

ORTAK TEŞEBBÜSLER



ancak taraflar için fayda sağladığında ortak teşebbüsler, yoldan çıkanı yola sokar ve yolu, yolcu için yorucu olmaktan çıkarır..

Bizi eşsiz kılan kişisel bir özellikten ziyade öğrenilecek temel bir beceri olarak atılganlık, iddialı girişken olma hali ya da iradi teşebbüslerimiz; görüşleri, bizimkilerle uyuşmayan bir grubun içinde olduğumuz bir durumda kendimizi bulma halimizdir.. burada ne yaptığımız.. sessiz kalıp kalmadığımız.. ya da nasıl kendimizi, fikirlerimizi ifade ettiğimizdir atılganlık ya da iradi teşebbüslerimiz, girişken olma hallerimiz.

Atılganlık, başkalarının sınırlarına girmeksizin ve herhangi bir hak gaspı yaşanmadan kendini doğrudan ifade edebilen insanların bir becerisidir ve fakat daha çok bencil, bireyci yahut Makyavelci oportünistlik duruşlarla toplumda karşılandığı için hem kişisel hem de çalışma hayatındaki önemi hafifler. Ancak çoğumuzun fark edemediği bir şey; günümüz cilalı imaj devrinde her şeye sahip ve ait olunabileceği gibi atılganlık denen şeyin, tüm görünür davranış temsilleriyle sınıf ya da zümre ön koşulu aranmaksızın herhangi birimizin sahip olabileceği ve diğerlerinin sahip olamayacağı eşsiz bir özellik olmadığıdır. Aslında öğrenebileceğimiz bir beceridir.



niye iddialı girişkenlik halini yahut iradi teşebbüs gücünü kişi vücuda getirmede zorluk yaşar?

Atılganlık şekilli bir ilişkiler manzumesinde üçgenin üç noktasında konumlanmayı gerektirir; pasif, agresif ve iddialı. İddialı olmak için bu üç önemli noktanın doğru karışımını bulmanız gerekir.

Pasif

Biz çocukken, yetişkinler bize her zaman diğer çocuklara karşı nazik ve arkadaş canlısı olmayı öğretti. Çoğumuz bu öğretiyi, görüşlerimizi ve düşüncelerimizi ifade etmekte çoğu zaman tereddüt ettiğimiz bir noktaya uyarladık. O da, dönemsel olarak farklılaşan sıralamalarla kişisel hayatımızdaki iktidar temsillerinin önerdiği konformizmin güvenilir çerçevesinde başkalarıyla tartışmanın ve aynı fikirde olmamanın hoş olmadığına inanmamızla sonuçlandı.

Pasif bir davranış geliştiririz, çünkü normların dışına çıkan ve söylemek istediklerini söylemekten korkmayanların kaba, saygısız ve çoğu zaman reddedildiğine inanmaya programlanmışızdır. Ama bilmediğimiz şey, pasif kalarak senden ya da bizden başka kimsenin üzülmeyeceğidir. Kendi var oluşumuza, kendilik algımıza rağmen, rasyonel istençlerimize hilafla adım atar bir halde kendimize olan güvenimizi, gönüllülükle başka başka kişi ya da yapılara teslim ederiz.



Agresif

Pasif olmanın tamamen aksine, saldırgan duygu-durum hallerine sahip kişilerde çevrelerindeki haklarını ve duygularını dikkate alma konusunda başarısız olma eğilimi vardır ve daha çok inkâr yönelimli savunmalara sahip bir şekilde fikirlerini ifade ederek başkalarının özgüvenine ve haklarına zarar verdiklerinin farkında değildir.

Agresif davranışlar pek çok şekilde ortaya çıkar. Henüz olgunlaşmamış, üzerinde yeterince durulmamış düşüncelerin bir parçası yapma eğiliminde karşısındakinin öncelik ve ihtiyaçlarını görmezden gelerek acele ettirerek ya da ilişkileri kıymetsizleştirmek yoluyla lütfkâr bir halde narsisistik olumlamalarıyla sadece ve sadece talep edebilirler. Sınırsız bir talep ekonomisi içinde bunu kendilerinde hak görürler.



Ancak burada, ne pahasına olursa olsun murat edilen keyif almanın tiranlığında sınırları çizecek bir ötekinin yokluğu, sabırsızlıkla birleşerek farklı biçimlerde nesne talebini ve kaygı durumunu artırır ve adeta yeterince eğlenilmediğinde öznel, artan miktardaki hak talepleriyle orantılı olarak kendilerini suçlu hisseder hale gelir. Süreçte dikotomik olarak saldırgan edimlerin, karşımızdakini pasif konuma itmesiyle hatta ilişkinin derecesine göre adaptif olmaya teşvik edilmesiyle gelişim göstermesine tanıklık ederiz.



