir deneyimi onaylar. Dünyanın aynı parçasını her ikisi de görmüştür. Duygusal bağ, etkileşim ve iletişim.

Çocuk

Ebeveyn Dış Dünya



Peter Hobson,

“Düşüncenin Beşiği” adlı kitabında ebeveyn-çocuk etkileşimi hakkında iletişim dansını çocuk gelişiminin merkezine koymuştur.

İletişim Yoluyla:

- * Birbirimizi anlamaya
 - * Sevmeyi öğrenmeye
 - * İlişkileri başlatmaya ve sonlandırmaya
 - * Kendimiz hakkında daha fazla bilgi edinmeye
 - * Başkalarının bizi nasıl algıladıklarını öğrenmeye
- ULAŞIRIZ...

İLETİŞİM ENGELLERİ

Çözüm Üretici Olarak Kullanılanlar:

- * Emretme, yönetme
- * Uyarma, tehdit etme, ahlak dersi verme
- * Öğüt verme, fikir verme
- * Mantık yoluyla inandırma
- * Araştırma, sorgulama

Yargılayıcı olarak kullanılanlar:

- * Eleştirme, suçlama
- * Ad takma, gülünç duruma düşürme
- * Tahlil etme teşhis, tanı koyma

Sorunu hafifletmek, geçiştirmek için kullanılanlar:

- * Övme, görüşüne katılma
- * Güven verme, teselli etme
- * Konuyu değiştirme, işi alaya vurma

“Hep böyle geç kalıyorsun saatin farkında değil misin?”

(Eleştirme, suçlama, yargılama)

“Okuldan eve dönünce tam saatinde derse başlamalısın ve programlı bir şekilde her gün çalışmalısın.”

(Emretme, yönetme, ahlak dersi verme, öğüt verme)

“Aldırma, biraz neşelen! Bu yaşlarda bunlar olur, zamanla kendini daha iyi hissedersin. Sen onlara, onlar da sana alışır.”

(Güven verme, teselli etme, geçiştirme)

“Sağlıklı ilişkilerin sağlanmasında en önemli engellerden biri, sorunun kimde olduğunun anlaşılamamasından kaynaklanır.”

“Sen neden bu dünyayı yönet miyorsun?”
(Konuyu değiştirme, işi alaya alma)

“Senden ne zaman bir şey istesem ya hasta ya da yorgun olduğunu söylüyorsun. Beni hiç düşünmüyorsun.”
(Ahlak dersi verme, suçlama, eleştirme)

“Bir kez daha ödevini yapmazsan seni sınıfta bırakacağım.”
(Uyarma, tehdit etme)

“Bu hakaretin altında kalamazsın. Hemen harekete geçmelisin.”
(Emretme, yönetme)

“Büyüyünce beni anlayacaksın ve hak vereceksin; eminim.”
(Tahlil etme, teşhis, tanı koyma, mantık yolu ile inandırma)

İletişim Engelleri – Kalıplaşmış Davranışlar

Aşırı genelleme: “Anasına bak, kızını al; kenarına bak bezini al”

Kutuplaştırma: “Ya hep, ya hiç!”, “Ne ben onun ölüsüne giderim, ne o benim ölümüne gelsin!” “Ya nefret ederler ya da çok aşırı severler!”

Kişileştirme: “Kendi üzerine alınma”, “Misafirin yanında çocuk azarlanmaz”

Mutlakacılık: (meli- malı) “Herkes beni sevmeli”, “Hiç hata yapmamalıyım”, “Ne istediğimi gözümünden anlamalı”, “Her zaman her işte birinci olmalıyım”gibi.....

Değiştirme gayreti: “Benim gibi düşünmeli”, “Çok iyi bir insan Ah! Şu huyu da olmasa... Neyse, evlenelim değiştirelim”

Aşırı fedakarlık: “Yumuşak atın çiftesi sert olur”, “Bunlar günün birinde yoğun bir öfke yaşarlar”

Keşkecilik: Bugünümüzü çalan iki hırsız vardır. Birisi geçmişe ilişkin pişmanlıklarımız, diğeri ise geleceğe ilişkin kaygılarımızdır. “Bana nasıl öyle der, keşke şöyle deseydim!” Bu iç konuşmalar sürer ve öfke artar.



Karşımızdakini doğru anlamak için kendimizi onun yerine koyabiliyor muyuz

Doğru iletişim, ama nasıl ?..

- * Hiç kimse anlaşmazlık karşısında nasıl davranacağını doğuştan bilmez.
- * Bir problemin çözümü için tek bir çözüm yolu yoktur. İnsanlara seçenek sunmak, göremediğini görmesini sağlamak gerekir.
- * Sorun karşısında her insan aynı şekilde davranmaz. Aynı kişi bile aynı duruma farklı zamanlarda farklı tepkiler verebilir.

Karşınızdakini suçlamak yerine, duygularınızı anlatın:

“Nerede kaldın? Saatin kaç olduğunun farkında mısın?”

