

## **Aile içi iletişim ve Dil: (2)** **Empatik Dinlemek mi, yoksa Konuşmak mı?**

Önceki yazımızda aile içi iletişimin temel özelliklerine değinmiş, empatik dinlemenin, yani gerçek anlamda iletişim ortağına önem verdiğimizizi göstererek dinlemenin ne kadar önemli olduğundan kısaca bahsetmiştik. Aile içi iletişimin temel ilkelerinden biri de bireylerin birbirlerini dinlerken empatik yaklaşım gösterebilmeleridir. Belki aklımıza empatik dinlemenin neden bu kadar önemli olduğu gelebilir, çünkü empatik sözcüğü dinlemek ile yan yana kullanıldığında farklı bir işlev kazanmaktadır. Bu yazımızda aile içi iletişimin yanı sıra konuşmak mı yoksa empatik dinlemek mi daha önemli bu konuyu ele alacağız.

Son yıllarda aile içi iletişim yeni boyutlar kazanmış, doğrusu gerçekte iletişim kurup kurmadığımız da tartışılır olmuştur. Zira iletişim unsurlarının, telefonun, bilgisayarın ve internetin bir arada olduğu ortamlarda yüz yüze söze, anlama dayalı ve de manayı ifade eden gerçek iletişimden bahsetmek neredeyse imkânsızdır. Oysaki tüm bunlar iletişimin, empatik dinlemenin çok daha iyi yapılabilmesi için gereksinim duyduğumuz öğelerdir.

Aile içi iletişimde genellikle yaşça küçük olanların söz hakkı ya hiç yoktur ya da çok sınırlıdır. Hal böyle olunca gençleri daha ilk başında sınırlıyor zaten çoğunlukla konuşmak, iletişim kurmak gibi kaygıları olmayan gençleri tamamen kendi dünyalarına hapsediyoruz. Günümüz medya unsurları hem aile içi hem de sosyal ortamlardaki iletişime pek fazla katkı yapmamakta ve neredeyse dinlemeyi dahi sınırlamaktadır. Aile içinde her birey hak ettiği saygıyı ve gerçek anlamda dinlenmeyi beklemektedir, çünkü iletişim kurmaya çalışırken dinlenmediğini hissetmek bireyin kendine olan güveninin azalmasına neden olabilir.

Aile içinde konuşmak, iletişim kurmak ve empatik dinleme yapabilmek sağlıklı iletişimin olmazsa olmaz koşuludur. Empatik dinlemek, kısa tanımıyla kendini karşısındaki iletişim ortağının yerine koyarak ve ona değer verdiğini hissettirerek dinleyebilmektir diyebiliriz. Peki, nasıl dinlemeliyiz ve muhatabımıza ona değer verdiğimizizi gösteren dinlemeyi yapabilmeliyiz? Sadece susmak ve hatta muhatabımız konuşurken başka şeylerle ilgilenmek empatik dinleme değildir. İletişim ortağımız olan aile bireyleri, eşimiz, büyüklerimiz, küçüklerimiz, çocuklarımız velhasıl ailenin her bir üyesi birbirine gereken ilgi ve alakayı göstererek, gerektiğinde fikir beyan ederek dinlediğini, empatik davranarak gösterebilir. Ayrıca empatik dinleme yapabilmek, sadece susmak olmadığı gibi aynı zamanda anlamsız söz kesmeler de değildir.

Ailede sözler eyleme dönüşmeden, küçüğün büyüğüne saygı duyduğu, büyüğün küçüğünün haklarını gözetmediği ve kısacası ailenin her bireyinin karşısındaki muhatabına özgüven verecek iletişim yaklaşımı sergileyebilmesi sağlıklı iletişim kurabilmenin temel başlangıcıdır. Sen sus! Konuşma! Kes sesini! Sen anlamazsın! Yaşın kadar konuş! Gibi benzer ifadeler aile içi iletişimi sınırlamaktan çok yok eder diyebiliriz. Oysa karşımızdaki ile empati kurarak, kendimizi onun yerine koyarak bu tür ifadelerin ne denli incitici olduğunu anlamak hiçte zor değildir.

*06 Haziran 2013*