İradi Teşebbüs ve İddialı Girişkenlik

Atılganlık, pasif olmakla agresif olmak arasında doğru dengeyi bulmaktır. Mesajımızı iletebileceğimiz ve başkalarını da dinleyebileceğimiz iki yönlü bir iletişimdir. Her iki tarafın haklarının kullanılması ve fikir ve duyguların uygun şekilde ifade edilmesi için görüş alışverişini teşvik eder. Tüm bu süreçte öne çıkan kavramlar; paylaşmak, başkalarını takdir etmek ve onları eşit görmek olmalıdır.



Doğru dengeyi bulmak zor olabilir. Mevcut rollerimiz, geçmiş deneyimlerimiz, kendimizi nasıl gördüğümüz, yaşadığımız stres ve bu özelliklerin doğaları gereği olduğuna dair yanlış varsayımımız, tepkilerimizi ve başkalarıyla iletişimimizi etkiler. Ama kendimizin farkına varırsak ve zihnimizi açarsak, iddialı olmayı öğrenmenin ne kadar önemli olduğunu anlarız.

özel girişimlerimizin yeri ve önemi..

Kişisel ve toplumsal gelişimimiz söz konusu olduğunda, atılganlık, kendi özel girişimlerimiz kesinlikle çok yardımcı olur. Bunlardan bazıları;

Kendinize Daha Fazla Değer Sağlayın. Atılganlık özgüveni artırır ve benlik imajını geliştirir. Sadece kendi görüşlerinize sahip olmadığınız, aynı zamanda onları ifade etme hakkınız olduğu bilincini geliştirirsiniz. Ayrıca, kendinize daha gerçekçi bir bakış açısı benimsersiniz.

Başkalarına Değer Vermeyi Öğrenirsiniz. Diğer insanları bir tehdit olarak görmeye, yerine, iddialı bir davranış onları gerçekçi bir bağlamda görmeyi sağlar. Bir kişinin bireyselliklerini anlıyorsunuz ve onları, bir şeyleri başarmanıza yardımcı olabilecek işbirliği kurabileceğiniz çalışma arkadaşlarınız olarak görürsünüz.

Size Daha Fazlasını Elde Etme Fırsatı Sunar. Mesajınızı uygun ve net bir şekilde ilettiğinizde, asla çözülmemiş sorunlarla boğuşmaz veya başkalarını memnun edememe konusunda endişelenmenize gerek kalmaz. Çabanızı ve zamanınızı, tüm potansiyelinizi ortaya çıkarmanıza yardımcı olabilecek daha değerli şeylere kanalize edebilirsiniz.

Genel olarak, iddialı olmanın en büyük faydalarından biri, kendimizi geliştirirken diğer insanlarla sağlıklı bir ilişki kurmamıza izin vermesidir. Kolay olmayabilir ama zamanla bu davranışı geliştirmeyi öğrenebiliriz.

iddialı olmak ya da öznel girişkenlik için gerekenler..

Her insanın içinde atılganlık geliştirmenin farklı yolları vardır. Bazıları için oldukça kolay olabilirken, bazıları için iddialı girişken olmak çok fazla çaba gerektirebilir. Ancak burada, girişkenliğimizi geliştirmek için üzerinde çalışabileceğimiz bazı ipuçları var:

Bir İnsan Olarak Değerinizi Bilin

Kişinin kendisine eleştirel, yargılayıcı davranmasından ziyade anlayışlı ve kibar davranmasını, olumsuz durumlarda gerekli desteği ve şefkati göstermesi belirleyici olur. Ortak insanlık hissiyatı gereği, hiçbir insanın mükemmel olmadığını aksine herkesin hatalar yapabileceğini kabul etmek, rahatsızlık veren duygu ve düşüncelerin dengeli bir biçimde farkında olunmasıyla kendimize değer veren, haklarımızı ve onurumuzu korumayı bilen biri olarak çevremizdekilerin bakışı önemlidir. Nerede yaşadığımızı bir kenara bırakırsak, sabahtan akşama kadar maruz bırakıldığımız durumları görmezden, bir an için gelirse ya da ilişkiselliğimizi unuttur adeta mucizevi bir çabaha uyanmış bir vaziyette kendi bedenimize baskılanmış halde her şeyi kendimizle başladığı bir evrende kişi olarak değerimizi bildiğimizde, insanları bizi kendi eşitleri olarak görmeye başlayacaklarını varsayabiliriz. Şans verelim!



