

İÇİNDEKİLER

Hızlı Düşün Akıllıca Konuş'a Övgüler / 3

GİRİŞ / 11

KISIM I

BÖLÜM I: SAKİNLEŞ

Endişe Canavarını Evcilleştir / 27

BÖLÜM II: ORTAYA ÇIKAR

Sıradanlığı Maksimize Et / 46

BÖLÜM III: YENİDEN TANIMLA

Düşünce Tarzınıza Dikkat Edin / 71

BÖLÜM IV: DİNLE

Sadece Hiçbir Şey Yapmayın... Orada Durun! / 93

BÖLÜM V: YAPI

Spontanlığınızı Yapılandırın / 114

BÖLÜM VI: ODAKLAN

Spontane Konuşmaların F (Focus/Odak) Kelimesi / 137

KISIM II

Uygulama #1- Küçük Konuşmalarda Büyük Başarılar / 163

Uygulama #2- Boş Umutlar Yaratan Kutlama Konuşmaları
(ve Övgüler ve Tanıtımlar da) / 179

Uygulama #3 -O Hatalı Atışı Yapın / 190

Uygulama #4 -Soru-Cevap Bölümünü Ustalıkla Yönetmek / 203

Uygulama #5 -Ters Tepmeyen Geri Bildirim / 216

Uygulama #6 -Özür Dilemenin Sırrı / 228

SON SÖZ / 240

EK 1 / 245

EK 2 / 246

TEŞEKKÜRLER / 246

HIZLI DÜŞÜN AKILLICA KONUŞA ÖVGÜLER

“Abrahams onlarca yılını spontane iletişimin gücünü perçinleyecek araçlar geliştirmeye adanmış. *Hızlı Düşün Akıllıca Konuş* başarılı olmanız için size uygulaması kolay teknikler ve tüyolar sunuyor.”

Philip Zimbardo, Stanford Üniversitesi emeritus psikoloji profesörü ve çok satan *The Lucifer Effect*'ın yazarı.

“Son derece faydalı ve eğlenceli. Her sayfa, biz gergin konuşmacıların korkularımızı nasıl yatıştıracağımıza, kaygımızı nasıl dindireceğimize ve dinleyicilerin bizi ve fikirlerimizi takdir etmesini nasıl sağlayacağımıza dair araştırmaya dayalı bilgilerle dolu.”

Robert I. Sutton, *New York Times* çok satanlarından *The No Asshole Rule* kitabının yazarı.

“Matt'ın Stanford İşletme Fakültesinde yaptıklarının ve ilham verici TED konuşmalarının takipçisiydim. Artık herkes Matt'ın önde gelen bir iletişim uzmanı olarak tecrübelerinden faydalanabilecek.”

Carmine Gallo, çok satan *Talk Like TED* kitabının yazarı.

“İlham verici ve son derece insani. Abrahams hikayelerinizi kolay ve kuvvetli bir şekilde anlatabilmeniz için gücü ispatlanmış yöntemler sunuyor. Bu kitabı mutlaka okumalısınız!”

Laszlo Bock, Google'ın eski İnsan Kaynakları Direktörü ve çok satan *Work Rules!* kitabının yazarı.

“Hayattaki en zorlu durumlarından biriyle, söyleyecek zekice bir şeyler bulmanız gereken durumlarla baş etmenize yardımcı olacak egzersizlerle dolu. Şu anda söyleyebileceğim en zekice şey, bu kitabı okuyun!”

Dan Lyons, *New York Times* çok satanlar listesindeki *Disrupted* kitabının yazarı.

HIZLI DÜŞÜN AKILLICA KONUŞ

ANİ BİR SORU SORULDUĞUNDA
BAŞARILI BİR ŞEKİLDE NASIL KONUŞULUR?

