

SÖYLEŞİ

# ZARAFET UZMANI

Gökhan Dumanlı, Türkiye'de bir ilk olan Zarafet Akademisi'nin kurucusu.

Gittikçe zarafet ve nezaketten uzaklaştığımız şu günlerde Gökhan Dumanlı ile zarafeti, görgü kurallarını ve en çok yapılan yanlışları konuştuk.



# GÖKHAN DUMANLI





Gökhan Dumanlı, kendini eğitim ve öğretime adanmış idealist bir eğitimci. Akademik eğitimini iletişim üzerine tamamlamış. Türkiye’de zarafet eğitimi veren bir kurumun eksikliğini hissedince de kendi bilgi birikimini yurt dışında bu alanlarda hizmet veren okulları ziyaret ederek arttırıp, geliştirmiş. Sonrasında da Türkiye’de bir ilk olan Zarafet Akademisi’ni kurmuş. İnsanların hayatlarına dokunmak, olmak istedikleri kişiyi ve yaşam amaçlarını bulmalarını sağlamak üzere bugün çalışmalarına bir kişisel gelişimci olarak devam ediyor. Kendisine “Neden zarafet?” dediğimizde Gökhan Dumanlı, Coco Chanel’in “Zarafet insanın içi de dışı kadar güzel olduğunda gerçek olur” sözünü hatırlatıyor.

### **Türkiye’de bir ilki gerçekleştirip zarafet akademisi kurdunuz. Nasıl doğdu bu fikir?**

Türkiye’ye unutulmaya yüz tutmuş zarafet olgusunu taşıyan isim olmaktan büyük mutluluk duyuyorum. Zarafet Akademisi ile birlikte her yerde zarafet konuşulur oldu ki bu bile insanların farkındalığının artması açısından çok önemli. Eğitimci olarak her zaman yeni bir şeyler sunma gayreti içerisinde oldum ve Zarafet Akademisi’de bu yeniliklerden biri oldu. Türkiye’nin böyle bir akademisyne ihtiyacı vardı. Zarafet, nezaket, görgü gibi kavramları, insanların birbirleri ile olan iletişimde öncelikler listelerinin üst sıralarına taşımaya amaç edinme misyonu ile yola çıktık diyebilirim. Özellikle de iş dünyasının gerek iç ve dış iletişimlerinde gerek sundukları ürün ve hizmetlerde fark yaratabilmeleri adına bu kavramlarla bütünleşmeleri gerekiyordu. Ayrıca İsviçre’de bu anlamda eğitim veren kurumlar ile yapmış olduğumuz ortak çalışmalar sonrasında kendi eğitim programımızı oluşturup, bireyler ve kurumlar için hazırladığımız içerikleri sunmaya başladık.

## **Peki, sizce zarafet konusunda Türk insanın çok mu yol kat etmesi gerekiyor? Zarafetten bi' haber miyiz?**

Ne yazık ki... Üstelik kişiler, iş ve sosyal yaşamlarındaki başarısızlıklarının sebeplerinden birinin de bu olgunun eksikliği olduğunun farkında bile değiller. İnsanların kendilerine olan davranışları öz saygılarını beslemelerine ya da yitirmelerine sebep olur. Bana da, "gündelik yaşamın içerisinde de bu kadar özenli ve dikkatli misiniz?" diye hep soruluyor. Eğer kişi sadece belli alanlarda dikkat ederim düşüncesi taşıyorsa zaten zarafet, nezaket, incelik taşıyan hareketleri sahici ve doğal değildir. Zarafeti içselleştirmedığınız sürece yani hayatın her alanında kullanmadığımız sürece sizin bir parçanız gibi durmaz. Her şeyden önce kişi kendisine nasıl davranırsa, karşısındakine de o şekilde davranır ve aynı şekilde de geri dönüş alır. Yani zincirleme bir tamlama durumu söz konusu. Biz akademi olarak eğitim çalışmalarımızın yan sıra yaklaşık üç yıldır hem yazılı hem görsel basında da yaptığımız çalışmalarla Türkiye'nin zarafet kavramıyla daha yakın ilişki kurmasını sağladık. Eğitimimize katılan bireylerden ve kurumlardan aldığımız dönüşler de ne kadar doğru bir yolda olduğumuzu bize gösterdi.

