

Bir parça varoluşçuluk sosuyla, ailede ve sosyal yaşamda iletişimi kolaylaştırmanın bir mucizesini sunuyoruz sizlere...

# Etkili İletişim İçin Gerekçeli Yaşamak

Dr. Bünyamin ÇETİNKAYA

*“Dn, karşımdaydı daha ilk okuyuşumda.  
Bu yüzdendir her dem varoluşu sorgulayışım.”*  
Dursun şAHİN



Dr. Bünyamin ÇETİNKAYA

## ETKİLİ İLEŞİTİŞEM İÇİN GEREKÇELİ YAŞAMAK

ISBN 978-605-318-815-5  
DOI 10.14527/9786053188155

Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazarlarına aittir.

© 2017, PEGEM AKADEMİ

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları Pegem Akademi Yay. Eğt. Dan. Hizm. Tic. Ltd. Şti.ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı; mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik, kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Bu kitap T.C. Kültür Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır. Okuyucularımızın bandrolü olmayan kitaplar hakkında yayinevimize bilgi vermesini ve bandrolsüz yayınları satın almamasını diliyoruz.

Pegem Akademi Yayıncılık, 1998 yılından bugüne uluslararası düzeyde düzenli faaliyet yürüten **uluslararası akademik bir yayinevidir**. Yayımladığı kitaplar; Yükseköğretim Kurulunca tanınan yükseköğretim kurumlarının kataloglarında yer almaktadır. Dünyadaki en büyük çevrimiçi kamu erişim kataloğu olan **WorldCat** ve ayrıca Türkiye’de kurulan **Turcademy.com** ve **Pegemindeks.net** tarafından yayınları taranmaktadır, indekslenmektedir. Aynı alanda farklı yazarlara ait 1000’in üzerinde yayını bulunmaktadır. Pegem Akademi Yayınları ile ilgili detaylı bilgilere <http://pegem.net> adresinden ulaşılabilmektedir.

I. Baskı: Mart 2017, Ankara

Yayın-Proje: Özlem Sağlam  
Dizgi-Grafik Tasarım: Ayşe Nur Yıldırım  
Kapak Tasarım: Pegem Akademi

Baskı: Vadi Grup Ciltevi A.Ş.  
İvedik Organize Sanayi 28. Cadde 2284 Sokak No:105  
Yenimahalle/ANKARA  
(0312 394 55 91)

Yayıncı Sertifika No: 14749  
Matbaa Sertifika No: 26687

### İletişim

Karanfil 2 Sokak No: 45 Kızılay / ANKARA  
Yayınevi: 0312 430 67 50 - 430 67 51  
Yayınevi Belgeç: 0312 435 44 60  
Dağıtım: 0312 434 54 24 - 434 54 08  
Dağıtım Belgeç: 0312 431 37 38  
Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60  
İnternet: [www.pegem.net](http://www.pegem.net)  
E-ileti: [pegem@pegem.net](mailto:pegem@pegem.net)

*Sevgili abilerim  
Kaşif ÇETİNKAYA, İsmail TUĞ ve  
Kenan KURİ'ye...*

## BAŞLARKEN

Öncelikle merhaba. Sizlerle yeniden bir kitap vesilesi ile buluşabilmenin mutluluğu içindeyim. Bu vesile ile öncelikle bu kitapta neler okuyacağımızdan bahsedip teşekkür kısmına öyle geçmek istiyorum.

Şu an için son kitabım olan elinizdeki bu kitap beş ana bölümden oluşmakta ve konuları en öz haliyle ele almaktadır.

**“İnsanlar nasıl konuşulması gerektiğinin dersini alırlar; ama en büyük ilim, nasıl ve ne zaman susması gerektiğini bilmektir.”**  
Lev Tolstoy

Tolstoy’un yukarıdaki sözü bende çok büyük etkiler bırakmış ve bu kitabımda da etkisini göstermiştir. Ön okuyucularımın, sevgili dostlarımın, “Bu kitap daha fazlasını hak ediyor, konuları daha da açmalısın.” ikazlarını şimdilik beklemeye aldım. Siz değerli okurlarımızdan gelecek öneri ve taleplere göre ileride kitabı güncellemek elbette çok mümkün.

