**TED KÖŞESİ**

**İLETİŞİMİNİZİ ARTIRACAK 10 YOL**

Yaşadığımız dünya öyle bir hale geldi ki konuşmaların tartışmaya dönüşme potansiyeli çok yüksek. Politikacılarımız birbiri ile konuşamaz oldu. Saçma ve gereksiz konuları bile tutku ile savunarak kendisine dava edinenler ve bunların karşıtları zuhur etti. Pew Research araştırma şirketi 10.000 yetişkinle yaptığı araştırma sonucu kutuplaşmış bir toplum olduğumuzu ortaya koydu. İnsanlık tarihi boyunca en çok bölünmüşlüğü bizler yaşıyoruz. Uzlaşmaktan çok uzaktayız, bu şu anlama geliyor birbirimizi dinlemiyoruz.

Konuşma yeterliliği belki de öğretmekte en başarısız olduğumuz yeterliliklerden biridir. Çocuklar her gün ekran aracılığı ile fikirler alışverişi içinde, ancak kişiler-arası iletişim becerisini edinme konusunda olması gerekenden çok daha zayıflar. Belki komik bir soru gibi görünebilir ama 21. yüzyılda tutarlı ve özgüvenli bir konuşmayı gerçekleştirmekten öte daha önemli bir beceri var mıdır?

İnsanlarla iletişim kurma konusunda size yardımcı olacak 10 kuralı sizlerle paylaşacağız.

Bu konuda birçok tavsiye duymuşsunuzdur: karşındakinin gözlerine bakmak gibi, tartışmak üzere öncesinden ilginç konuları düşünmek gibi, bakmak, başını sallamak ve gülümseyerek ilgili olduğunu göstermek gibi duyduğun şeyleri tekrarla veya özetle gibi, bunların tamamını unutun, tamamı gereksiz.

10 tane basit kuralımız var. Hepsinin üzerinden geçeceğiz, fakat gerçekten, birini seçip ustaca kullanırsanız daha iyi bir iletişimin keyfini sürersiniz.

1. Asla birden fazla işi aynı anda yapma. Özellikle karşındaki kişi ile konuşurken. O anda orada ol, O anda yaşa. Patronun ile yaşadığın tartışmayı düşünme veya akşam yemeğinde ne yiyeceğini. Konuşmak istemiyorsan konuşma ama yarı içeride yarı dışarıda olma.
2. Ahkâm kesme. Her konuşmaya bir şeyler öğrenmek amacıyla katılmalısın. Meşhur bir terapist der ki: Gerçek bir konuşma kendini bir kenara bırakmayı gerektirir. Bazen de şahsi görüşünü. Bunu kabul ettiğin zaman konuşmacı daha az incinir ve zihninin derinliğini dinleyicilerine açabilir. Bill Nye der ki: “Karşılaşacağın herkes bilmediğin bir şeyleri biliyordur.” Bunu şu şekilde açıklayalım: Herkes bir konuda uzmandır.
3. Sonu açık sorular kullan. Gazeteciler gibi sorulara 5N1K ile başla. Karmaşık bir soru sorarsan, basit bir yanıt alırsın. Karşındakine “Dehşete düştün mü?” diye sorarsan alacağın cevap şundan ibaret olacaktır: “Evet, öyle idi” veya “Hayır, öyle değildi”. Karşındakinin açıklama yapmasına izin ver. Ona şunları sor: “Nasıl bir şeydi?” “Nasıl hissettirdi?” Çünkü o zaman biraz durup düşünecektir ve alacağın yanıt da ilgi çekici bir yanıt olacaktır.
4. Akışına bırak. Düşünceler zihninde oluşacaktır ve onları dışarı çıkarmalısın. Röportajlarda sunucuların alakasız veya öncesinde cevaplanmış bir soru sorduğuna şahit oluruz. Bu, şu anlama gelir: muhtemelen sunucu iki dakika önce dinlemeyi bıraktı ve birazdan konuğa soracağı sorusunu düşünmeye başladı. Bizlerde aynı şeyi yapıyoruz. Bir yerde oturmuş birileri ile konuşuyoruz, sonra dinlemeyi bırakarak başka şeyleri düşünüyoruz. Aklına hikayeler ve fikirler gelecektir. Gelmelerine ve gitmelerine izin vermelisin.
5. Bilmiyorsan bilmediğini söyle. Tıpkı radyoda veya TV’de canlı yayında program sunan ve kayıtta olduklarını bilen sunucular gibi. Uzmanlık hususlarında bildiklerini iddia ettikleri konularda çok dikkatli davranırlar. Sende böyle yap. Dikkatli ol. Karşındaki kişi de kayıttadır unutma.
6. Kendi tecrübeni başkasınınki ile kıyaslama. İş yerinde karşılaştıkları zorluk hakkında konuşuyorlarsa, işinden ne kadar nefret ettiğin konusunda konuşmaya başlama. Durumlar hiçbir zaman aynı olmaz. Tüm tecrübeler bireyseldir. Ve daha da önemlisi; bu, seninle ilgili bir durum değildir. Ne kadar harika olduğunu ispat etmene gerek yok veya ne kadar acı çektiğini. Konuşmalar reklam fırsatları değildir. Konuşmanı kişisel showa dönüştürme.
7. Kendini tekrarlamama. Bu, çok küçük düşürücü ve gerçekten sıkıcıdır. Maalesef hepimiz buna meylederiz, özellikle çocuklarla aramızda geçen konuşmalarda. Çünkü ifade etmek istediğimiz hususu karşıdakinin anlamadığını düşünür tekrar ifade ederiz ve tekrarlayıp dururuz. Bunu sakın yapma. Karşıdaki anlıyor merak etme.
8. Yas tutmaktan uzak dur. Aslına bakarsan kimse yasını önemsemiyor: geçen yılları, hayatındaki değerli isimleri, aklına gelen sıkıntıları veya diğer detayları. İnsanlar sadece seni önemsiyor: neleri beğendiğini, ortak noktalarınızı. Bu nedenle detayları bir kenara bırak. Onları unut. İletişimde olduğun kişinin karşısında ‘sen’ olarak dur ve sana ait olanlardan, kendinden olanlardan ona sun.
9. Bu en önemli kural sayılabilir: Dinle. Dinlemek, en önemli beceridir. Buddha der ki, “Ağzın .açıksa, sen öğrenmiyorsundur.” Neden birbirimizi dinlemiyoruz? Birincisi, konuşmayı tercih ediyoruz. Çünkü konuştuğumuz zaman kontrol bizdedir. İkincisi, dikkatimiz dağılıyor. Bir kişi dakikada ortalama 225 kelime konuşur, ama 500 kelimeye kadar dinleyebilir. Geriye kalan 275 kelimelik kısım alakasız şeylerle dolar. Birine gerçekten dikkatini vermek çok enerji tüketiyor ama eğer yapamıyorsan, konuşmanın içinde olamazsın. O zaman sadece ilgili cümleler ile birbirine bağıran 2 kişi olursunuz. Birbirinizi dinlemeniz lazım. Stephen Covey: “Birçoğumuz anlamak amacı ile değil ancak yanıtlamak için dinliyoruz.”
10. Son bir kural. O da: Öz konuşun. İyi bir konuşma renkli bir kıyafet gibidir: dikkati çekecek kadar canlı, rahatsız etmeyecek kadar soluk.