

## Sınıfta Beden Dili

### Body Language in The Classroom

Sueda ÖZBENT

Marmara Üniversitesi Fen- Edebiyat Fakültesi, Alman Dili ve Edebiyatı Bölümü,  
İstanbul-TÜRKİYE

#### ÖZET

*Sınıf içi iletişimin büyük bir kısmı beden dili vasıtasıyla nonverbal (sözsüz) olarak cereyan etmektedir. Ders içeriğinin ağırlıklı olarak verbal (sözlü) aktarıldığını düşündüğümüz durumlarda bile soyut kavramlardan somut kavramlara doğru nonverbal sinyallerde artış olduğunu gözlenmektedir.*

*Bu çalışmada, öğretmenin bakışı, sınıfta duruşu, proksemik (kapalı alanda davranış), jest ve mimik, öğretmenin kendine olan güveni ve dili, derse olan etkisi açısından ele alınmaktadır. Heidemann'ın hazırladığı öğretmenler için beden dili eğitimi programından önemli kısımlar tanıtılmaktadır. Ayrıca bu çalışmada, beden dilinin kişisel özellikler taşıdığı dikkate alınrsa, beden dili öğretilebilir mi, sorusuna cevap aranmaktadır. Öğretmenin ve öğrencilerin karşılıklı etkileşim ve iletişim içinde olduğunu düşünürsek, öğretmenlerin kendi beden dillerinin etkisinin bilincine varmayı ve öğrencilerin beden dilini doğru çözümlmeyi öğrenmesi gereklidir. Öğretmenlerin, onları kendilerine örnek olarak alan, özellikle ilkökul çağındaki henüz kişilikleri gelişmekte olan çocukların üzerinde çok büyük etkisi olduğu unutulmamalıdır. İlkökul öğretmenin çocuk üzerindeki etkisini anlamak için, hayatımızda gerçekten önemli bir yeri olan, kendi ilkökul öğretmenimizi ne kadar net hatırladığımızı, düşünmemiz yeterli olacaktır.*

**Anahtar Kelimeler:** Öğretmen, beden dili, eğitim

#### ABSTRACT

*In-class communication mostly occurs non-verbally by means of "body language". During a classroom lesson, we can observe an increase of "non-verbal" signals of abstract terms rather than concrete terms even when the content of the lesson is verbal to a great extent.*

*Here in this work, the following points will be dealt with regarding their consequences on the lesson: the way the teacher “looks” at the students, the teacher’s posture in the classroom, his “prosemic”-behavior in the closed area, his gestures and mimics, his confidence in himself, and his style of speaking. Reference will be made to the importance parts of the program “Body Language Education for the Teachers” written by Heidemann.\* An answer will be sought to the question whether “body language” can possibly be taught considering the fact that body language actually depends on personal characteristics.*

*Since the teachers and students mutually communicate with each other and influence each other, the teachers have to learn to become aware of the effects of their body language on the students and at the same time they should learn to analyze their students’ body language in the right way. It must not be forgotten that the teachers have great influence children especially on the primary school children who are going through the process of their personality development and who look up to their teachers as a role-model. Just try to recall memories of your own primary school teacher who always has had a great place in your life in order to understand the impact of the primary school teachers have on the children in general.*

**Key Words:** Teacher, body language, education

## 1) Giriş

“Kinesik biliminin” kurucusu Birdwhistell 1955te yaptığı araştırmasında iki kişi arasındaki iletişimin sadece % 35nin verbal (sözel, dijital iletişim=sembol dili) % 65nin ise nonverbal (sözsüz, analog iletişim=sembol kullanılmayan dil) olduğunu tespit etmiştir (Hübler, 2001,11). Bu durumda sınıfta öğretmenin sadece verbal olarak bilgi aktardığını düşünmek, beden dilinin ders esnasındaki rolünü göz ardı etmek anlamına gelir.

İnsanoğlunun dijital dil sistemini ilk defa ne zaman kullanmaya başladığını kesin olarak bilmesek de, yazının yaklaşık 5000 yıl önce keşfedildiğini bilmekteyiz. Dijital iletişime (işaretler ve dil sembolleri) geçilmeden önce insanların uzun bir süre analog iletişimde bulunduğu varsayılmaktadır. Nonverbal iletişimin geçmişi daha eskidir, öyle ki konuşmaya başladığımız anda otomatik olarak devreye girer. Bir kişiye jest ve mimikleri yasaklamış olsak, o kişi doğal olarak konuşamaz; vurguda, kelime seçiminde ve konsantrasyonunda bozuklar meydana gelir. Sosyolojik araştırmalara göre en başarılı

radio spikerlerinin karşılarında bir dinleyici oturuyormuş gibi el ve kol hareketleri yaptıkları gözlemlenmiştir.

Ayrıca öğretmen sadece öğreten değil, aynı zamanda eğiten ve sınıfa örnek olan bir kişidir. İçinde yaşadığı toplumun kültür yapısının gelişmesinde belirleyici bir etkiye sahiptir (Çalışkan/Yeşil, 200). Bu nedenle öğretmenin beden dili ile verdiği mesajlar son derece önemlidir. Watzlawick'e göre "iletişimde bulunmamak imkansızdır" (1990, 53). Susup hiçbir şey söylemediğimiz durumlarda bile iletişimde bulunuruz. Öğretmenin öğrencilere sözlü veya sözsüz verdiği mesajlar net, anlaşılır ve tutarlı olmalıdır. Karşısında henüz kişilikleri gelişmekte olan ilkokul öğrencileri bulunan bir öğretmen onların karakterlerinin şekillenmesinde inanılmaz derecede büyük rol oynamaktadır. Bir üniversite öğrencisini bu anlamda etkilemek mümkün değildir. Verbal ifadenin içeriği ile nonverbal verilen mesajın içeriğinin birbiri ile uyumsuz olduğu durumlarda öğrenci ne yapacağına karar veremeyecektir. Bu durum öğrencide bir çeşit double-bind (ikili çıkmaz) etkisi yaratıp dersin akışını olumsuz yönde etkileyecektir. "Kanal tutarsızlığı" olarak adlandırılan böyle durumlarda, kişiler çözümü beden dilinin verdiği mesajı esas almakta bulurlar. Bateson tarafından tanımlanmış olan "double-bind" olgusu anne çocuk arasında geçen bir örnek ile açıklanır: Anne asık bir surat ve sert bir ses tonuyla, kolları bağlı olarak, çocuğuna "Gel yanıma!", dediğinde çocuk, kanal tutarsızlığı yüzünden bu çelişkili durumda ne yapacağına karar veremez. Annenin verbal olarak verdiği mesaj, nonverbal olarak verdiği mesaj ile uyumsuzdur. Bu durum uzun vadede şizofreniye yol açabilmektedir. Çünkü double-bind olgusunun en çarpıcı özelliği, bu davranışa maruz kalan kişinin durumu hiçbir şekilde tartışılabilir veya bu ortamdaki kurtulma şansının olmamasıdır. Örneğin çocuk annesiyle yaşamak zorundadır ve böylece kargaşa içerisinde yaşar ve dayanılmaz bir durum içerisine girer.

Öğretmen de aynı zamanda öğrencinin nonverbal olarak gönderdiği mesajları değerlendirerek ders işleyiş tarzını veya konunun öğrencide ilgi uyandırıp uyandırmadığını (heyecanlı veya sıkılmış öğrenciler), konunun anlaşılıp anlaşılmadığını (öğrencinin onaylayan veya boş boş bakan gözleri) anlayabilir. Öğrenciden gelen pozitif reaksiyonlar öğretmeni olumlu yönde etkileyerek dersin daha zevkli geçmesini

sağlayabilir. Fast “Beden Dili” (1986, S.162) adlı kitabında bir yüksekokulda Hintli öğrencilere ders veren arkadaşından bahseder. Arkadaşı Hintlilerin “hayır” demek için başlarını aşağı yukarı doğru hareket ettirdiklerini ve “evet” için iki yana doğru salladıklarını bildiği halde, ders esnasında bu öğrencilerin özellikle karmaşık konuları açıklarken başlarını iki yana sallamalarının onu son derece rahatsız ettiğini ve kafasının karışmasına sebep olduğunu söylemiştir. Bu yüksekokul öğretmeni bunun sadece kültürel bir fark olduğunu bildiği halde, kendi alışkanlığı nedeniyle Hintlilerin davranışlarından rahatsız olmuştur. Öğretmenin ve öğrencinin beden dili ders esnasında sürekli karşılıklı etkileşim içindedir.