Bu kitapta *gerekçeli yaşamak*, içeriği itibarıyla iletişimin önemli bir alt boyutu olarak ele alınmakta ve bu alt boyutu bütünleyen beş bölüm huzurlarınıza sunulmaktadır. Kitapta öncelikle genel olarak iletişim kavramından ve sağlıklı kişilerarası ilişkilerden bahsettikten sonra biraz varoluşçuluk yapıp ve varoluş gerekçelerimiz başlığı ile bazı farkındalıklar sağlamaya çalıştım. Hazırlayıcı girişten sonra insan ilişkileri ve iletişim becerilerinde oldukça önemli gördüğümüz “niçin?” ve “nasıl?” *gerekçeli yaşamak* sorularının yanıtlarını vermeye çalıştım. Okuyucu olarak elinizdeki kitabın komple bir iletişim kitabı olmadığını bilmenizi isterim. Eğer öyle olsa idi çok daha kapsamlı ve boyutları geniş bir kitap olması gerekirdi. Ama değil... En azından şu anki hedefim öncelikle bu konuyu çalışmak. Kim bilir ilerleyen yıllarda belki daha kapsamlı bir iletişim kitabı da çalışabiliriz.

Bu kitapla amacım insan ilişkilerinde iletişimi en çok etkileyen ve ilişkilerin bozulmasına neden olan faktörlerden birine; “Nedenini ifade etmeksizin kestirip attığımız ifadelere” dikkat çekmek ve gerekçelerini sunarak iletişimi daha sağlıklı hale nasıl getirebileceğimizi vurgulamaya çalışmaktır. Bu kitaptaki sloganım, “Etkili iletişim için gerekçeli yaşamak” olacak...

Hayatta var olmanın mutlaka bir gereği vardır diye inanıyorum. Her nasıl doğmuş ve yaşamak zorunda isek yaşama gelmiş olmanın da bir gereği mutlaka vardır. İlahi kavuşma sadece son nefesle olan bir şey değil, bence her nefeste olabilen bir şeydir. **Nefesi boşuna almamak, yaşamın içini doldurmak** diyorum ben buna.

İşte bu maksatla olsa gerek ki, yoğun iş saatlerimize ve aile yaşıntımıza rağmen belki de çoğu zaman kendimizden, dinlenmelerimizden, eğlenmelerimizden çalarak elinizdeki bu ve diğer kitaplarımı yazmaya çalışıyorum. Bu kitabıma da iki yıldan fazla zaman önce başladım fakat zaman zaman ara vermek durumunda kaldığım için son haline ancak şimdi ulaşabildim. Bu günlerde ise bu kitabımı tamamlayıp; her zaman olduğu gibi en son yaptığım işi yani Başlarken bölümünü yazmanın keyfini yaşıyorum. Rabbime binlerce şükür olsun ki bu kitabı da bitirmeyi bana nasip etti. ve inşallah yarından tezi yok bir diğerinin çalışmalarına başlamak hayalindeyim. Çünkü inanıyorum ki insan ürettikleri ile ve ürettiği kadar vardır.

Her kitabımda olduğu gibi, bu kitabımda da güzel Türkçemize yakışmayan sözcükleri kullanmaktan, anlaşılmayan kelime ve kavramlardan uzak durmaya özen gösterdim. İddiam, diğer kitaplarımda da olduğu gibi, bu kitabı okuyan yediden yetmişe her yaş grubunun rahatlıkla anlayabileceği bir dil ve üslupla yazılmış olduğudur. Dileğim ise her satırını özenle yazmaya çalıştığım bu kitabın içindeki ayrıntıların kaçırılmamasıdır.

