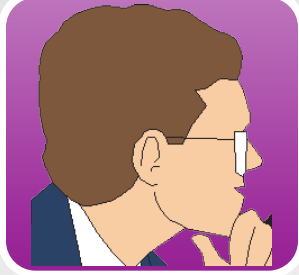


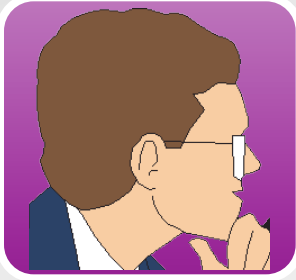


İlişkilerin Gücünden Faydalanır.

R. ŞAFAK KEKLİK



Hafta içinde Şafak Bey Ahmet Bey'i ziyaret etti. Ahmet'in yaptığı bir koçluk görüşmesine şahit oldu. Çalışanı "Ahmet Bey, bu müşteri ile sorun yaşıyoruz" der demez Ahmet'in hemen atlayıp "Ne yapacağını sana anlatayım" demesi dikkatini çekti. Ahmet'in ses tonu bile üstlendiği rolü, yani bir çocuğa öğüt veren ebeveyn rolünü yansıtıyordu.



Çalışanı uzaklaştırırken Ahmet'in "Ne zaman büyüyecekler bunlar?" diye söylendiğini duydu. Şafak Bey Ahmet'e "Pek iyi gitmedi galiba Ahmet" dedi. Ahmet öğretmeni tarafından yakalanmış bir çocuk havasına girmişti. "Yok aslında ikna ettim galiba doğru yola" diyerek cevap verdi.

Geçen gün senin ofisinde karşılaştığım durumla ilgili gözlemlerim var. Ne gördüğümle ilgili sana biraz geri bildirim vermeme izin verir misin?

Çok isterim Şafak Bey.

Peki o zaman iletişim uzmanı Eric Berne'nin Benlik Durumları ve İletişim düzeyleri hakkında bilgi vermeliyim..

Dinlerim.

Kişiliğımız üç
bölümden oluşur.
Hepimiz, iletişim
sırasında bu üç temel
role girebiliriz.

Ana Baba Benliği

Böyle yap!



Çocuk Benliği



İstiyoruuuum!

Yetişkin Benliği



Anlıyorum!

Olmamış!

Böyle yap!



Merak etme, ben
hallederim!

Olmaz öyle şey!

Ana Baba Benliği

Günlerdir ateŖim bir türlü
d Ŗm yor, yatmaktan çok
sıkıldım. Yapacak bir sürü iŖim
de var...



Bırak Ŗimdi iŖini, yat
dinlen. İlaçlarını al.



Ne yapacağını söylemek ve akıl
 ğretmek, ana baba benliğinin  ne
 ıkan  zelliklerindendir.

Banane!

Hemen!



Nasıl?

İstiyorum!

Çocuk Benliği

Köpeğim zehirlenmiş, bütün
geceyi veterinerde geçirdik.



Hay ALLAH, dün
akşamki maçı kaçırdın
yani...



İçinden geldiği gibi gösterilen ben
merkezci davranış, çocuk benliğinin
öne çıkan özelliklerindendir.

...olmalı.

Öyle mi?

Beraber düşünelim...

Anlıyorum!

Yetişkin Benliği

Müşteri ihtiyaç analizleri doğrultusunda yeni bir ürün geliştirdik. Geçen ay tanıtımını yapacaktık; ancak öyle bir aksilik oldu ki, hâlâ piyasaya süremedik. Problemi gidermek için gece gündüz çalışıyoruz. Bir aydır bir gün bile tatil yapamadım, bu gidişle daha uzun süre de yapamayacağım.



Ürün lansmanı için gereken sürecin beklenenden uzun sürmesi seni çok yormuş anlaşılan.



Yetişkin benliği, karşısındakinin duygusunu anlamaya ve anladığını ona ifade etmeye çalışır.

Yetişkin Benliği
Akılcıdır.
Paylaşır.
Anlar.
Geliştirir.
Çözüm bulmaya
yöneliktir.