İhtiyaçlarınızı ve İsteklerinizi Belirleyin ve Bunları İçin Adım Atın

İnsanların ihtiyaçlarınızı anlayıp karşılamaını beklerseniz, sonsuza kadar bekleyebilirsiniz. Bağımsız olun, bunun için gayret edin. Kendi ihtiyaçlarınızı ve isteklerinizi gerçekleştirebilmeniz için harekete geçmeniz gerekir.



Ayrıca, ihtiyaçlarınızı karşılamak için çalışmayı öğrendiğinizde, gerçek potansiyelinize ulaşma olasılığınız artar ve kendinizi gerçekleştirirsiniz. Böylece kendinize duyduğunuz güven artacağı gibi bağılı olarak da çevrenizdekilerin size bakışları farklı bir boyut kazanacak ve onlar için güven telkin ediyör olacaktır.

Ancak, hedeflerinize ulaşma arzunuzda sınırlamalar olduğunu unutmayın. Görmezden geldiğiniz ve başkalarının haklarını çiğnemiş olabileceğinizi varsaydığınız fantazilere, gün sonu kişisel muhasebelerinizde fazla takılmayın. Kendi kişisel yanılısalarımız, toplumsal bir ölçekte yaygınlık kazanmadığı takdirde onların da layık oldukları gibi kendi arzuları için çalışmak zorunda olduklarını bilirsiniz ve bu yüzden fedakârlığın kontrol edilebilir bir düzeyde olduğundan şu adil dünyada emin olun.



İnsanların Tepkileri Üzerinde Hiçbir Kontrolünüzün Olmadığı Gerçeğini Kabul Edin

Necip halk düşünürlerimizden birinin ifadesiyle "..ben pizza değilim ve herkesi memnun edemem!..". unutulmamalıdır ki; başkalarının, eylemlerinize vereceği tepkilerden siz sorumlu değilsiniz. Bu nedenle, girişken iddialı davranışlarınız nedeniyle onları üzmetken endişe etmeyi bırakın. Çoğu kez karşılaşılan şey yeni bir başlangıcın arifesinde gereğinden fazla eylemsiz kalma halidir, sözün bittiği ve fakat hayatın beklemezliği karşısında davranışa geçmede ayak direme zaman kaybıdır.



Biz sadece eylemlerimizden sorumluyuz. Onların hak ve duyguları ihlal etmediğinden emin olduğumuz sürede gereken neyse yapılmalıdır. Kendi görüş ve fikirlerimizi ifade etme şeklimizden hoşlanmazlarsa, bu bizim sorumluluğumuzda değildir. Beklenen, bekleyenin ne kadar çok beklenildiğini bilseydi belki de o da utanırdı beklenildiğinden.

Eleştirileri Uygun Şekilde İfade Edin ve Kabul Edin

Kusurlu bir hayatımız var ve bu yüzden başkalarını eleştiririz ve eleştiri alırız. Olumsuz düşüncelerimizi başkalarına onların haklarını ihlal etmeyecek şekilde ifade etmeyi öğrenmemiz önemlidir. Hataları ve görüşleri belirtin ve ancak, doğru şeyin doğru zamanda söylenmesine dikkat ederek o kişinin gelişimine ve gelişimine faydalı olacak şekilde bunları ifade edin.

Aynı şekilde eleştiri aldığımızda da kişisel algılamamalıyız. Bir an için üzülmek ya da üzülme sorun değildir, ancak burada belirleyici olan; o kişiye olan saygınızın, hiçbir koşulda kaybolmamasıdır. Bunun yerine, eleştirileri kişisel veya profesyonel gelişimimiz için kullanabileceğimiz faydalı geri bildirimler olarak görelim.



Size Uygun Olmadığını
Düşündüğünüzde
“Hayır” Deyin

Her zaman bizim için
doğru olanı yapmak
zorundayız. Özellikle
ilkelerimizle uyumlu
değilse, diğer
insanların taleplerini
öylece kabul edemeyiz.
Bunu yaparsak, öz
değerimizi kaybederiz.



Her zaman hatırlamalıyız ki, onların haklarına girmedığımız sürece herkesi memnun etmek sorun değildir. Ancak, gerçekten kapasitemizi aşan şeyler yapmaya ihtiyaç varsa, yarı yolda buluşmak ve bir kazan-kazan çözümü sağlamak için başka alternatifler bulmayı öğrenebiliriz.

Nasıl iddialı olunacağını öğrenmek sandığımız kadar karmaşık değil. Atılganlıkta ustalaşmak biraz zaman alabilir, ancak sürekli pratik yaparak yavaş yavaş geçiş yapabiliriz. Öyleyse bir deneyin ve görün. Kim bilir, er ya da geç iddialı olmanın uzun vadeli faydalarından yararlanacaksınızdır.