MATT ABRAHAMS

İngilizceden çeviren
SEL ERENSAL

HECE YAYINLARI

*İçinizde anlatılmamış bir hikaye
taşımaktan daha büyük bir acı yoktur.*

Maya Angelou

*İyi bir doğaçlama konuşma hazırlamak
genellikle üç haftadan fazla sürer.*

Mark Twain

GİRİŞ

“*Sen ne düşünüyorsun?*”

Bu basit, zararsız görünen soru hepimizi zor durumda bırakmıştır. Etrafımızdaki insanlar vereceğimiz cevabı beklerken kendimizi tuhaf ve gergin hissetmiş, hatta belki tam anlamıyla korkudan taş kesilmişizdir.

Şu koşullarda, “*Sen ne düşünüyorsun?*” sorusuyla karşılaşmanın size nasıl hissettirdiğini bir düşünün...

- Kalabalık bir Zoom toplantısında, aklınız konuşulan konu yerine öğle yemeğinde yiyeceğiniz tacodayken patronunuz tarafından sorulduğunda
- Daracık bir asansörde, az önce çıktığınız ve korkunç geçen bir sunumun hemen ardından bir meslektaşınız tarafından sorulduğunda
- Üst düzey bir yönetici ile cazip bir iş için görüşürken, kendisi ve ekibinden yarım düzine insanla birlikte yediğiniz akşam yemeği sırasında sorulduğunda
- Saygın bir profesör, kocaman bir amfide sizi rastgele seçip sorduğunda...

Aniden yöneltilen bu gibi beklenmedik sorular bizi zor durumda bırakabilir, korkutabilir. Kendimizi hızlıca, açık ve en azından bir nebze olsun zeka içeren bir cevap vermek zorunda hissederiz kendimizi. En önemlisi, başarısız olup küçük düşürmek istemeyiz.

Şimdi dürüst olalım; insanlar üzerimize böyle sorular attığında *gerçekten* aklımızdan geçen tek şey şudur: *REZALET!*

Spontane İletişim mi? Yoksa bir *Patlama* mı?

Günlük hayatta pek çok durumda spontane konuşma ihtiyacı doğar ve çoğunlukla karşımızdaki kişi ne düşündüğümüzü açık açık sormaz. Katıldığımız bir düğünde arkadaşlarımızdan biri bizi konuşma yapmaya davet eder. Online bir toplantıya katılırız ve kendimizi bir konuşma başlatmak isteyen CEO ile baş başa buluruz. Şık bir kokteylde iş arkadaşımız bizi önemli olabilecek bir isimle tanıştırır. Resmî bir sunum yaparız ve moderatör on beş dakikalık bir soru cevap seansı için kalmamızın mümkün olup olmadığını sorar.

Ve daha pek çok anda kendimizi düşünmeden cevap vermemiz gereken tehlikeli durumlarda buluruz. Utanç verici bir gaf yapar ve konuyu değiştirmeye çalışırız. Güvendiğimiz teknoloji önemli bir anda bozulur ve kontrol altına almamız gerekir. Anlık bir bulanla pişman olacağımız bir şey söyleriz ve ardından özür dilemenin yolunu bulmamız gerekir. Bir tür “zihin flatülansı” geçirir ve karşımızdaki kişinin ismini ya da ne hakkında konuştuğumuzu unuturuz.

Büyük bir çoğumuz için aniden başlayabilecek bir konuşmanın ihtimali bile korkutucudur. Araştırmalar, Amerikalıların böceklerden, yükseklikten, iğnelerden, zombilerden, hayaletlerden, karanlıktan ve palyaçolardan daha çok toplum içinde konuşmaktan korktuğunu gösteriyor. Üstelik bunlar önceden planlanmış resmi konuşmalardır. Araştırmalara göre hazırlanacak zamanımız olmadığı ve güvenebileceğimiz bir metin ya da taslak bulunmadığı için doğaçlama konuşmalardan daha çok korkuyoruz.

Toplum içinde konuşurken ciddi bir endişe yaşamayanlarımız bile yanlış bir şey söylemekten, cevap verirken takılmaktan ya da spontane gelişen bir konuşmada karşısındakinde istediği etkiyi bırakamamaktan korkuyor. Bu tür anlarda yeterince iyi olamamaktan duyduğumuz hayal kırıklığı, gelecekteki doğaçlama etkileşimlere dair kaygı kadar yaygındır. Bu iki sorun da umduğumuz gibi etkili, tutkulu ve hevesli bir konuşmacı olmak için yaptığımız planlara gölge düşürebilir.

(Sahne) Işıkları Yüzünden Kör Olmak

Bir şey denemenizi istiyorum. Kollarınızı her zaman yaptığınız gibi önünüzde kavuşturun. Şimdi bırakın ve bu defa diğer kolunuz üstte olacak şekilde yeniden kavuşturun. Bir an için kollarınızla ne yapmanız gerektiğini bilemediniz, değil mi? Aklınız bedeninizden uzaklaştı ve kafanızın karıştığını hissettiniz, kararsız kaldınız ve belki biraz paniklediniz.

Birinin sizi köşeye sıkıştırması ve iletişim kurmanızı istemesi de böyle hissettirebilir. Normalde ne düşündüğünüzü ve ne demek istediğinizi bilirsiniz, tıpkı kollarınızı nasıl kavuşturacağınızı bildiğiniz gibi. Fakat koşullar değiştiğinde –sosyal bir ortamdaysanız ve üzerinizde baskı varsa– kafanızın karıştığını, bunaldığınızı ve tehdit edildiğinizi hissedebilirsiniz. "Savaş ya da kaç" refleksleriniz devreye girer, kalbiniz daha hızlı atmaya başlar, kollarınız, bacaklarınız titrer ve benim deyimimle "kan tersine akmaya" başlar: Normalde kuru olan yerleriniz (avuç içleriniz) terden ıslanır ve normalde ıslak olan yerleriniz (ağzınız) kurur. Kendinize gelmek için çabaladığınızda kekelere, saçmalar ve tereddüt edersiniz. Konudan saparsınız. Bakışlarınızı ayaklarınıza çevirir ya da oturduğunuz koltuğa gömülürsünüz. Huzursuzca kıpırdanırsınız. "Imm"larınızla, "aaah"larınızla karşınızdakini bunaltırsınız.

Tamamen donup kalmanız da mümkün. 2014'deki *Consumer Electronics* gösterisinde, *Armageddon'un*, *Transformers* serisinin ve sayısız bir sürü filmin yönetmeni Michael Bay, kurumsal bir sponsora yaptığı sunum sırasında teleprompter yüzünden zorlanmıştı. Doğa-çama yapmak zorunda kalan Bay'in dili, en iyi bildiği konu hakkında, kendi filmleri hakkında konuştuğu halde tamamen tutulmuştu. Birkaç dakika kekeleydikten sonra tek yapabildiği hızlıca özür dileyip sahneden inmek olmuştu. Birisi durumun "*Transformers 2* kadar utanç verici" olmadığını söyleyen alaycı bir yorum yapmıştı.

Doğaçlama Konuşma Bana Göre Değil

Bay, daha sonra o günkü performansı hakkında, “Sanırım canlı yayınlar bana göre değil,” demişti. İnsanlar sıklıkla anında doğaçlama yapabileme yeteceğinin kişilikle ilgili olduğunu ya da doğuştan geldiğini varsayar; bazı insanların böyle bir becerisi vardır, diğerlerinin yoktur. Kendimize aynı anda düşünüp konuşma yeteneğine sahip olmadığımızı söyleriz. “Ben utangacı” deriz ya da “ben aslında sayısalcıyım.” Daha da kötüsü bazılarımız kendimizi yeterince zeki ya da iyi olmadığımızı ikna ederiz.

Bazen yaşadığımız tek bir felaket, hayatımız boyunca iletişim kurmakta kötü olduğumuza ikna olmamız için yeterli olabilir. Atmışlı yaşlarının sonundaki bir kütüphaneci olan Irma, sevgili torununun düğününde doğaçlama birkaç söz söyleyebilmek için yanıp tutuştuğu halde, ayağa kalkıp bir konuşma yapma fikrinin bile içini ürpertiğini söylemişti. Ona korkularını sorduğumda. Bunun bana yıllar önce lise zamanlarında başladığını söyledi. Öğretmeninin sorduğu bir soruya yanıt vermiş, öğretmeni ise “Bu şimdiye kadar bir öğrencinin sınıfında verdiği en kötü, en aptalca cevap” diye karşılık vererek onu bütün sınıfın önünde küçük düşürmüştü.

Bu deneyim sadece Irma'nın toplantılara ve diğer sosyal karşılaşmalarda aktif olmasını engellemekle kalmamış; hayatında bir dönüm noktası olmuş. Stresli ve plansız bir şekilde iletişim kurması gerekmeyeceğini bildiği için kütüphaneci olmayı tercih etmiş. Bir an düşünün. Irma sadece bir defa doğaçlama konuşma sırasında yaşadığı yenilginin tekrarlaması korkusundan kaçmak için hayatına inanılmaz kısıtlamalar getirmiş.

Bu durum kulağa abartılı gelse de çoğumuz buna benzer şeyler yapıyoruz. Eski hatalarımız, doğru yanıtlar veremeyeceğimizi fark etmemize sebep oluyor ve bir daha spontane konuşmak zorunda kalmaktan ödümüz kopuyor. Daha sonra karşılaştığımız durumlarda korkunç bir döngüye kapılıyoruz: Endişelerimiz yüzünden çok daha kötüsünü yapıyor, ardından daha çok endişeleniyor, cevap verme kabiliyetimizi iyice baltalıyoruz. Bir noktada, hissettiğimiz kaygı aşırı

boyutlara ulaşıyor. Zihnimiz tekrar tekrar “yapamam” derken, kendimizi gölgelere çekiyor, muhteşem olma ihtimali taşıyan fikirlerimizi kendimize saklıyoruz. Amfinin en arka sıralarında, konferans masasının en uzak köşesinde oturuyoruz. Kameramızı ve mikrofonumuzu kapatıp Zoom toplantılarında görünmez oluyoruz.

Sözde ya da gerçekte doğaçlama anlarda iletişim kuramama hâlimiz, hayatlarımızı ve kariyelerimizi yerle bir edebiliyor. Yıllar önce, küçük bir yazılım start-up’ında çalışırken, çalışma arkadaşlarımdan birinin, adına Chris diyelim, şirketin büyük ürününün nasıl konumlandırılabilceği hakkında harika bir fikri vardı. Fikri görece radikal olduğu ve bütün stratejimizi değiştirmemizi gerektirdiği için iyice sorgulanması gerekiyordu. Diğerleri Chris’ten ayrıntı vermesini isteyip zorlayıcı ama gerekli sorular yönelttiğinde, Chris donup kaldı. Endişeli görünüyordu ve belirsiz cevaplar vermeye, kekelemeye ve konudan sapmaya başlamıştı. Müdürü ve çalışma arkadaşları etkilenmemiş ve fikirlerini görmezden gelerek, uzmanlığını gözardı etmişlerdi. Şirket en sonunda Chris’i işten çıkardı. Altı ay sonra, yeni çalışanlar geldiğinde şirket, tam olarak Chris’in önerdiği yolu benimsedi. Tek fark, yeni ekibin sorular kaşısında bu fikirleri açık ve ikna edici bir şekilde savunabilmesiydi.

Hızlı Düşünmek ve Akıllıca Konuşmak

Bu kitabı yazma amacım Irma’ya, Chris’e ve spontane konuşurken sorun yaşayan herkese bir umut olmak. Başkalarıyla iletişim kurarken sorun yaşayan bir diğer öğrencim Archana’nın hikayesini ele alalım. Amerika’ya yeni taşınmış ve iş değiştirmiş biri olarak kendine güvenmiyor ve yüksek sesle konuşmaktan kaçınıyordu. “Kenimi çok sert eleştiriyordum,” diyor hatırladığında. “Kaygıya kapılır ve iş toplantılarında konuşmaktan kaçınırdım.” Suskunluğunun kariyerini inşa ederken önemli imkanları kaçırmasına neden olduğunu ve onu dezavantajlı bir konuma indirgediğini anlamıştı.

