

ಸಂವಹನ ಗೆಲುವಿನ ಪ್ರಥಮ ಮೆಟ್ಟಿಲು

ಮಾತು ಹಿತಮಿತವಾಗಿದ್ದರೆ, ಸಹಾನುಭೂತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿ ವಿನಯವೂ ಇದ್ದರೆ ಮಾತಿಗೆ ತೂಕ ಹೆಚ್ಚು.

■ ಸಂತೋಷ್ ರಾವ್ ಪೆರ್ಮುಡ

‘ಮಾತು ಬೆಳ್ಳಿ ಮೌನ ಬಂಗಾರ’ ಎಂಬ ಗಾದೆ ಮಾತು ಬಹಳ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಾವು ವಿನಯದಿಂದ ಮಾತನಾಡಬೇಕು, ನಾವೂ ಉತ್ತಮ ವಾಗ್ಮಿಗಳಾಗಬೇಕೆಂದು ಆಸೆ ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಅವಶ್ಯವಿರುವಷ್ಟು ಜ್ಞಾನ ಹಾಗೂ ವಿಚಾರಧಾರೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೂ ಬಹುತೇಕರಿಗೆ ತಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಇತರರ ಮುಂದೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ಸಂವಹನ ಕೌಶಲದ ಕೊರತೆ.

ಸಂವಹನವೆಂದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ನಡುವಿನ ವಿಭಿನ್ನ ಯೋಚನೆಗಳು, ಅನಿಸಿಕೆಗಳು, ವಿಚಾರಧಾರೆಗಳು, ಭಾವನೆಗಳ ವಿನಿಮಯ. ಇದರಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡುವ ರೀತಿ, ಕಣ್ಣಿನ ನೋಟ, ಮುಖಚರ್ಯೆ, ಆಂಗಿಕ ಭಾಷೆ, ಕೇಳುವ ರೀತಿ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಇಬ್ಬರು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂವಹನ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಬೇಕಾದರೆ ಭಾವನೆಗಳ ಸಮರ್ಪಕ ಹಂಚಿಕೆಯಾಗಬೇಕು, ಮಾತನಾಡಲು ಸಾಕಷ್ಟು ವಿಚಾರಗಳಿರಬೇಕು.

ಹಿತಮಿತವಾಗಿ, ಸಂದರ್ಭಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ, ಖಚಿತ ವಿಚಾರಗಳೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಸಹಾನುಭೂತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿ ವಿನಯವೂ ಇದ್ದರೆ ಮಾತಿಗೆ ತೂಕ ಹೆಚ್ಚು. ಮಾತು ಎಂದಿಗೂ ಅಸಹ್ಯ ಎನ್ನಿಸಬಾರದು.

ಸತ್ಯವನ್ನೇ ಹೇಳು, ಆದರೆ ಪ್ರಿಯವಾದ ಸತ್ಯವನ್ನೇ ಹೇಳು, ಅಪ್ರಿಯವಾದ ಸತ್ಯವನ್ನು ಮತ್ತು ಪ್ರಿಯವಾದ ಸುಳ್ಳನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಹೇಳದಿರು ಎನ್ನುವುದೊಂದು ಸುಭಾಷಿತ. ಇದರರ್ಥ ಮಾತು ಸತ್ಯದಿಂದ ಕೂಡಿರಬೇಕು. ಆದರೆ ಸತ್ಯವೆಂದ ಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ಮುಖಕ್ಕೆ ಹೊಡೆದಂತೆ ಸತ್ಯವನ್ನಾಡಬೇಡ, ಸುಳ್ಳು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಇತರರಿಗೆ ಇಷ್ಟವಾದರೂ ಆ ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಎಳ್ಳಷ್ಟೂ ಸುಳ್ಳು ಸಲ್ಲದು ಎಂಬುದೇ ಆಗಿದೆ. ಮಾತು ಬಲ್ಲವನಿಗೆ ಜಗಳವಿಲ್ಲ, ಊಟ ಬಲ್ಲವನಿಗೆ ರೋಗವಿಲ್ಲ ಎಂಬ ನಾಣ್ಯದಿಯಂತೆ ವಿವಿಧ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡು ಮಾತನಾಡುವಂತೆ ಯಾರೊಂದಿಗೂ ಜಗಳವಾಡುವ ಸಂದರ್ಭ ಬರುವುದಿಲ್ಲ.

