

P Poslušam, torej sem

Andrej Rupnik

»Zven mojih stavkov se mi zdi zelo pomemben, veliko se ukvarjam z ritmom svojih tekstov.«

Salman Rushdie, Delo, 20. IV. 1996
(Die Zeit, Hamburg)

Osama – dejanje osebne energije – vzpostavitev nivoja – dejanje, akt stika – utelešenje in udejanjenje stika – krogotok, odmev ali dotik duhovnega ali telesnega – pečat, odtis storjenega – odzvenevanje – sem tu. Bistvenost osebne stika je istenje jaza s tujem.

Osebni stik, komunikacija s poudarkom na pomenu glasbe.

Dialog je obveza, zaveza, zavezno dejanje. Osebni stik, ki z izrečenim, mišljenim, danim, vzetim obvezuje.

Osebni stik je vhodni sprehod v sobesednika, je materialno in duhovno dejanje. Je obrnitev obraza k sebi. Je gledanje podobe svojosti v optiki tega, kar je.

Osebni stik ima simbolno raven božjosti, je udejanjenje besede. Govor na gori.

Blagri so eden najlepših govorov, so osebni stik poln človeške topline. Je razodetje preproste človeškosti, božjosti posameznika v osebni relaciji.

»Z govoricu svojega telesa, z izrazom na obrazu in s tonom svojega glasu želim vsakemu od njih povedati, da sem vesel, kar sem z njimi.« (Lynn Dhority, 1992 : 94).

Dhority poudari pomembnost občutka varnosti.

Asher ima metodo celostnega fizičnega odziva, Terrell je razvil naraven pristop, Georgi Lozanov NLP z izjemnim poudarkom na glasbi, metoda ACT pa je metodološki pristop z navdušenjem in s sproščenostjo, z igrivostjo.

Uglasitev v dialogu. Beseda je izredno zvočno sredstvo tudi sugestivnega pomena. Beseda zaobjame celostno, zvok pa potopi, zaobjame kot voda celotno senzorno sposobnost.

Na zvok se »uležem« in se pustim voditi ali ga vodim, moje zaznavno sprejemno razvite sposobnosti imajo možnost vtisnjenj, posoda, hiša moje osebnosti je sposobna sprejemanja, ohranjanja in dajanja. Tu je enakovredno težinsko dan poleg sprejemanja in dajanja akt ohranjanja. Ohranjanje kot spominsko ohranjanje, spominjanje, trening, selektivnost hranjenja in sprejem novega. Ta stopnja zaobjema bistvenost. Je središče.

Personalna etika je v osebne stiku na andragoškem polju delovanja regula. Ne le tehnična kakovost storitev in enake možnosti za vse, tudi poročstvo. Če je bistvena vrnitvena informacija v osebne stiku in materialnem zapisu le te kot poročstvo uspešnosti andragoškega dela, je za koristnika naših storitev bistvena njegova pozitivna vrnitvena informacija v osebne stiku z nami. Izobrazbena usposobljenost, osebnostne odlike andragoga, ki je sposoben in hoče »žareti« dajanje z vso nujno distanco, je bistveni pogoj opravljanja osebne dela.

Andragog mora slišati zvok, zvenenje, zvočni spekter mu mora biti celostno zaznavno in dajalno profesionalno navzoč. Ne le intonacija besede z vsem čutnim istenjem, temveč obvladanje glasu s fonetiko in z dikcijo, ki je osnova, izobrazbo glasu v ce-

lotnem registru. Glasbena izobrazba je izhodišče. Današnja praksa to zahteva. Samoumevno je, da je popolno obvladanje tehničnih avdio-vizualnih sredstev osnova tehnične komunikacije. Nikakor teh sredstev ne uporabljamo samo kot ozadje reprodukcije zvoka v osebne stiku ali reprodukcijo glasbe za ustvarjanje razpoloženja ali glasbo za sprostitve. To je že daleč mimo. Glasba je bistveni del danes temeljnih tehnik v osebne stiku. Aktivno ne moremo profesionalno uporabljati skoraj nobene sodobne metode, če teh metod ne uporabljamo celostno glasbeno. Z glasbo in njenimi danostmi zvenimo v dajanju in zvočna govorica izredno močno in uspešno daje. Telesno in duhovno zazveni v biti.

Osebni stik je personalna relacija. Je telesno duhovno razmerje. Je dejanje, akt agresivnega sobivanja.

Poblize si predstavimo vrste komunikacij, vnos glasbe v dialog in se seznanimo z medčloveškimi odnosi. Pri tem se dotaknemo tudi sugestopedije, metode ACT, programiranja NLP, sidranja. Pri tem poudarjeno mislimo na direktno, neposredno komunikacijo, kjer sta osebno, hkratio fizično navzoča oba na istem kraju.

Posebej pa spregovorimo tudi o sporočanju z besedo, s pisavo, z gibom, mimiko, s tipom, z vonjem in okusom in s prostorom kot medijem.

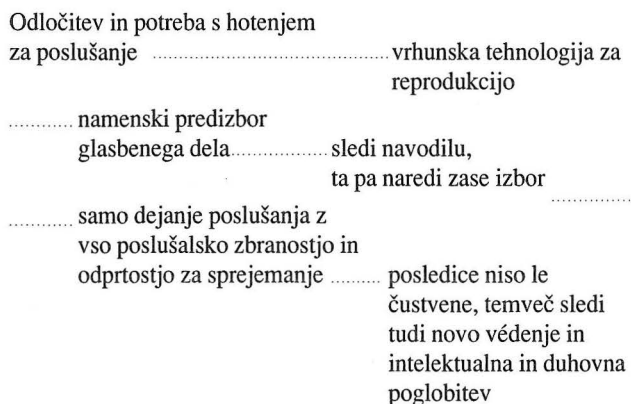
Predvsem pa z glasom.