Kitabın seyri içinde zaman zaman noktalar koyarak bir nefes alma, küçük bir çay molası verme imkânı oluşturmaya çalıştım. Bu

noktalar ayrıca bir diğer alt başlığa geçmeden, önceki bölüm hakkın-  
da biraz düşünmeniz için de size fırsat verecektir. Bunların yanında  
birkaç resmimizle görseli ortaya koyarken aynı zamanda fıkralar,  
düşündüren sözler ve değerli dostlarımdan gelen anı ve makalelerle  
konuları zenginleştirmeye çalıştım. Her bir ayrıntı, bir söz, fıkra, anı,  
şiiir özenle seçilmiş ve sizlere daha zevkli bir kitap okutma amacı ile  
kitaba konulmuştur. Diliyorum ki her birinin anlamı yerine ulaşır.

Bu kitabımda da benim geleneğim olduğu üzere bazı insanlara  
teşekkür etmek ve varlıklarının hayatıma kattığı anlamı vurgulamak  
isterim. Lütfen izin verin... *Zira yazarların kitaplarında kendileri  
için yazdıkları tek yer giriş bölümleridir. Diğerleri okuyucu için, top-  
lum için, insanlık için bir çaba ortaya koymaktır. Karınca misali...*

Öncelikle bu kitabımda herkesten çok Sevgili Eşim ve çocuk-  
larım Yiğithan ve Atakan teşekkürü hak ettiler diye düşünüyorum.  
Çoğunca 7/24 çalışma şartlarında onlara yeterli zaman ayıramadığı-  
mı biliyorum. Ancak onlarsız bir zamanı da başkası için harcamadı-  
ğım için vicdanen rahatım.

Doktora hocam Prof. Dr. Sırrı AKBABA ve Sevgili Hocam Prof.  
Dr. Yaşar ÖZBAY... Bütün kitaplarımda, her zaman, minnet ve sevgi  
ile anıyorum.

Değerli arkadaşlarım; Prof. Dr. Hikmet Yazıcı, Duygu YAZICI,  
Şaban KURT, Dr. Savaşkan İLMAK, Dr. İsmail Hakkı TOMAR, Prof.  
Dr. Mustafa CİN, Dr. Nafiz KÖSE, Mustafa OCAK, Dr. Şerif Ali DE-  
ĞİRMENÇAY ve Doç. Dr. Güven ÖZDEM'e destekleri için teşekkür  
ediyorum.

Sevgili dostlarım Dr. Dursun ŞAHİN ve Dr. Hüseyin KARA'ya  
henüz teşekkür etmiyorum. Çünkü Dursun kardeşim henüz daha ki-  
tabın tashihini yapmadı. Bunu da yapsın sonra teşekkür edeceğim©  
Hüseyin KARA ise kendisine kara kalem verdiğim bir iki çizimi he-  
nüz bana ulaştırmadı. Onları bilgisayar ortamına atıp bana ulaştırırsın  
vallahi ona da teşekkür edeceğim©

ve geldim en heyecanlı kısma. Benim kitaplarımın bir klasiği olarak, son dönem öğrencilerimden hayatıma giren, bana varlığıyla da olsa katkı sağlayan bazılarına teşekkür etmeye. Hepsine teşekkür etmem mümkün olmuyor ama sembolik olarak birkaç kişi üzerinden hepsine teşekkür ettiğimi var saymanızı dilerim. Mesela en başta eski öğrencim şimdi çok başarılı bir okul müdürü olan sevgili kardeşim Uygur KESKİN, sonra Meryem TULUM, Melike KAHRAMAN, Melike IŞIKLI, Burak TURAN, Mustafa DALYAN, Ulvi Cihantürk DUMRUL, Esra GÖKÇE, Canan Nur KAYAŞ, İlknur İLHAN, Hazal Hande NAZLI, Çeçilya ARSLAN ve Erol DEMİRCİ'ye iyi ki varsınız diyorum.

Son olarak, terör örgütü ile girdikleri çatışmada kahpece sırtından vurularak gazi olan eski öğrencim, özel harekât polisi, sevgili kardeşim İbrahim ARSLANOĞLU'na minnet ve şükran duygularımın bir ifadesi olarak ayrı teşekkür etmek istiyorum. Onun şahsında ülkem için şehit ve gazi olan tüm kahramanlarımıza teşekkür ediyorum. Sizlerin varlığı bu vatanın teminatıdır. Siz var oldukça bu vatan asla yıkılmayacaktır. Allah razı olsun sizlerden.

