



*The Journal of Academic Social Science Studies*

**JASSS**

*International Journal of Social Science*

Doi number:<http://dx.doi.org/10.9761/JASSS2834>

Number: 35 , p. 89-97, Summer I 2015

**Yayın Süreci**

Yayın Geliş Tarihi

22.03.2015

Yayınlanma Tarihi

15.07.2015

## **DİL-İLETİŞİM İLİŞKİSİ KAPSAMINDA BEDEN DİLİNİN İŞLEVİ**

*THE FUNCTION OF BODY LANGUAGE  
WITHIN LANGUAGE-COMMUNICATION RELATIONSHIP*

*Doç. Dr. Kemal EROL*

*Yüzüncüyıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Türkçe Eğitimi Bölümü*

*Emin Emrullah EROL*

*MEB Türkçe Öğretmeni*

### **Özet**

Dil, her şeyden önce bir anlaşma vasıtasıdır. Bu vasıtayı en yaygın ve etkin olarak kullanan varlık insandır. Fizyolojik bir varlık olmanın yanında sosyolojik, psikolojik bir bütün olan insanoğlu, bulunduğu sosyal ortamda etrafıyla iletişime geçmek ve ilişki kurmak zorundadır. İnsanın sosyal çevresinde anlamak ve anlaşılmaq için kurduğu iletişimin pek çok yöntem ve araçları bulunmaktadır. Bunlardan sözlü anlatım, yazı dilinden daha önce, bütün alfabetik göstergelerden daha zengin ve güçlü bir bildirişim vasıtası olarak önem kazanmıştır. Sözlü ve yazılı anlatımdan başka renkler, resimler, muhtelif işaretler, çeşitli mekanik sesler ve bazı bedensel hareketler de birer iletişim aracı olarak kullanılabilirlerdir.

Sözlü iletişimde sırasında çoğu zaman kendiliğinden oluşan ama genelde bilinçli olarak başvuru bazı vücut hareketleri, anlatımda etkin rol oynayan bir beden dili faaliyetidir. İyi bir hatip, ele aldığı konuyu dinleyici hedef kitleye aktarırken etkili ve inandırıcı olmak için aynı zamanda beden dilini de kullanır. Zira duygu ve düşüncelerin aktarılmasında ve anlaşılmasında kelimelerden çok beden dili esas teşkil eder. Dinleyici veya izleyici açısından insanı tanımak, konuşmacının duygu durumunu, doğruyu söyleyip söylemediğini anlamak komplike bir süreçtir. Bu bağlamda anlamaya odaklanmış bir dinleyici, konuşmacının yalnızca söylediklerine değil, ses tonuna, davranışlarına ve beden hareketlerine de dikkat eder; sadece duyduklarını değil, gördüklerini de değerlendirir ve çoğu zaman ikisini birleştirerek bir sonuca ulaşmaya çalışır. Buna göre sözlü iletişimde zihinsel bir aktivitenin ürünü olan düşünceyi aktarıma vasıtası, işitsel olduğu kadar görseldir. Çünkü iletişimde dilin göndergesel işlevi yanında alıcıyı harekete geçirme işlevi de vardır. Beden dili, iletişimde bu hareketi sağlayan önemli bir dinamik güçtür.

**Anahtar Kelimeler:** Dil ve İletişim, Sözlü Anlatım, Beden Dili

### Abstract

First and foremost, language is a medium of communication. Human is the creature to use this medium most commonly and effectively. Humankind, as a creature with physiological features as well as a sociological and psychological whole, needs to communicate and connect with those in the social environment. Many methods and means of communication, which the humankind establishes in order to understand and be understood, are available. Oral narration among these has been prioritized as a communication medium, richer and more powerful than all alphabetical indicators, before written language. In addition to oral and written narration, colors, pictures, various signs, different mechanical sounds, and some body movements may be used as communication means.

In verbal communication, some body movements, often made unconsciously but usually practiced purposefully, are among body language activities playing an effective role in communication. A good speaker uses body language in order to be effective and convincing while conveying his/her message to the target audience because body language, rather than words, is essential in delivering and understanding feelings and thoughts. For the listener or follower, it is a complicated process to know people and to understand the speaker's feelings and whether s/he tells the truth. Within this context, a listener with a focus on understanding pays attention to whatever the speaker tells as well as his/her tone of voice, behaviors, and body movements. S/he considers not only what s/he hears but also what s/he observes and often concludes combining these. Thus, in oral communication, the medium to delivery thought as a product of mental activity is in audio form as well as visual because, in communication, the language has referential function as well as the function to motivate the receiver. Body language is an important dynamic power to actualize this in communication.

