



Crtice

iz bilježnice psihologa

Broj 17
prosinac
2014.

SUSRESTI SE I RAZGOVARATI

„Govor je izvor svih nesporazuma“

Mali princ

U blagdanskim vremenima koja su pred nama imat ćemo više prigoda da s ljudima koje vidimo tu i tamo, budemo primjetno češće i dulje.

Pitat ćemo ih: „Kako si?“, „Što ima nova?“, „Kako obitelj?“, „Radiš?“ i slično. Dobit ćemo neki odgovor, kraći ili dulji, a sugovornik će nakon toga pitati nas, po prilici manje-više isto. Nekad ćemo se posvetiti slušanju odgovora na naš upit, ponekad ćemo zapravo jedva odslušati, nestrpljivo zvjerajući oko sebe i tražeći povod da kažemo: „Ajde zdravo“, „Budi mi dobro“, „Pozdravi kući“ – te da odemo u svome pravcu.

Jesmo li spremni saslušati i čuti drugu osobu? Zanima li nas kako joj je, kako se osjeća, kako razmišlja o sebi, o okolnostima u kojima se nalazi i što poduzima kako bi imala svoj život u dobroj kontroli?

I kod sebe i kod drugih to možemo iščitati po velikom nizu različitih neverbalnih znakova: položaju tijela, usmjerenosti pogleda ili gledanja u stranu dok razgovaramo, naše gestikulacije i mimike, načina kako se rukujemo, možda zagrlimo ili potapšamo. Razumijemo to po osmijehu kojeg imamo kad se ugledamo, po međusobnoj blizini dok vodimo razgovor, po tome jesmo li motorički strpljivi ili smo nemirni, jesmo li sugovorniku postavili dodatno pitanje te time pokazali kako nam je važno dobiti još koju informaciju...

Mislim li da se moj sugovornik dobro osjećao tijekom razgovora?

Jesam li ja?

Jesmo li kazali jedno drugome ono što smo željeli kazati?

Način kako razgovaramo ukazuje na naš odnos.

Komunikacija je odnos.

Odnos je način kako se ponašamo u komunikaciji.

Potreba za povezivanjem temeljna je ljudska potreba.

Treba nam prihvaćanje i uvažavanje drugih, treba nam

njihovo vrijeme, njihova puna pozornost. To, dakako,

treba i njima. Treba to našoj djeci, našim partnerima, prijateljima, kolegama, pa i znancima.

Vrijeme blagdana – vrijeme je kad se ljudi povezuju, komuniciraju, kad se družu i u zajedništvu uživaju.

Možemo razmisliti kako tada razgovaramo, koje teme biramo i koliko se na njima zadržavamo. Nakon toga, kad blagdani prođu, opet ćemo odabrati svoje ubrzane ritmove, obveze, radne zadaće, projekte...

Možemo iskoristiti prigodu za bolje, dulje i ugodnije razgovore. Prigoda je sada.

Hoćemo li? Pozdraviti se, potapšati, nasmiješiti, zagrliti, čestitati?