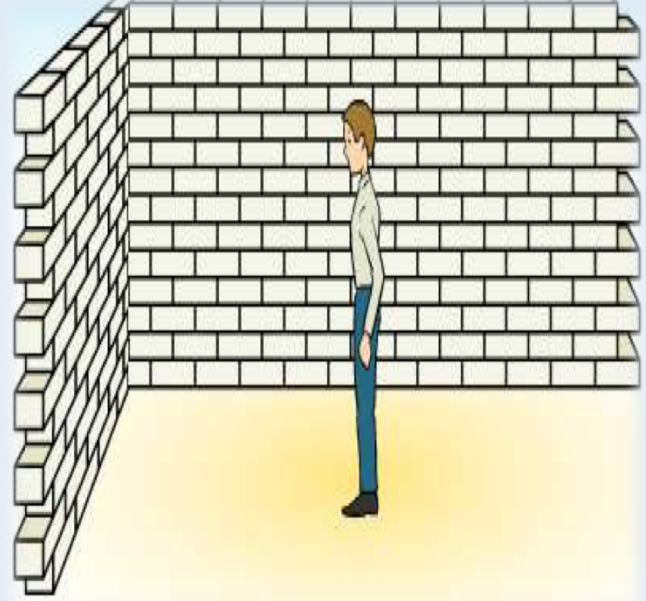
Bu iş böyle yapılır, sen o kadar aklını
yorma!

Yetişkin Benliği
Akılcıdır.
Paylaşır.
Anlar.
Geliştirir.
Çözüm bulmaya
yöneliktir.



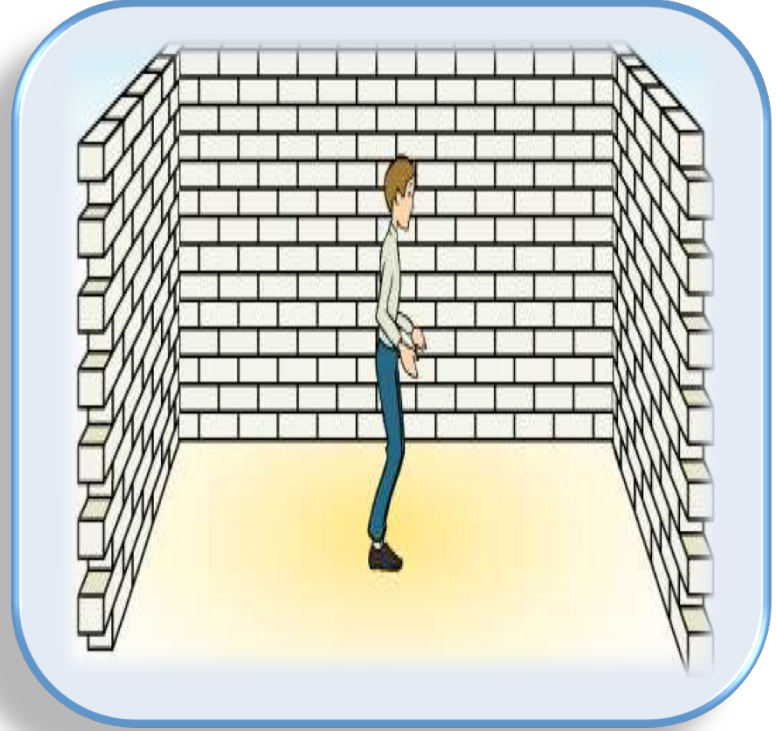
B y kler konuŖunca k   kler susar!

YetiŖkin Benliği
Akılcıdır.
PaylaŖır.
Anlar.
GeliŖtirir.
   z m bulmaya
yöneliktir.