Dr. Bünyamin Çetinkaya

Mart/2017 Giresun

## **Dr. BÜNYAMİN ÇETİNKAYA**

Samsun/Bafra'da doğdu. İlk, orta ve lise öğrenimini Bafra'da tamamladı. Karadeniz Teknik Üniversitesi Fatih Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümünde Lisans ve Yüksek Lisans eğitimini tamamladı.

Rize Rehberlik ve Araştırma Merkezi'nde Okul Rehberlik Hizmetleri Bölüm Başkanı ve Müdür Vekili olarak görev yaptı. Yüksek Lisans eğitimi nedeniyle Trabzon/Araklı'ya tayin oldu. Yüksek Lisans eğitiminin ardından Yedek Subay olarak askerlik görevini tamamladı. 1997 yılı Eylül ayında Karadeniz Teknik Üniversitesi Giresun Eğitim Fakültesinde Araştırma Görevlisi olarak göreve başladı, 1998 yılı sonunda Öğretim Görevlisi oldu. 2005 yılında Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Doktora Programını tamamladı. 2007 yılında Yardımcı Doçent Unvanı aldı.

Karadeniz Teknik Üniversitesi Okulöncesi Uygulama ve Araştırma Merkezi yönetim kurulu üyeliği, müdür yardımcılığı, Giresun Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölüm Başkan Yardımcılığı, Anabilim Dalı Başkanlığı ve Karadeniz Stratejik Araştırmalar Merkezi (KARASAM) yönetim kurulu üyeliği ve müdür yardımcılığı görevlerinde bulundu. Dört yıl süre ile Eğitim Fakültesi Dekan Yardımcılığı, Fakülte Yönetim Kurulu Üyeliği görevini yürüten Dr. ÇETİNKAYA, halen Giresun Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD Öğretim Üyesi olarak görevini yürütmektedir.

Akademik çalışmaları, makaleleri, gazete ve dergilerde yayınlanan köşe yazılarının, sosyal ve psikolojik konuları içeren televizyon ve radyo programlarının yanında, "Duvarına Sevda", "Kurşunlu Yolları", "Gubidik..." ve "Abidik..." adlı yayınlanmış dört şiir kitabı ile; Yayınlanmış, "Ruhsal Açından Sağlıklı Aile Sağlıklı Çocuk", "Kişilerarası İlişkilerde Kendini Açma", "Sevdiğinizize Bağlı mısınız, Ba-



ğımlı mısınız?” “Hayatın Farkında Olmak” adlı dört akademik ve kişisel gelişim kitabı daha bulunmaktadır. “Rehberlik” ve “Kişilerarası İlişkiler ve Etkili İletişim” kitaplarında da bölüm yazarı olan Dr. ÇETİNKAYA, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği (TÜRK-PDRDER) üyesidir. Evli, Yiğithan ve Atakan adında iki çocuk babasıdır.



“İnsanlar seni istedikleri kadar iyi bilsinler; de sen kendi kendini aldatabilir misin?”

Tolstoy



### **Atakan’sız olmaz:**

Küçük oğlum Atakan kış aylarının meşhur salgınına yakalanmış ve hasta düşmüştü. Ateş, bulantı ve kusma eşliğinde seyreden hastalık nedeniyle aldık hastaneye götürdük. Doktor önce kan tahlilleri istedi ve ardından serum eşliğinde ilaçlarla ilk tedaviye başladı. Henüz beş yaşında bile değildi, zor oldu tabii ki serum takması ama atlattık. Serumun ardından kan tahlillerinin sonuçlarını bekledik ve sonra tekrar doktorun yanına gittik. Doktor tahlilleri inceledi ve sonra Atakan’a dönerek: “Atakan merak etme iyileşeceksin. Ama bol bol su içeceksin tamam mı” dedi.

Atakan sessiz bir şekilde dinlerken doktor bize dönerek devam etti: “Muhtemelen bir iki güne kalmaz ishal olacak. Onun için patates haşlayın, bol sıvı için” derken Atakan’a döndü ve “Patates haşlaması ye bol bol kola iç tamam mı Atakan” dedi. İshali bitene kadar sıvı ağırlıklı tavsiyeleri oldu, reçetesini yazdı ve yanından ayrıldık.

Eczaneye uğrayıp ilaçlarımızı, serum öncesinde söz verdiğimiz üzere oyuncakçıdan istediği oyuncacı aldıktan sonra biraz da c vitamini takviyesi için manava uğrayıp eve döndük. Hastalığın yorması ve serumun da etkisi ile yolda uyku sersemi olan çocuk, eve geldiğimizde hemen uyudu ve neredeyse sabaha kadar uyanmadı.

O sabah ilk ben uyandım. Önce sobayı yaktım. 2016 yılının son günüydü. Sobayı yaktıktan sonra kendimce güzel bir kahvaltı hazırladım. Patatesleri soydum, kızarttım. Hem haşlama hem tavada yumurtalar hazırladım. Peynir zeytin derken evde ne varsa ama güzel bir sunumla kahvaltı masasını hazırladım ve önce büyük oğlum Yiğithan’ı ardından Eşimi ve Atakan’ı uyandırıp kahvaltıya çağırdım. Ne yalan

söyleyeyim, eşim de çocuklarım da benim hazırladığım kahvaltıyı da, ara atıştırmalıkları da çok severler. Çünkü özenirim. Bir makarna tabağı hazırlarım ki yeme de yanında yat misali. Çünkü içine sevgimi de katarım.

Herkes kalktı ve kahvaltımızı yaptık. Atakan düne göre daha canlı idi. Ben de evde olunca kahvaltıdan sonraki ilk sözü, “Baba oyun oynayalım mı?” oldu. Bu sözü Atakan yürümeye başladığından beri her gün duyduğum için antrenmanlıyım. “Tabii ki” dedim. Klasik, ilk oyunumuz saklambaç. Oynarken Atakan bir an durdu: “Baba, o doktor salak mıydı ne? Çocuğa kola iç diyor ya!”

Bir an anlamadım, sonra şaşkınlıkla ne diyeceğimi bilemedim: “Niye oğlum?” dedim.

-Ben çocuğum. Hiç çocuğa kola verilir mi? Doktor kola iç dedi bana.

Çocuğun aklına nasıl yer etmişse artık... Evet, bir şeyleri nedenleriyle açıklamak gerekiyordu sanırım ama onun anlayabileceği şekilde:

-Doktor amca bütün çocuklara kola için demiyor. Sen eğer iyileşmez ishal de olursan o zaman içebilirsin dedi. Çünkü ishale kola da iyi gelir diye biliniyor. Hem sadece kola demedi. Bol su içsin, patates haşlaması yesin dedi. Yanında da kola da içebilir iyi olana kadar demek istedi. Anlıyor musun?

Bu konuşmayı tesadüfen kamera kaydına da aldığımdan doktor arkadaşlarıma izlettim. Birlikte güldük ama önemli de bir ders çıkarttık: Çocuk da olsa söylenenin, yapılanın gerekçesini sunmak gerekiyor bazen.



“Doğumun, hayatın bitmeye başladığı an olduğunu; aradaki bölümün, ölümden çalınan zamanlar olduğunu öğrendim.”

