

ÖZEL BALKANLAR KOLEJİ ANADOLU LİSESİ

PANDEMİ SÜRECİNDE İLETİŞİM

İletişim Deniz Gibidir. Kişilere Nazaran Değişik Formüller Yürütmek Zorundasınız. Bir Gün İki Metrelik Suya Dalarsınız, Bir Gün On Beş Metreye Dek Tek Nefesle İnersiniz.

AHMET ŞERİF İZGÖREN

Pandeminin bizleri evimize kapattığı ancak bir o kadar ailelerimizle zaman geçirmemize olanak sağladığı dönemden geçmekteyiz. Öğrencilerin derslerine evden katıldığı ve ebeveynlerin işlerini uzaktan yürüttüğü bu dönem, bizlere çok farklı deneyimler katarak ilerlemektedir. Tüm dünya insanların pandemiden etkilenmesiyle, sosyal hayattan çoğunlukla kopmamıza neden olan hastalığın bulaş riski, hayatımızda değişiklikler yapmamızı ve farklı alışkanlıklar edinmemizi zorunlu kılmıştır. Sosyal hayatımız; evimizin içindekilerle ve aile üyelerimizle kurduğumuz ilişkiler dışında, teknolojik aletleri kullanarak iletişim kurduğumuz, bir nebze de olsa sosyalleştığımız bağlantılarla sınırlı kalmıştır. Bu durum, sosyal ilişkiler içerisinde olan bizler için yeterli olmamıştır. Ancak zamanla bu sürece entegre olduğumuz da aşıkardır. Bu olağanüstü durumun bire bir bizim psikolojik dayanıklılığımızı ölçtüğü bir gerçektir. Bizler de aslında bu duruma ne kadar maruz kalıyorsak deneyimlerimizle birlikte psikolojik dayanıklılığımızın arttığına şahit olmaktayız. Böylece psikolojik güçlülüğümüzün, kurduğumuz iletişimlerini güçlendireceği ve bizleri olumlu yönde etkileyeceği bir süreç içerisinde olabiliriz.

İnsan hayatındaki iletişimin ne kadar önemli olduğu, pandemi döneminde evlerimize kapandığımızda çok daha iyi anlaşılmıştır. Bu zorlu dönemi çok etkilenmeden atlatabilmek adına doğru iletişim kurabilmek bizim altın kuralımız olmalıdır.

İçinde bulunduğumuz bu dönem, iletişim biçimlerimizi oldukça etkilemiştir. Artık yüz yüze değil de uzaktan eğitim gördüğümüz, çalıştığımız, görüştüğümüz bu dönemde kopukluk olmaması için bizler de kendimizi bu duruma adapte etmeliyiz. Bu durumda aslında altın kuralımız olan iletişimin sağlıklı bir şekilde yürümesi adına **“Bir gün iki metrelik suya dalmamız, başka bir gün de on beş metreye kadar tek nefesle inmemiz gerekebilir.”** İletişim denizine dalmamızdaki amaç, her bir kişiyle, her bir duruma göre, gerektiğinde detaylı iletişim kurabilmek için isteklerin, niyetlerin karşı taraftan anlaşılmasını sağlamaktır ya da iletişimi yüzeysel, kısa ve öz bir şekilde kurup aslında yalın olan durumu izah etmektir.

Unutulmamalıdır ki, her iletişim doğru iletişim olmamaktadır. Doğru iletişim için karşılıklı anlayışın ve saygının hüküm sürdüğü bir ortam şarttır. Bu nedenle, içinde

bulduğumuz bu zorlu dönemi yara almadan atlatabilmek adına iletişime hep açık olmamız gerekir. Bazen düşündüğümüzü söylemek, arzu ettiğimizi dile getirmek sandığımız kadar kolay olmamakta, düşüncelerimizi aktarma noktasında sorun yaşayabilmekteyiz. Her kişiye ve duruma göre kullanacağımız sözcüklerin dahi ne kadar önemli hale geldiğini unutmayarak, kuracağımız iletişimden memnun kalıp karşımızdaki kişilere de derdimizi anlatmış olmak önemlidir. Bu da duygu ve düşüncelerimizi açık ve net sözcükler kullanarak ifade etmekle mümkün olacaktır.

Gözlerimizin içine bakacağımız, iletişim kuracağımız günlerde buluşmak dileğiyle...

Sinem KESKİN

Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen

