sözcüklerin gücü



şengül yiğit

sözcüklerin gücü şengül yiğit

ŞENGÜL YİĞİT Sözü sadece bir anlatım aracı değil; niyetin, hâlin ve kalbin tercümanı olarak gören bir eğitimci, davranış bilimleri uzmanı ve yazar. İletişimi, insanın önce kendisiyle kurduğu bağdan başlatan yaklaşımıyla; sözün hikmetle buluştuğunda nasıl şifa veren bir güce dönüştüğünü anlatır.

Çalışmalarında tasavvufi düşüncenin temel kavramları olan edep, niyet, sükût ve hikmet merkezî bir yer tutar. Ona göre söz, kalpten doğar; kalp arınmadan dil kemale ermez. Bu bakışla psikoloji ve iletişim bilimini, irfan geleneğinin inceliğiyle harmanlayarak; kadınlar, gençler ve farklı meslek gruplarıyla gerçekleştirdiği eğitim ve sohbetlerde sözcüklerin insan ruhundaki izini derinleştirir.

Pınar Yayınları
Bereketzade Mah. Okçu Musa Cad. No: 11/3
Beyoğlu-İstanbul
Tel: 0212 293 90 41
www.pinaryayinlari.com bilgi@pinaryayinlari.com
Yayınevi Sertifika No: 45508

Sözcüklerin Gücü
Şengül Yiğit

copyright 2026 © pınar yayınları

Pınar Yayınları ◆ 630
Güncel ◆ 30
ISBN 978-625-8675-26-9

Birinci Baskı Şubat 2026

EDİTÖR Hanne Meryem
KAPAK Ömer Faruk Yıldız
SAYFA DÜZENİ Tekin Öztürk

BASKI ACK Ajans
Mahmutbey Mah. Taşocağı Yolu Cad.
Ağaoğlu 212 Myoffice No: 344
Bağcılar/İstanbul
Sertifika No: 53569

ŞENGÜL YİĞİT

SÖZCÜKLERİN GÜCÜ

Annemin ve Babamın aziz ruhlarına....

Ya Rabbi,
Bu satırlara dökülen her sözcüğü hayra vesile eyle.
Dilimizden çıkan sözü kalbimizle doğrula,
kalbimizi de hikmetinle arındır.

Sözlerimizi kırıcı değil onarıcı,
suskunluğumuzu kaçış değil idrak eyle.
Bize ne zaman konuşacağımızı,
ne zaman susacağımızı bilen bir edep nasip et.

Bu kitabı okuyan her gönle,
kendini fark etme feraseti ver.
Bir sözcükle incinmiş kalpleri teskin eyle,
bir cümleyle umudunu yitirmiş yüreklere ışık ol.

Ya Rabbi,
Sözü bize emanet bilenlerden eyle.
Dilimizi kalbimizin önüne geçirme,
niyetimizi sözümüzden, sözümüzü ahlakımızdan ayırma.

Eğer bu satırlardan bir cümle
bir kalbi yumuşatırsa,
bir susuş bir yarayı sararsa,
bunu lütfun bilip şükredenlerden eyle bizi.

İçindekiler

ÖNSÖZ 13

BİRİNCİ BÖLÜM
İLETİŞİM BİR ZİHİN SANATIDIR 17
Netlik 18
Empati 19
Duygusal Zekâ 20
Empati Günlüğü 23
İletişim Kazaları ve İlk Yardım 27
Yanlış Anlaşıldığında Kurtarma Stratejileri 31
Görünmeyen Dil: Sessizlik ve Enerji 32
Konuşmanın Arkasındaki Şiir 34
Görünmeyen Roller ve İletişim Tarzları 35
Sözcüklerin Gizli Gücü 37
Sınırları Bilgece Belirlemek 39
Açıklık mı, Korumasızlık mı? 40
İç Ses ve Kendinle İletişim 41
İç Sesinle Barışık mısın? 42
Niyet, Yankı ve Anlam Boşlukları 43
Affetmek 44
Affetmek ve Ego 45