Mevlana/Hayattan ne öğrendim



# İÇİNDEKİLER

Başlarken .....	v
Dr. Bünyamin Çetinkaya .....	ix
Atakan'sız olmaz .....	xi

## 1. BÖLÜM İLETİŞİM NEDİR?

İletişim mi? İleti mi? .....	1
Sağlıklı Kişilerarası İletişim Ne Demektir? .....	2
Kişilerarası İlişkilerde İletişim Engelleri Nelerdir? .....	6

## 2. BÖLÜM VAROLUŞ GEREKÇELERİMİZ

Aynadaki Kim? .....	12
Kendimizi Görmek ve Kendiliğimiz İçin Yaşamak.....	14
İnsan Davranışlarını Biçimlendiren Faktörler.....	14
Varoluşsal Hedefler .....	15
Aile .....	17
Ekonomi .....	18
Potansiyellerimiz (Zeka, Güç, İnanç...) .....	19
Ömrümüzü Uzatmak İstiyorsak Yarına Bir İş Bırakalım... ..	23
“Bugün Ne Yapsam Acaba?” Diye Düşünmek Kadar Can Sıkıcı Bir Şey Yoktur! .....	23
Kitabın Basımını Erteleyen İlçe AYWACIK .....	27
Bir Fizikçi Gözüyle İletişim ve Gerekçeli Yaşamak.....	29

### 3. BÖLÜM

#### NİÇİN GEREKÇELİ YAŞAMAK?

Niçin Gerekçeli Yaşamak? .....	39
Gerekçeli Yaşamak Bize Ne Kazandırır Ne Kaybettirir .....	40
Gerekçeli Yaşamak Hesap Vermek Demek Değildir.....	41
Gerekçeli Yaşamak, “Neden Bulmak, Bahane Üretmek” Demek Değildir .....	42
Gerekçeli Yaşamak, Sadece Kendine Değil, Karşındakine de Saygıyı İfade Eder .....	43
Gerekçesiz Yaşamak Bazen Kendini Sabotajdır .....	46
İçine Sevgi Katmadan Sunulan Hiçbir Şey Değerli Değildir .....	47
Ahh Zenginlik.....	48

### 4. BÖLÜM

#### Gerekçeli Yaşamak İçin!

Açık ve Samimi Olun.....	53
Özgüveninizi ve Benlik Saygınızı Yüksek Tutun.....	54
Empatik Olun.....	55
İnsan İlişkileri ve Etkili İletişim Becerileri Kazanmaya Çalışın .....	55
İnsan Psikolojisi Üzerine Kendinizi Geliştirin .....	59
Bir Makale .....	61

### 5. BÖLÜM

#### Doğumdan Ölüme Gerekçeli Yaşamak

“Hayır!” Demenin, “Hayır!” Duymanın Psikolojisi .....	66
Hayır Deme Yolları.....	67
Hayır Deyin Ama Nedenini de Söyleyin.....	68
Çocuğumuza Hayır Diyorsak .....	74
Eşimize Hayır Diyorsak.....	83
Arkadaşlarımıza Hayır Diyorsak.....	85



Okulda Öğretmene, Öğrencimize Hayır Diyorsak .....	86
Bir Mektup.....	90
SON SÖZ.....	99
KAYNAKÇA .....	101

# 1. BÖLÜM

## İLETİŞİM NEDİR?

### İletişim mi? İleti mi?

Yepyeni bir kavram olarak ortaya attığım “*Gerekçeli yaşamak*” kavramı kişilerarası ilişkileri ve etkili iletişimi kolaylaştıran faktörlerden biri olarak ele alınmaktadır. Dolayısıyla gerekçeli yaşamakla ilgili konularımıza girmeden önce iletişimi tanımlamak, sağlıklı kişilerarası iletişimi detaylı bir şekilde açıklamak ve sonrasında gerekçeli yaşamak kavramı ile ilgili detaylara girmek gerekir diye düşünüyorum.

İlgili kaynaklar tarandığında iletişim kavramını açıklamaya çalışan yüzlerce tanım bulmak elbette mümkündür. Bu denli zengin tanımlama çeşitliliği olmasının nedeni, tanımlamanın yapıldığı kültüre, kuruma, kişilere göre açıklanabilir. Çünkü iletişim, hangi durum ve ortam için açıklanmaya çalışılıyorsa ona göre bir tanımlamaya gidilmiştir.