**Key Words:** Language and Communication, Oral narration, Body Language

### GİRİŞ

Bir bildirişim sistemi veya anlaşma vasıtası olan "dil" kavramı hakkında dil bilimciler, birbirine benzer nitelikte pek çok tanım geliştirmişlerdir. Türk Dilbilimcisi Muharrem Ergin'e göre "Dil, insanlar arasında anlaşmayı sağlayan tabii bir vasıta, kendisine mahsus kanunları olan ve ancak bu kanunlar çerçevesinde gelişen canlı bir varlık, temeli bilinmeyen zamanlarda atılmış bir gizli antlaşmalar sistemi, seslerden örülmüş içtimaî bir müessesedir" (Ergin, 1985: 3). Bu kavramı "En basit tanımı ile bir bildirişim aracı" olarak gören Zeynep Korkmaz ise, "Bir toplumu oluşturan kişilerin düşünce ve duygularının o toplumda ses ve anlam bakımından geçerli ortak öğeler ve kurallardan yararlanılarak başkalarına aktarılmasını sağlayan çok yönlü ve gelişmiş bir sistem" (Korkmaz, 2005: 2) olarak tanımlamaktadır. Buna göre dil, insanlar arasında karşılıklı haberleşme aracı olarak rol oynayan; duygu, düşünce ve isteklerin iletim vasıtası olarak kullanılan ses, şekil ve anlam birlikleridir. Zira zekâ, duygu ve düşünce sistemi, bir bütün olarak insana mahsustur. İnsanın iç benliğini kuran bu öğeler, dil ile doğrudan ilişkilidir. Nitekim insan, düşünen ve bu yeteneğiyle yeni şeyler üretebilen, ürettiklerini başkalarıyla paylaşma ihtiyacı duyan sosyal bir varlıktır (Cüceloğlu, 1979: 308). Söz konusu paylaşım bağlamında kişiler arası iletişim, yazılı anlatımın dışında sözlü olarak daha çok yüz yüze gerçekleşmektedir.

Dil, düşünce dünyasına ayna tuttuğu milleti oluşturan unsurların başında gelir. Millî ve manevi değerlerin ifadesi ve taşıyıcısı olması bakımından bütün milleti temsil eder (Akarsu, 1998: 56). Fertleri birbirine bağlamada ve millî şuuru beslemede en etkin kaynak olarak kullanılan dil, yazılı anlatımda bireyin mesleki yaşantısında kullandığı terminolojiyle yakından ilişkili ve belirlenmiş bütün kaidelere bağlı bir resmiyet kazanırken; sözlü anlatımda nispeten daha serbest, samimi ve geniş bir manevra alanına sahiptir.

### Dil ve İletişim

İletişim vasıtaları arasında etkin bir taşıyıcı unsur olan dil, bireyin sosyal çevre dinmesinde önemli bir fonksiyon sahibidir. İnsandan karıncaya varıncaya kadar hemen her canlı varlığın bir bildirişme, haberleşme dizgesi vardır (Aksan, 2000: 42). Ancak bunu belli maksatlarla geliştirerek kullanabilen tek varlık insandır. Zira konuşabilme yeteneği, tıpkı acıkma iç dürtüsü ve uyuma ihtiyacı gibi insanoğlunun fitratına kodlanmış ve onu diğer canlılar üzerinde üstün kılmış önemli meziyetlerden birisidir. İnsanın iletişim vasıtasıyla sosyalleşmesini sağlayan ana etken, dildir. Dilde yer alan her sözcüğün, kavram olarak insanın zihninde bir karşılığı vardır. İletişim, sembolleştirilmiş bu kavramlar aracılığıyla gerçekleşir. Zira “insanlar büyük ölçüde çevrelerini dillerinde var olan semboller ve kavramlar penceresinden görür, değerlendirir ve anlamlandırır” (Gökçe, 2001: 93). Buna göre iletişim hangi koşullarda oluşursa oluşsun, onu gerçekleştiren malzeme (beden dili dâhil), zihinde algılanmış semboller, işaret ve kavramlardır. Ancak "insanlar arasında iletişim sürecinin sağlıklı olabilmesi için, konuşan ve dinleyen ilişkisinde olduğu gibi, gönderen, alıcı, gönderge ve kanal adı verilen dört temel ögenin bir araya gelmesi gerekir (Aktaş; Gündüz, (2005: 7). Sözlü ve yazılı dilin dışında beden dili de bu ana gövdede sessizce hayatiyet kazanır. Aktaş ve Gündüz'e göre bunlardan kaynak rolündeki "gönderen", iletiyi karşısındakine aktarandır. "Gönderge" ise, iletinin kendisidir ve bilgi, duygu, düşünce bazında belli bir karşılığı olan resim, söz ve beden hareketleri gibi bazı simgelerle kodlanmıştır. "Alıcı", gönderilen iletiyi içerdiği kodları çözümleyerek söylenenleri anlayan ve buna göre tepki göstermesi beklenen, gönderen konumuna aday okur veya dinleyiciden oluşan hedefdir. Bir başka öge olan "kaynak" ise, duygu ve düşüncelerin aktarımında kullanılan söz, simge, nesne, işaret, giyim-kuşam gibi iletiyi taşıyan çeşitli araçlardır. Bu iletişim vasıtaları arasında etkinliği bakımından en çok kullanılan sözlü ve yazılı anlatımdan sonra beden dili gelmektedir.