Slika 1: Funkcionalna specializacija leve in desne možganske hemisfere po Brajši

Leva možganska polovica	Desna možganska polovica
digitalna	analogna
neverbalna	verbalna
racionalna	iracionalna
logična	nelogična
pravilna in zakoni	podobe in analogija
linearna	oblike in strukture
analiza in detajli	pregled in sinteza
vzročno-posledična	sintetično mišljenje
uporaba govora	celovitost problema
»hladen razum«	vnovično prepoznavanje
analiza	primerjanje
imenovanje	misli brez besed
etiketiranje	misli v besedah
natančnost	spontanost
kontrola	govorica telesa
specialisti	ustvarjalci

(Brajša 1993: 36)

Slika 2: Shema možnosti avditivnega sprejema



»Fiziološko dejavnost slišanja lahko razdelimo na slušno zaznavo, ločevanje in analizo, slušni spomin in slušno zaporedje.« (Plut-Pregelj 1990 : 45)

Poslušanje ima pred branjem prednost tudi zaradi hitrosti in količine sprejemanja znakov.

Fizikalne lastnosti procesa	poslušanje	branje
Kapaciteta sprejemanja znakov	34 x10 bitov na sekundo	8000 bitov na sekundo

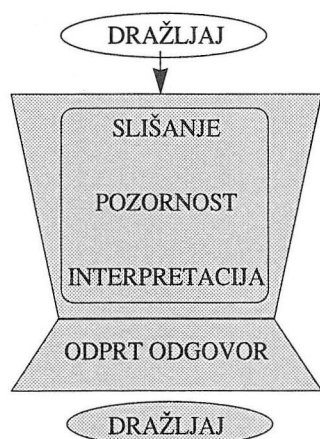
(Plut-Pregelj 1990 : 29)

Avditivni sprejem omogoča uho, ki nima veke kot oko in je neprestano odprto za sprejem zvoka. Uho se zvoku ne more izogniti.

Wolvin-Coackleyev komunikacijski model poslušanja opredeljuje poslušanje kot posledico slišanja, usmerjanja pozornosti in pripisovanja pomena tej slišani slišni informaciji. V slišnem procesu Wolvin-Coackley predstavljata poslušanje kot proces komunikacije. V tem procesu poteka dekodiranje vseh slišnih informacij.

Njun model ima dva dela.

Slika 3: Wolvey-Coackley, model poslušanja



(Plut-Pregelj 1990 : 26)

Prvi del skice z nepretrgano črto predstavlja poslušanje, drugi del vrnitveno informacijo. Prvi del v obliki trapeza ponazarja slišane informacije, ki jih je največ. S črtami je označeno polje sprejemnih filtrov. Ti filtri so pomembni za samo slišanje, usmerjanje pozornosti ter dejanje pomena slišnim informacijam.

V sredini je elipsasto poudarjena osebnostna pomenskost poslušanja kot posameznika.

V drugem delu skice je označena vrnitvena informacija. Ni neposredno povezana s prvim delom. S tem Wolvin in Coackleyeva povesta, da je vrnitvena informacija dovolj samostojen element, ki pa ga ni zmeraj v funkciji. Lahko ga sploh ni.

Wolvin in Coackleyeva pripisujeta poslušanju še tri bistvene lastnosti, ki niso vidne iz njunega modela. To so:

- a) poslušanje je miselna in ustvarjalna dejavnost,
- b) poslušanje je namenski proces,
- c) poslušanje je dinamičen proces.

Vse, kar človek zmore in ve, je v možganih sposobnostno shranjeno.

»Pri zaznavanju delujejo tudi omejitve, ki so pridobljene, naučene, ali pa delujejo kot izkrivljanje zaznave.« Bambeck (1988) in Bambeck-Walters (1990) jih imenujeta odnosne sisteme. »Odnosni sistemi delujejo kot filter in odločajo o tem, kako človek dojema svet, ko presoja ljudi in stvari, in končno, kako ravna. Odnosni sistem kake osebe so vsi tisti naučeni mehanizmi, ki v veliki meri določajo zaznavanje, mišljenje ..., čutenje in ravnanje te osebe.« (Bambeck 1995: 58)

Dva znanstvenika, ameriška psihologa, Susan McGlyn in Daniel Schacter, sta postavila zanimivi domnevi, da namreč vsako posebno duševno doživetje predstavlja udejanjenje določenega dela možganov v korteksu.

»Do zavestnega občutenja pa pride šele tedaj, ko 'žaromet' posebnega prvotnega zavestnega sistema, ki je kot temni oder, na katerem se z natančno usmerjenim snopom svetlobe osvetli le eno področje, povzroči specifično razburjenje.« (Bambeck-Walters 1995 : 66)

Sam akt individualne percepcije ni dialog, temveč rezultat dialoga, je vstop v dušo, središče sprejemnika, je vhod v sprejemno dejanje, je recepcija, uleganje, vsaditev.