İşe yaradığı kanıtlanmış araçları ve teknikleri öğrendikten ve pratik ettikten sonra Archana, rahatlayıp kendi gibi olabileceğini anlamıştı. Kafasındaki eleştirel sesleri susturduktan sonra kendine daha çok güvenmeye başladı ve bu sayede daha çok konuşarak ileride doğaçlama konuşmasını gerektirebilecek durumları daha kolay karşılamaya başladı. Çok geçmeden, fazla endişe hissetmeden ekip toplantılarını yönetebiliyordu. Çalışma arkadaşlarından biri hayatını kaybettiğinde, topluluk içinde ayağa kalkarak birlikte geçirdikleri anıları paylaşmak için gönüllü olmayı kendisi bile beklemiyordu.

Bazı insanlar doğal olarak daha dışa dönük, daha serbest, daha hazır cevaptır ve diğerlerine göre kelimelerle daha iyi anlaşır. Fakat bu durumlardan herhangi birinde sahip olduğumuz eksiklikler bizi tanımlamaz, kaderimizi belirlemez. Anında başlatılan konuşmalarla nasıl başa çıktığımızı belirleyen şey doğuştan gelen ya da derinlere yer etmiş bir özellik değil; bu zorlayıcı duruma nasıl yaklaştığımızdır.

Çoğumuz plansız gelişen sosyal ilişkileri bizi sınırlayan ve engelleyen şeyler olarak görürüz. Bu ilişkileri zihnimizde büyütür, kendimizi korkutur, o anları iyi bir şekilde yönetmemizi engelleriz. Başka bir deyişle, kendimizi engelleriz. Kendimize yaptığımız baskıyı azaltır ve bazı temel beceriler üstüne çalışırsak, plansız gelişen ve riskli konuşmalarda daha iyi, daha becerikli konuşmacılar olabiliriz. Hatta bu durumlarda hayat bularak, *keyif alabiliriz*. Hepimiz, benim deyişimle, hızlı konuşup akıllıca konuşmayı öğrenebiliriz.

Kendimizi ne kadar cana yakın ve sosyal görürsek görelim, kelimelerle aramızın ne kadar iyi olduğunu düşünürsek düşünelim, her birimiz bu kitapta tanıtılan Hızlı Düşün, Akıllıca Konuş metodunu ve sunduğum durumlara özgü yapıları kullanarak daha rahat, kendimizden daha emin bir hale gelebiliriz.

Bu metodun altı adımı var:

İlk olarak, zaten bildiğimiz şeyi kabullenmeliyiz — genel olarak iletişim kurmak, özellikle de plansız durumlarda iletişim kurmak streslidir. Kaygımıza hitap edecek kendimize özgü bir stres yönetimi planı oluşturmalıyız.

İkincisi, iletişime nasıl yaklaştığımızı, kendimizi ve diğerlerini nasıl yarguladığımızı düşünmeli, bu anları iletişim kurmak ve bir birlik oluşturmak için karşımıza çıkan fırsatlar olarak görmeliyiz.

Üçüncüsü, yeni bir düşünce benimsemek, risk. hatalarımızı ve kaçırdığımız fırsatları yeniden düşünmek için kendimize izin vermemeliyiz.

Dördüncüsü, başkalarının söylediklerini (ve belki de söylemediklerini) içtenlikle dinlemeli, kendi iç sesimize ve güdülerimize kulak vermeliyiz.

Beşincisi, fikirlerimizi daha anlaşılır, daha keskin ve daha ikna edici bir hale getirmek için hikaye yapısını kullanmalıyız.

Ve altıncısı, karşımızdakinin dikkatini mümkün olduğunca söylediklerimizin özüne odaklamalı; kesinlik, alaka, erişilebilirlik ve özlülük özelliklerini geliştirmeliyiz.

Bu altı adımın gerektirdiği bazı şeyleri işe yarar birtakım taktiği benimseyerek konuştuğumuz şu anda gerçekleştirmeye başlayabiliriz. Fakat daha önemlisi bu altı adım, yaşama ihtimalimiz olan anlık iletişim durumlarına kendimizi hazırlarken, zaman içinde geliştirmemiz gereken yetenekleri temsil ediyor. Pek çok insan zor bir durum altında bile güzel ve akıcı konuşabilmenin doğal bir yetenek olduğunu düşünür - hazır cevaplık ya da çene çalabilmek gibi. Bazılarımız gerçekten de bu yeteneklere sahipken, spontane bir konuşma başlatabilmenin sırrı *pratik* ve *hazırlıktır*. Zaman ayırıp eski alışkanlıklarımızı kırmayı ve daha bilinçli tercihler yapmayı öğrendiğimizde, her birimiz güçlü konuşmacılar haline gelebiliriz. Çelişkili bir durum gibi görünebilir ama plansız gelişen durumlarda iyi bir performans sergileyebilmek için önceden hazırlanmamız, fikirlerimizi ve karakterimizi en iyi şekilde yansıtabilmemiz için bizi özgür bırakacak yetenekler üzerinde çok çalışmamız gerekir.

Herhangi bir yetenek üzerinde çalışırken, kendinize fazla yüklenmemeniz yardımcı olacaktır. Zor durumlarda akıcı konuşma yeteneği kazanmanın zaman alacağını unutmayın. Tek seferde başarılı olmak için kendinizi strese sokmayın. Dahası, bu şekilde kendinizi geli-

tirmeye karar vermiş olmanız başlı başına kutlanacak bir seçimdir. Çoğu insan plansız konuşmalar hakkında hiç düşünmez, düşünseler bile bununla ilgili bir aksiyon alacak kadar cesur değillerdir. Sen cesursun, bu kitabı eline almış olman da bunun kanıtı.

Plansız konuşmalara alışmak sabır, kararlılık ve meziyet gerektirir; fakat eğitim verdiğim ve koçluk yaptığım insanların deneyimlediği gibi etkileri hayatınızı değiştirecektir.

Hayat Bir TED Konuşması Değil

Plansız konuşmalarla ilgili yer etmiş en katı ve en faydasız efsanelerden biri, en iyi ve en inandırıcı konuşmacıların kendilerini mükemmel ifade ettiği fikridir. O başarılı TED konuşmacılarının ne kadar göz alıcı durduğuna bir bakın, üstelik notlara bile ihtiyaç duymadan, gayet rahat konuşuyorlar. Ya da Apple'in Steve Jobs'una ya da eski first lady Michelle Obama'ya bakın, kocaman kalabalıkların önünde ne kadar karizmatik ve ikna edici duruyorlar ya da duruyorlardı.

İşin aslı, TED konuşmaları tamamen planlıdır hatta bazen kurgulanır. Jobs ve Obama gibi liderler sunumları üzerinde aylarca çalışır ve düzeltmeler yapar. Bizler ise bu planlanmış, mükemmelleştirilmiş konuşmaları, hayatımızda daha sık karşılaştığımız konuşmalarla karıştırırız: Plansız, doğaçlama gelişen konuşmalarla. Her gün karşımıza çıkan böyle durumlardaki başarıımızı prova edilmiş konuşmalara uygulanan kriterlere göre değerlendiririz. Bu büyük bir hatadır. Sunumlarda yapacağımız gibi mükemmelliği hedeflemek yerine, *kusurları* kabullenmeli ve içinde bulunduğumuz an İla en iyi şekilde nasıl bir bağ kurabileceğimize odaklanmalıyız. Eleştirel yargılarımızı susturmak için kendimizi eğiterek stres seviyemizi düşürebilir ve iletişim hedeflerimize yaklaşabiliriz.