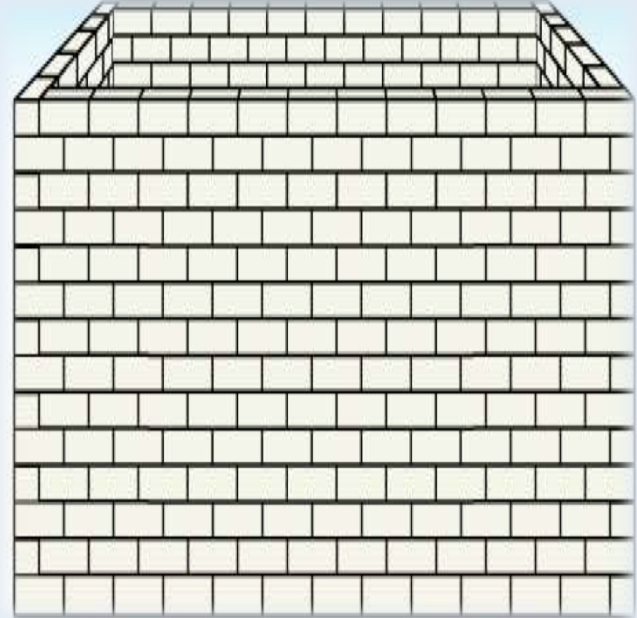
Saçmalama!

Yetişkin Benliği
Akılcıdır.
Paylaşır.
Anlar.
Geliştirir.
Çözüm bulmaya
yöneliktir.



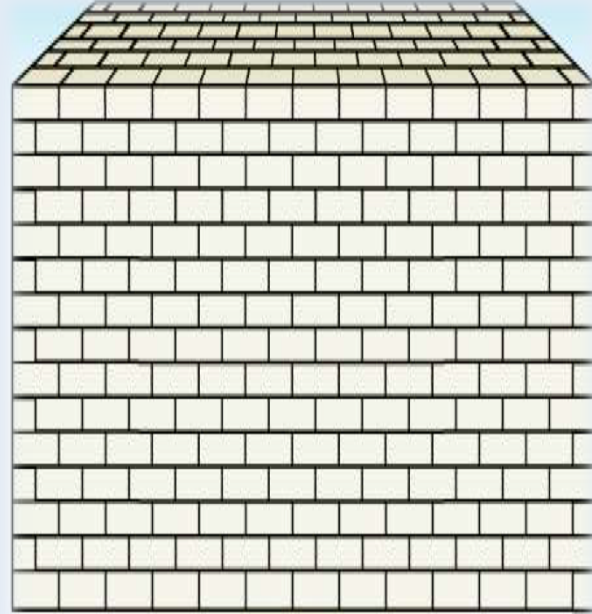
Sen dur ben yaparım!

Yetişkin Benliği
Akılcıdır.
Paylaşır.
Anlar.
Geliştirir.
Çözüm bulmaya
yöneliktir.



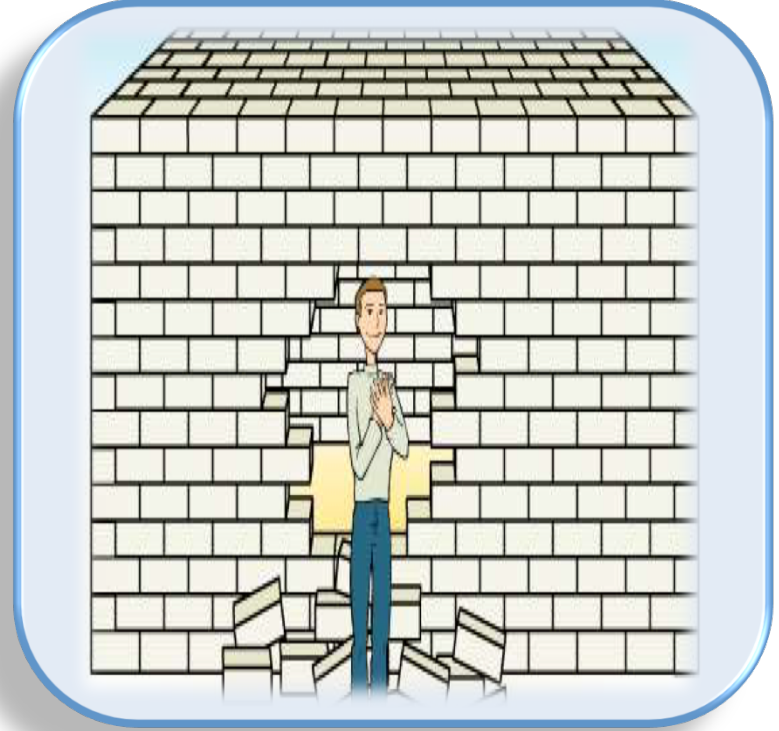
Yeni icatlar ıkarma!