Poslušanje, slišanje, zavedanje, spominsko skladiščenje ter nato hoteni priklic. Utrjevanje, ponavljanje, vedenje z zavestjo.

Različni ljudje dojemajo ne le glasbo, tudi podobe in predmete, gibanje in barve, predmetnost in pojavnost ljudi, čas, življenjske dogodke itd. različno. Vsaka osebnost ima svojo zaznavno pomnilno optiko. Pravimo, da si nekdo lažje zapomni, če stvari vzame v roke in z dotikom senzorno zazna najmočnejše, drugi si zapomni bolje, če bere z očmi besedilo ali podobe, tretji spominsko bolje sprejema, če ob tem posluša določeno glasbo.

Vrste komunikacije

Na splošno delimo komunikacijo na besedno in nebesedno. Delimo jo pa tudi na:

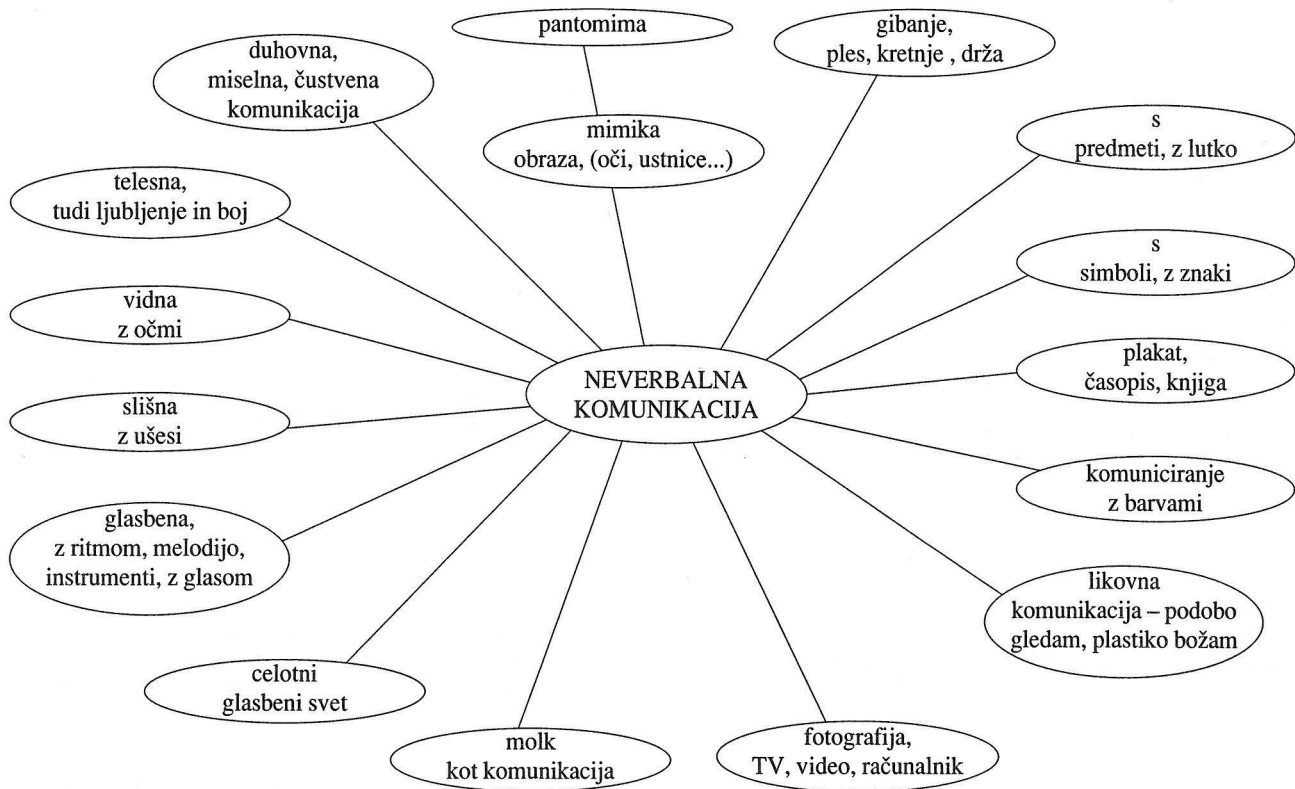
- glasovno besedno sporočanje,
- glasovno nebesedno (fonetika in parajeziki),
- neglasovno besedno (s pisavo),
- nebesedno neglasovno (gib, mimika, drža itd.).

Hopper omenja poleg besednih sporočil tudi:

- sporočanje z gibi telesa,
- sporočanje z uporabo prostora kot medija,
- sporočanje prek tipa, vonja in okusa,
- sporočanje z uporabo objektov okolja. (Trček 1994: 110)

Parajezik je glasovna komunikacija, ki je neformalna, saj de-

Slika 5: Neverbalna komunikacija z ozirom na telesne, predmetne in miselne možnosti



luje z vzdih, vzkliki, s stokom, z žvižgi, ritmom, jokom, s smehom, tempom in z višino glasu.

Nejezikovno in neglasovno komuniciramo brez jezika in glasu. Sporočila dajemo z deli telesa ali s celim telesom, sporočamo s predmeti, v prostoru in času.

Govorica obraza, mimika – z obraza beremo misli, z njim sporočamo, oči, govor. Z obrazom sporočamo predvsem čustva.