Aslına bakarsanız, “doğru” iletişim kurmayı hedeflemek sadece yanlış iletişim kurma ihtimalimizi arttırır. Başarıya giden yolu ezberlemeye çalışır ya da tek bir konuşma tarzına takılı kalırsak, öğrendiklerimizi hatırlamaya çalışırken donup kalır ve etrafımızda olanları

kaçırırız. İçinde bulunduğumuz ana adapte olma ve gerçekten olanlara yanıt verme şansını kaçırmamız. Hızlı düşünmek ve akıllıca konuşmak için yapmamız gereken şeylerden uzaklaşırız: Kendimiz olmak, anda kalmak ve karşımızdakilerle bağ kurmak.

Topluluk içinde Chopin etütleri çalacak bir klasik müzik sanatçısı, mükemmeli yakalamak umuduyla çalacağı her bir notayı önceden ezberler. Fakat spontane bir şekilde konuşmak daha çok caz gibidir. Doğaçlama, etraftakilerle bir uyum içinde kalmaya çalışmakla ilgilidir. İyi doğaçlama yapmak ve plansız iletişim kurabilmek için iletişim kurmakla ilgili bildiğimizi düşündüğümüz şeyleri bir kenara bırakmalı ve yeni bir dizi yetenek geliştirmeliyiz. Etrafımızdakilerin beklentilerini ölçmeli ve söylediklerimizi bu ihtiyaçlara göre şekillendirmeliyiz. Ve korkularımızı yönetmeliyiz ki bizi sınırlandırmassınlar.

Bu durum, planlama ve provanın günlük konuşmalarımızda hiç yeri olmayacağı anlamına gelmez. Vardır. Fakat çoğumuz bu becerileri çoktan geliştirmiş ve iyileştirmişizdir - belki gereğinden de fazla. Şimdi plansız konuşma becerimiz üzerinde de çalışarak kendimizi dengelemeliyiz. Test edilmiş ve onaylanmış iletişim alışkanlıklarımız ve deneyimlerimizi, gerekli olduğu anda yapacağımız *seçimlere* dönüştürecek yeni yaklaşımlar öğrenmeli, yeni araçlar edinmeliyiz.

A Harfinin Meziyetleri

Aldığı tatsız bir geri dönüş yüzünden kütüphaneci olan Irma'yı hatırlıyor musunuz? Ben büyürken çok farklı bir deneyim yaşadım. Kitabın kapağına baktığınızda soyadımın *Ab* diye başladığını fark etmişsinizdir. Bu sıradan gerçek, hayatımı elinizde tuttuğunuz kitabın gerçeğe dönüşmesini sağlayacak ölçüde değiştirdi. Öğretmenler ve diğer otorite figürleri genellikle insanları soyadlarının alfabetik bir şekilde sıralandığı listelerden seçtiğinden, neredeyse her zaman adı ilk çağrıldım. Aslında, çocukluğumdan yetişkinliğime uzanan süreçte ilk sırada çağrılmadığım yalnızca iki an hatırlayabiliyorum

(eğer merak ettiyseniz, önümdeki soyadları Abbott ve Abbey'di).

Her zaman tahtaya ilk çıkan olduğum için cevaplarımı hazırlamama yardım edecek bir örneğim olmazdı, hazırlanacak vaktim ise çok az olurdu. İlkokuldayken bile ben anında cevap vermesi gereken çocuktum. İlk başlarda bu durum tuhaf hissettiriyordu. Fakat sonra alışmaya başladım. Kendimi biraz açtım, şansımı denemeye, denemeler ve şakalar yapmaya başladım. Diğer çocuklar öğretmen onları çağırmadan önce benim fikirlerimi paylaşmamı dinlemekten memnun olurdu.

Aldığım bu pozitif destek beni daha fazla risk almak, daha az endişelenmek ve karşılaştığım imkanları değerlendirmek için teşvik etti. Liseye geldiğimde insanlar beni dışa dönük ve her zaman ilk sözü almaya hazır bir çocuk olarak biliyordu. Bazıları esprili, eğlenceli ve karizmatik olduğumu bile düşünüyordu. Peki ben gerçekten esprili, eğlenceli ve karizmatik miydim? Asla - inanmazsanız çocuklarıma sorun. Sadece günlük sosyal durumlarda spontane konusunda çok fazla pratik yapmıştım ve devamlı yaptığım bu pratikler sayesinde iletişim kurmak doğal gelmeye başlamıştı.