Beden dili “kinesik biliminin” alanına girer. “Kinesik”, hareket anlamına gelen yunanca “kinesis” kelimesinden gelir. Birdwhistell tarafından kurulan bu bilim dalı, mimik, jest ve beden dili ile yapılan sözsüz iletişimi araştırır. Rosenbusch (2000, 7) sözsüz iletişimi üçe ayırır:

a) sesli nonverbal iletişim (paralengüistik= nonverbal özellikli fonetik sinyaller)

- dile eşlik eden vurgu, duraklama, konuşma hızı, ses tonu vb. olgular (Örneğin; vurgu etkin olarak kullanıldığında anlaşılması zor olan karmaşık konuların daha kolay kavranmasını sağlayabilir)

- dilden bağımsız olarak ortaya çıkan gülmek, içini çekmek vb. olgular

b) sessiz nonverbal iletişim (beden dili)

Jest, mimik, proksemik (ing.“proxemics”: mekan içinde hareket), dokunma ve koku alma ile ilgili olgular; kinesik

c) nesnel; geniş anlamda iletişim (giyim kuşam, saç şekli, gözlük, aksesuarlar, parfüm gibi)

Sınıf içerisindeki iletişim genel kanının aksine sadece bilgi aktarımından ibaret olmayıp, sınıftaki kişiler arasındaki ilişkileri ve duygusal boyutu da kapsamaktadır. Alman eğitim bilimci Winnefeld (1967) dersteki iletişimi “konu aktarımı eğilimi” ve “ders akışını düzenleme eğilimi” olarak ikiye ayırır. Watzlawick, Beavin ve Jackson 1985de iki kişi

arasındaki iletişimi içerik ve ilişki olarak iki boyutta incelerler. “İçerik boyutu” Winnefeld’in “konu aktarımı eğilimi” ile örtüşürken “ders akışını düzenleme eğilimi” Watzlawick v.d. yoktur. Rosenbusch (2000, 173) bu ayrıma vericinin gönderdiği mesajları nasıl algılanmasını istediği ile ilgili “ilişki unsurları” adı altında üçüncü bir kategori ekler (Tabela 1):

1) Bilgi aktarımı yapan olgular:

Kurallar, terimler, olaylar, maddeler, matematik formülleri vb. içerik ağırlıklı soyut kavramlar genellikle sözlü olarak aktarılır. Örn.:

“1. Dünya savaşı 1914 de başlamıştır.” “Penguen bir kuştur.” “Ludwig van Beethoven IX. Senfoniye bestelemiştir.” “Pazartesi günü yazılı yapacağım.” vb.

Somut kavramlar jest ve mimik ile daha kolay açılanabildiği için nonverbal iletişim daha fazla devreye girer. Bir nesnenin veya bir hayvanın büyüklüğünü, yüksekliğini, şeklini vs. anlatmak için el işaretleri kullanılabilir. Laboratuar çalışmalarının büyük bir kısmı da görsel olarak cereyan eder.

2) Süreç belirleyiciler:

Bilgi aktarımı yapmayan tamamen dersin akışını düzenleyen; “Ahmet tahtaya kalkar mısın?”, “Çocuklar sessiz olun!”, “Sıra sende!”, “Arkadaşınızı dinleyin!”, “Sen konuş!”, “Tahtaya bakın!” gibi ifadelerdir. 30 ve hatta daha fazla mevcutlu bir sınıfta ders yapabilmek için konuşmanın düzenlenmesi vazgeçilmezdir. Süreç belirleyici ifadelerle bilgi aktarımı yapan ifadelerden daha fazla beden dili eşlik eder.

Bunları Rosenbusch reaksiyon, monitör, yönetme olarak belirler.

Tablo 1: Dersteki iletişimin üç temel fonksiyonu ve çam ağacı şeması (Rosenbusch, 2000, 174)

Aktarım öncelikli olarak	verbal *	nonverbal
1. <i>Bilgi açısından soyut</i> ↓ <i>örn. kurallar terimler olaylar konular nesneler</i> somut		
2. <i>süreç belirleme kontrollü</i> ↓ <i>örn. reaksiyon monitörler</i> <i>örn. hız heyecan</i> trun-taking mekanizması ile yönetme kontrolsüz		
3. <i>ilişki unsurları bilinçli</i> ↓ <i>örn. birlikte olmak ilişki dışa vurum</i> bilinçsiz		

\* Örn. Paralengüistik, mimik, bakış, jest, bedenin hareketi, proksemik, koku alma vs.

Konuşmacıya verilen *reaksiyonu*; dikkat etme sinyalleri (dinlediğini belli eden bakış), anlama sinyalleri (“evet” anlamında baş hareketleri, anlayışlı bir gülümseme; veya anlamadığını belirtmek için yukarı kaldırılmış kaşlar ) ve değerlendirme sinyalleri (onaylayıcı veya ret edici baş hareketleri, bilmiyorum anlamındaki omuz silkme) olarak

üç ayırır. Öğrenciler ve öğretmen arasındaki göz teması uyumlu bir ders atmosferi için son derece önemlidir. Öğretmen bakışları ile konuşan bir öğrenciyi susturabilir, el hareketi ile söz hakkı verebilir, konuşması esnasında öğrenciyi söylediklerini onayladığını belli eden jest ve mimikler ile mesaj göndererek yöreklendirebilir. Kısa bir bakıştan açık bir uyarıya kadar çeşitlenebilen “monitörler” davranış bozukluklarını düzeltme ve düzenleme için gereklidir. “Yönetme” ile ilgili unsurlar iletişimin içeriğini konuşma hızını çeşitlendirmek ve heyecan yaratmak (paralengüistik, mimik, jest ve verbal öğelerle) suretiyle değiştirebilirler. “turn-taking-mekanizması” ise söz sırasını, söz alma ve verme usullerini belirler.

### 3) İlişki ile ilgili unsurlar:

Nonverbal iletişimin en fazla olduğu kategoridir. Tabela 1 de görüldüğü gibi bilinçli davranışlardan bilinçsiz olanlara doğru nonverbal unsurlarda ciddi bir artış söz konusudur. Bakışlarda algılama ve reaksiyon en hızlı şekilde cereyan edebildiği için iletişimde çok önemlidir. Rosenbusch’un “birlikte olma” olarak adlandırdığı unsur sosyal bağların oluşmasında ve bu bağların korunmasında etkindir (öğretmen ve öğrencilerin birbirine gülümsemesi gibi). Sempati ve statü ise “ilişki” unsurudur (öğretmen duygularını açıkça söylemez ve genellikle bu yolla ifade eder; örneğin ilkokul öğrencisinin başını okşayabilir). İletişime katılan kişilerin kendilerini ifade etme tarzları (korku, üzüntü, sevinç ....) “dışa vurum” kategorisinde incelenmektedir.

Yukarıda sözü geçen iletişim alanları, ders esnasında iç içe kendini gösterebilir. Öğretmen olumlu bir yüz ifadesi ile öğrencilere bakıp, rakamları vurgulayarak: “Kurtuluş savaşı 1919dan 1922ye kadar, tam 3 yıl sürmüştür.”, dediğinde 1) bilgi aktarımında bulunmuş, 2) vurgu yaparak ve konuşmaya ara vererek (paralengüistik) öğrencilerin dikkatini toplamış ve süreci; yani dersin akışını belirlemiştir. 3) Öğretmen olumlu yüz ifadesi ile sınıfa pozitif mesajlar göndermiştir.

Tabela 1i incelediğimizde verbal ve nonverbal iletişim unsurlarının dağılımında her iki açıdan da üç kademeli yarım çam ağacı oluştuğunu görürüz. Yukarıdan aşağıya

iletişimde etkin olan öğeleri incelediğimizde soyuttan somuta, kontrollüden kontrolsüze ve bilinçliden bilinçsizede doğru nonverbal sinyallerde artış olduğunu görürüz.

## 2) Öğretmenin beden dili:

İlk defa bir sınıfa derse giren her öğretmen öğrencinin sınırları keşfetme eğiliminde olduğunu bilerek normalden daha sert davranır. Aslında en sert davranan öğretmen gerçekte oldukça toleranslı birisidir. Bu özelliğini bildiği için ilk günden öğrencilerin gözünü korkutarak mesafe koymaya çalışır. Disiplini sağlamak bazen zor olsa da belli sınırlardaki özgürlük öğrencinin dersi daha iyi anlamasında faydalı olabilir. İlkokul öğrencisinin dikkatinin 15-20 dakika olduğu unutulmamalı ve konu anlatımları max. 20 dak. ile sınırlı tutulmalıdır. Öğrencilerin dikkatini tekrar toparlamak ve derse devam edebilmek, sınıfla olan ilişkiyi aktif tutabilmek için beden dilini etkin bir şekilde kullanmak oldukça faydalı olabilir. Heidemann'ın "Derste Beden Dili" adlı kitabı öğretmenlerin beden dilini daha etkin kullanabilmeleri için pratik öneriler sunmaktadır. Bu programda stajyer öğretmenlerin danışmanlarına büyük sorumluluk düşmektedir. Heidemann stajyer öğretmenlerin ilk derste bütün ders saatini üstlenmemeleri gerektiği, tam tersine adım adım öğretmenlik mesleğine alıştırmaları gerektiği görüşünde. Bu programın bir parçası olarak öğretmenlerin beden dili ile verdikleri mesajların bilincine varmaları hedeflenmektedir. Bu eğitim programının belli başlı ana hatları şöyledir:

### a) Bakışlar:

Bakışlar aynı anda hem verici hem de alıcı olma özelliğine sahip olduğu için sınıfla olan iletişimin en önemli parçasıdır. Göz teması yoluyla, kültürel farklılıkları da gözeterek, öğretmen her öğrenci ile ayrı ayrı kişisel iletişim kurabilir. Öğretmen öğrenciyi sevip sevmediğini, onun hakkında olumlu veya olumsuz düşünceye sahip olup olmadığını, ona değer verip vermediğini belli edebilir. Heidemann'a göre disiplin problemine yol açabileceği için, öğretmen sınıfa adımını atar atmaz veya gürültü varken derse başlamamalı; önce tek tek öğrencilerle göz temasında bulunup, tüm sınıfın üzerinde sakince göz gezdirip, öğrencilerin bakışlarını adeta "toplmalıdır". Bu şekilde öğrencilerin dikkatini kendi üzerinde topladıktan sonra rahatça derse başlayabilir.