İnsanlığın var olduğu günden itibaren Kişilerarası iletişimin de var olduğunu söyleyebiliriz. Her ne kadar tanımlamaları değişiyor olsa da aslında bahse konu olan, kaynaktan alıcıya bir mesajın gönderilmesidir. Buna göre iletişimi genel bir tanımla açıklamaya çalışacak olursak: İletişim, duygu, düşünce veya bilgilerin akla gelebilecek her türlü yolla (sözel ya da sözel olmayan) başkalarına aktarılması, bildirim, haberleşme, iletişim demektir.

Bir başka tanımda da iletişim, katılanların bilgi/sembol üretrek birbirlerine ilettikleri, iletilenleri anlama ve yorumlamaya çalıştıkları bir süreç olarak nitelendirilir. İletişim sözlü, sözsüz ve yazılı olmak üzere üç şekilde gerçekleşebilir.

Alan yazını araştırıldığında daha birçok tanımla karşılaşmak mümkündür. Bu tanımlarda fark ettiğimiz önemli bir husus iletişimde yer alan öğelerdir. Genel anlamıyla ele aldığımızda iletişimi içeren dört temel öge vardır. Bunlar: **Kaynak** (mesajı veren), **hedef** (mesajı alan), **mesaj** (iletilen şey) ve **kanal** (mesajın yollandığı yol)'dır.

Genel itibarıyla baktığımızda iletişime konu olan eğer *kişilerarası* bir iletişim değil de *kişilere yönelik* bir iletişimse burada yukarıda ifade edilen dört temel ögenin yeterli olabileceğini söyleyebiliriz. Genellikle kitle iletişim araçları yoluyla (radyo, TV, gazete gibi) yapılan iletişim türlerini buna örnek verebiliriz. Bu tür iletişim örneklerinde tek taraflı olarak bir mesajın gönderenden alıcılara ulaşması hedeflenir. Bu sayede verilmek istenen her ne ise o, diğerlerine duyurulmuş olur. Örneğin satışı yapılmak istenen bir malın pazarlanması için reklamlar yapmak, bir konuda insanları bir bilgiye inandırmaya çalışmak için TV ya da gazetede haberler yapmak gibi. Bu tür iletişim örneklerinde mesajı alanın geri bildirim vermesi söz konusu olmadığı için buna kişilerarası iletişim demek mümkün değildir. Burada ifade edildiği anlamına göre ele aldığımızda bu tür iletişim örneğine iletişim de demeyip *ileti* demek daha doğru olacaktır. Çünkü iletilerde mesaj (cep telefonlarına gelen bilgi mesajları gibi) tek taraflı olarak gönderenden alıcıya gönderilmektedir.

Bir iletişimin kişilerarası iletişim olabilmesi ve hatta sağlıklı kişilerarası iletişim olabilmesi için nasıl olması gerekir? Şimdi bunu açıklamaya çalışalım.

### **Sağlıklı Kişilerarası İletişim Ne Demektir?**

Bir iletişimin kişilerarası iletişim olabilmesi için en az iki kişi arasında, yüzyüze, sözlü veya sözsüz ve karşılıklı geri bildirimlere

