

Komuniciranje je kot melodija



IZR. PROF. DR. LUCIJA MULEJ MLAKAR

V času, ko se dogajajo po svetu številne tragedije, ko nas mediji opozarjajo na strahote, se moramo vprašati, kaj je pravi dialog.

Komunikacija, o kateri beremo, se o njej učimo, se vselej osredotoča na formo, torej na to, kako komunicirati, kje držati roke, se smejeti ali ne. Forma, torej videz, pa je pravzaprav posledica našega notranjega dialoga, torej načina, kako komuniciramo sami s seboj. Naš notranji monolog ali dialog (odvisno, ali se zavedamo, da se pogovarjamo sami s seboj) ima lastno barvo ali melodijo. Ta melodija žari naše notranje zavedanje stanja, v katerem smo: optimistični ali zaskrbljeni. Kadar se pri komunikaciji osredotočamo na sebe, in ne na sogovornika, to dejstvo obvisi v zraku. Izkušen komunikator ali analitik vedenja bo seveda hitro opazil, da pri pogovoru ne poslušamo in ne sodelujemo.

Prav tako bo hitro opazil, da ne razumemo razlikovanja med poslušati in slišati.

NEVIDNE OBLIKE KOMUNICIRANJA

Naš notranji dialog lahko razumemo kot melodijo, v kateri se počutimo tako ali drugače: prijetne in vesele misli nas navdihujejo z ubranim korakom, veselimi nasmehom in voljo do življenja. Komuniciramo odprto in v sebi ne čutimo

napetosti in ne skrbimo ne za danes ne za jutri. Ko prekipevamo od življenja, želimo deliti to srečo, in pogosto želimo ljudje v takih primerih komunicirati le o sebi in svoji sreči. Poslušati, ko smo polni zanosa, običajno ne znamo.

Podobno velja za obdobja, ko je notranja pesem žalostna. Takrat se umikamo v svoj svet in ne komuniciramo, ali pa iščemo ljudi, ki bi nas poslušali. Zgolj poslušali. V takšnih stanjih nismo sprejemljivi za poslušanje in slišanje bronamernih nasvetov.

Da bi komunicirali pravilno, torej da poslušamo in slišimo ter da povemo res tisto, kar želimo – da prevedemo svoje občutke v besede –, se moramo notranje uravnovesiti.

Prevod misli in občutij v besede ni mogoč, če ne procesiramo notranjega dialoga na zavestni ravni. Kolikokrat v dnevu se vam pripeti, da se vozite od točke a do točke c, in ko pridete do točke c, si ne uspete priklicati v spomin, kdaj ste šli mimo točke b? Najgloblja občutja se lahko kljub vsemu naučimo slišati.

Nevidne oblike komuniciranja so torej vse tiste, ki zadevajo procese, ki se dogajajo znotraj nas: občutja, stiske, slutnje, ideje, želje, veselje, navdih, motivacija itd. Zato je izrednega pomena, da se opazujemo. Temu strokovno rečemo avto-refleksija – torej pogled v sebe iz sebe. Ko se

zavemo notranje melodije, jo lahko popravljamo.

Ljudje našo notranjo pesem običajno začutijo in se skušajo z njo na podzavestni ravni ugglasiti. Tu leži tudi odgovor na vprašanje, zakaj se z nekaterimi ljudmi ujamo tako hitro – naši akordi so namreč ubrani. In seveda, zakaj ne uspemo najti resonance z ljudmi, katerih vrednote in ritem so nam tuji.

VIRUS MELODIJ

Tako kot se lahko nalezemo dobre volje, se lahko tudi slabe. Melodije veseljakov so močne in prevladujoče do kritične točke tistih, ki želijo ustvarjati disonanco, torej neskladje, in ko se nasprotja srečajo, pride do trenja. Verjetno ste že opazili, da vsi ljudje ne potrebujejo harmonije, saj je konflikt lahko izredno hranljivo psihično živilo, ki sproža adrenalin in ustvarja pozicijo močnejšega in šibkejšega. Pozicija moči je tako kot sladkor: nevarna, le redki pa so dovolj močni, da nosijo moč, ki pomeni odgovornost.

Kako delovati, da bi virus dobre volje zmagal? Preprosto, naučiti se poslušati in obnem ostati zbrani v svoji odločitvi: da bo dobra volja premagala slabo. V pomoč pri tem nam je lahko avtogeni trening, notranja koncentracija ter predvsem dobro opazovanje okolice in ljudi v njej. Poiskati tisto, kar nekdo išče, je pozitivna motivacija za graditev mostov, in ne za rušitev šibkih povezav, ki so dejstvo dandanašnjega sodelovanja med ljudmi. ■

Da bi komunicirali pravilno se moramo notranje uravnovesiti.



ROBOTSKI SESALNIK
Irobot Roomba 770. 7 različnih datumov za 256 dni, daljša življenjska doba baterije, ...
<http://www.mojtajrovinica.si>

salomonsi

041 810 778



STENSKA SVETILKA
EGLQ Almera Traditional, E14 antično rjave in šampanjec barve, ...
<http://www.megashop.si>

salomonsi

05 730 49 00



SVETILKA
Z učinkom Pretakanjalave, Belo Črna, Premier, 82 mm, višina: 340 mm...
<http://www.megashop.si>

salomonsi

05 730 49 00



VIŠEČA SVETILKA
Nordlux Motion 50, Bele Barve, E27, plastika. Visokonapetostno halogenska žarnica. <http://www.megashop.si>

salomonsi

05 730 49 00



DNEVNA SOBA
Regali in knjižne police. Izdelava po meri in vaši idejni zasnovi. Velika izbira materialov in barv. <http://www.vgradnedomare.si/si/>

salomonsi

03 490 00 82



DNEVNA SOBA
Izdelujemo regale za TV in knjižne police sodobnega videza. <http://www.vgradnedomare.si/si/>

salomonsi

03 490 00 82