



రేవతి తురగ
 ఆంతర్జాతీయ శిక్షకులు
www.revathionline.com

భావ వ్యక్తికరణలో మాట తీరే ముఖ్యం

భావ వ్యక్తికరణ ప్రతిచోట ప్రముఖ పాత్ర పోషిస్తుంది. మాటలు నేర్పినవారు, పదాలు పేర్పినవారు, అర్థవంతంగా చెప్పగలవారు ఎక్కడైనా రాణించగలరు. ఇంట, బయట ప్రభావిత శక్తులుగా ఎదగడానికి మాటతీరు చాల ఉపయోగపడుతుంది. భావ వ్యక్తికరణలో చోటు చేసుకునే లోపాల వల్ల సమస్యలు, సంఘర్షణ, ఒత్తిడి తలెత్తుతుంది. మంచి వ్యక్తికరణ ద్వారా ప్రతిచోట ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించవచ్చు. సంబంధ బాంధవ్యాలు నిర్దుహించడంలో కూడా భావ వ్యక్తికరణ ప్రధానపాత్ర పోషిస్తుంది. కుటుంబమైనా చిన్న, పెద్ద సంస్థలైనా భావాలు పంచుకోవడంలో నైపుణ్యం అవసరం. ఉద్యోగాలు, యాజమాన్యం మధ్య భావ వ్యక్తికరణ వారధిలా పనిచేస్తుంది. కాబట్టి మనం ఎక్కడ వున్నా యే వ్యక్తివారమైన ప్రభావిత వ్యక్తికరణకు కొన్ని సూత్రాలు పాటించాలి. దీనికి ఇంగ్లీషులో 'Words' అన్న ఆక్షరమాలిక తయారు చేశారు నిపుణులు. ఆగాలి. మనం సంభాషణ చేసే సమయంలో ఆగి, ఆలోచించి మాట్లాడటం నేర్చుకోవాలి. కొన్ని సందర్భాలలో మన ప్రతిస్పందనలో తేడాల వల్ల ఘర్షణలు, వాదనలు చోటు చేసుకునే ప్రమాదం ఉంది. వెంట వెంటనే మాట్లాడటం వల్ల మాటల్లో అపార్థాలు దొర్లి అనర్థాలు జరగవచ్చు. కాబట్టి కోపం తగ్గించుకోవడానికి ఆచరించే అంకెల లెక్కింపు పద్ధతి భావ వ్యక్తికరణలో ఉపయోగపడుతుంది. కొన్ని సందర్భాలలో వెంటనే మాట్లాడకుండా ఒకటి నుంచి పది అంకెల లెక్కించి ఆలోచించి మాట్లాడటం మంచిది. అవసరమైతే ఆ సమయాన్ని 20, 30 వరకు అంకెల లెక్కించే వరకూ పెంచుకోవచ్చు. దీని వల్ల వివాదాలు తలెత్తకుండా జాగ్రత్త పడవచ్చు.

ఓ-అర్డైజ్ (మాటల పొందిక) :
 మాట్లాడే సమయంలో అంతర్గత విశ్లేషణ ద్వారా పొందికైన మాటల్ని ఎంపిక చేసుకోవాలి. ఏ మాట ఎప్పుడు, ఎలా ప్రయోగించాలి ఆలోచించాలి. చాల సందర్భాలలో సరైన మాటలు



ప్రయోగించవచ్చు. అనుకున్న విషయం సాధించుకోవాలి. మాటల్ని ఆవి తోచిన మాటలను సాధించేందుకు అలవాటు అయితే మాటలు చివ్లో ఎక్కడ చేప్పి ఆగవలసిన అవకాశం వాడు.
ఆల్-బిట్ (పునఃఉచ్చారణ) :
 మనం మధ్యలో ఎదుటి వ్యక్తి మాంట్లి తిరిగి ఉన్నారనడం చాల ఉపయోగం ఉంటుంది. దీని ద్వారా చివర అగమ్యత తప్పిపోతుంది. ఇది ఒక్కోసారి ప్రశ్నరూపంలోను ఉపయోగించవచ్చు. తద్వారా ఎదుటి వ్యక్తి భావాన్ని చక్కగా అర్థం చేసుకోవచ్చు. మనము అర్థవంతంగా మాట్లాడవచ్చు. దీనివల్ల ఆ, ఆలోచించే సమయం ఉంటుంది.
టి-చాలో ఫ్రీ (అనుమాననివృత్తి) :
 మన సంభాషణలు చాలా వృష్టంగా ఉంటాయి కాగ్రత్త పడాలి. ఒక్కోసారి మనం వివి అర్థం చేసుకోవడంలో తేడాలు రావచ్చు.

ఎదుటి వ్యక్తి భావం ఒకటైతే మనం మరో రకంగా ఉహించుకోవచ్చు. ఇలాంటి సందర్భాలతో వివాదాలు తలెత్తే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి మనం అనుకున్న అర్థాలు, భావాలను ఎదుటివ్యక్తితో సమీక్షించుకోవాలి. దీని ద్వారా అనుమానాలు తొలగి, పరిస్థితి ఖచ్చితంగా అర్థమవుతుంది. అపార్థాలకు చోటు లేకుండా భావాలు పంచుకోవాలి.
ఎస్-సింపుల్ (సులభతరం) :
 మనం సంభాషించిందే సమయంలో ఎదుటి వ్యక్తికి సులభంగా అర్థమయ్యేపదాలు ఉపయోగించాలి. మన భాషా పొందిత్యం వారిపై రుద్దే ప్రయత్నం చేయరాదు. అలాగే చెప్పిందే చెప్పడం, అవే పదాలు వారడం విసుగు తెప్పించవచ్చు. కాబట్టి సులభతరమైన పదాలు, వాక్యాలు ఉపయోగించడం మంచిది.