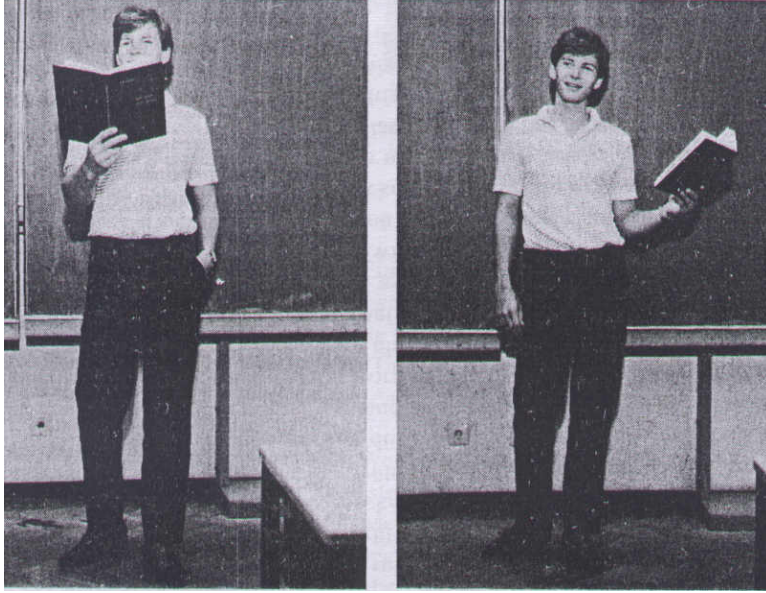
Ancak sınıf içerisinde belli bir öğrenciye uzun süre bakışın odaklanması, ürkek bir öğrenciyi tedirgin edebileceği, güvensizleştireceği veya tehdit olarak algılanabileceği için özenli davranılmalıdır. Ayrıca kimin daha uzun bakabileceğini test etmek isteyen öğrenciler de çıkabilir. Heidemann göreve yeni başlamış bir öğretmenin sınıfa girdiğinde kendisine yönelmiş onlarca bakıştan tedirgin olabileceğini, bu nedenle derse başlarken pozitif yüklü bir öğrenciyi kendine partner olarak seçmesinin derse olumlu yansıtacağını vurgulamaktadır. Eskiden tavsiye edildiği gibi duvarda bir noktaya asla bakılmamalı ve bakışlar dinleyicilere yani öğrencilere yönelik olmalıdır. Grup karşısında konuşmacı, dinleyicilerle ara sıra göz aracılığıyla bağ kurmadığı zaman, dinleyiciler kendilerini önemsenmemiş hissedebilir ve hatta konuşmacıyı kibirli bir kişi olarak değerlendirebilirler ve gergin bir ortam oluşabilir; çünkü her dinleyici (öğrenci) için o partnerdir. Özellikle küçük yaştaki öğrenciler eski alışkanlıklarını sürdürerek, dikkatleri üzerlerine çekmek isterler. Derse ilgi gösteren öğrenciye yönelmiş öğretmen bakışları, o öğrencinin yakınında oturan öğrenciler tarafından da algılanıp olumlu olarak öğretmene yansıtacağından, bu pozitif tutumun, karşılıklı etkileşim sayesinde yavaş yavaş bütün sınıfa yayılmasını sağlayacak; böylece hoş bir ders atmosferi sağlanmış olacaktır. Bir öğrenciye gülümseyen öğretmen, gülümsemenin “bulaşıcı” etkisiyle, o öğrencinin yakınında oturan başka öğrencilerin de kendisine gülümsediğini görecektir (Heidemann, 1986, 77).

Bakışlar yukarıda da açıkladığımız gibi “monitör” olarak kullanılarak öğrencilerin davranış bozuklarını düzeltmek ve sınıfta disiplini sağlamak için kullanılabilir. Sınıfın haberi olmadan öğretmen hem ders anlatıp (verbal iletişim) hem de bakışlarıyla (nonverbal iletişim) yaramazlık yapan öğrenciyle özel iletişim kurabilir. Bakışlarını bu öğrencide yoğunlaştırıp onu dersi dinlemesi konusunda uyarırken, dersine hiç ara vermeden devam edebilir; gerekirse vurgu ve ses tonunu değiştirebilir, susabilir; ancak bu net sinyaller nedeniyle, diğer öğrenciler de bu durumun farkına varabilir. Bakışlar dersin akışını düzenlemede ve ilişkileri ayakta tutmada oldukça etkilidir. Öğretmen sınıfa bir soru yönelttikten sonra sınıfa bakarak cevap beklediğini bakışlarıyla belli

edebilir. Böyle bir durumda cevap vermek istemeyen öğrencilerin gözlerini kaçırdıkları gözlemlenmiştir.

Bir öğrenciye söz hakkı vermek için göz işareti ve hafif bir onaylayıcı baş hareketi birleştirilebilir. Arka arkaya söz hakkı verirken konuşmanın veya tartışmanın hızını kesmemek için göz işareti ile bir sonraki öğrenciye geçilebilir. Konuşan öğrenciye yönelmiş gülen gözler hem onu hem de diğer öğrencileri konuşmaya teşvik edecektir.

Öğretmenin açık olan tarafta durduğu U şeklindeki oturma düzeni hem öğretmen hem de öğrencilerin birbiriyle göz teması kurabilmesi açısından tavsiye edilmektedir. U şeklinde oturulduğunda öğrencilerin derse daha aktif katıldıkları, hem öğretmenle hem de kendi aralarında yapıcı tartışmalar yaptıkları gözlemlenmiştir. Ancak sınıf mevcutlarının yüksek olması bunu ülkemizde her okulda mümkün kılmamaktadır.



Resim 1

Yanlış: Kitap sınıf ile öğretmen  
arasında engel

Resim 2 (Heidemann, 1986, 76)

Doğru: sınıf ile iletişim mevcut

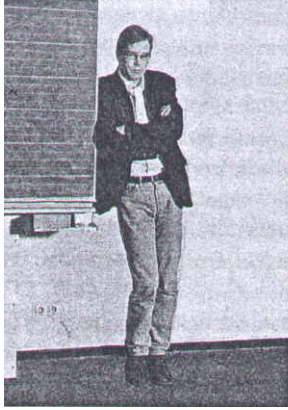
İçine kapanık öğretmenler bakışlarını kullanmakta zorluk çekebilirler. Öğrenciler tarafından hemen fark edileceğinden, bu handikaplarını yenmek için kendilerini asla zorlamamalıdır. Heidemann eğitim programında bunun yerine öğretmenin tek bir pozitif öğrenci veya küçük bir grup öğrenci ile kurduğu göz temasını, tüm sınıfla iletişim kurmak için kullanmasını tavsiye eder. Bakışların bilinçli olarak kullanıldığı çalışmalar sonucunda öğretmen ve öğrencilerin birbirlerine daha sıkı bağlanmaları hedeflenmektedir.

*b) Öğretmenin duruşu:*

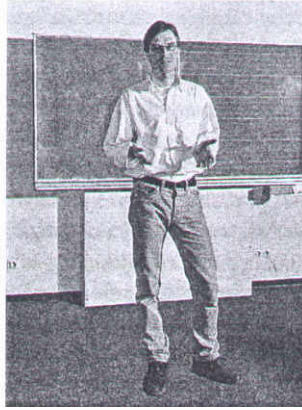
Heidemann eğitim programının bu kısmında öğretmenin duruşu ile ilgilenmektedir. Bu konu öğretmenin kişiliği ile yakından ilgili olduğu için, değerlendirme yaparken çok dikkatli olunmalıdır. Başın eğilmesi ve bakışların öne aşağı doğru yöneltilmesi, çekingenlik yansıtan bir reaksiyondur. Üzüntülü ve umutsuz olduğumuz durumlarda gülümsemeye çalıştığımızda, yüzümüzde, bir anlık, gülümsemeyi bozan bir ifade oluşur ve ağzın kulaklara doğru yaptığı kavisi oluşturmak mümkün değildir. Kontrolümüz dışında oluşan ve kişinin ruh halini bize yansıtan otonom sinyaller gözlemleyen kişiler için daha önemlidir. Örneğin hiç kimse isteyerek terlemez, benzini soluklaştıramaz, heyecandan hızlı hızlı inip çıkan göğüs kafesine hakim olamaz veya boynunda kırmızı lekelerin çıkmasını sağlayamaz. Tedirgin ve heyecanlı bir kişi bakışlarını kaçırır ve huzursuzluğu bakışlarına yansır. Öğrenciler kendilerine gösterilen yüzeysel ve yapmacık sevgi gösterisini otonom sinyalleri değerlendirerek çok kolay ayırt edebilirler. Heidemann'ın verdiği bazı örnekler ve anlamları şöyledir: Eliyle alnını silmek (ne yapacağını bilmemek), başını boynunun arasına çekmek (tedirginlik, suçluluk duygusu), çeneyi okşamak (düşünmek), kafayı birkaç kez yukarı doğru hayır anlamında arkaya atmak (itiraz), başın öne eğilmesi (güvensizlik, suçluluk duygusu, teslim olma), gözlerini kırıştırmak (sinirlilik hali), kaşları yukarıya kaldırma (şaşıрма, kibirlilik), kaşlarını çatma (öfke, düşünceli olma), bakışlarına hakim olma (güven, kibirlilik), burnunu ellemek (düşünmek), ceketin düğmelerini açma (güven, rahatlama) v.b. Bu sinyallerin vücudun bütününün verdiği sinyallerle birlikte değerlendirilmesi gerektiğini unutmamak gerekir. Bu bilgiler ışığında kendinden emin bir öğretmeni

diğerlerinden ayırt etmek oldukça kolaydır. Öğretmeni provoke eden bir öğrenci davranışı üzerine başını eğip, bakışlarını pencereye yöneltip (kaçma arzusu), tahtaya doğru bir adım geri atan ve kollarını bağlayan bir öğretmeni düşünelim; diğer yandan böyle bir durumda gözlerini kaçırmayan, dik duran, kaşları çatık bir şekilde öğrenciye doğru bir adım atan bir öğretmeni düşünelim. Sınıfta huzuru ve disiplini sağlayan, kendinden emin tavır sergileyen son örnekteki öğretmen olacaktır. Heidemann öğretmenin sırtını sık sık duvara dayamaktan kaçınması gerektiğini vurgulamaktadır. Bu harekete ek olarak ellerin cebine sokulması, başın öne eğilmesi ve ayakta bacakların çapraz birbirine dolanması; rahatlık fakat aynı zamanda güvensizlik olarak da yorumlanabileceğinden kaçınılması gereken duruşlar arasındadır (resim 3, 4). Sınıfta serbest ve rahat bir şekilde ayakta durmak en uygun duruştur. Ders anlatmak için ayağa kalkmayı iletişim sinyali haline getiren bir öğretmen, her ayağa kalktığında öğrencilerin kendisini dikkatli dinlediğini görecektir.