Gibi, kretnje, geste – roke govore, z njimi komuniciramo, roke vabijo, rotijo, ukazujejo, pozdravljajo. Z uporabo giba v izpeljavi v gibalne oblike dosežemo estetsko občutljivost in plesno poved zaobjamemo v sostik. Gib je spodbujen z zvočno spodbudo (s tolkali, z melodičnimi instrumenti, dlanmi ter s petjem).

Marijke Rutten-Saris pravi, da so znaki »sestavljani iz širokega spektra gibov, izrazov, čustev in vibracij. Živahen dialog poteka torej kot zaporedje teh znakov.« (Zbornik 1990 : 166)

Avtorica tudi poudarja, da je samouglašenos in medsebojna uglašenos pogoj za dober stik, komunikacijo.

Drža telesa, spremljana s kretnjami rok, oblikuje izraz.

Sporočanje z barvami – za človeka je barva funkcija, ki je povezana s čustvi. Moda, barve v poslovnem svetu (mnogokrat je barva izdelka povod, da se kupec odloči za nakup). Trstenjak povezuje barve in čustva, tako npr. pravi, da bela barva pomeni čistost, krepost, nedolžnost, oddaljenost in hlad. »...Različni načini kontakta s svetom, kakor jih dajejo različni čuti, določajo obenem pravila igre v socialnem obnašanju.« (Trstenjak 1983 : 101)

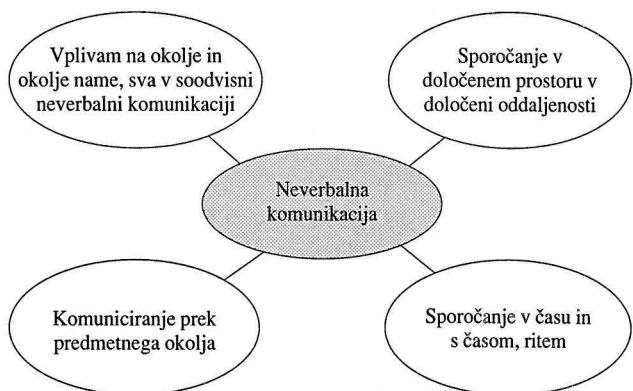
Komuniciranje poteka tudi prek predmetnega okolja, z uporabo časa (naravni ritem, glasbeni ritem), z uporabo molka (ki je funkcionalno umeščen v sam glasbeni izraz). Glas in tišina sta tesno povezana.

Trije grafični prikazi različnih zvrsti neverbalne komunikacije

Tri različne grafične prikaze smo uporabili zaradi nazornosti in prikaza posebnosti. Zdelo se je potrebno ločiti prikaz neverbalne komunikacije tako glede prostorske, povednosti posameznih sredstev sporočanja neverbalne komunikacije, pa tudi prikaz te komunikacije glede zavestnosti, hotenosti itd. Želeli smo prikazati neverbalno komunikacijo na različnih ravneh povedi.

Ta prikaz želi poudariti pomen sporočanja v prostoru in oddaljenosti. Določena oddaljenost je opredeljena na intimno, bližnjo in oddaljeno prisotnost. To je intimna bližina (0 cm), prijateljska ali kontaktna bližina (približno 60 cm), poslovna oddaljenost (približno 120 cm) in oddaljena bližina (do nekaj metrov).

Slika 4: Neverbalna komunikacija z ozirom na prostor, predmetno okolje in čas



Slika 6: Neverbalna komunikacija z ozirom na oddaljenost, hotenost, zvočnost, zavestnost, vidnost



Smo v prostoru, smo v oddaljenosti, ki označuje in omogoča različno neverbalno komunikacijo. To se odvija v določenem času, v določenem gibanju, ritmu. Okolje in jaz v njem sva v soodvisnosti. Sem v prostoru in prostor je v meni prisoten. S prostorom sva soodvisna in sovplivna.

Možnosti komunikacije

S sredstvi NLP ustvarjamo dobro komunikacijo in vase vgradimo podobo sveta. Paziti pa moramo, da poslušamo druge: »biti moramo občutljivi za odgovore drugih: poslušati, videti in čutiti, kakšna je oblika komunikacije drugih.« (Marjamnki 1995 : 2)

Ulla-Maija Marjamnki pri podrobni navedbi podvrst vidnega, slišnega in gibnega našteva nasprotja, npr.: jasnosti videnja (zamaglano ali ostro) pri jasnosti slišanja (čisto ali pridušeno), pri teži (lahko ali težko). Sicer pa deli vidno na: barvno, strukturirano, nejasno, z razdaljo, lokacijo, povezano, gibljivo, hitrostno in dolžinsko. Slišno pa deli na: stereo in mono, na besede ali zvoke, obseg, lokacijo zvoka in oddaljenost od izvora zvoka, dalje po trajanju, pretrganosti ali nepretrganosti, hitrosti in jasnosti. Gibno pa loči glede na lokacijo, intenzivnost, trdoto, obseg, tkivo, težo, temperaturo, trajanje in obliko (Marjamnki 1995: 5 in 6)

To, kar sporočamo z vsemi danimi možnostmi, je zajeto v verbalni in neverbalni komunikaciji. Komuniciramo po več kanalih hkrati in tudi sprejemamo tako. Mnogotere možnosti odpirajo celotno mavrico oddajanja in prejemanja.