İKİNCİ BÖLÜM
KONUŞUYORUZ AMA ANLAŞAMIYORUZ! 49
Sen Dili Ben Dili: Bağ Kurmak ya da Yargılamak 50
Zor İnsanlarla Kolay Konuşmak 51

Ateşe Ateşle Karşılık Verme: Sakin Kal....51
Sözcüklerin Sahne Aldığı Anlar....53
Akılda Kalıcı Bir Sunumun Formülü....54
Etkili Konuşmanın Püf Noktaları....54
İç Diyalog, Dış İletişimin Kopyasıdır....57
İç Sesin Rehberin Olsun....59

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM
DİNLEMEK SANATI
SADECE KULAKLA DEĞİL, KALPLE DİNLEMEK....65
Dinleme Sanatının Üç Altın Kuralı....65
İçsel Dinleme Egzersizi: Kendini Duyuyor musun?....67
Dinlenmediğini Zannedenin İçindeki Fırtına....68
Dinlemediğini Fark Edenin İç Hesaplaşması....68
Aktif Dinleme: Duyduğunu Değil, Hissettiğini Anlamak....69
Hem Dinlediğini hem de Dinlendiğini Hissedince Gelen Ferahlık....70
İletişim Yorgunluğu: Her Şeyi Konuşmak Zorunda mıyız?....71
Neden Tükeniriz? İletişim Yorgunluğunun 5 Kaynağı....71
Ne Onunla Ne Onsuz: Konuşmak ve Anlaşmak Farkı....72
Gerçekten Konuşmak İstiyor musun?....73
Görünmeyen Dil....74
Susmak....74

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM
DİJİTAL DÜNYADA İLETİŞİMİN DİNAMİKLERİ....77
Cevaplanma Hızında Kaybolan Anlam....78
Eksik Parçalar: Beden Dili, Ton ve Mimik....79
Dijital Çözüm: Empati, Görünmez Filtreniz....79
Beğeni Avından Bağ Kurmaya....81
Sosyal Medyada İletişim Rehberi....81
Dijital İletişim Günlüğü....84
Monitörün Arkasında İnsan Kalmak....86
Dijital Sessizliğin Dili....87

ÖZEL BÖLÜM
İLGİLİSİNE.....91
Tasavvufi Düşüncede İletişimin Kökleri.....91
Esma İletişim Rehberi 93

EK BÖLÜM
ENGELLER NASIL AŞILIR?.....99
İletişimde 99 Engel.....99
İletişimde Kaçınılması Gereken 15 Sinsi Sözcük ve İfade.....128
İletişimde Barış ve Uzlaşma Yaratan 15 Güçlü İfade 130
İletişimde Engelleri Aşmak için Pratik Yöntemler ve Alıştırmalar.....131

KISSADAN HİSSE.....134
TEŞEKKÜR.....136

ÖNSÖZ

Bir sözcükle kırılır insan, bir sözcükle toparlanır. Bazen bir "merhaba" bir yaraya merhem olur; bazen bir "sus" kalpte silinmez izler bırakır. Çünkü sözcükler harf yığınları değil; düşüncelerimizin taşıyıcısı, duygularımızın tercümanı ve ilişkilerimizin temel yapı taşlarıdır.

Hayatımız iletişimden ibarettir: Sevdiklerimizle konuşurken önemli bir iş görüşmesinde kendimizi ifade ederken ya da bir mesaj yazarken… Her sözcük ya kalplere dokunan bir köprü kurar ya da araya mesafeler koyan bir seçime dönüşür. Ve çoğu zaman, konuşmamızdan geriye ne söylediğimiz değil, nasıl söylediğimiz kalır.