Yetişkin Benliği
Akılcıdır.
Paylaşır.
Anlar.
Geliştirir.
özüm bulmaya
yöneliktir.



Sağlıklı iletişim için önce karşımızdakini anlamalıyız. Anlamak için önce yetişkin benliğimizi kullanmalı, daha sonra duruma uygun benliğimizle karşılık vermeliyiz.

Anlaşıldığını hisseden kişi, daha fazla anlatacak ve gerçek sorunu farklı boyutlarıyla görecektir. Sonuçta kendi çözümünü kendisi bulacak, çözüm imkansırsa, çözümsüzlüğü kabullenecektir.



Bazen kendimi işim için çok
yetersiz hissediyorum.
Bilmediğim o kadar çok şey
var ki...

‘Bazen’ dedin hangi
durumlarda kendini
yetersiz hissediyorsun?

Çok yersiz bir dűřünce bu,
sen içinde çok başarılısın.

Benim de bilmediğim çok
şey var, zamanla öğreniriz
nasıl olsa.

Proje için gereken ön hazırlıkların yapılması gerekiyor. Eylem planı ile işe başlayın. Yarın sabah sunumunuzu bekliyorum. Kolay gelsin.

Bu iş nasıl yapılacak ben tam anlamadım, siz başlayın, ben biraz sizi izleyeyim öğrenmek için...

Eylem planı için önce işbölümü yapmamız gerekiyor.

Bu iş böyle olmaz. Eylem planı nasıl yapılır, bize kimse anlatmadı. Yönerge arıyorum, bulamıyorum.

Sahip çıkmak

Merak etmek

Anlamak

Akıl öğretmek

Kendiyle ilgili olmak

Geliştirmek

Denetlemek

Sabırsız davranmak

Paylaşmak

Ana Baba Benliği

Çocuk Benliği

Yetişkin Benliği

İletişimde her benlik, doğru yerde ve zamanda kullanılmalıdır. Ancak önemli olan, yetişkin benliğini önce kullanarak karşımızdakini anlamaktır. Anladıktan sonra hangi benlikle davranmanın uygun olacağına karar verirken, iletişime buna göre devam edebiliriz.



Hatalı oldu, bu işi devam ettiremeyeceğim her halde..

Ben yöneticiliği bırakıyorum, buyur, ekibi sen yönet.

Bu hatayı düzeltmek için ne yapmayı düşünüyorsun?

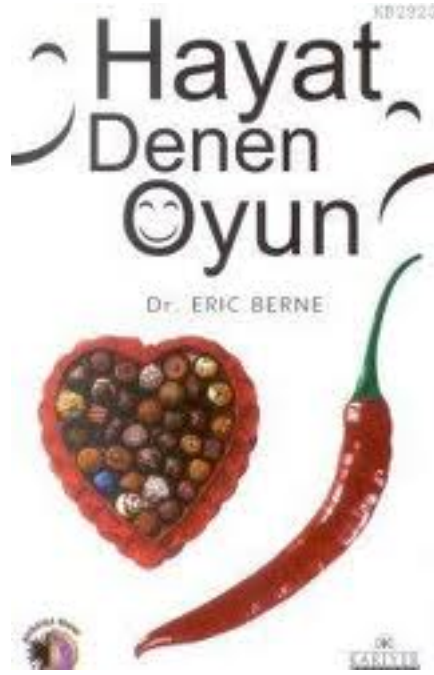
Bana bırak, ben düzeltirim. Bir daha sakın böyle bir hata yapma.

Yurt dışındaki grevlerden kaynaklanan gecikmeler işime yansıyor ve uzun süredir devam eden aksamalar yüzünden işimden bıktım.