Beseda je osnovno sredstvo verbalnega dialoga. Neverbalna komunikacija pa je tudi nasmeh, pogled, dotik, čutenje telesne bližine, gibanje, solistična plesna improvizacija, družabni ples, ljudski ples itd. Glasba tudi tu deluje s svojo univerzalnostjo in v nas z osebno povedjo.

Brajša in komunikacija

Pomembno pa je, da se povedano z neverbalnim jezikom ujema z vsebino, da se ta vsebina ujema z resnico, da je sporočilo iskreno. »... če izgovorjena vsebina potrjuje naš odnos do nje in prejemnika sporočila, takrat komuniciramo kongruentno, usklaje-no in iskreno.« (Brajša 1993: 23)

Komunikacija z glasbo prinese uskladitev, dialoško harmoni-

zacijo. V medosebnem stiku ima glasba pripravljajno vlogo, daje intonacijo okolju, uglaši doživljanje in je posrednica in nosilka atmosfere.

Interpersonalna komunikologija vsebuje tudi učenje zavedanja in prepoznave lastne komunikacije. Brajša našteje tri načine omenjenega učenja:

- metakomunikacija,
- komunikacijski feedback in
- skupinska dinamika,

z namenom razvijanja in modifikacije lastne komunikacijske sposobnosti.

Ta vrsta komunikacije je komunikacija neposredne oblike »iz oči v oči«.

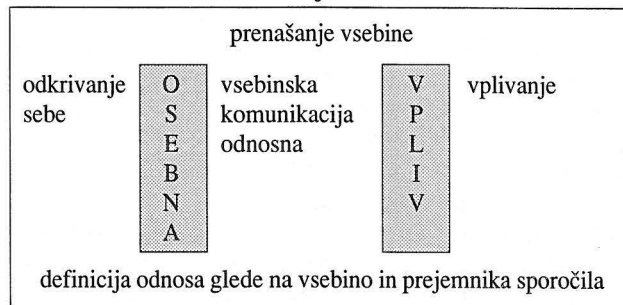
Naš komunikacijski odnos je vsebinski, vpliven, odnosen in oseben. To je poznano iz tako imenovanega »hamburškega komunikacijskega kvadrata«.

Brajša v svojem delu govori o naslednjih vrstah neverbalne komunikacije: telesno vedenje, mimika, očesni stik, govor, gestikuliranje, dotik, oblačenje, vedenje v prostoru, vedenje v času in zunanji kontekst.

»Vsi ne živimo v isti resničnosti. Vsakdo ima svojo lastno resničnost, svojo zaznavo, razlaganje, doživljanje, fantazijo in definicijo tako imenovane objektivne resničnosti.« (Prav tam : 117)

Brajša navaja deset stopenj, s katerimi se človek resnično spreminja v okviru sprememb drugega reda. Za nas so zanimive prva, tretja in deseta:

Slika 7: Hamburški komunikacijski kvadrat



(Brajša 1993: 24)

1. spontano, svobodno, nepričakovano in neogibno,
 3. s spreminjanjem zornega kota,
 10. s spremembo percepcije.
- V teh točkah lahko z glasbo vplivamo neposredno.

Vnos glasbe v dialog

Glasbo vnesemo v dialog, komunikacijo zaradi:

- doseganje ozračja, uglasitve osebne notranjosti,
- spodbujanja urejenosti, pripravljenosti za pogovor, premišljanja in razvoja intelektualne misli, namenskega pozitivnega vpliva na telo in dušo.

Zvok je univerzalno zmeraj navzoč, če hočemo ali ne. Tem večjo moč in vpliv ima na nas s hotenostjo, v dialoškem komunikacijskem odnosu je glasba in s tem glasbeni dialog za nas:

- doživljanje,
- estetski sprejem,
- vodenje zvočne gradacije v nas (pri tem pazimo na distanco, ne segamo v popolno identifikacijo z glasbo, saj je čustveno osebna identifikacija škodljiva, če je to npr. v osebnem doživljanju tragičnosti ali trpljenja igranega junaka),
- lahko smo poslušalci,
- lahko smo izvajalci,
- zraven si lahko brundamo, pojemo, se gibljemo, plešemo (tudi svetovalec s svetovanko, svetovalka s svetovancem; to je dovoljeni telesni stik).

Dialog, komunikacija z živo glasbo, z lastno udeležbo ima do sti večjo vrednost kakor poslušanje glasbe, ki je na stopnji porabe, konzumiranja. Aktivno glasbeno komuniciranje dosega najvišjo aktivno stopnjo v improvizaciji, ki pa zahteva ne le izvrstno obratno glasbeno obvladanje, temveč tudi nadtalent. Improvizacija je intelekt, je čutenje, je doživljanje sebe in drugih v soigri, je intelektualna igrivost, prav tako instrumentalna kot pevska improvizacija. Dialog je tu popoln. Je hkrati tudi monolog, ki pa je solistično javno izveden in je zato v andragoškem smislu dovoljen, saj je v svoji posledičnosti dialog zaradi poslušanja. Taka poved je tudi posledica ali vzrok dialoga. Je izpoved, ki ima mnogo večjo moč kot sama suha beseda; če pa je z njo dramsko povezana, je pa še močnejša, glasbena drama, glasbeno gibna interpretacija poezije ali besedila itd.).