ಎಷ್ಟೋ ಸಲ ಸಂವಹನ ಏಕಮುಖವಾಗುತ್ತದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಒಬ್ಬನೇ ತನ್ನ ಮಾಹಿತಿ ಅಥವಾ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಮಂಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಚರ್ಚೆಗೆ, ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಅವಕಾಶ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಭಾಷಣ, ರೇಡಿಯೋ ಮತ್ತು ಟಿವಿ ವಾರ್ತೆ, ಧ್ವನಿವರ್ಧಕದಲ್ಲಿ ನೀಡುತ್ತಿರುವ ಸಂದೇಶ, ಚಲನಚಿತ್ರ ಇತ್ಯಾದಿ. ಅಲ್ಲಿ ಇದು ಸಹಜವೇ. ಆದರೆ ದ್ವಿಮುಖ ಸಂವಹನದಲ್ಲಿ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡುವಂತೆ ಮತ್ತು ಕೇಳುಗೆ ಇಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಮತ್ತು ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಪರಸ್ಪರ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ವಿಮರ್ಶಿಸುತ್ತಾರೆ. ಉದಾ: ಚರ್ಚಾ ಕೂಟಗಳು, ತರಗತಿಗಳು ಮತ್ತು ವಿಚಾರ ಸಭೆಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ.

ಮಾತು ವ್ಯಕ್ತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಸ್ನೇಹವನ್ನು ಬೆಳೆಸಬಹುದು, ಸಂಬಂಧವನ್ನೂ ಕೆಡಿಸಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಮಾತಿನ ಶೈಲಿಯಿಂದ ಬಲು ದೊಡ್ಡ ಸಭೆಯೊಂದನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಬಹುದು. ಅಸಂಬಂಧ ಮಾತಿನಿಂದ ಅದೇ ಸಭೆಯನ್ನು ಕ್ಷಣಾರ್ಧದಲ್ಲಿ ಹಾಳುಗುಡಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಮಾತಿನ ಶೈಲಿಯು ನಮಗೇ ಕೆಲವು ಸಲ ದುಃಖ ತರಬಹುದು. ಕೆಲವೊಂದು ಮಾತಿನ ರೀತಿಯು ಸಮುದಾಯದ ಜನರನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸಿದರೆ, ಅದೇ ಮಾತು ಜನರನ್ನು ದೂರವಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ ಇದೆ.

ಇಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ತೂಗಿ ಅಳಿದು ಆಡುವ ಮಾತಿಗಷ್ಟೇ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಾಶಸ್ತ್ಯ

ಹಾಗೂ ಮನ್ನಣೆ. ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತಲೂ ಮೊದಲಾಗಿ ನಮ್ಮ ನಾಲಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಸಾಧಿಸಬೇಕು. ಮನಸ್ಸಿನೊಳಗಿರುವ ಭಾವನೆಗಳು ಶಬ್ದ ರೂಪವನ್ನು ತಾಳಿ ವ್ಯಕ್ತಗೊಳ್ಳುವ ಮುನ್ನ ಒಂದು ಕ್ಷಣ ಯೋಚಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಮನಸ್ಸಿನ ಗೊಂದಲ ಎಲ್ಲರದ್ದು ವ್ಯಕ್ತ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ವಿಚಾರ ಮಾಡಿ, ಈ ಮಾತನ್ನು ಈ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಆಡಬಹುದೆಂದು ಆಲೋಚಿಸಿ.

