

AD TAKMAK, ALAY ETMEK:

“Şimdi bebek gibi davrandın, işte.” “O kıyafet ne öyle, soyтарыya dönmüşsün.”

Bu yaklaşım da gencin benlik algısını olumsuz etkiler. Hayal kırıklığı yaratır. İlişki ciddi anlamda zarar görür.

YORUMLAMAK, TANI KOYMAK:

“Ben senin neden böyle davrandığını çok iyi biliyorum. Küçükken de istediğin olamayınca küsüp giderdin.”

“Arkadaşın senin dikkatini çekmeye çalışmış, o kadar belli ki.”

Bu mesajlar, karşı tarafa “ben tüm davranışların nedenlerini anlıyorum, çünkü güçlüyüm” mesajını verir. Sorun anlatan kişi kendisinin yetersiz olduğunu düşünür. Konuşma isteğini ortadan kaldırır. Yapılan yorum doğru olduğunda bu duygular daha şiddetli yaşanabilir.

GÜVEN VERMEK, DESTEKLEMEK:

“Bunların hepsi geçecek”

“Korkmana gerek yok, başaracaksın.”

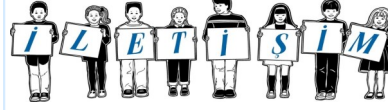
Başlangıçta sorun anlatan gencin yararına görünür. Ancak, anlaşılmadığı izlenimini uyandırabilir. “Abarıyorsun” biçiminde anlaşılabilir. Kızgınlık, anlaşılmamışlık uyandırabilir.

SORU SORMAK:

“Ne zaman oldu, sen ne dedin?”

“O ne yapıyordun? Konuşabildin mi ?”

Sorun anlatan kişiye yöneltilen sorular, onun anlam düzenini, sorunu algılayışını bozar. Sorgulanıyormuş, duygusu uyandırır, anlatmaktan vazgeçirir.



Sorun anlatan kişiye sorulan her soru onun konuşmasını sınırlar. Açık iletişimi engeller.

ŞAKA YAPMAK, KONUYU DEĞİŞTİRMEK:

“Sizin gibi gençleri okullarda görmek isteriz”

“Çocuğum boş ver şimdi partiyi, sınavlar ne zaman?”

Bu iletiler karşı tarafa, anlattığının ve kendisinin önemli olmadığını düşündürür. Sıkıntılarını anlatmaktan vazgeçer, erteler yada kendilerini anlayacaklarına inandıkları başkalarına yönelirler.

İletişim Engellerini Kaldırmanın Yolları

- Empati kurmak
- Etkili dinlemek
- Selamlama ile söze başlamak
- Farklılıklara saygı duymak
- Göz teması kurmak
- Emir vermemek
- Gülümsemek
- Etkili reddetmek
- Dikkatini karşıdaki kişiye vermek
- Kendini doğru ifade etmek
- Karşıdaki kişinin sözünü kesmemek
- Algılama farklılıkları: insanlar farklı inanç, düşünce, kültürel yapı ve tecrübeye sahip oldukları için aynı mesajı farklı algılayabilirler. İletişimde farklı algılamadan kaynaklanan engelleri ortadan kaldırmanın yolu, empatik iletişim kurmaya çalışmaktır.
- Dil farklılıklarını ortadan kaldırmak
- Gürültü engelini ortadan kaldırmak
- Sözlü ve sözsüz iletişim arasındaki uyumsuzluğu aşmak. Güvensizliği ortadan kaldırmak

Adres: Çubuklu Mahallesi Vatan caddesi No2 Beykoz / İstanbul

TEL: 0216 322 54 14

WEB: <http://beykozataturkortaokulu.meb.k12.tr>

ATATÜRK ORTAOKULU



GENÇLERLE KONUŞMADA ETKİLİ OLMAYAN YOLLAR/ İLETİŞİM ENGELLERİ

REHBERLİK SERİVİSİ



İnsanlar yaşadıkları bir sorun karşısında danışma ihtiyacı duyarlar. Burada iki amaç söz konusudur: Paylaşmak – Çözüm bulmak. Unutulmaması gereken, karşınızdaki kişinin bir soruna sahip olduğu, yani **kabul görme**

ve **anlaşılma** ihtiyacının yüksek olduğu bir durumda sizinle paylaşımında bulunduğudır.

Amaç ne olursa olsun, sorun anlatan kişiyi dinlerken iyi niyetle ve yardım amacıyla yapılan, çoğu kez de alışkanlıklarımızdan kaynaklanan bazı tutum ve sözler iletişime engel oluşturabilmektedir. Bu da o kişi ile ilişkide yeni sorunlara yol açabilmektedir. Özellikle kendi kimliklerini kazanım sürecinde olan gençler, bu konuda daha hassas olabilmektedir.

Dinleyen rolünde çoğu kez fark etmeden bu mesajları kullanırız. İletişim Engeli, olarak tanımlanan bu tutum ve sözcükler, sorunu anlatan kişide aşağıda sıralanan algılamalara neden olabilmektedir:

- Ebeveynin söylediklerine karşı direnç geliştirme, söylenenin tam tersini yapma,
- Anne-baba tarafından anlaşılmadığını düşünme,
- Anne-baba tarafından yeteri kadar akıllı ve güvenilir olmadığını düşünme,
- Suçluluk duyguları,
- Kendine olan güveninde azalma,
- Gençte kendini savunma duygusu uyandırma.