Glasbene komunikacije, dialoga ne pojmuje le z osnovnimi občutji okusa sladko – grenko ali toplo – hladno ali s preprostim gibanjem hitro – počasi; marveč z vsemi osnovnimi stopinjami in medstopnjami, s stopnjevanjem in z gradnjo, s celostno arhitekturo sporočil, ki z lastnostjo svojega vplivanja preidejo kot vpliv z lastnostjo v nas. Gre za celostni spekter glasbenega instrumentarija, ki pride k nam. Z vajo in s tem pridobljeno spretnostjo andragog z glasbenim jezikom daje univerzalno, tokrat in tu pojmovano – glasbeno poved.

Zakaj pa ne? Slikar meša osnovne barve v sestavljene odtenske in s čopičem hote oblikuje barvno podobo. Z lastno likovno podobo vpliva na nas z namenom, izbranimi učinki, ki ga sestavljajo tudi barve, figuralika, svetloba, akcent povedi podobe, barvno skladje itd., pa tudi format, okvir in postavitev v prostor.

Kuhar s svojo spretnostjo priprave in kuhe živil, ki jih uskladi z začimbami v skladno jed, doseže s pravo postrežbo (izbrano urejeno okolje in dekoracija, osvetlitev, jedilni pribor, cvetje in sveča, glasba in prijazna beseda v primerni obleki) želeni učinek. Ne le, da nahrani lačnega, nanj deluje še z malo množico sprem-

ljajočih pozitivnih učinkov. Krojač nas ne obleče samo zato, da nas ne bi zeblo, temveč nas obleče po meri tudi zato, da poudari našo osebnost ali skrrije slabost.

Zakaj pa ne glasba, saj ima izredno moč?

Dialog – komunikacija poslušanja s slušalkami, poslušanje v prostoru (koncertna izvedba ali poslušanje laserske plošče, radijskega ali televizijskega glasbenega prenosa) ali pa živi glasbeni dialog (pevska, z igranjem na pianino, violino, kitaro, saksofon itd.). Z igranjem razpoloženske glasbe dosežemo izjemne učinke. Dosežemo želeno in bolj odprto ozračje.

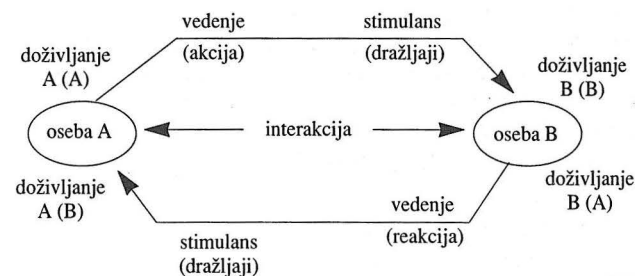
»Prav tako kot soljudje posameznika doživljajo kot pomemben del svojega okolja, posameznik neposredno doživlja, kako drugi doživljajo njega. Zato sebe doživlja posredno. Osebna identiteta je torej rezultat intersubjektivnega (tako predlingvističnega kot kasneje – lingvističnega komunikativnega) procesa. Cooley je govoril o 'zrcalnem učinku'... Osebna identiteta izvira iz recipročnosti neposrednih stikov in medtem, ko posameznik zori 'od znotraj', se 'od zunaj' nalaga v kolektivnem spominu...« (Luckmann IX.: 800)

Tisti, ki glasbo posluša, še bolje, če jo izvaja in je v tem sam v dejanju akcije, dosega verjetje oziroma je z dejanjem aktivno udeležen. Pride do imaginacije. Posebno z gibanjem pri modernih družabnih plesih, kjer s preprosto telesno gibalno dejavnostjo obsega glasba s svojim ritmom (melodija je pogosto podrejena) kolektivni preprosti evforični učinek. S tem je uporaba preprostih glasbenih elementov obrnjena k istomiselnosti, ki po glasbeni vrednosti ni daleč od koračnice in njenih že preizkušenih učinkov. To pa ni glasbeni dialog, temveč zloraba glasbe in množična manipulacija.

Medčloveški odnosi

Grafično narisane medčloveških odnosov, ki zaobjemajo interakcijo, recipročnost, cirkularno stimuliranje in delovanje podzavesti, pokaže Marija Bratinić takole:

Slika 8: Medčloveški odnosi



(Bratinić 1990 : 31)

Ločimo pa interpersonalno, intrapersonalno komunikacijo, reflektirajočo komunikacijo, dialog ter reflektirajočo konverzacijo, ki s svojo usklajenostjo (s kongruenco, iskrenostjo) ali z neusklajenostjo (s inkongruenco, z neiskrenostjo) pogojujeta andragoško sodelovanje. Pri tem moramo upoštevati množico obrambnih mehanizmov, ki delujejo pri interpersonalni komunikaciji.

»Temeljni vzgib dialoga je obrnitev k nekemu.« (Buber 1982 : 119)

»Najvažnejši pogoj za vznik pristnega pogovora je, da vsakdo svojega sogovornika jemlje kot takega, kot ravno tega človeka.« (Buber 1982: 149)

Ter še v naslednjem odlomku:

»Pri drugem osnovnem načinu vplivanja pa hoče človek to,

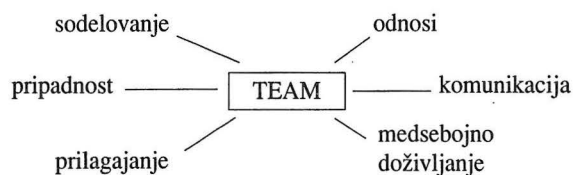
kar je sam v sebi spoznal za pravo, najti in razvijati tudi v duši drugega kot nekaj, kar je vanjo položeno.« (Buber 1982: 152)

Pavao Brajša v delu Sedem skrivnosti uspešne šole loči naslednje oblike komunikacije: verbalno in neverbalno, vsebinsko in odnosno, osebno, kongruentno in inkongruentno (Brajša 1993: 98). Opisuje komunikacijo, pri kateri poslušalec z razmišljujočim poslušanjem sledi sogovorniku, pri tej komunikaciji se nasprotna mnenja ne izključujejo, temveč se upoštevajo. Rešitev se poišče s skupnim mišljenjem in sodelovanjem. Ta vrsta komunikacije je stimulativna, vprašanja krožijo in se svobodno, odprto oblikujejo, poudarek je tudi na razmišljanju, poslušanju in govorjenju, sogovornik je enakopraven.