Rosenbusch (2000, 196) öğrencilerin kendileri ile ilgilenen ve onlara yakın



Resim 3  
Yanlış: Kollar bağlanmış,  
tahtadan destek alınıyor



Resim 4 (Heidemann, 1996, 104)  
Doğru: Eller ve kollar doğru ve her an sınıf ile ile-  
tişim kurmaya hazır konumda

duran öğretmenleri mesafe tutanlara göre, daha sevimli ve öğrenci canlısı olarak değerlendirdiklerini söylemektedir. Öğretmenler ise arkada oturanlara göre, önde oturan öğrencileri daha dikkatli ve hoş bulurlar. Kürsünün arkasında oturarak çalışan öğretmenler, sınıf içinde çalışanlara göre daha az sevilmetedirler, çünkü kürsü sınıf ile öğretmen arasında bir engel oluşturur. Öğretmenler nonverbal sinyallere duyarlı öğrencileri daha zeki ve yetenekli bulurlar. Halberstadt ve Hall 1980de yaptıkları araştırmada; öğrencinin nonverbal sinyalleri anlama yeteneğine sahip olmasının, öğretmenin bu öğrencinin entelektüel yeteneği hakkındaki görüşünü etkilediğini ortaya koymuşlardır (Rosenbusch, 2000, 196). Feldmann ve Prohaska (1979) “ters pygmalion etkisi”nden bahsederken öğretmene karşı nonverbal pozitif tutum içerisinde olan öğrencilere, öğretmenlerin de en iyi şekilde ders anlatma gayretinde olduklarını gözlemlemişlerdir. Sevilmeyen veya tembel öğrencilerin, cezalandırılmak üzere sınıfın en ücra köşesine oturtuldukları bir gerçektir. Bu ceza unsuruna bir de arka sıralarda oturan öğrencilerin dersi daha zor takip edebildikleri eklenince hiçbir veli, çocuğunun arka sırada oturmasını istemeyecektir. Rotasyonla oluşturulan sınıf düzeni (kısa boylu öğrencileri mağdur etmemek kaydıyla, tahtayı görebilecek şekilde kenara oturtulabilirler) bu sıkıntıyı giderebilmektedir. Böylece her öğrenci dönüşümlü olarak sınıfın en arka sırasında oturtularak “ters pygmalion etkisi” azaltılmaktadır. “Pygmalion etkisi” (“Rosenthal etkisi” olarak da bilinir) heykeltraş olduğu bilinen Kıbrıs kralı Pygmalion’nun fil dışından yaptığı mitolojik bayan heykeli efsanesine dayanmaktadır. Pygmalion kendi yaptığı bu heykele aşık olur ve tanrıdan onu sevgili olarak diler. Onun bu yakarışlarına dayanamayan Afrodit gerçekleşmesi normalde olasılık dışı olan bu dileği, heykele can vererek yerine getirir. Psikolojide bu olgu “gerçekleşen inanış veya beklentinin gerçekleşmesi” olarak açıklanabilir. Bu görüşe göre öğretmenin beklentisi ve tutumu varsayımın kendi kendine gerçekleşmesine yol açar. Rosenthal’ın bu alanda yaptığı deneylerden birinde “ilkokul öğretmenlerine öğrencilerinin %20’sinin güvenilir bir zeka testi sonucunda aldıkları puana göre, mutlaka derslerinde ilerleme gösterecekleri söylenmiştir. Bu sözde başarılı olarak seçilen öğrencilerin isimleri öğretmenlere verilmiştir. Sekiz ay dersten sonra tekrarlanan bir testte, bu önceden yapılan tahmin tasdiklenmiştir.” (Schober, 1994, 107-108) Bu

başarının gerçek sebebi ortalama grupta yer alan bu çocukların zeka düzeyi değildi. "Onlarla karşılaştırılabilecek düzeydeki diğer çocuklara nazaran daha iyi not almaları, ancak şu şekilde açıklanabilir: Çocuklar hakkındaki pozitif beklentiler, öğretmenlerin onlarla daha fazla ilgilenmesine, onlara güvenmesine v.s. yol açmıştır ve bunun sonucu olarak da çocuklar ilerleme göstermişlerdir. Bu pygmalion etkisi genellikle beden dilsel sinyaller (sesli davranışlar da dahil) sonucunda ortaya çıkmaktadır. Öğrenciler kendileriyle tatlı bir sesle konuşulması, onlara gülümsenmesi, bakışma ve tasdikleyici baş sallamalar sayesinde; ilgi, cesaret ve pozitif takviye v.b. görmüşlerdir. Zorluk çıktığında ise öğretmenler onlara karşı daha toleranslı davranmış ve azarlayarak güvensizlik ortamı oluşturmaktan kaçınmışlardır." (Schober, 1994, 108) Öğrenci öğretmenin pozitif beklentisi karşısında gayret ederek daha çok ders çalışma eğilimi içerisine girecektir.

Bates (1976) pozitif nonverbal öğrenci davranışının (öğretmene bakma, sık sık gülümseme gibi) öğretilimde pozitif nonverbal karşılık bulunduğunu ve bunun öğrencinin notuna olumlu yansıdığını araştırmaları sonucunda ortaya koymuştur. Ayrıca öğretmen (özellikle bayan öğretmenler) hoşlandığı öğrencilerle konuşurken daha uzun ve pozitif ses tonuyla konuşmaktadır. Chaikin ve Derlega'nın 1978 yaptıkları araştırmaya göre, coşkulu ve zeki olduklarına inanılan öğrencilere diğer normal öğrencilere kıyasla daha fazla pozitif yorumlarda bulunulduğunu tespit etmişlerdir (Rosenbusch, 2000, 198). Bu araştırmalar "pygmalion etkisinin" küçümsenmemesi gerektiğini göstermektedir.

Öğretmenin ders esnasında sürekli olarak huzursuzca sınıfın bir başından diğerine gidip kürsüsüne geri dönmesi öğrencilerin dersin içeriğine konsantre olamamalarına yol açar. Sınav esnasında özellikle ses çıkaran ayakkabılarla öğretmenin sınıfta durmaksızın dolaşması, stres unsurudur ve öğrencilerin performanslarına olumsuz olarak yansiyabilir. Bu nedenle sınav esnasında sessizliği sağlamak son derece önemlidir. Ders anlatımı mümkün olduğunca tüm öğrencilerin öğretmeni rahatça görebildiği şekilde, ayakta, sakin ve açılmış bir gazetenin kaplandığı alanda yapılmalıdır. Tahtaya gidiş gelişler sakin olmalıdır. Bu esnada eski görüşün aksine eller kısa süreli olmak kaydıyla cebe sokulabilir. Heidemann'a göre 20 dakikalık ders anlatımı esnasında

kontROLSÜZ ve aceleci olamamak kaydıyla iki üç kere yer değiştirilebilir. Bu hareketler esnasında göz temasını korumak, yapılan hareketin doğal algılanması bakımından son derece önemlidir. Ders anlatımı için en uygun yer sınıfın iki metre kadar önünde, kürsüye yakın olan ve tüm öğrencilerin (en arkada oturan öğrenci dahil) öğretmeni (vücudu öğrencilere doğru tam dönük) ve hareketlerini rahatça görebildikleri yerdir. Aksi takdirde öğretmen beden dilini etkin bir şekilde kullanamaz.



Resim 5

Doğru: Bütün gün ayakta durmak mümkün değildir, iletişim kopmamıştır.



Resim 6 (Heidemann, 1996, 93)

Yanlış: Ayaklar sandalyenin üstünde, vucut eğik, sınıfla iletişim kopuk!

Ancak kürsünün arkasına veya tepegözün arkasına durup bariyer oluşturmamaya dikkat etmek gerekir. Bazı öğretmenlerin bu tip kişisel alana ihtiyaç duydukları bir gerçektir.

Öğretmenler yanlarında getirdikleri çanta kitap, gözlük, saat vb. eşyalarını sınıf ile aralarına koyabilmektedirler. Tüm gün ayakta durmak mümkün olmadığı için arada bir öğretmen masasının kenarına oturulabilir (resim 5, 6).