Bu aksamalar çok canını sıkmış olmalı. Grevler son bulunca problemlerimiz de bitecek mi?

Ben de bıktım işimden, arada bir değişiklik yapmak gerek. Birlikte iş ilanlarına bakalım istersen.

İşimden bıktım da ne demek, işini seveceksin, bu devirde iş aslanın ağzında.



Hayat Denen Oyun Eric Berne

Ahmet, bunca yıllık yöneticilik hayatımda benimde aslında senin şu anda yaşadığın gibi bir takım zorluklardan geçerek öğrendiğim bir şey var. O da şu; İnsanlar genellikle biz onlara ne rolü verirsek onu oynuyorlar. Yani sen insanlara çocukmuş gibi davranırsan, ocuk kalmaya devam ediyorlar. Ancak onlara birer yetişkin gibi davranır ve kendi sorumluluklarını almalarını istersen o zaman başta direnseler de zaman içinde bir yetişkin gibi davranmaya başlıyorlar.

Yani benim şimdi gidip onlara 'biraz yetişkin gibi davranın' mı demem lazım.



Ahmet, bu kurduğun cümle sence hangi benlik düzeyleri arasında bir iletişim olurdu?

Ebeveyn'den çocuğa.

Ve bu onları hangi role koyardı?

Tabi ki çocuk! Şu anda aslında davranışlarımın nasıl onları sorumluluk almaktan alıkoyduğu konusunda ciddi bir farkındalık yaşıyorum. Sanki adamlara 'bu yaptığınızdan nefret ediyorum, lütfen biraz daha yapın' der gibi davrandığımın bilincine vardım şu an.

Çok güzel Ahmet, çünkü bu bizi çok önemli bir başka noktaya götürüyor. Derler ki koçlukta sonuçları asıl yaratan koçun sahip olduğu bilgi, beceri ve teknikten öte, koç ve danışan arasında kurulan ilişkinin kalitesi ve niteliğidir. Etkin bir koçluk ilişkisi, ara sıra ebeveyn çocuk ve kutlama yapmak için çocuk çocuk iletişimini kullansa da ancak çoğu zamanını iki yetişkin iletişimi içinde geçirdiğinde kurulabiliyor. Ne düşünüyorsun bu söylediklerim hakkında?

Çok mantıklı. Bu hep söylenen koçlukta en önemli şey güvendir sözü ile nasıl bağdaşiyor peki?



Benim fikrime göre doğrudan bağlantılı. Çünkü bir ilişkide güven olması demek, bir kişinin diğeri tarafından kurtarılacağına veya aldatılmayacağına güvenmesi demekten çok daha fazlasıdır. b,ir ilişkide güven olması, öncelikle kişilerin karşılıklı olarak kendilerine güvenmesi ve karşısındakinin de kendilerine güvendiğini bilmesi ile başlar. Bir tarafın devamlı ebeveyn, diğ er tarafın ise çocuk rolü üstlendiğı bir ilişki bir güven değil, olsa olsa bağımlılık ilişkisi olabilir. Bütün bunları dinledikten sonra neyi farklı yapabilirsin Ahmet?

Özellikle kurduğum iletişimde hangi düzeyleri kullandığıma dikkat etmeliyim sanırım.



Dediğin çok güzel, ama bir eylem sözü içermiyor. Bana daha somut olarak ne yapacağını söyleyebilir misin?

Çalışanlarıma birer yetişkin gibi davranacağım.

Bu ne demek? Yani dışarıdan bakan biri seni nasıl farklı gözlemleyecek?

Onların da kendi çözümlerini üretebileceğini göz önüne tutacağım. Problem çözerken veya diğer aktivitelerde hep ben fikir üreteceğime onlara soracağım ve bir beyin fırtınası ortamı yaratacağım.

Çok güzel Ahmet. Nasıl gideceğini merakla bekliyorum. Ancak şunu unutma. Senin eski haline çok alışmış durumdalar, adapte olmaları zaman alacaktır. Şimdi çıkmam lazım, Cuma sabahı görüşüyoruz değil mi?

Evet mutlaka görüşelim. Programıma aldım.