Reflektirajoča konverzacija pa vsebuje povratno vzročni tok misli in čustev, sogovornika ne prekinjamo, prevladuje radovednost, izmenjava idej, spoštovanje pogovora in sogovornika, poslušamo in sprejemamo, sodelujemo, dialog je notranji in zunanji.

Pomen tega znanja je v uporabnosti vedenja te informacije, tako, da se lahko strokovno približamo in oblikujemo dialog, svetovanje in skupinsko delo.

Slika 9: Medsebojno sodelovanje



(Brajša 1993: 99)

Sugestopedija Georgija Lozanova

Temeljna sestavina je sproščenost, ki jo dosežemo z intonacijo glasu pri vodenju, z reprodukcijo naravnih zvokov in izbrane glasbe, saj z njo dosežemo sprostitev zavor. Dosežemo igrivost, infantilno stanje. Pri sproščanju ima glasba bistveni pomen. Tako pridemo do stanja psihorelaksacije, v katerem ni zavor in strahu. Začne delovati sproščena koncentracija.

Lozanov razkriva komunikacijske ravni, ki večplastno delujejo s telesno govorico, z govorico obraza, s telesno držo, z besedno-glasovno intonacijo, glasovno barvo, višino glasu, ritmom besede itd.

Pomembno je okolje, ki deluje sugestopedično, tako z različnimi napisi, reki, s spodbudami in plakati na stenah. Prav tako so pomembni akterji sugestije. To so obrobni, zunanji dražljaji. Ko ti pridejo v možgane, kot informacija sprožijo zmogljivostne rezerve. Dražljaji ostanejo v podzavesti dolgo in njihova naloga je podpiranje spominjanja.

Tri načela sugestopedije Lozanova so:

- veselje, odsotnost napetosti in zgoščena psihorelaksacija,
- harmonija v sodelovanju zavestnega in podzavestnega dela možganov,
- izrazita sugestivnost v odnosih na ravni kompleksnih rezervnih zmogljivosti. (Dhority 1992: 33)

Glasba ima po Lozanovu osrednji pomen pri umetniškem načinu sugestopedije.

Načini sugestopedije so pri Lozanovu: psihični, didaktični in umetniški. Sugestivna atmosfera in učna povezava z glasbo. Lozanov je izredno uspel pri poučevanju jezikov in matematike. Leta 1988 je izdal drugo knjigo s popravljenim koncertnim programom.

Po Lozanovu je zelo pomembna besedna intonacija, saj z njo dosegamo sugestivne učinke. Z glasom in njegovo intonacijo priključimo tudi rezervne zmogljivosti.

Metoda ACT

Metoda ACT daje množico vhodnih informacijskih podatkov. Različni dražljaji spodbujajo različne stopnje čutenja. Stvari slišimo, se jih dotikamo, duhamo. Vnos informacij se poveča, strah odpade. Z metodo ACT sprejmemo veliko informacij mirno in nestresno. Prav z nestresnim ozračjem odpremo pot dobro delujoči sugestiji. Glasba je pri uporabi te metode izredno močno sredstvo. Metoda ACT dosega s sugestijo uglasitev in okolje za delovanje.

Z multisenzorično in globalno predstavitvijo dajemo možganom veliko količino podatkov, tudi do desetkrat večjo, kot pri navadnem učenju. Metoda ACT to izpolnjuje, saj večkratno povečuje vhodne podatke v možgane. To so spoznanja Harta, Lozanova in Krashena. Ti znanstveniki zatrjujejo, da je možganom potrebna velika količina neurejene »hrane« v povsem neumetni in nelogični obliki. Gre za bombardiranje z bogastvom dražljajev.

Glasba ima sugestivno moč.

NLP - nevrolingvistično programiranje

NLP je komunikacijska metoda, s katero usmerjamo naše vedenje in ga pozitivno spreminjamo. V sebi najdemo moč za spreminjanje. Z voljo izostrimo zaznavo sebe in drugih pri tem uporabljamo svoj notranji program. Z mentalnim treningom spreminjamo svoje delovanje in mišljenje. Znamo poslušati in smo prepričljivi.

Uglaševanje skupine izhaja iz nevrolingvističnega programiranja, metode, ki označuje najrazličnejše izražanje, s katerim želimo nekemu povedati, da se strinjamo z njim in »odobravamo« njegov položaj, da ga »poslušamo«, »razumemo« in »vidimo«. (Dhority, 1992)

Sama uglasitev je najtesneje povezana s trenutnim razpoloženjskim stanjem udeleženca. To dosega Dhority tudi z metaforično zgodbo, ki postopno dosega transformacijo, oblikuje se procesna pot k cilju.