Öğretmen tahtaya yazı yazarken sınıfa sırtını dönmek mecburiyetinde olduğundan sınıfla bağını koparmamak için, yazdığı metnin aynısını söylemek kaydıyla (tahtaya doğru yapılan açıklamaların akustik olarak sınıfın her tarafından duyulması imkansızdır), konuşmaya devam edilebilir. Böylece tahtaya yazı yazma esnasında yazının tam olarak görünmediği durumlarda öğrencinin yazıyı defterine geçirmesi kolaylaşacaktır. Heidemann çoğu öğretmenin tahtaya yazı yazarken göz temasının kopacak olmasından ve sınıfın konuşacak olmasından tedirgin olduğundan bahsetmektedir. Bunun normal bir durum olduğunu ve bunu bir ölçüde engellemek için sınıfa, senenin başında, tahtaya yazılan her yazıyı defterlerine not almaları gerektiğini söylemeyi tavsiye eder. Öğrenciler zaten tahtaya yazılanların önemli olduğunu düşündüğü için, deftere geçirme eğilimindedir. Öğretmenin tahtayı iyi kullanabilmesi son derece önemlidir. Öğretmen tahtaya yazı yazma esnasında sınıfla iletişim kurmak gerektiğinde, bunu genellikle sağ omuzu üzerinden yapmaktadır (resim 7, 8). Öğretmenin omzu ve kolu sınıf ile arasında iletişim kurmasına engel oluşturur. Bunun yerine kısa bir süre tahtaya yazmaya ara vererek sınıfa dönüp konuşması daha yerinde olacaktır (resim 9).



Resim 7  
Yanlış: omuz iletişimi engeli, öğretmen öne dönmeli



Resim 8  
Yanlış: omuz üzerinden geriye bakış



Resim 9 (Heidemann, 1996, 94)  
Doğru: öğretmenin yönü sınıfa dönük, sınıf ve tahta arasında köprü



Tahtadaki yazıyı sınıfın arkasına giderek açıklamaktan kaçınmak gerekir, çünkü öğretmen ve tahta arasında kalan öğrenci nereye konsantre olacağını şaşırır. Özellikle küçük öğrenciler öğretmenin sesini ve hareketlerini takip edeceği için, sınıfın arkasına doğru yürüyerek ders anlatmamalıdır. Sınıf içi sessiz ödev çalışmaları ve slayt gösterimi esnasında arkada durmanın bir sakıncası yoktur.

*c) Proksemik (Yakınlık):*

Proksemik olumlu bir iletişim atmosferi yaratmak isteyen her öğretmenin dikkat etmesi gereken en hassas konudur. İngilizce “yakınlık” anlamına gelen “proximity” kelimesinden türetilmiş olup, kişilerin kapalı alanda davranışlarını, kendileri için ne kadar alana ihtiyaç duydukları ve iletişim içinde oldukları kişilerle aralarına ne kadar mesafe koyduklarını inceler. “Mesafe, öneminin farkında olanlar tarafından kontrol edilebilir bir iletişim ögesidir. Bu sebeple hem yüz yüze ikili ilişkilerde, hem de geniş mekân içinde bir toplulukla kurulan ilişkilerde mesafeyi bilinçli olarak kullanmak büyük yarar sağlar. Kişinin diğer insanlarla arasına koyduğu uzaklık, onlara karşı olan duyguları ile ilgilidir.” (Baltaş/Baltaş, 2005, 113) Özellikle öğretmen ve sınıf arasında tutulması gereken mesafe öğrenmeyi, öğrenci başarısını ve sınıftaki sosyal ilişkileri etkilediği için son derece önemlidir. Özyürek’e göre öğrencilere yumuşak bir şekilde dokunma, sırtını sıvazlayarak yakınlık gösterme öğrencilerin dikkat davranışlarını yüzde 50 ile yüzde 80 artırmıştır (Çalışkan/Karadağ, 58).

Proksemik biliminin kurucusu olan Hall (1966) Amerika için yapmış olduğu araştırmalarda; günlük yaşantımızdaki kişiler arasındaki ilişkiyi, sonuçlarını ve dokunmaya varan yakınlaşma derecelerini araştırmıştır. Hall, büyük ölçüde Almanya için de geçerli olan sonuçlarına göre dört alandan söz etmektedir (Fast, 1986, 29-36):

1)“mahrem alan”: Sadece aile bireyleri, eş, sevgili ve çok samimi ve az sayıda özel arkadaşlar için öngörülmüştür.

a) yakın alan (0-20cm); dokunmaya kadar varabilen yakınlıktır

b) uzak alan (20-60cm)

2) “kişisel alan”:

- a) yakın alan ( 60-90cm); sadece eşlere aittir
- b) uzak alan (1-1,5m); kişisel sohbetler yapılır

3) “sosyal alan”:

- a) yakın alan (1,5-2m); eve gelen bir tamirci ile ev kadını arasındaki mesafe, satıcı veya postacı ile olan mesafe
- b) uzak alan (2-4m); resmi ve iş görüşmeleri için uygundur; yüzeysel sohbetler

4) “genel alan”:

- a) yakın alan (4-8m); konferans salonlarında, amfilerde topluluk karşısında konuşmacının (öğretmenin) veya yöneticinin tuttuğu mesafe (bu mesafede beden dilinin anlaşılır olması için jest, mimik ve vurgunun yavaş, açık seçik ve etkili olması gerekir)
- b) uzak alan (8m’den fazla); aktörlerin tuttuğu mesafe; kişiye en yüksek koruma sağlar

Hall’in yakın ve uzak alan ayrımı kültürel ve içinde bulunulan durumu bağlı sebeplere dayanmaktadır. Genellikle sınıf içerisindeki karşılıklı iletişimin ve etkileşimin büyük bir kısmı sosyal alanda cereyan eder. Bu mesafe ne aşırı yakın, ne de aşırı uzak olduğu için, öğrenciler kendilerini rahat hissederler ve ders canlı geçer. Baltaş ve Baltaş (2005, 114) Hall’in yaptığı mahrem alan çalışmasına benzer bir araştırmayı İstanbul’da yapmışlar ve mahrem alanı 0-25cm, kişisel alanı 25-100cm, sosyal alanı 1-2,5m ve genel alanı 2,5m’den fazla olarak tespit etmişlerdir. Bu verileri Hall’in sonuçları ile karşılaştırdığımızda Türk toplumunda daha yakın mesafelerin söz konusu olduğunu görürüz. Genellikle Akdeniz ülkelerinde ve Asya kültüründe partnere daha yakın olma normal bir davranıştır; öyle ki, samimiyetimizi göstermek için, sohbet esnasında belli kurallar çerçevesinde partnerimize dokunma eğilimi içerisindeyizdir.

Birbirini seven kişiler birbirlerine yakın oturmak isterler. Yerlerin kesin belirlenmediği üniversitedeki sınıflarda belli öğrencilerin yer seçme eğilimleri (dersi dinlemek istemek veya istememek; derse katılmak veya katılmak istememek gibi) olduğunu gözlemlemek mümkündür; hatta yerlerini değiştirdiğinizde bu öğrenciler son derece rahatsız olurlar. Benzer bir şekilde konferans salonunda tartışmaya katılmak isteyen kişiler temas

kurabilecekleri mesafede bir yer seçerler. Bu durum kişinin kendini nerede rahat ve korumada hissettiği ile yakın ilgilidir.

Yukarıda bahsettiğimiz üzere 25- 30 kişilik bir sınıfta öğretmen en az 2m mesafede durarak sınıfın tamamını görebildiği bir konumda ders anlatmalıdır. Öğrenci veya dinleyici sayısı arttıkça bu mesafe artabilir. Heidemann (1996, 97) topluluk karşısında konuşma mesafesini 3-4m, kişisel mesafeyi 60-150cm, mahrem mesafeyi 50-60cm olarak belirlemiştir. Heidemann'ın verdiği bu ölçülerin Avrupa için belirlendiğini ve Türk kültürüne uyarlanması gerektiğini unutmamak gerekir. Bu konuda Baltaş/Baltaş'ın (2005) çalışması yol gösterici olarak alınabilir. Mahrem mesafenin ihlali hoş karşılanmaz ve öğrencinin mesafeyi korumak için geri çekilmesine neden olur. Özellikle ergenlik çağındaki öğrenciler bu konuda daha hassastırlar (resim 10, 11, 12). Bu yaklaşma sırasında öğrenciyi rahatsız edecek şekilde arkadan yaklaşmamak gerekir. Ayakta duran öğretmen, oturan öğrenciye göre iki kat daha büyük olması nedeniyle öğrenci için adeta bir tehdit oluşturmaktadır. Bu durum karşısında bazı çekingen öğrenciler daha fazla kabuğuna çekilecektir. Bu tip öğrencilere yaklaşırken kişisel mesafeyi koruyarak, yandan yaklaşmalı ve mümkün olduğunca eğilerek veya diz çökerek aynı göz hizasında olmaya dikkat etmelidir. Bazen sınıf düzeni ve sandalyelerin konumu nedeniyle arkadan yaklaşmak daha kolay olabilir; ancak öğrenciden gelen ve kendini geri çekilme, sandalyede arkaya doğru yaslanma veya kafasını içine çekme gibi reaksiyonlara duyarlı olup, yaklaşmaya devam ederek, öğrenciye köşeye sıkışmışlık hissini vermemek gerekir. Öğrenciye defterdeki veya kitaptaki bir yeri göstermek amacıyla yukarıdan aşağıya bariyer gibi uzanan ve öğrencinin hareket alanını daraltan bir kol (resim 12), öğrenci ve öğretmen arasında engel oluşturacağı için negatif etki yaratacaktır. Defterden bir yeri göstermek gerekiyorsa engel oluşturmayan diğer kol kullanılmalıdır.