İnsana doğuştan bağışlanmış bir başka meziyet ise akıl ve düşünme yeteneğidir. İletişimde dil-düşünce ilişkisi, biri diğerinin varlığıyla ancak hayatiyet kazanabilir. Bazı dilbilimcilere göre dil düşüncenin kaynağıdır; kelimeler ve kavramlar olmadan düşünce üretilemez, aktarılamaz. Nitekim Alman düşünürü Hamman, “Akıl anlama süreçlerinin bütününden oluşan bir şeydir, ama anlama dediğimiz şey ise ancak dil yoluyla gerçekleşebilir. Dil olmasaydı akıl da olmazdı. Çünkü dil aklın hem organı, hem de ölçütüdür” (Akt. Akarsu, 1998: 37) tespitinde bulunmaktadır. “Dil olmadan her düşünce karanlıktır” (Akarsu, 1998: 31) diyen Akarsu'ya göre insanoğlunun kavramları sembollere, sembollerini de anlamlı iletile dönüştürürken dilin olanaklarından yararlanır. Buna karşın düşünme yeteneği olmadan varlıkları adlandırmak veya kavram geliştirmek de mümkün görünmemektedir. Buna göre öyle anlaşılıyor ki, dil olmadan düşüncenin, düşünce olmadan da dilin varlığından söz etmek güçtür.

İnsan, sosyal bir varlık olduğu için tek başına yaşama şansına sahip değildir. Zira insanlar, duygu ve düşüncelerini, bilgi birikimlerini paylaşmak, dolayısıyla iletişim kurma ihtiyacını duymaktadır. Bireyin toplumsal ortamda yaşamaya muhtaç ve mecbur olması da bu yüzdendir. İnsanlar arasında doğal, duygusal ve ruhsal bağlar kurma işlevini yürüten dil, aynı zamanda birleştirici bir unsurdur. Sözlüğü<sup>1</sup> de yazılan beden dilinin gücü, bilinçaltı kodların kavramsal eşleşmelerinden gelir.

<sup>1</sup> Beden dilinin sembol-ileti ilişkisi ile kavramsal boyutunun bir sözlüğü bulunmaktadır. Desmond Morris'in, 600'den fazla mimiğin anlamını sıraladığı beden dili kitabında insan jestlerinin ne anlama geldiği açıklanmıştır (Tekeli, 2011: 27).

Dil bilim, sosyoloji ve psikoloji gibi farklı disiplinlerle ilgisi bulunan iletişim, hatları kesin olarak çizilemeyecek kadar kompleks bir kavramdır. Konu uzmanlarınca pek çok tanımla yapılan bu kavram, taşıdığı genel özellikler bakımından "insanların duygu, düşünce, bilgi, yargı vb. gibi kavramları, belirli kodlar ve simgeler aracılığıyla anlamlı iletilere dönüştürerek, aralarında kültür birliği taşıdığı veya taşımadığı diğer insanlarla veya çevrelerle paylaştıkları dinamik bir süreç" (Yalçın, Şengül; 2007: 750) olarak tanımlanmaktadır. İletişim; gönderici yani duygu, düşünce ve bilgi bağlamındaki mesajları kodlayarak karşı tarafa aktaran kişi ile göndericiden gelen mesaj kodlarını çözen alıcı arasında gerçekleşen bir eylemdir (Erol, 1994: 72). Bu yönüyle dikkati çeken bildirişim sistemi, sosyal hayatta bireyin varlığını sürdürebilmesi için en az sağlıklı beslenmesi kadar gereklidir. İletişim sürecinde göndericiden alıcıya gelen mesaja karşılık alıcının yanıtını oluşturan geribildirim de önemlidir. Alınan ve verilen mesajların birbiriyle ilişkili olması gereken bu sürecin amacı, anlamak ve anlaşılmasıdır. Zira bireyin içinde yaşadığı sosyal çevreyi, ait olduğu toplumu, eşyayı, tabiatı ve evreni anlaması için etkin iletişimde bulunması kaçınılmazdır (Zillioğlu, 1993: 49). Çünkü günlük hayatta insanlar arasındaki ilişkilerde meydana gelen bazı sorunların, anlaşmazlıkların, bunun bir sonucu olarak zuhur eden kavga ve gürültülerin de arka planında genellikle bir iletişim eksikliği veya yanlışlığı vardır. Söz konusu iletişim becerilerinde görülen eksiklikler daha çok bireyin muhatabıyla empati kur(a)maması, onu anlamak için yeterince dinlememesi ekseninde yaşanır. Zira iletişim kurmak, sanıldığı kadar basit bir eylem değildir. Sağlıklı bir iletişim için zorunlu kullanılan birtakım göstergeler söz konusudur. Rus dilbilimci Roman Cekıpsın (Jakopsen), bu göstergeleri gönderici, ileti, kanal, alıcı, dönüt ve bağlam olmak üzere altı unsur olarak sıralamaktadır. Ancak her şeyden önce iletinin anlaşılabilmesi, gönderici/alıcı konumundaki her iki tarafın da bir kod sistemine sahip olması ve iyi bir dinleme sürecini yaşaması gerekir. Dinlemek, temelde bir sorumluluk ve saygı belirtisi olduğu gibi karşısındakini anlamanın bir ön şartıdır. İletişim halindeki tarafların karşılaştırma yapması, niyet okuması, dikkati söylenenleri dinlemekten çok yetiştireceği cevaba yoğunlaştırması, önyargılı davranması, söylenenlere değer vermeyerek ayrıntıları dikkatten kaçırmaması, bilgiçlik taslaması, öğüt vermeye kalkışması, sık sık sözünü kesmesi, konuyu değiştirmesi veya çarpıtması, istihzâ gülümsemede bulunması, muhatabını yüksek ses tonuyla bastırması, inatlaşması, ağız dalaşına girmesi, maksadı aşan tutum ve davranışlar göstermesi gibi dinlemenin önündeki bütün engelleri kaldırmak, sağlıklı bir iletişim için şarttır.