Herhangi bir sorun olmadığı zaman bunları kullanmak probleme sebep olmaz, bazıları eğlenceli dahi olabilir. Ancak **karşınızdaki kişinin sorun yaşadığı** durumda onu dinlerken, aşağıda sıralanan 12 İletişim Engeli kullanmak ilişkide sorun yaratır.

Peki **İletişim Engellerinin** nelerdir:
EMİR VERMEK, YÖNLENDİRMEK:
“O kağıdı buruşturma.”

“ Oda hemen toplanacak.”

“Kapat o bilgisayarı.”

Size sorununu anlatan bir kişiye bu tarz mesajlarla yaklaşmak, ”duygularının, ihtiyaçlarının ve sorunlarının önemsiz olduğu“ mesajını verir. Anne-baba gücü, korkuya dönüşür. Karşılık verme, inatlaşma, düşmanca duygular geliştirme, direnme vb. davranışlara yol açar.

UYARMAK, GÖZDAĞI VERMEK:

“Kendine çeki düzen vermezsen ,neler yapabileceğimi götürsün.”

“Zayıf gelirse yaz tatilini unut.”

Karşınızdaki kişiye “senden daha güçlüyüm ve sana istediğimi yaptırırım” mesajını verir.Düşmanlık duyguları uyanabilir. Söylenen uyarının yapıp yapılmayacağını görmek ,sizi denemek isteyebilirler

AHLAK DERSİ VERMEK:

“Dürüst bir insan olarak doğruları söylemelisin.”

“İyi arkadaşlar birbirine küsmemelidir.”

Gençler “meli, malı “ içeren, dış otorite ve zorunluluğu temsil eden bu yaklaşımlar karşısında genellikle daha büyük bir şiddetle kendilerini savunurlar. Gence, onun yargısına güvenilmediği, başkalarının doğru Kabul edilen genel ahlak anlayışına uygun davranmasının daha iyi olacağı mesajı verilir. Yaş dönem özelliği ile bireyselleşme çabasında olan gençlerde bu tarz yaklaşımlar tam tersi etki uyandırır.

ÖGÜT VERMEK, ÇÖZÜM ÖNERMEK:

Bu tarz mesajlar karşındaki kişiye, sorunlarına çözüm bulma yeterliliğine inanılmadığı-güvenilmediğine yönelik mesaj verir. “Arkadaşların olmadan da projeyi tamamlarsın. Aç internetini, araştır, yaz.”

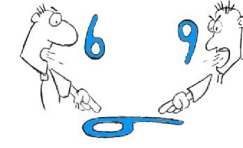
“Bence gidip öğretmenle konuşmalı, nasıl daha başarılı olacağını sormalısın.” Öneri, üstünlük tavrı olarak algılanır. Karşı tarafın bağımlı kişilik geliştirmesine sebep olur.Öneriyi sunan kişinin kendisini anlamadığını düşündürür.

ÖĞRETMEK, NUTUK ÇEKMEK:

“Şimdiki gençlerin bunu anlaması mümkün değil.”

“Biz çocukken ailemizin yanında gülemezdik bile. Siz ne kadar şanslısınız ama farkında değilsiniz.”

Sorun olmadığı zamanlarda gençlerin yetişkinlerden öğrenmesi kaçınılmazdır. Ancak sorun varken bu yaklaşım sergilendiğinde genellikle içe kapanıklık, anlaşılma-



mışlık, küskünlük uyandırır. Kendi düşüncelerine daha çok sarılırlar. Dinliyormuş, gibi görünüp, dinlemeyebilirler. Bunu güç gösterisi olarak algılayabilirler.

YARGILAMAK, ELEŞTİRMEK, SUÇLAMAK:

“Sen arkadaşımı önceden arayıp anlatsaydın ,bunlar olmayacaktı.”

“Ne zaman verdiğin sözde durdun ki.”

“Bunu yapmış olduğuna inanmıyorum.”

Bu iletişim engelleri içinde kişinin benlik kavramını en olumsuz yönde etkileyenlerdendir. Karşı tarafı savunmaya iter. Yoğun kızgınlık, öfke duygusu açığa çıkarır.

Benzer bir zorlukta kendisini eleştirmeyecek ve yargılamayacak bir kişi ile sorununu paylaşmayı tercih eder.

ÖVMEK, AYNI DÜŞÜNCEDE OLMAK,OLUMLU DEĞERLENDİRMEK:

Olumlu da olsa bu da bir yargılama biçimidir. Kişi sürekli övülme beklentisi geliştirebilir. Kendisinin düşüncesi de farklı ise anlaşılmadığını düşünür.

“Neden beğenmedin, saçın güzel olmuş.” “Benim çocuğum çalışınca başarır.”

Unutulmaması gereken ,gencin size anlaşılmak üzere bir sorunla geldiğidir. Bu yaklaşımla “anlaşılmıyorum” düşüncesi uyanır.