Resim 10 Yanlış: Mahrem mesafe ihlal edilmiş, tepeden aşağıya rahatsız edici arkadan yaklaşım



Resim 11 Doğru: Mahrem mesafede olsa da, öğrenci ile aynı göz hizasında, bir problem çözerken yandan yaklaşılabilir



Resim 12. Yanlış: "Hükmedici hareket", kol öğrenci ve öğretmen arasında iletişim engeli ve rahatsız edici tepeden bakış 12 (Heidemann, 1996, 98-99)

Kişisel mesafe partner ile konuşma ve iletişim kurmak için en uygun mesafedir. Öğretmen ancak öğrenciler arasında iletişimi sağlamak istiyorsa biraz geri çekilirken eliyle öğrencilere arka arkaya konuşma işareti verebilir. Öğrencinin bir sorusu üzerine öğretmen, öğrencinin ders notuna bakmak için yaklaşabilir. Bu davranışın bir sebebi vardır ve böyle bir davranış öğrenci tarafından istenmektedir. Öğretmen bilinçli olarak sınıfta huzursuzluk yaratan bir öğrenciye bakışlarını dikip yaklaşırsa onu daha kolay

kontrol altına alabilir. Ancak bunu yaparken öğrencinin kaçabileceği veya hareket edebileceği fazla alanının olmadığını unutmamak ve adil davranmak gerekir. Heidemann'a göre sınıf içerisinde anonim olan çekingen bir öğrenciye yaklaşarak onunla kişisel bir iletişim kurulabilir ve onu sınıfın anonimliği içinden çekip çıkarabilirsiniz. Bu öyle bir ilişkidir ki, öğrenciden uzaklaşıp sınıfın önünde durup konuştuğunuzda bile kopmaz. Aynı yöntem öğrencilerin derste daha aktif olmalarını sağlamak için de kullanılabilir. Özel ilgi görmek her öğrencinin hoşuna gider ve performansının artmasına neden olur. Hatta bazı öğrencilerin sınıf içerisinde yaramazlık yapmaları ilgi çekme amaçlı olabilir. Bu yöntem grup içerisinde saygısızca davranabilen öğrencileri dizginlemek için de kullanılabilir. Grubun himayesinden sökülüp çıkardığımızda sözlerine ve davranışlarına dikkat etmek zorunda kalacaktır. Öğretmenler bu nedenle çok konuşan öğrencilerin yerlerini değiştirirler.

*d) Jest ve mimik:*

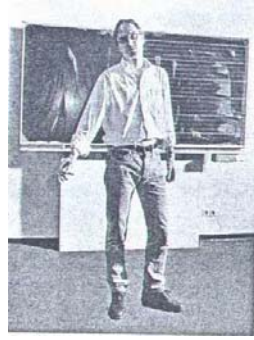
Mimik yüz kaslarının iletişim amaçlı kullanılmasıdır. Jest ise konuşma ile yakından ilgilidir; baş, el kol, ayak, bacak ve bedenin kullanımını kapsar. Jest ve mimik hakkında yorum yaparken bedenin duruşunu göz önünde bulundurmanız gerektiğini ve bir iletişim sinyalinin oluşması için mutlaka bir alıcının bu hareketleri algılaması gerektiğini unutmamalıyız. Jest ve mimikler duygu ve düşüncelerimizi destekleyen ve onları başkaları tarafından görülebilen hale getiren kişisel sinyallerdir. Konuşma esnasında jest ve mimik hareketleri yasaklanacak olursa; konuşmanın doğallığı kaybolur ve hatta konuşamaz hale geliriz.

Heidemann eğitim programının bir parçası olarak, jest ve mimik ile ilgili dikkat edilmesi gereken belli başlı davranışların bir listesini oluşturmuştur. Bunlardan bazıları şöyledir (1996, 108-109): Âdeta sahte bir gülümseme gibi ağız kenarlarını yukarıya kaldırmak (kibirlik, kendini üstün görme hali); ağız açmak (şaşkınlık, konuşmayı kesmek istemek); dudakları sıkmak (kızdığı halde kendini tutmak); alt dudağını yukarıya kaldırmak (düşünmek, düşünceli olmak); kolları göğüs hizasında bağlamak (beklemek, itiraz etmek, sığınacak yer aramak, kendini kontrol etmeye çalışmak); elleri göğüs hizasında kavuşturmak (güvensizlik, sıkılmak); kolla yapılan geniş mesafeli

hareketler (kendine güvenmek); küçük ve dar alanlı el, kol hareketleri (güvensizlik); ellerini hızlıca ovuşturmak (birisinin gördüğü zarara sevinmek), yavaş ovuşturmak (memnuniyet, sevinç); kalem, ataç, veya tebeşirle oynamak (sinirlilik); yumruk yapmak (öfke); konuşurken elini ağzının önünde tutmak (güvensizlik); konuştuktan sonra elini ağzının önünde tutmak (söylediği sözü geri almayı istemek); ellerini beline koymak (üstünlük gösterisi, kızgınlık); ellerini cebine sokmak (rahatlama, kibirlilik); ellerini ve kollarını masanın altında tutmak (güvensizlik); kollarını arkada bağlamak (kibirlilik, otoriter duruş, sıklınlık); işaret parmağını yukarıya kaldırmak (azarlamak, öğüt vermek); parmaklarıyla masaya vurmak (sabırsızlık, sinirlilik); parmaklarını şakırdatma (birkaç kez: çözümlü aramak; bir kere: çözümlü bulmak); işaret parmağıyla masaya vurmak (bir konuda emin olmak ve ısrar etmek).

Daha önce bahsedildiği gibi, Heidemann sınıfın önünde, kürsüye yakın bir yerde, serbest duruş pozisyonunu (küçük hareketlerle ağırlık bir ayaktan diğerine verilebilir) en uygun davranış olarak tavsiye etmektedir. Eğer bu duruş jestler ile etkili bir hale getirilmezse oldukça tutuk olur. Duruşumuz ne kasılmış gibi, ne tedirgin, ne de yapmacık olmamalıdır. Ayrıca bel hizasının altında tutulan eller negatif algılanır. Bel hizası ile göğüs arasında duran eller nötr, göğüs hizasındaki eller ise pozitif anlam taşır (resim 13, 14, 15, 16). Kolun üst kısmı ile yapılan jestler daha doğaldır. Öğrencilere yönelerek geniş, açık, sakin, avuç içi yukarıya doğru ve göğüs hizasında yapılan hareketler Heidemann tarafından tavsiye edilmektedir (resim 17, 18). Her zaman önce jest sonra söz kullanılmalıdır. Mesleğe yeni başlayanlar için en büyük problem ellerini koyacak yer bulamamalarıdır. Kolları kavuşturmak (“benden uzak dur” sinyali) sınıfla öğretmen arasında bir engeldir, dolayısıyla mesafe oluşturacağı için uygun değildir. Arkada birleştirilmiş eller mesafeli ve tutuk bir davranış şeklidir. Ellerin uzun zaman cepte durması laubali, yanlardan aşağıya sarkan eller ise gevşek ve uyuşuk intiba bırakır. Ellerin göğüs ve karın hizasında serbestçe kavuşturulması, huzurlu bir şekilde konsantre olmuş insanı yansıttığından Heidemann tarafından tavsiye edilmektedir (resim 19). Bu konunun öğretmen için en büyük avantajı, istediği anda isteği şekilde beden dilini kullanarak sınıfı yönetme imkanındır. Yukarıda bahsedildiği gibi;

öğretmenin elindeki kalemle veya tebeşirle oynaması, sınıf içerisinde anlamsızca dolaşmak, ellerle anlamsızca yapılan bir takım boş hareketler, öğrencilerin dikkatlerini bu harekete yoğunlaştırıp dersin içeriğine konsantre olamamalarına sebep olacağından, kaçınılması gereken bir davranıştır. Ayrıca işaret parmağı ile yapılan jestlerden, tehdit ve ret içeren davranışlardan, sınıf ile olumlu bağ kurulmasını engelleyeceğinden, mümkün metreme kaçınılmalıdır. Düşüncelerin anlatılmasında, motivasyonu artırmada ve çeldiricileri ortadan kaldırmada öğretmenin elleri bir baton görevi üstlenir (Çalışkan/Karadağ, 60)



Resim 13. Yanlış: Eller negatif konumda (Heidemann, 1996, 110)



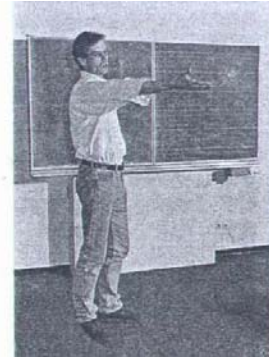
Resim 14. Doğru: pozitif ve net jest, eller pozitif konumda



Resim 15. Yanlış: Uzatılmış işaret parmağı ile derse kaldırma; tehdit



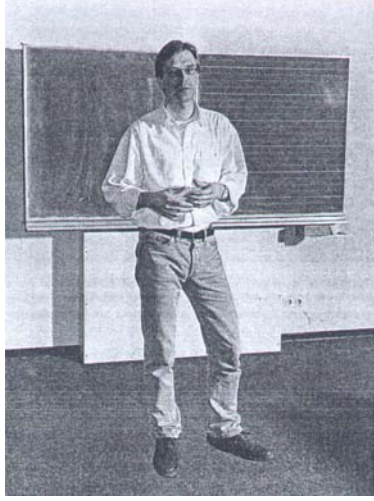
Resim 16. Yanlış: Yanlış kol ile derse kaldırma, eğik parmak (Heidemann, 1996, 111)



Resim 17. Yanlış: Yanlış kol (engel) ile derse kaldırma



Resim 18. Doğru: Avuç içi açık ve doğru kol



Resim 19. Doğru: Jest kullanımı her an mümkün (Heidemannn, 1996, 112)

En etkili mimik, öğrencilerin yüzüne bakmaktır. Ağzın sık sık elle örtülmesi, buruna sık sık dokunmak, dudaklarını sıkı sıkı kapatmak, kaşlarını çatmak, yanağını kaşımak, kaşlarını yukarıya kaldırmak kişinin kararsız olduğu veya duygularını kontrol edemediği anlamına gelebileceği için kaçınılması gereken hareketler içinde yer almaktadır. Fakat bu mimiklerimizi hiç kullanmamamız gerektiği şeklinde yorumlanmamalıdır. Özellikle konuşmayı anlamsal ve duygusal açıdan destekleyen mimik kullanılmamalıdır. Abartılı mimik ise her zaman olumsuz etki yaratır. Sınıfa karşı gösterilen samimi bir arkadaşlık ve doğal bir gülüş öğrenciler tarafından hoş karşılanır. Fakat öğretmen içinden gelmiyorsa asla gülmemelidir; zira öğrenciler bunu hoş karşılamayacaklardır ve hatta taklit edebilirler. En önemli hususlardan birisi öğretmenin mümkün olduğunca özel ve iş ile ilgili tüm sorunlarını sınıfın dışında bırakarak derse girmesidir.