Dinlemeden başka iletişimde kullanılması gereken diğer bir beceri ise, "kendini açma"dır. Bireyin bu beceriyi kullanmasını engelleyen faktörlerin başında hoş karşılanmama, yanlış anlaşılma, reddedilme, kullanılma ve cezalandırılma gibi korkular gelmektedir. Bireyde özgüven duygusunun gelişmiş olması, söz konusu psikolojik engellerin aşılmasını kolaylaştıracaktır.

İletişim, aynı zamanda insanların ruhsal yaşantılarının anlamlı bir şekilde dışı vurumdur. Yani "bir bakıma anlam üretmek ve onu başkalarıyla paylaşmaktır" (Kılıç, 2002: 16). Etkin bir iletişim için gerekli en temel beceri ise, bireyin kendini olabildiğince açık ve güçlü bir biçimde ifade etme becerisidir. Bu da birbirini destekleyen dört ayrı kaynaktan beslenmekle mümkündür. Bunlar başta düşünce olmak üzere duygu, gözlem ve gereksinimlerdir. Dinleme, okuma ve gözlemlenme sonucu elde edilen hükümler ve çıkarımlar, düşünceyi ifade eder. İletişim sırasında bunun açık ve net ifade edilmesi önemlidir. İletişimde anlatılması ve anlaşılması en zor olan husus, duyguların aktarılmasıdır. Zira duygular, bireyi farklı ve özel kılan unsurların en büyük parçasını oluşturur. İnsan, bunları paylaşmakta zorlanabilir, ancak güven ve samimiyet bu engeli de aşmaya yeter. Bir başka ifade becerisi de gözlemdir. Burada, tahmine, duyguya ve yargıya yer yoktur. Nesnellik gözlemin temel karakteridir. Kişinin ne

gördüğü, ne okuduğu ve ne yaşadığı esastır. Gözleme abartı ve öznel yargıyı dâhil etmek, iletişimdeki güvenilirliği zedeler. Gereksinim ise, bireyin kendisini ilgilendirir. Konuşanın, neye ihtiyaç duyduğunu karşı tarafa ciddiyetle ve kararlılıkla ifade etmesi, anlaşılmayı kolaylaştırması bakımından önemlidir. Bireylerin iletişim faaliyeti sırasında gördüklerini, düşündüklerini, hissettiklerini ve neye gereksinim duyduklarını bir ileti olarak etkin bir biçimde ifade edebilme becerisini göstermeleri, yapılandırmak istedikleri bildirişim sisteminin işlevini arttıracak; ileti unsurlarının beden dili eşliğinde dolaysız, açık, dürüst, yapıcı ve destekleyici nitelikte aktarılması da iletişimdeki başarıyı daha da güçlendirecektir.