YERİNE

“Nerede kaldın seni çok merak ettim.”

Cezalandıracağınıza o davranışı benimseyin ve ona yol gösterin:

“Bir kez daha geç kalırsan, asla arkadaşlarına gidemezsin!..”

YERİNE

“Geciktiğinde telefon edip haber verebilirsin.”

Suçlayacağınıza o davranışı tanımlayın:

“Sivri zekalı ,tembel!”

YERİNE

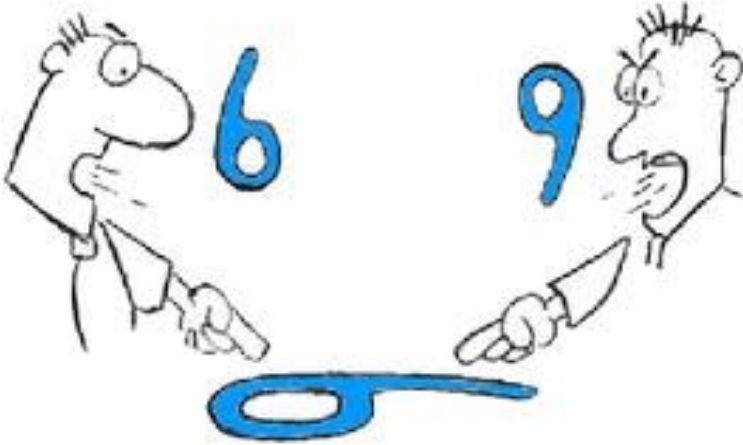
“Derslerine çalışmadığın zaman endişeleniyorum ve üzülüyorum.”

Tehdit edeceğinize duygularınızı açıklayın:

“Bıktım artık, senden ve yaptıklarından!..”

YERİNE

“Çok sinirleniyorum, çok içerliyorum, kızıyorum.”



İLETİŞİMDE ÇATIŞMA VE ÇÖZÜMLERİ

(Kim Kazanır /Kim Kaybeder?)

Sürekli ben iletileri göndermek, her zaman karşı tarafın davranışını değiştirmede etkili olmayabilir.

Kimi zaman sorun öyle güçlüdür ki karşı taraf sorun olduğunu bile bile bu davranışından vazgeçemeyebilir. Bu durumda çatışma olur.

Çatışmalar yaşamın bir parçasıdır ve sanıldığı kadar da kötü değildir. Önemli olan bu çatışmalara yapıcı çözümler getirebilmektir.

İLETİŞİMDE ÇATIŞMA ÇÖZMENİN YÖNTEMLERİ

(Kazan-Kaybet, Kaybeden Yok
Yöntemi)

“Benim istediğim olacak ve bunun için de gücümü kullanacağım.”

*Kişi cezalandırılacağı korkusuyla boyun eğer, karara uymak istemez.

*Sürekli kötüye giden bir ilişkinin tohumları atılır. Ortada sevecenlik ve hoşgörü yerine kızgınlık ve nefret vardır.

*“Benim istediğim olacak, karşı tarafın ne istediği önemli değil.”

*Kişi gücünü gösterir ve karşı taraf pes eder.

*Kişi karşı tarafı nasıl alt edeceğini bilir.

KAYBEDEN YOK YÖNTEMİ:

Çatışma çıkınca birlikte çözüm bulmaya çalışılır.

KAYBEDEN YOK YÖNTEMİ İLE SORUN ÇÖZME

1. **Basamak:** Sorunu tanımlar,
2. **Basamak:** Çözümleri değerlendirir,
3. **Basamak:** En iyi çözüme karar verir,
4. **Basamak:** Kararın nasıl uygulanacağını belirler,
5. **Basamak:** Değerlendirme için çözümün nasıl uygulanacağını belirler.

İletişim, sosyal bir varlık olan insanın toplum içindeki fonksiyonunu yerine getirmesini sağlayan en önemli unsurdur. İletişim aynı zamanda bilgiyi üretmeyi, anlamlandırmayı ve aktarmayı içeren bir süreçtir. Öğrenme ortamı da zaten en genel anlamda bir iletişim sürecidir. Bu süreçte iletişimin niteliği, öğrencilerin kişilik gelişimlerini ve başarılarını etkileyen önemli bir unsurdur.

Başlı başına bir iletişim etkinliği olan eğitimin sağlıklı bir şekilde işleyebilmesi için öğrencilerin de iletişim becerilerine sahip olması gerekir. Bu anlamda öğrencilerimize kazandırmak istediğimiz iletişim becerilerini “**dinleme, sözlü ya da yazılı olarak kendini ifade etme, tartışma, bağlantı kurma, olaylara ve durumlara farklı bakış açılarından bakabilme, açık fikirli olma, empati kurma, farklılıklara saygı duyma...**” şeklinde ifade edebiliriz.

“*Ne söylediğiniz değil, onu nasıl söylediğiniz önemlidir.*”



www.gelisim.k12.tr