»Sogovornika poslušamo s četverimi ušesi.« (Schulz von Thun, 1984) »Prvo uho je obrnjeno k njegovi osebnosti. Zmeraj nas zanima, kdo nam sporočilo pošilja, kakšen človek je to. Drugo je obrnjeno k vsebini njegovih sporočil. Radi bi slišali in razumeli, o čem govori. Tretje je obrnjeno k njegovemu odnosu do nas: kako se z nami pogovarja in kako se do nas vede. Četrto uho je obrnjeno k vplivu sporočila: kako bi se bilo treba na sporočilo odzvati, kaj narediti, kako se po sprejemu sporočila vesti?« (Brajša 1993: 83, 84)

Pomen uglasitve pri sprejemanju sporočila je velik.

slišim	v sebi
doživljam	zunaj mene
dam	ob meni
prejemem	za menoj
poslušam	z menoj hkrati
sem poslušen	tu
dobim	tam
dam	v tem gibajočem se času

Sidranje

Nevrolingvistično programiranje uporablja »sidranje«, asociativno tehniko. To je glasovna, zvočna tehnika zaznamovanja, poudarjanja z namenom vtisnjenja.

Beseda z zavestno, namensko zvočno uporabo postane zaznamujoča, posebej zvočno poudarjena in spominsko se ujame, utrdi, zasidra v naši zavesti.

Z zavestno označbo, s poudarjanjem določene besede ob določenem času na določenem mestu dosežemo signalno zvočno zapomnjenje. Besedo:

- zaznamujemo,
- intonančno označimo,
- poudarimo z določenim ritmom,
- uporabimo določeno barvo izreke,
- z dramatičnim vklopom, s povezanostjo osredinimo njen pomen.

Dhority pa pove, da je lahko sidro dražljaj katere koli vrste, a tak, ki priključuje zmeraj enak vzorec v spominu. Posebno zvočno intonacijo Dhority (ki je poklicni glasbenik) uporabi, ko njegovi študentje doživljajo pozitivno učno izkušnjo. Sidranje je torej metoda sugestije, ki z uporabo zvočne intonacijske označitve markira, sidrno spominsko zvočno ustvari prav določen signal, ki je sprožen z dražljajem in se vrne iz spomina z istim dražljajem.

»Sidranje se kot asociativna tehnika zelo široko uporablja v nevrolingvističnem programiranju. 'Sidro' je lahko kateri koli dražljaj, ki v človeku priključuje zmeraj isti miselni vzorec odziva. Uporabimo lahko vse vrste sider, čeprav so za učitelja najbolj primerna slušno-verbalna sidra... Pomembno je, da uporabljamo intonacijo, ki je razločno drugačna od tiste v navadnem govoru, sicer bi lahko drugi nehote 'priklicali' to sidro.« (Dhority 1992: 83)

Za uporabo te tehnike moramo biti zbrano uglašeni, skupina ali posameznik, s katerimi se učimo, morajo biti prav tako intonančno odzivni in doživljajsko uglašeni.

Strnitev

Komunikacija je dialog. Komuniciramo ne le z besedo, govoreno ali pisano, zvokom svojega glasu, s svojo pojavnostjo, z zunanostjo in notranostjo, komuniciramo predvsem s hkratnostjo svojih sposobnosti, ki so združene v našo sporočilno poved. Pomembno je znati poslušati sebe, se slišati in doživeti in znati poslušati sogovornika, ga slišati in doživeti.

Posebna možnost uspešne pozitivne komunikacije v menedžmentu je v posledičnem pozitivnem rezultatu. Ne le v ekonomskem pogledu, marveč v zaupanju sogovornika v naše delo. Znati povedati s celostjo svoje osebnosti. Dialog je sobesedenje, sovidenje.

Od plakata do komunikacijskega satelita, od grafita do stiska roke.

Andrej Rupnik

dipl. andragog in dipl. glasbenik ter svetovalec

Literatura

- Bambeck J. Joern – Wolters Antje, 1995: Moč možganov – kako izboljšamo svoje umske sposobnosti. Sledi, Žalec.
- Brajša Pavao, 1993: Pedagoška komunikologija. Glotta nova, Ljubljana.
- Bratinić Marija, 1990: Mikropedagogika, interakcijsko komunikacijski aspekt okolja. Školska knjiga, Zagreb.
- Buber Martin, 1982: Princip dialoga. 2000, Ljubljana.
- Dhority Lynn, 1992: Ustvarjalne metode učenja. Alpha center, Ljubljana.
- Luckmann Thomas: Jezik in osebna identiteta. Nova revija, Ljubljana, letnik IX., str. 800.
- Marjamäki Ulla-Maija, 1995: Optimum Training. Referat na »Meeting in Finland«, Orivesi.
- Plut-Pregelj Leopoldina, 1990: Učenje ob poslušanju. DZS, Ljubljana.
- Rupnik Andrej, 1995: Seminarska naloga za modularni del I. in II. Filozofska fakulteta, Ljubljana.
- Trček Jože, 1994: Medsebojno komuniciranje in kontaktna kultura. Didakta, Radovljica.
- Trstenjak Anton, 1983: Teorije zaznav. Wahrnehmungstheorien. Slovenska akademija znanosti in umetnosti, Ljubljana.
- Zbornik, 1990: Komunikacija in jezikovna kultura v šoli, Pedagoška akademija v Ljubljani.