### **Beden Dili ve İşlevi**

İnsanlar arası iletişimin üç temel ögesi ses, söz ve beden dilidir. Bunlardan beden dili, görselliği barındırdığı, dolayısıyla dikkat çekmekte diğerlerine göre daha etkin olduğu için güvenilirliği güçlü olan bir iletişim aracıdır. Zeynep Korkmaz'a göre, insanlar arasındaki ilişkilerde kullanılan "jestler, mimikler, el, kol, yüz, göz ve vücut hareketleri, toplumdan topluma az çok değişen anlatım ayrılıklarına rağmen", önemli bildirişim araçlarıdır (Korkmaz, 2005: 1). Beden dilinin önemi, başkaları üzerinde olumlu bir etki yaratarak amaca ulaşmayı, muhatabını daha iyi anlayarak etkili bir iletişim kurmayı hedef edinmesine dayanır. Nitekim insan, anlatmak istediklerini konuşma dili ile birlikte çoğu zaman kendine has bazı hareketlerle anlatır. Söz konusu davranış biçimlerini oluşturan hal ve hareketler, kimi zaman bilinçaltı fiziksel bir reaksiyon olarak tezahür eder ki, anlatılmak istenenin doğruluğunu kanıtlanma ve daha etkin bir şekilde inandırıcı olma amacına hizmet eder. Günlük hayatta iletişime geçen insanlar, söyledikleri ile birlikte ses tonu, jet ve mimikleri, el kol ve beden hareketleriyle ne yaptıklarını daha rahat hissettirirler. Fonetik, göndericiden gelen iletileri alıcı üzerinde anlam yönünden etkileyen vurgu, ton, tonlama gibi sesin kullanım özelliklerini kapsamaktadır. İletide inandırıcılık, yalnızca ses ve sözle değil; sözlerin hangi vücut dili eşliğinde sunulduğuna da bağlıdır (İzğören, 2000: 41). Nitekim dinleyici hedef kitlenin birinci derecede dikkatini çeken unsur görselliklerdir. İletişim halindeki tarafların göz teması, yüz ifadesi; el, kol, baş ve parmak hareketleri, duruş biçimleri, hatta aralarındaki mesafe bile iletişimin başarısını doğrudan etkileyen unsurlardır. İletişimdeki başarıda anlatım biçiminin birinci derecede rol oynadığına bakılırsa, sözsüz anlatımda ne söylendiğinden çok, nasıl söylendiği önemlidir (Layıcı, 2007: 14).

### **Yüz - Göz İfadeleri**

İnsan, çoğu zaman bazı sebeplere bağlı olarak kendi gerçek duygularını gizlemek istese de dikkatli gözlerden kaçamaz ve bir şekilde kendisini ele verir. Bu konuda kişiyi ele veren en önemli organ göz ve yüz hatlarıdır. Zira insanın iç dünyası yüzüne sirayet eder. Gerginlik, öfke, korku; memnuniyet ve mahcubiyet gibi ruh halleri, kişinin yüz hatlarında belirir. Örneğin insanlar suç işledikleri ve yalan söyledikleri zaman, bunu yüz ifadelerinden anlamak mümkündür. Çünkü bu durumlarda insanlar, kendi yüz mimiklerini kontrol etmekte zorlanırlar.

İletişimde öne çıkan ilk ve en önemli araç gözlerdir. İletişim sırasında göz teması, daha çok durumu algılamak, duygu bağı oluşturarak etkilemek, etkilenmek ve karar vermek adına önemlidir. Gözler, üstü örtülmek istenen duygu ve düşüncelerin, verilmek istenen mesajın aynasıdır; yalansız ve riyasızdır. Zira görmesini bilen gözler, bir yüzde binlerce anlamın gizli olduğunu keşfedebilir. Konuşurken karşısındaki kişinin yüzüne bakmak, onunla göz kontağı kurmak; muhatabına verdiği değer, duyduğu ilginin ifadesidir. İletişim sürecinde muhatabıyla geçirdiği toplam zamanın üçte birinden daha az oranda göz temasından kaçınan birinin davranışı, kişinin dürüst olmadığı veya bir şeyler gizlediği anlamına gelebilmektedir. Kişi, iletişim halindeyken dikkat çekici bir yan bakışını, belli bir ilgiyi veya saldırganlığı ifade aracı olarak kullanabilir. Aşağıya dönük kaşlar, çatık alın, insan davranışında olumsuz iletişimin

yarattığı saldırgan veya eleştirel bir tavrın göstergesidir. Kimi zaman farkında olmadan gelişen bu hareket, kişinin karşısındakinden sıkılması veya artık onunla ilgilenmek istememesi veya kendini ondan üstün görmesinin bir sonucu olarak algılanır. Bununla birlikte yüz ifadeleri de iletişimde algıyı belirleyen etkin öğelerden biridir. Alıcının anlatılanla ilgili dikkat yoğunluğunu, ya da konudan kopukluğunu, ilgisizliğini, mesaja ilişkin kabul veya reddini yüz ifadelerinden anlamak mümkündür. Karşısındaki ile muhavere halindeyken kafasını bir yana doğru eğdiğinde, kişinin dinlediği konuya yakından ilgi duymaya başladığını; başını aşağıya eğik vaziyette tutması durumunda da dinledikleri ve söyledikleriyle ilgili tavrının olumsuz hatta yargılayıcı olduğunu gösterir.

### **El, Kol Hareketleri**

El, kol, baş ve bacak hareketleri de iletişimde pek çok anlam yüklenebilmektedir. İnsanın hitap ettiği kişiye karşı işaret parmağını kaldırması, kimi durumlarda uyarı niteliğindedir, hareketin dozuna ve durumuna göre farklı mesajlar verir ve genellikle tehdit algısı içerir. Örneğin başparmağın işaret parmağına sürülmesi, genellikle para ile ilgili bir anlam yüklenir veya bir para bekleme hareketi olarak kullanılır. Parmağıyla burnuna dokunma, reddetmenin; parmağıyla işaret ederek konuşmak da üstünlüğün ifadesidir (Baltaş, 1992: 124). Parmaklardan başka el hareketlerinin de beden dilinde pek çok anlamı vardır. Bunların başında tokalaşma gelmektedir. Tokalaşma, iletişim sürecini başlatma eylemidir. Kişinin medeni cesaretini gösterme; ilgi, alaka ve dikkatlerini anlatma girişimidir. Tokalaşma eylemi, tanışma ve güven tesis etme arzusunun başlattığı yaklaşmanın ve taraflar arasında kurulacak iletişim sürecinin el temasıyla sağlanan ilk aşamasıdır. Tokalaşma sırasında bilek tutma, dirsek kavrama, üst kol kavrama, omuz tutma, kimi durumlarda yakınlık ve samimiyetin göstergesi, bazen üstünlük taslamanın ifadesi olarak da kullanılmaktadır. El, kol baş hareketlerinden bazıları genellikle değişik meslek gruplarına mensup insan davranışlarıyla özdeşleştiği görülür. Örneğin ellerini başının arkasında kenetlemiş durumda iletişime geçen birinin duruşu, genellikle aşırı özgüven sahibi veya kendini üstün görme/gösterme çabasındaki birinin (yargı mensupları, kurum/kuruluş amir veya yöneticileri) ruh haline özgüdür (Tozar, 2002:102). Kişinin ellerini ovuşturması, olumlu beklentilerini ilettikleri sözel olmayan yollardan biridir. Bazen kişi, karşısındakinin ne anlatmak istediğini bir tek el işaretinden anlayabilir. Örneğin, işaret parmağını dudağına götürme, elini konuşanın koluna koyma, muhatabın sözünü kesme girişimi olarak anlam kazanabilir. Yine herhangi bir konuda başlamış bir tartışmayı bitirmek için elin yatay bir şekilde hareket ettirilmesi yeterlidir. Gözlük temizleme, kalem dudağına değdirme davranışının karşılığı, genellikle oyalama çabasıdır. "Gel", "git", "dur", "otur", "hoşça kal" anlamlarına gelen çeşitli el hareketleri, açık jestlerle konuşan birbirinden farklı pek çok toplumda aynıdır. Kolların göğüs hizasında iç içe geçirilerek gerçekleştirilen bağlantı düzeninde eller görünmeyecek şekilde aşağı doğru bir pozisyon almışsa, öznenin takipçi, agresif ve huzursuz ruh hâline işaret eder. Aynı düzende ellerin görünecek şekilde kol üstü yukarıya doğru bir pozisyon alması da karşısındakine güvenen, rahat birinin istekli takibini anlatır.

### **Beden Duruşu (Postür)**

Postür, yani beden duruşu, insanın kişiliği ve iç dünyası hakkında önemli ipuçları vermesi, hangi mesajı iletmek istediğini belirtmesi bakımından anlamlıdır. Bu bağlamda tiyatro oyuncularını ile pandomimciler, en çok okunabilenler arasında yer alırlar. Beden duruşları ve yüz ifadeleri bakımından araştırmacıların ilginç çıkarımlarda bulunması, "19. yüzyılda Charles Bell'in ifadenin anatomi ve fizyolojisiyle ilgili olarak yayımladığı kitabıyla başladığı kabul edilmektedir (Evkaralı, 2002: 34).

Devamlı kendisini zorlayan ya da tehdit eden birinin psikolojik durumu, kişinin beden hareketinde kollarını kavuşturması, karın bölgesini geriye çekip başını öne eğmesi şeklinde tezahür eder. İnsanın kendisini tehdit altında hissetmesinin en açık işareti olan bu hareket, savunmaya yönelik bir tavidir. Sandalyede öne doğru hafif eğilerek oturmuş, elleriyle kolçak uçlarını kavramış, ayaklarını üst üste çarpık vaziyette bindirmiş birinin aslında çekingen, tedirgin, ürkek ve huzursuz olduğunu gösterir. Ayakta dik konumda, ellerini pantolonunun ceplerine koymuş, ayakları dışa doğru açık vaziyette durarak iletişime geçen biri de hafife alan, kendisine aşırı güvenen ve karşısındakini ciddiye almayan bir tavır takındığını göstermiş olur. Oturduğu koltukta ceket düğmeleri açık, bacak bacak üstüne atmış, el kol hareketleri serbest, karşısındakiyle mütebessim haldeki birinin davranışı, kendinden emin eleştirmen dinleyici duruşudur (İzğören, 2000: 73). İnsanın oturma biçimi, kişilik özellikleri ve ruh dünyasıyla ilgili önemli bilgiler taşır. İnsanın oturmak için seçtiği yer kadar sandalye veya koltuk üzerinde oturma şekli ve bacaklarını kullanma biçimi de beden dili açısından anlamlıdır. Kişinin bacak bacak üstüne atma biçimi, pek çok farklı anlam taşıyabildiği gibi insanın iç dünyasıyla ilgili önemli ipuçları da yansıtabilir. Örneğin, iletişim sürecinde üst üste atılmış bacakların "dört" durumundaki pozisyonu, kişinin tartışmaya veya rekabete dönük hazırlıklı ruh hâlinin dışa yansımalarıdır. "Ayağın bir veya iki el ile tutulması biçimi ise, bu şekilde oturan kişinin fikirlerini değiştirmeye niyeti olmayan katı ve inatçı bir insan olduğunu düşünmek hatalı olmaz" (Evrakalı, 2002: 27). Bazen insanın oturduğu sandalye veya koltuğun ucuna ilişerek bütün ağırlığını bacaklarına vermiş olması, adeta diken üzerinde olduğunu gösterir. Bireyin o ortamda kalmaya istekli olmadığını belirten bu duruş, aslında iç gerginliğin bir yansımasıdır. Dik bir oturuş, iletişime açık olmanın ve bulunduğu ortamdan memnuniyetin ifadesiyken; çökük bir oturuş ise, çekingenliği ve tükenmiş bir özgüveni anlatır. Ayrıca iletişim sırasında "kişisel alan" ilkelerini ihlâl etmeden karşısındakine mümkün olan en yakın mesafede durma hareketi de genellikle sevgiyi ve dostluğu ifade eder.

### **Dış Görünüş**

İnsanın dış görünüşü de çeşitli ilettiler barındıran bir vücut dilidir. Abartı ve gösterişten yoksun, saygı uyandıran güzel ve etkileyici bir dış görünüş, sessiz bir tavsiye ve temenni hükmündedir. Bireyin ait olduğu sosyal çevrenin, mesleki grubun normlarına; toplumsal konum, rol ve statüsüne uygun bir giyim kuşam içinde olması; saç sakaldan el ayağa kadar her yönüyle bakımına özen göstermesi, kendisine verdiği değer in ifadesidir (Cüceloğlu, 1991: 38). Ayrıca bireylerin sosyal konumları, ait oldukları meslek grubu; maddi durumları; kültür, düşünce ve inanç yapıları, bedensel hareketleri dışında başka vasıtalarla da anlaşılabilir. Kimi insanların karşıya mesaj vermek için bazı aksesuarlar kullandıkları görülmektedir. Örneğin giysiler, giysilerde kullanılan logolar; rozet, düğme ve etiket gibi materyaller, giyim kuşam biçimi ve eğlenme tarzı gibi kültürel unsurlar, insanların sosyal, kültürel ve ekonomik durumları ile düşünce dünyaları hakkında önemli bilgiler veren göstergelerdir. Bu bağlamda insanların birbirileri hakkında yalnızca beden diline bakarak 3 saniyeden daha az bir sürede karara varabildiklerine bakılırsa, dış görünüşün belli bir algı oluşturma ve kişisel imaj yaratma açısından çok önemli olduğu söylenebilir.

Her toplumun dil, kültür, örf ve adetleri etkisinde oluşan bir beden dili olduğu gibi vücut hareketlerinin iletildiği mesajlar bağlamında bu dilin toplumdan topluma değişmeyen evrensel bir yönü de bulunmaktadır. Örneğin mutluluk, korku, öfke, hayret, üzüntü ve tiksinti gibi ruh halleri, insanın çehresinde kültürden kültüre farklılık göstermeyen ortak bir görüntü biçimleriyle tecessüm eder (Baltaş, 2000: 68). Çeşitli duyguları yansıtan yüz ifadeleri, temelde insanî olduğu için her toplumda aynıdır. Bedensel hareketler bakımından da çoğu toplumlarda

aynı anlama gelen davranışların gösterildiği bilinmektedir. Pek çok farklı toplum ve kültürde 'evet' veya 'onay' anlamına gelen baş sallama hareketi bunlardan birisidir.

Araştırmalar, iletişimde kelimelerin % 10, ses tonunun % 30, beden dilinin de % 60 oranında etkili olduğunu göstermektedir (Cooper, 1989: 56). Ancak dil - iletişim ilişkisi bağlamında yukarıda farklı örnekleriyle birlikte belirtilen beden dili ve iletiler, tek başına gerçekleri ifade eden bir kriter olarak görülemez.

## SONUÇ

Dil, üretilen iletilerin karşı tarafa aktarılmasını sağlayan ses, söz ve hareketler bütünüdür; iletişimin gerçekleşmesinde kullanılan temel bir vasıta. İletişim (kominikasyon) ise, muhavereye katılanların sözlü ya da sözsüz mesajlarla, beden dili kapsamında çeşitli işaret veya hareketlerle birbirlerine bilgi ilettikleri ve bu iletileri anlamaya, yorumlamaya çalıştıkları bir süreçtir. Zira iletişim, insanların duygu ve düşüncelerini, istek ve arzularını, ihtiyaçlarını, gelecekle ilgili tasavvurlarını en iyi şekilde ifade etme ve paylaşma zorunluluğundan doğar. İletişim halindeki kişilerin birbirlerini anlamaya odaklanmaları bu yüzdendir.

İnsanı diğer canlılardan ayıran en önemli özelliklerden biri de simgesel kodları oluşturup anlamlandırabilme yeteneği; pek çok iletişim aracını kullanarak istek ve arzularını, duygu ve düşüncelerini diğer insanlara aktarabilme becerisidir. Söz konusu simgesel kodlardan biri de bedensel hareketlerdir. İnsanoğlunun düşünme yetisi, onu, belli bir amaç doğrultusunda konuşmaya, yazmaya veya çeşitli işaret ve hareketlerle ifade etmeye iter. Taraflar arasındaki ilişki, davranış ve ifadelerindeki gizli anlam, bedensel hareketler üzerinden okunabilir. Çünkü duygu ve düşüncelerin anlaşılmasında kimi zaman kelimelerden çok beden dilinin esas teşkil ettiği görülür. Bu nedenle insanın günlük hayatında sözsüz işaretlerin yeri ve önemi büyüktür. Bunları kavraması, etkin bir biçimde kullanma becerisini elde etmesi, bireyin hem kişisel imajını ve mesleki hayatındaki başarısını olumlu etkilemekte hem de sosyal ilişkilerini kolaylaştırmaktadır.

## KAYNAKÇA

- AKARSU, B. (1998). Dil-Kültür Bağlantısı. İstanbul: İnkılâp Yayınları.
- AKTAŞ, Ş. ve GÜNDÜZ O. (2005). Yazılı ve Sözlü Anlatım, Ankara; Akçağ Yayınları.
- AKSAN, D. (2000). Her Yönüyle Dil Ana Çizgileriyle Dil Bilim. Ankara: TDK Yayınları.
- BALTAŞ, Z. ve BALTAŞ, A. 2000, Beden Dili, İstanbul: Remzi Kitapevi.
- COOPER, K. (1989). Sözsüz İletişim, (Çev: T. Yankı), İstanbul: İlgı Yayıncılık.
- CÜCELOĞLU, D. (1991). İnsan ve Davranışı. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- CÜCELOĞLU, D. (1979). İletişim ve Toplum-İnsan İnsana. İstanbul: Altın Kitaplar.
- ERGİN, M. (1985). Türk Dil Bilgisi. İstanbul: Boğaziçi Yayınları.
- EROL, M. (1994). İletişim Sözlüğü. İstanbul: Ark Yayınevi.
- EVKARALI, B. (2002). Öğrencilerin İletişim Süreci İçerisinde Beden Dilinin Etkinliğine İlişkin Uygulamalı Bir Araştırma. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- GÖKÇE, O. (2001). İletişim Bilimine Giriş. Ankara: Turhan Kitabevi.
- İzğören, A. Ş. (2000). Dikkat Vücudumuz Konuşuyor. İstanbul: Academyplus.
- James, J. ( 2013). Beden Dili Kutsal Kitabı (Çev: Belgin Selen Haktanır Us), İstanbul: Koridor Yayıncılık.
- KILIÇ, V. (2002). Dilin İşlevleri ve İletişim. İstanbul: Papatya Yayıncılık.
- KORKMAZ, Z. (2005). Türk Dili ve Kompozisyon. Bursa: Ekin Yayınları.



- LAYIÇ, Ş. (2007). *Beden Dili - Ne Söylediğimiz Değil, Nasıl Söylediğimiz Önemli!*, İstanbul: Yakamoz Yayınları.
- TEKELİ, H. (2001). *Turizm Pazarlaması ve Planlaması*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- TOZAR, Z. (2002) "Beden Dili". *Bilim Ve Teknik Dergisi*, S:412, s. 68-82, Mart, Tübitak, İstanbul: Promat Basım Yayın.
- YALÇIN, S. K. ve Şengül, M. (2007). "Dilin İletişim Süreci İçerisindeki Rolü ve İşlevleri", *Turkish Studies / Türkoloji Aratırmaları*, Volume 2/2 Spring.
- ZILLIOĞLU, M. (1993). *İletişim nedir?*. İstanbul: Cem Yayınevi.