## **Toplum olarak gittikçe kabalaşıyor muyuz?**

Çok net bir şekilde evet yanıtı verebilirim. Üstelik bize has çok önemli değerlerimizi de yitirmeye başladık. Hoşgörü, empati, samimiyet yerini bencillik ve hep daha fazlasını isteme duygularına bıraktı. Ego, doğru kullanıldığında iyi bir şeydir ancak artık herkes bunu üstünlük kurmak için kullanmaya başladı. Tüm bunlar da kişileri gittikçe kabalaştırdı. Tabii, burada medyanın da etkisi çok büyük. Televizyon dizileri, yarışma programları hepsi tartışma, şiddet, fütursuzluk dolu bir hal aldı. Bakın sözde

en çok izlenen programların hepsinde bu söylediklerim mevcut. Ve her geçen gün benzer içeriklerde de yapımlar üretilmeye devam ediyor. Yani kabalaşma kavramı sanki doğal olan buymuş gibi sunuluyor ve çok ciddi tehlike çanları çalıyor fakat kimse farkında değil.



## **Bu işin eğitimini veren biri olarak "zarafet nedir?" diye sorsak nasıl tanımlarsınız?**

Artık unutulmaya yüz tutmuş her şey diyebilirim kısaca. Kullandığımız kelimelere itina göstermek, hoşgörü ve empati ile iletişim kurmak, oturmayı kalkmayı, selamlaşmayı bilmek, doğru giyinmek, yemek yemeyi – masa adabını bilmek, insanlara yardım etmek, sadece belli alanlarda değil yaşamın her anında özenli olmak... Bu liste böyle uzayıp gider. Ben kısaca söz, tavır ve davranışlardaki incelikler diyorum ve ekliyorum; zarafet, her şart ve koşulda sizi ve iletişimde bulunduğunuz herkesi pozitif etkiler.

## **Akademide nasıl eğitim veriyorsunuz peki?**

Akademi de bireyler ve kurumlar için "İş Hayatında ve Sosyal Yaşamda Zarafet Eğitimi" programının yanı sıra "Etkili İletişim, İş Etiketi, Diksiyon, Yaratıcı Drama ile Kendini İfade Edebilme, Zaman Yönetimi, Stres Yönetimi, Kurum içi İletişim, Yönetici Asistanlığı" gibi eğitimlerimiz bulunuyor.

Zarafet eğitimimizin içeriğinde ise, duruş derslerinden, oturma-kalkmaya, selamlaşmadan, tanışma-tanıştırılmaya, beden dilinin etkin kullanımından, imaj yönetimine, ast-üst ilişkilerinden, sosyal davranış kurallarına, masa kültürü düzeninden, iş hayatının inceliklerine kadar geniş kapsamlı ve tamamen uygulamalı bir eğitim veriyoruz.

## **Daha çok hangi yaş grupları eğitim almak istiyor ya da eğitimlere katılıyor?**

Katılımcı profilimizi birkaç grupta ele alıyoruz. Açık eğitimlerimizde her yaş ve meslek grubundan kişileri görmek mümkün. Doktor, avukat, akademisyen, ev hanımı, öğrenci gibi geniş bir meslek yelpazesi var. Kurumsal olarak oldukça yoğun bir talep durumu

var. Artık rekabet dünyasında tek başına bilgi sahibi olmak yeterli olmuyor. Bilginin nasıl sunulduğu büyük önem taşıyor. Bunun bilincinde olan kurumlar, işletmeler çalışanlarına bu eğitimi aldırıyor. Bu anlamda "İş'te Adabı Muâşeret" seminerlerimiz de kurumların çok tercih ettiği programımız oldu. Birde özel ders alan yoğun bir katılımcı grubumuz var. İçinde siyasete hazırlanan kişiler de var, iş adamları da, ekran önünde çalışan ya da çalışmayı hedefleyen kişiler de, cemiyet hayatından isimler de...



# Zarafet artık unutulmaya yüz tuttu

## **Kadınlar mı erkekler mi daha çok zarafet eğitimi almayı tercih ediyor?**

Açık eğitimlerimizdeki katılıma baktığımızda sizin de tahmin edeceğiniz üzere kadınlar daha çok tercih ediyor. Ancak her eğitimimizde mutlaka erkek katılımcılarımız da oluyor. Bizim programımız hem kadınlar hem erkekler için hazırlanmış özel bir program. Zaten evrensel geçerliliği olan kuralları işliyoruz. İş hayatında başarılı olmak isteyen ve bunu korumayı amaçlayan, sosyal yaşam içerisinde girdiği her ortamda duruşuyla, tavrıyla iz bırakmak isteyen kadınlar ve erkekler bu eğitime katılıyor.

## **Kadınlara tüyolar verecek olursanız neler söylersiniz?**

Kadınların yaptığı hatalardan biri çok hızlı davranarak erkeklerin, onlara kendilerini gösterme şansını ellerinden almaları. O yüzden bir kadın, yanında bir erkek varken belli anlarda durmalı ve erkeğin, onu önceliğine taşımasını beklemeli... Restorandan içeri girerken erkeğin önden girip kapıyı açması, masanıza otururken sandalyenizi tutması, araca inip binerken kapıyı tutması, servis personeli ile iletişimi onun sağlaması gibi... Bunlar aynı zamanda kadına kendini kadın gibi hissettiren davranışlar olduğu gibi erkeğinde uygularken özerkliğini okşayan tutum ve davranışlar. Yani önce hayatımızın her alanında sakinliği, soğukkanlılığı, naifliği; söz, tavır ve davranışlarımıza yerleştireceğiz.