#### e) Güven

Başlangıçta sınıf karşısında kendinden emin bir duruş hemen ilk derste mümkün olmayacaktır. Yukarıda da bahsedildiği gibi maalesef otonom sinyalleri kontrol etmemiz mümkün değildir ve yükselen adrenalin sonucunda göz bebeklerinin



büyümesi, terleme, ağzın kuruması, dizlerimizin bağının çözülmesi, nefes alışımızın değişmesi, benzimizin atması ve sesimizin titremesi öğrenciler tarafından hemen fark edilir. Öğretmenin parmaklarıyla masaya trampet çalar gibi vurması, saçlarıyla oynaması, göz temasından kaçınması, kararsızlık ifadesi olan hareketler yapması, kollarını ve bacaklarını çelmesi savunma davranışlarıdır. Patolojik bir durum söz konusu değilse Heidemann bu zorlukları aşmak için şunları tavsiye etmektedir (1996, 114):

- 1) Kendinize şunu telkin edin: “Dersimi iyi hazırladım ve sunumumu çalıştım, yapabilirim”
- 2) Öğrencilerinizin de insan olduğunu ve her insan gibi bazı küçük hataları affedebileceklerini unutmayın. Titreyen dizlerin ve heyecandan dolayı ağrıyan karnınızı hiç kimsenin fark etmesi mümkün değildir.
- 3) Cümleler yarım kaldığında, büyük ihtimalle bunu birkaç öğrenci ve siz fark edeceksinizdir. Normal konuşmada da böyle durumlar söz konusu olduğu için doğal karşılanacaktır.
- 4) Öğrencilere anlatmak istediğiniz konudan kendiniz de emin olmalısınız.
- 5) Teknik konularda işler ters gittiğinde ikinci bir tepegöz, projeksiyon aletini veya videoyu nereden bulabileceğinizi önceden araştırın.
- 6) Önemli bir sunumdan en az 20 dak. öncesine kadar notlarınızı düzeltmekten kaçınm.
- 7) Asetat, slayt v.b. araçlar ders anlatmaya özellikle tıkanıldığımız anlarda yardımcı olabilir.
- 8) Anlatımınıza nasıl devam edeceğinizi şaşırdığımızda son söylediğiniz cümleyi tekrar edebilirsiniz. Böylece düşünmek için zaman kazanmış olursunuz. Ayrıca öğrencilere soru sorarak biraz dinlenebilirsiniz.
- 9) Sizi tam olarak neyin heyecanlandığınızı bulmaya çalışın.

10) Kendinizi güvende hissetmek için biraz yüksek sesle derse başlayabilirsiniz. Geniş alanlı kol hareketleri yapın, çünkü aksi takdirde bel hizasının altında el hareketleri yapacaksınız ve sadece kolunuzun dirsek altını hareket ettireceksinizdir.

11) Önemli bir sunumdan önceki akşam veya sabah rahatlamak için nefes çalışmaları yapabilirsiniz. Sınıftaki oksijen tükenmişse, size uzak olan bir pencereyi açabilirsiniz. Size yakın bir pencerenin açılması öğrencilerin öğretmeni iyi duyamamalarına yol açar.

12) Derse aç karnına girmeyin, fakat aşırı yemekten kaçının.

13) Derse girerken duyduğunuz heyecanı, iyi bir tiyatro sanatçısının sahneye çıkarken her seferine duyduğu heyecanla kıyaslayın ve pozitif olduğunu düşünün. Belli bir ölçüde duyulan heyecan normaldir, dinamik ve iyi bir ders anlatımı için gereklidir. Sadece heyecanınızın dozunu ayarlamayı öğrenmelisiniz.

*f) Kılık kıyafet, dakiklik*

İnsanları ilk gördüğümüzde ilk etapta dış görünüşlerine bakarak karar veririz. Öğrenciler de aynı şekilde davranır. Bu nedenle mesleki itibarımıza uygun ve özenli giyinmeliyiz. Ancak giyim ve saç şekli kişisel tercihler olduğu için genç meslektaşımızın (veya iş arkadaşımızın) kıyafeti hakkında tavsiyede bulunurken son derece hassas davranmak zorundayız. Bu alanda toplumsal yaptırımlar kültüre bağlı öğelerle iç içedir. Örneğin günümüzde öğretmenin kravat takmaması Almanya’da artık bir sorun teşkil etmemektedir. Bayan öğretmenler günümüz şartları gerektirdiği için, artık eteğin yanı sıra eskiden giyilmesi yasak olan pantolonu giyebilmektedir. Heidemann bazı öğretmenlerin öğrencilere daha yakın olmak için gençlerin tarzında giyindiklerini (örn. spor ayakkabı), fakat bunun öğrencilerin tepkisine yol açtığını yazmaktadır (1996, 117). Toplumdilbilim araştırmaları gençlerin, büyüklerin onlarla genç jargonunda konuşmalarından hoşlanmadıklarını ortaya koymuştur. Onlar kendi aralarında konuşmak için kullandıkları bu dili büyüklerle paylaşmaktan hoşlanmamaktadırlar. Ağzı ve üstü başı kokan birisinden nasıl hiç kimse hoşlanmazsa, öğrencilerin de hoşlanması beklenemez. Genel olarak temiz giyinmeye özen gösterilmelidir. Sadece kılık kıyafet ile öğretmen olunmayacağı ve saygının

sağlanmayacağı da bilinmelidir. Bilgi güçtür ve öğrencilerin saygısını kazanmanın en doğru yoludur. Danışmanı olduğunuz stajyer öğretmene yetişmekte ve hatta ergenlik çağında olan öğrencilerin karşısına sıra dışı, cinselliği vurgulayan kıyafetlerden kaçınarak, onlara örnek olacak kıyafetlerle çıkmaları gerektiğini söyleyebilirsiniz.

Öğretmen dakik olduğu ölçüde öğrencilerinden de dakik olmalarını isteyebilir. Öğretmenin vaktinde derse girmesi kendini bekleyen öğrencilere saygı göstermesi anlamına gelir ve aynı ölçüde öğrencilerinden de saygı görür. Herhangi bir sebepten dolayı derse geç giren öğretmen özür dileyerek sebebini açıklamalı ve bu davranışıyla öğrencilerine iyi örnek olmalıdır. Derse geç kalıp erken çıkılmamalı ve aşırı derecede dersi uzatmamalıdır. Öğrencilerin bir sonraki dersten önce dinlenme hakkına hassasiyet gösterilmelidir.

### **3) Öğretmenin dili**

Dersin anlaşılması için öğretmenin açık seçik, yavaş, en arkadaki öğrencinin duyabileceği şekilde, önemli yerleri vurgulayarak konuşmasında fayda vardır. Hızlı konuşmayı takip etmek ve anlamak çok zor olduğu için öğrenciler dersten koparak başka şeylerle ilgilenmeye başlayabilirler. Öğretmen ders anlatırken kullandığı kelimeleri öğrencilerin anlayabileceği şekilde seçmelidir. Uzun cümleler hem zor anlaşılır hem de takip etmesi yüksek konsantrasyon gerektirir. Öğrencilerin dikkatinin daha önce de söylediğimiz gibi 20 dakika ile sınırlı olduğunu biliyoruz. Konferanslardaki sunum süresinin de 20 dak. ile sınırlı olduğunu unutmamalıyız. İnsanların sesi ve konuşma tarzları kişiseldir. Ancak konuşmamızı daha etkin kullanmayı öğrenebiliriz. Susmayı konuşma ile birlikte kullandığımızda gerçek hedefine ulaşmasını sağlayabiliriz. Sınıfta sessiz geçen birkaç saniye hem öğretmen hem de öğrenci için öldürücü olabilir. Bu nedenledir ki, sorusuna cevap alamayan öğretmen hemen arkasından birkaç soru daha sıralar. Heidemann soru sorduktan sonra, başka bir soru sormadan, açıklama yapmadan veya bir öğrenciyi kaldırmadan önce en az üç saniye beklenmesi gerektiğini söylemektedir. “Konuyla ilgili sorusu olan var mı?” şeklinde yöneltilen soruya hiçbir öğrencinin olumlu veya olumsuz cevap vermemesi,

oldukça düşündürücü bir durumdur. Zira ya konu tam olarak anlaşılmıştır ya da hiç anlaşılmamıştır. Konuyla ilgili soru soran bir öğrenci mutlaka bir şeyler biliyordur, çünkü soru sorabilmek için belli ölçüde bilgi sahibi olmak gerekir. Susma eylemini sınıfta disiplini sağlamak için kullanmak tecrübe gerektirir. Aynı şekilde önemli bir açıklamadan sonra veya önce susarak, susmayı retorik aracı olarak kullanmak da tecrübe gerektirir. Susma süresi doğru ayarlanmadığı takdirde; öğrencilerin dikkati başka şeylere yönebilir ve daha da kötüsü öğretmen gülünç duruma düşebilir. Öğretmenin öğrenci sorusundan sonra susması, kendisinin soru hakkında düşünmesi ve diğer öğrencilerin düşünmeye yönlendirilmesi anlamına gelir. Öğretmen dersin başında konuşan bir sınıfı; susup, bakışlarını öğrencilerin üzerinde gezdirerek, dikkati kendi üzerinde toplayarak susturabilir.

#### **4) Beden dili öğrenilebilir mi?**

Beden dili kişisel özellikler taşıdığına göre kişiler ne derece eğitilebilir? Burada söz konusu olan mesleki davranışlardır ve öğretmenin şahsiyetini değiştirmesi gibi bir şey söz konusu değildir. Gerçekten de gün boyu bizden beklenen çeşitli rolleri oynamak zorundayız; yerine göre anne veya baba, ağabey veya abla, komşu, eş, evlat, müşteri, iş arkadaşı ve mesleğimize göre (öğretmen, doktor, müzisyen, kuaför, bakkal .....). Bu rolleri oynarken şahsiyetimizde bir değişiklik olmaz; biz hep aynı kişiyizdir. Mesleki anlamda başarılı bir beden dili öğrenilebilir. Ağırlıklı olarak ilkökul öğrencileri düşünülerek hazırlanan Heidemann'ın bu programındaki beden dili ile ilgili görüşler lise ve üniversite öğrencilerine de uyarlanabilir. Lise öğrencisine ilkökul öğrencisi gibi, ilkökul öğrencisine yetişkin gibi veya üniversite öğrencisine kışlada gibi davranamayız. Davranışlarımızın ne kadar etkili ve yerinde olduğunu öğrencilerin verdiği tepkilerden çok iyi anlayabiliriz. Önemli olan sergilediğimiz davranışların etkisinin bilincine varmamız ve davranışlarımızı gözden geçirip, kendimizi bu alanda geliştirebilmemizdir. Yukarıda sözünü ettiğimiz alanlar Heidemann'ın eğitim programının ana noktalarını oluşturmaktadır. Beden dili eğitiminin amacı tek tip öğretmenler yetiştirmek değildir. Bu programa göre öğretmenler veya stajyer öğretmenler videoya kaydedilmiş kendi derslerini danışmanları veya arkadaşları ile birlikte analiz ederek düzeltebilecekleri

davranışlarının bilincine varır, hem kendilerinin hem de öğrencilerinin beden dili mesajlarına karşı hassasiyet kazanabilirler. Örneğin; öğrenci ile daha iyi iletişim kurabilmek için iletişim engeli olarak kabul edilen davranışlardan kaçınabilirler. Elbette ki, beden dilini analiz etmek, uygulamasından daha kolaydır. Molcho ve Rückle eğitime katılan öğretmenleri taklitçiliğe karşı uyarıyorlar ve Rückle “Ben kendinizi kontrol etmenizi ve sadece hafızanıza aldığınız hareketleri tekrarlamanızı faydalı görmüyorum” der (Schober, 1994, 115). Taklitçilik, sergilenen davranışların yapmacık olması nedeniyle kişiyi gülünç duruma düşürebilir. “Kısa süreli bir başarı edinmek yerine, kendinizin ve başkasının beden dilini izleyerek, iletişim esnasında ortaya çıkan reaksiyonlara daha duyarlı davranıp, davranışları uzun vadede değiştirebilirsiniz.” (Schober, 1994, 117) Burada söz konusu olan şey bir tiyatrocunun gibi rol yapmak değil, kendimizi mesleki anlamda yetiştirmemizdir. Beden dilimiz üzerinde çalışırken “kırkayak sendromuna” kapılmamalıyız. Psikolojide kırkayak sendromu ile ayaklarını bilinçli olarak hareket ettirme talimatı verilen ve bu yüzden doğal bir şekilde yürüyemez hale gelen kırkayağın içine düştüğü durum kastedilir. Bizi biz yapan özelliklerimizi her zaman korumalıyız ve kendimize güvenip doğal davranmalıyız. Öğrenci ile kurduğumuz verbal veya nonverbal iletişimin öğrencinin yaşına göre anlaşılır, net, açık, tutarlı ve uygun olmasına dikkat etmeliyiz.

### **5) Sonuç:**

Öğretmen sadece öğreten değil aynı zamanda eğiten ve sınıfa örnek olan bir kişi olduğu için, onun davranışları öğrenciler üzerinde son derece etkilidir. Öğrenme ve öğretme sürecinde nasihat eğitimi yerine, davranış eğitime yer verilmesi bireyin gelişmesine daha çok katkı sağlar. Çünkü bedensel davranışların %55 oranında paya sahip olduğu genel bir bulgudur (Çalışkan/Yeşil, 2005). Söz ve beden dili çelişkiye düştüğü zaman bireyler daima beden diline inanır.

Sınıf içerisindeki iletişim bilgi aktarımından ibaret değildir. Bilgi aktarımı daima nonverbal öğeler içermektedir ve başka türlü olması da mümkün değildir. Öğretmenlik mesleğinin eğitici boyutu son derece önemlidir. Bilgileri aktarırken öğrencileri motive

etmenin en etken yolu, beden dilini doğru ve etkili bir şekilde kullanabilmektir. Aynı sınıfın öğrencileri bir öğretilerde dersi dinleyen başarılı bir sınıftan, diğeri bir öğretmeni dinlemeyebilir. Her ders öğretmen için ayrı bir “sahneye çıkıştır”. En az bir tiyatrocuya kadar rolünü iyi oynamalıdır, öğrenciyi motive edebilmek için ne gerekiyorsa yapmalıdır. Her sınıfın dinamiği farklıdır, her ders öğrenciler ve öğretmen arasında cereyan eden bir süreçtir. Bu bakımdan farklılık gösterebilir.

## Öneriler

İnsanların hayatında bu denli önemli bir yere sahip olan öğretmenlerimiz, bu potansiyellerini mükemmel bir şekilde kullanabilirler. Öğretmenler beden dillerinin etkisinin farkına varıp, kendilerini bu ölçüde geliştirdikleri takdirde, bu durumdan hem kendileri hem de insanlık faydalanacaktır. Yukarıda da bahsedildiği gibi kendimizi bu yönde eğitmemiz mümkündür. Bu nedenle öğretmen adayları ve halen görev yapmakta olan öğretmenlerimiz bu konuda uzmanlar tarafından eğitilebilirse son derece faydalı olacaktır. Eğitim Fakültelerine “Beden Dili” dersi konabilir ve katılanlara sertifika verilen seminerler düzenlenebilir.

Geleceğimizin teminatı olan çocuklarımız çok önemlidir ve her çabaya değer.

## Kaynaklar

- Baltaş, Z. ve Baltaş A. (2005). *Bedenin Dili*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Bates, J.E. (1976).”Effects of children’s nonverbal behavior upon adults.”, *Child Development* 47/1976, 1079-1088.
- Chaikin, A.L. ve Derlaga, V. (1978)”Nonverbal mediators of expectancy effects in black and white children”, *Journal of Applied Social Psychology* 8/1978,117-125
- Çalışkan, N. ve Yeşil, R.(2005): Eğitim sürecinde öğretmenin beden dili. Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt 6, Sayı 1, 199-207
- Çalışkan, N. ve Karadağ, E.(2006): Bir Baton olarak öğretmenin elleri. Eğitim Araştırmaları Dergisi, Sayı 25, Ankara., 54-61
- Fast, J. (1986). *Körpersprache*. Hamburg: Rowohlt Verlag.

- Heidemann, R. (1996). *Körpersprache im Unterricht*. Wiesbaden: Quelle und Meyer Verlag.
- Heidemann, R. (1986). *Körpersprache vor der Klasse*. Wiesbaden: Quelle und Meyer Verlag.
- Hübler, A. (2001). *Das Konzept Körper in den Sprach- und Kommunikationswissenschaften*. Tübingen: A. Franke Verlag.
- Rosenbusch, H. S. (2000). "Nonverbale Aspekte interkultureller Kommunikation". In H. S. Rosenbusch, O. Schober (Eds.). *Körpersprache in der schulischen Erziehung* (166-207). Baltmannsweiler: Schneider Verlag.
- Rosenbusch, H. S. (2000). "Schweigen als kommunikative Handlung im Unterricht". In H. S. Rosenbusch, O. Schober (Eds.). *Körpersprache in der schulischen Erziehung* (207-215). Baltmannsweiler: Schneider Verlag.
- Schober, O. (1994). *Beden Dili*. (S. Özbent, Çev.) İstanbul: Arion Yayınevi.
- Schober, O. (2000). "Körpersprache als Gegenstand des Deutschunterrichts". In: H. S. Rosenbusch, O. Schober (Eds.). *Körpersprache in der schulischen Erziehung* (215-244). Baltmannsweiler: Schneider Verlag.
- Watzlawick, P./Beavin, J. H./ Jackson, D. D. (1990). *Menschliche Kommunikation*. Bern: UTB Verlag.