Bu kitap, sözcükleri sadece konuşmak için değil, anlaşmak ve bağ kurmak için kullanmayı öğrenme yolculuğudur. Amacım, seni akademik dille sıkmadan, hayatın içinden samimi örneklerle; etkili ifade etmenin, derinlemesine dinlemenin ve doğru iletişim kurmanın yollarını birlikte keşfetmeye davet etmek.

Okurken kendi iletişim alışkanlıklarını sorgulamanı, belki de unuttuğun bazı güçlü yönlerini yeniden keşfetmeni ve içindeki potansiyeli ortaya çıkarmanı diliyorum.

Peki, insanlar neden birbirini bu kadar yanlış anlıyor?

Bu sorunun cevabını ararken şunu fark ettim: Meğer biz konuşmayı öğrenmişiz ama anlatmayı bilmiyoruz. Dinlemeyi

biliyoruz ama duymayı öğrenmemişiz. Hele bir de mesaj yazarken "☺" koymazsan, dünyanın en sinirli insanı sensin! Günün sonunda, sabah söylediğin bir laf akşam eve gelene kadar büyüyüp bir olaya dönüşmüş ya da bir gülümsemeyle kurduğun cümle, karşındakinin gününü güzelleştirmiş... Sözcüklerin gücü, işte bu kadar keskin ve dönüştürücüdür.

Bu kitabı da bu yüzden yazmak istedim. Çünkü bir sözcükle dünya değişmez belki ama bir hayat değişebilir. Bu kitap sana paragraflar dolusu "iletişim kurmak şöyledir, böyledir" diye nutuk çekmeyecek. Aksine, çayını-kahveni alıp koltuğuna oturduğunda bir arkadaşınla sohbet eder gibi seni güldürecek, düşündürecek ve sık sık "Aa evet ya, ben de bunu yaşıyorum!" dedirtecek. İletişim dediğimiz şey de aslında budur: Samimiyet, anlayış ve doğru sözcüğü doğru yerde kullanabilme sanatı. Hazırsan, sözcüklerle birlikte yolculuğa çıkalım. Dilerim ki bol bol "hımm" dedirtecek, ara sıra "hah işte bu!" diyeceğin, belki de altını çize çize okuyacağın bir kitap olsun.

Unutma: Sözcükler değişirse ilişkiler değişir; İlişkiler değişirse hayat! Sözcüklerin var bir gücü... Nasıl kullanırsan öyle işler o büyü.

Bir sözcük hayatınızı nasıl değiştirebilir?

Her gün binlerce sözcük kullanırız, ancak bu sözcüklerin gerçek gücünün farkında mıyız? Sözcükler sadece bilgi aktarma araçları değil; aynı zamanda ilişkiler kuran, kalpler açan, yaraları saran ya da bazen de derinden yaralayan güçlü silahlardır.

Sözcüklerin Gücü, yıllardır iletişim alanında eğitimler veren deneyimli bir uzmanın sahadan edindiği bilgi birikimi ve gerçek yaşam örnekleriyle dolu kapsamlı bir rehberdir. Bu kitap, iletişimin tüm boyutlarını ele alarak sizlere sunar: Etkili dinleme teknikleri, empati kurma yolları, çatışma çözümü stratejileri, beden dili ve ses tonunun önemi, duygusal zekâ geliştirme, eleştirel konuşma sanatı, ikna etme ve motivasyon teknikleri.

Her sayfa, gerçek yaşamdan örneklerle zenginleştirilmiş pratik bilgilerle doludur. İster iş hayatında daha başarılı olmak, ister aile ilişkilerinizi güçlendirmek, isterse sosyal çevrenizde daha etkili iletişim kurmak isteyin, bu kitap sizin için yazıldı.

Sözcüklerinizin gücünü keşfedin, ilişkilerinizi dönüştürün. İyi bir iletişim kurmak bir yetenek değil, öğrenilebilir bir sanattır. Bu kitap, o sanatın tüm inceliklerini size öğretecek.

pinaryayincilik
pinaryayincilik
pinaryayinlari
9 786258 675269

sözcüklerin gücü
şengül yiğit