Sizin de plansız konuşmalarda benim kadar rahat ve özgüvenli hissetmenizi istiyorum. Üstelik bunun için soyadınızı değiştirmeniz de gerekmiyor.

Stanford'dan Sevgilerle

2010'ların başında, ders verdiğim Stanford İşletme Fakültesindeki profesörler arasında ilginç bir trend vardı. Çalışma arkadaşlarımla çoğu, öğrencilerimizin bilgilerini, onları onlarca hatta yüzlerce akranının önünde rastgele sorular sorarak test ederdi. Ev ödevi olarak örnek durum çalışmaları verir, sonra sınıfta bir ya da iki öğrenciyi tahtaya çağırarak onlara Sokrates'i gururlandıracak kadar fazla soru sorardık.

Öğrencilerimiz zeki, konuşkan ve motive kişilerdi. Resmi konuşmaları ellerinden gelen en iyi şekilde hazırlar ve sunarlardı. Çoğu daha önce mezuniyet törenlerinde ya da eski iş tecrübelerinde kala-

balık önünde konuşma yapmışlardı. Yine de bu öğrenciler rastgele tahtaya çağrıldıklarında zorlanırdı. Çoğu, sınıfa son derece kaygılı bir halde gelir ya da seçileceklerini düşündükleri günlerde dışarıda beklerlerdi. Gözler üzerlerine çevrildiğinde donup kalırlardı. Öğrenciler cevapları bildikleri halde, hızlıca kesin ve zeki cevaplar bulmakta zorlanırlardı.

Stanford Üniversitesi İşletme Fakültesi ve Sürekli Eğitim Programı'nda ders veren, kampüsün "iletişim uzmanı" olarak, sınıflardaki spontane sosyal etkileşimlere yardımcı olacak ve resmi iletişim konusunda mevcut derslerimizi tamamlayacak yeni bir öğrenme deneyimi tasarlamam istendi. Spontane iletişimle ilgili bulabildiğim her şeyi okumakla işe başladım. İletişim, psikoloji, evrimsel biyoloji, sosyoloji ve eğitim alanlarında akademik yayınlara baş vurdum. Doğaçlama komedi ders kitaplarını da çalıştım ve siyaset, iş, tıp ve diğer alanlardaki spontane iletişim örneklerini inceledim. En önemlisi, Stanford Kampüsündeki, çoğuyla bu kitapta tanışacağınız iş arkadaşlarımdan öğrendiklerimi gözden geçirdim.

Bütün bu materyalleri ve Stanford Sürekli Eğitim Enstitüsü'nde öğretim görevlisi Adam Tobin ile birlikte verdiğim "Doğaçlama Konuşma" derslerindeki deneyimlerimi bir araya getirerek, kışkırtıcı ama gramer açısından yanlış "Hızlı Düşün, Akıllıca Konuş: Spontane ve Stresli Durumlarda Etkili Konuşma" başlıklı bir atölye çalışması hazırladım. Bu atölyenin işletme fakültemizde bir nevi gelenek haline gelmesi beni hem şaşırttı hem de memnun etti. Stanford MBA programını tamamlayanların çoğu, mezun olmadan hızlı düşünüp akıllıca konuşmayı öğreniyor. Daha fazla insanın hızlı düşünüp akıllıca konuşabilmesi için bu içeriği çevrim içi ortamda (videolar ve bir podcast aracılığıyla) ve ayrıca şirketlerde, kâr amacı gütmeyen kuruluşlarda ve kamu kurumlarında sundum.

Aldığım geri dönüş inanılmazdı. Öğrenciler rastgele tahtaya çağrılmaktan korkmadıkları için derslerinden daha çok keyif aldıklarını söylediler. Beni internet üzerinden bulanlar, tekniklerimin mülakatlarda başarılı olmalarını, burs almalarını, sözlü sınavları geçmelerini,