ಮಾತನಾಡುವಾಗ ಎದುರಿಗೆ ಇದ್ದವನು ಹೇಳಿದ್ದು ನಿಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದಾದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ನಿಮಗೆ ರುಚಿಲ್ಲ ಎಂದಾದಲ್ಲಿ ತಕ್ಷಣವೇ ಅದನ್ನು ಹೇಳಬೇಕಾಗಿಯೂ ಇಲ್ಲ. ಒಂದು ನಿಮಿಷ ತಡೆದು ನಮ್ಮ ಭಿನ್ನಮತವನ್ನು ಅಥವಾ ವಿರೋಧವನ್ನು ತಣ್ಣಗಿನ ಧ್ವನಿಯಲ್ಲೇ ಸಮಾಧಾನದಿಂದಲೂ ಹೇಳಬಹುದು? ಎಷ್ಟೋ ಸಲ ಎದುರಿಗೆ ಇದ್ದವನು ನಿಮ್ಮ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಗಮನವಿಟ್ಟು ಕೇಳುವ ಬದಲು, ಆಚೀಚೆ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಮಾತುಗಳು ಆತನಿಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದರ್ಥ. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು ಅಥವಾ ಕಡಿತಗೊಳಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಾತುಗಾರ ಎಂದೆನ್ನಿಸಬೇಕೆಂದರೆ ಈ ಕೆಳಕಂಡ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿ:

- ★ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಮೌನವೂ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಉತ್ತಮ ಸಂವಹನವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ನೀಡದೆ ಮೌನವಾಗಿರುವುದೇ ಲೇಸು. ಇದರಿಂದಾಗಿ ವಿನಾ ಕಾರಣ ಮೂರ್ಖರಾಗುವ ಮುಜುಗರದಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
- ★ ಮಾತನಾಡುವಾಗ ಎದುರಿಗೆ ಇರುವವರನ್ನು ನೋಡಿಕೊಂಡೇ ಮಾತನಾಡಿ. ಮಾತುಕತೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮುಖದಲ್ಲಿ ಎದುರಿನ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕುರಿತಾದ ತಿರಸ್ಕಾರ, ಬೇಸರ, ಕೋಪದ ಚರ್ಯೆಗಳನ್ನು ತೋರಬಾರದು.
- ★ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರ ಅನುಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕುರಿತು ಕೆಟ್ಟದ್ದನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುವುದು ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಗೂ ಶೋಭೆಯನ್ನು ತರದು.
- ★ ಮಾತಿನ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮುಖ ಚರ್ಯೆಯು ಆದಷ್ಟು ಪ್ರಸನ್ನತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿರಲಿ. ಇದರಿಂದ ಎದುರಿನ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಸದಭಿಪ್ರಾಯ ಮೂಡುತ್ತದೆ, ಮಾತುಕತೆಗೆ ಆತ್ಮೀಯತೆಯು ಸ್ಪರ್ಶ ಸಿಗುತ್ತದೆ.
- ★ ನಾವು ಆಡುವ ಮಾತಿನ ಧಾಟಿಯು ಹೊಸ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಕುದುರಿಸುವಂತಿರಬೇಕು. ಯಾವುದೇ ಒಂದು ವಿಚಾರದ ಕುರಿತಾಗಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ನೀಡುವ ಸಂದರ್ಭಗಳಿದ್ದರೂ ಅದನ್ನು ಸಮಾಧಾನವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುವಂತೆ ಮತ್ತು ಆತನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ನಾಟುವಂತೆ ತಿಳಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.
- ★ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಉತ್ತಮ ಕೆಲಸ ಅಥವಾ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದರೆ ಆ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಎಲ್ಲರದ್ದು ಮುಕ್ತ ಕಂಠದಿಂದ ಹೊಗಳಿ, ಅಭಿನಂದಿಸಿ. ಆದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನ ತಪ್ಪನ್ನು ತಿದ್ದುವ ಅಗತ್ಯ ಬಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ಎಲ್ಲರದ್ದು ಮಾಡುವುದು ಬೇಡ. ಒಬ್ಬನೊಂದಿಗೆ ಸಿಕ್ಕಿ ಅದನ್ನು ಮಾತನಾಡಿ.
- ★ ಹಿರಿಯರೊಂದಿಗೆ ನಾವು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಲ್ಲಿ ಗೌರವದ ಭಾವನೆ, ಸಹಾಯಹಸ್ತ ಚಾಚುವ ಭಾವನೆಯಿರಲಿ.