



Nazmi Arıkan

FEN BİLİMLERİ

Eğitim Kurumları

ÜNİVERSİTE HAZIRLIK / REHBERLİK BİRİMİ VELİ BÜLTENİ

ANLAMAK VE DİNLEMEK

Bir Yunanlı filozof olan Plutarch der ki: “Dinlemeyi bilirsen, kötü konuşanlardan bile bir şeyler kaparsın”. Antik çağda dahi dinlemenin önemi vurgulamaktadır. Genel inanın aksine iyi ve etkili bir iletişim, çok ya da ikna edici konuşmadan ziyade, iyi bir dinleyici olmaktan geçer.

Peki ya iyi bir dinleyici miyiz? En kolay ölçme metodu şudur:

- Dinlerken odağımız nerede?
- Kendimizde mi yoksa karşı tarafta mı?
- Söyleyeceklerimizde mi, yoksa karşı tarafın anlattıklarının içindeki anlamlarda mı?
- Karşımızdaki kişiyi dinliyor muyuz yoksa konuşmak için sıra mı bekliyoruz?

İyi bir dinleyici olmanın en doğru yolu ise dinlerken ne diyeceğimizi düşünmektense odak noktamıza anlatıcıyı koymaktır. Kısacası, “cevap vermek için” değil, “anlamak için” dinlemektir.

Anlamak için dinlemenin ipuçları

1. Anlatıcıya odaklanın mümkün olduğu kadar çok göz teması kurun...
2. Konuşurken kimsenin sözünü kesmeyin...
3. Söylenenleri duymak ve hatırlamak yerine anlamak için çaba gösterin...
4. Dinlerken karşıdaki insanın o andaki ihtiyacına önem verin... İnsanlar çoğu kez sorun çözmek için değil, paylaşmak için konuşurlar.
5. Karşıdakini dinlerken tüm önyargılarınızdan sıyrılın.
6. Belli aralıklarla karşıdaki insanın söylediklerini özetleyin. Bu karşı tarafta dinlendiğini ve değer verildiği inancını pekiştirir...
7. Dinlerken, zaman zaman açıklayıcı sorular sorun...
8. Gereken durumlarda gülümsemekten ve temas etmekten kaçınmayın...



Fen Bilimleri Eğitim Kurumları
Rehberlik Birimi