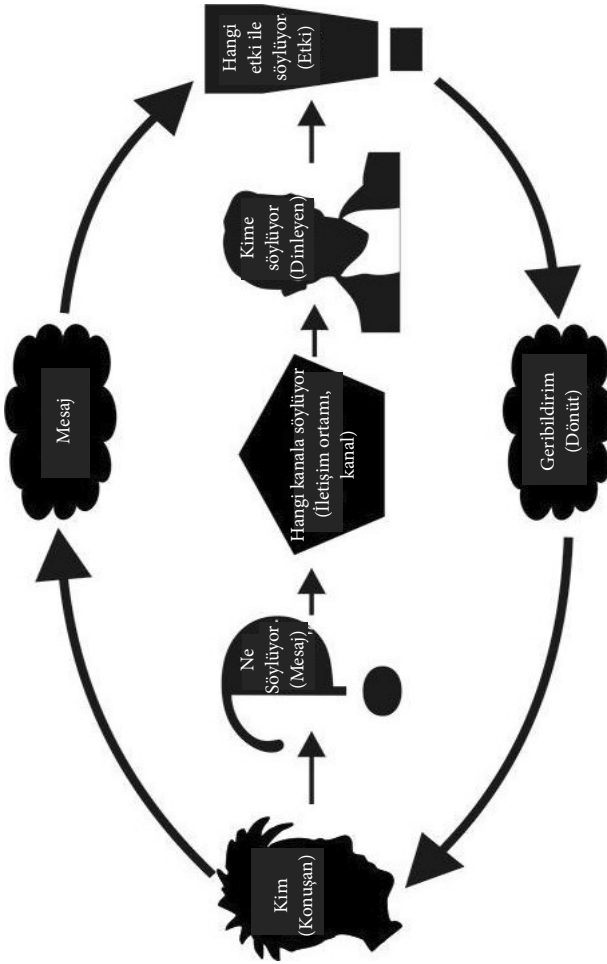


sahip olması gerekir (Tubbs ve Moss, 1974). Eğer iletişim örneğinde mesaj veren ile mesaj alan arasında karşılıklı geri bildirimler sağlanıyorsa burada kişilerarası iletişim vardır. İnsan ilişkilerinde iletişimin kişilerarası sayılabilmesi için aynı zamanda kendileri ve yaşanmışlıklarla ilgili paylaşımların olması da önemlidir. Örneğin, bir gazete bayisinden gazete istemek, bunun için teşekkür etmek bir iletişimdir ancak bahsedilen anlamda bir kişilerarası iletişim olarak değerlendirilmez. Fakat gazete bayisi önceden beri tanıdığımız ve zaman zaman paylaşımlarımız olan bir kişi ise, ona işlerinin nasıl gittiğini sormamız, kendi yaşantılarımızdan bahsetmemiz bir kişilerarası iletişim olarak değerlendirilir.

İnsan ilişkileri içinde bilgi alışverişleri, paylaşımlar, çatışmalar ve çözüm arayışları her zaman için görülebilen şeylerdir. Bütün bunlar kişilerarası ilişkilerin doğal birer sonucudur.

İnsanların yaşam süreçlerini mutluluk, mutsuzluk, küskünlük, barışıklık, anlaşma, çatışma gibi güncel faktörlerle değerlendirmek istediğimizde aklımıza ilk gelen şey bahse konu olan kişilerin iletişim becerilerinin ne derecede gelişmiş olduğunu sorgulamaktır. Buna göre de “O mu? Ondan ancak bu beklenir. Anlayışsız adam!” ya da “Evet, onunla anlaşmak kolaydır.” gibi tanımlamalara gideriz. Aslında burada, bilinenden hareketle bahsedilen kişilerin insan ilişkilerinin (iletişim becerilerinin) nasıl olduğuna vurgu yapılır. Kişilerin, kişilerarası iletişim becerilerinin gelişmişliği onların sürdürülebilir insan ilişkilerine daha yüksek düzeyde sahip olmaları anlamına da gelir. Buradan hareketle, sağlıklı kişilerarası ilişkilere sahip bireylerin birlikteliklerinin daha uzun süreli olacağını söyleyebiliriz.

Kişilerin, kişilerarası iletişim becerilerinin gelişmişliği, onların sürdürülebilir insan ilişkilerine daha yüksek düzeyde sahip olmaları anlamına da gelir. Buradan hareketle, sağlıklı kişilerarası ilişkilere sahip bireylerin birlikteliklerinin daha uzun süreli olacağını söyleyebiliriz.



*Şekil 1 Kişilerarası iletişim (Lasswell (1948) Modelinden yararlanılmıştır)*

Kişilerarası ilişkilerde iletişimin sağlıklı mı sağlıklı mı olmadığına farklı bir bakış açısı getirerek önemli bir tespitte bulunan Ord. Prof. Dr. Reha Oğuz TÜRKKAN, “İkna ve Uzlaşma Sanatı” adlı kitabında karşılıklı geri bildirimleri olmayan, içinde anlaşım ve anlaşma