

## İLETİŞİMDE MESAJ VERME YOLLARI

*Akşam eve gelen Demir bey ,küçük oğlunun bir köşede oyuncakları ile oynarken bir yandan da kazağının yakasını ağızına alıp çekiştirdiğini gördü. Çocuk "nasılsın oğlum?" sorusuna babasının gözlerine bakmadan "iyiyim" diye geçiştirici bir yanıt verdi. Oysa Demir bey oğlunun davranışlarından bir şeylerin ters gittiğini anlamıştı.*

İletişimde mesajlar, sözler ya da yazılarla ve sözel olmayan ipuçları ile verilmektedir. Etkili bir iletişimde bu iki öğeye de gerek vardır. Ancak son yıllardaki bazı çalışmaların sonuçları , sözel olmayan mesajların iletişimdeki oranını farklı biçimde belirtmeler de mesajların ağırlıklı olarak sözel olmayan ipuçları ile verildiğini göstermektedir. Çünkü iletişimde ne dendiğinden çok , nasıl dendiğine bakılır. Birisi dinlenirken en çok ses tonuna dikkat edilir. Bunun yanında, beden tepkileri de pek çok ipucu barındırdığı için dikkate alınır. Çocuklar sözel olmayan mesajları çözme konusunda harikadırlar.Sosyalleşirken giderek bu mesaja karşı cahilleşirler.

Sözel mesajlar , konuşurken,yazarken kullanılan sözcüklerden oluşur. Özellikle akılcı mesajlar, ağırlıklı olarak sözel mesajlarla verilir. Sözel mesajı verenin ses tonu, akıcılığı , duygu tonu etkili özelliklerdir. Beden dilinde ise, göz ilişkisi, yüz ifadeleri , vücut duruşu,el kol duruşu,beden yönelimi,oturma eğilimi önemli ipuçlarıdır.

Etkili iletişimde uyulmasında yarar olan bazı ilkeler vardır. Bunlara uyulduğunda ilişkiler sağlıklı olur. İletişimde karşılıklı mesaj alışverişi önemlidir.Etkili iletişim etkili dinlemeye ve tepki vermeye dayalıdır.Etkili dinleme ,karşıdakinin ne demeye çalıştığını anlamakla gerçekleşir. Etkili tepki verme ise , karşıdakinin duygularının anlaşıldığını belirtmekte yardımcı olur.Etkili tepki vermenin farklı yolları vardır.Bunlarda birisi de ben dilidir.Ben diliyle verilen mesajlar, suç lama ,yargılama taşımayan mesajlardır.İletişimlerin etkililiğinde, uygun zamanlama çok önemlidir.İletişimin etkililiğini arttırmak için, iletişimi engelleyebilecek tepkilerden kaçınmak gerekir. Kişiler arası ilişkilerde çatışmalar kaçınılmaz ve olağandır. Dolayısıyla bir çatışmanın tarafların durumdan kaçındıklarının , alttan aldıklarının, durumu yok saydıklarının göstergesi olarak düşünülebilir. Çatışmalar ilişkileri geliştirebilecek fırsatlar olarak da ele alınabilir.

Çocuklarımızla kurduğumuz iletişim onların hayata bakış açısını belirleyeceğinden ,bu konuda dikkat edilecek davranışlar şöyle sıralanabilir.

- Çocuk etkin bir biçimde dinlenmelidir.
- Beden diline ve sesle verdiği tepkilere dikkat edilmelidir.
- Kullanılan dil suçlayıcı,yargılayıcı, eleştirici nitelikte olmamalıdır.
- Çatışmayı tanımlamasında çocuğa yardımcı olunmalıdır.

**Merih AYANALI**  
**Özel BANDO ÇOCUK EVİ**