## SÖYLEŞİ

### Zarafet konusunda kadınlar nerelerde hata yapıyorlar size?

Kadınlar gittikçe daha maskülen bir tavır içine girmeye başladılar. Bunun içerisinde iş yaşamı, kültürel faktörler, hayatın içinde birden fazla rol üstlenmek ve bunları da mükemmeliyetçi bir tutumla sürdürmek istemeleri gibi etkenler söz konusu. Böyle olunca kendilerinden uzaklaşmaya başlıyorlar. Bu da hem duruşlarını, hem yürüyüşlerini hem konuşmalarını kısacası genel tavırlarını olumsuz etkiliyor. Kıyafetlerin de etkisi çok büyük elbette. Yine hem son yılların trendi olması hem de yukarıda saydığım sebeplerden ötürü içinde buldukları ruh hallerinden olsa gerek kıyafette de koyu renkler ve maskülen kesim parçalar tercih ediyorlar. Ve hepsi birleştiğinde kadınlığa has o naif ve feminen duruşların onlarda ve etraflarındaki insanlarda yarattığı özel sinerjiden yoksun kalıyorlar.

### Erkeklerle zarafetle ilgili önerileriniz neler peki?

Dik durmak ve güçlü bir selamlaşma ile kendimize olan güvenimizi göstermek önemli. İkili görüşmelerde beden dilini kullanmak bir diğer önemli adım. Toplantılarda elleri mutlaka masanın üzerinde olmalı. Konuşurken avuç içleri karşıya gösterecek şekilde ellerini kullanılmalı. Bu iletişime açık ve güvenilir kişi imajını destekler. Ses tonları ve seçtikleri kelimeler karşısındaki kişide önemli bir etki bırakmalarının önemli bir diğer adımı. Erkekler sunum ya da konuşma sırasında ayağa kalktıklarında mutlaka ceketlerinin üst düğmesini iliklemeliler. Oturduklarında böyle bir zorunluluk yok. İkili ilişkilerinde bir kadınla karşılaştıklarında önce el uzatanın kadın olması gerektiğini bilmeliler. Aynı şekilde sohbeti başlatan da kadın olmalıdır. Merdivenden inerken erkek bir adım önde, çıkarken ise bir adım arkada kalmalıdır. Restorana girerken de önden girip kapıyı açmak, kadının sandalyesini tutmak, siparişi erkeğin vermesi gerektiğini bilmek ve elbette bahşış bırakmak önemli bir centilmenlik göstergesidir.

### Erkekler en çok hangi kuralları çiğniyorlar?

Erkeklerde doz aşımı durumu söz konusu oluyor. Yani özgüvenli duruşu aşırılıkla karıştırıp, olduğundan farklı görünmek, güçlü bir selamlaşmayı güç gösterisine çevirmek, kelime seçiminde özensiz olmak, özellikle oturma şekillerinde hep eleştirdiğimiz (hatta yakın zamanda sosyal medyada da üze-

rine kampanyalar düzenlenen) bacaklarını çok geniş açı ile açarak oturmamak, ellerini kollarını tam olarak nasıl kullanmalarını bilmediklerinden ya çok etkisiz ya da çok sinirli ve agresif görünmek gibi hatalarda bulunuyorlar. Bunların üzerine kadınlar ile olan ilişkilerinde de en temel centilmenlik kurallarını unuttuklarını görüyoruz. Böyle olunca ortaya prestijden uzak bir tablo çıkmış oluyor.

### Zarafet üzerine bu kadar konuştuk, doğru ve yanlış olanları değerlendirdik. Zarafet neden önemli sizce?

Çünkü bir profesyoneller, seçilmiş davranışlar sergilerler. İki, artık herkes bir şekilde iyi bir üniversiteden mezun olup en az bir dil konuşabiliyor yani bilgiye ulaşabiliyor. Bilginin nasıl sunulacağını öğrenenler iş dünyasında bir adım öne çıkıyor. Son olarak bir de ilk intiba var tabii. İnsanlar üzerinde saniyeler içerisinde bir izlenim bırakıyoruz ve bunu yıkmak çok zor oluyor. İşte o ilk intiba sizin kendinizi en doğru ve etkili şekilde sunabilmeniz için, potansiyelinizi tam olarak özgüvenle ortaya koyabilmeniz için, daha saygı gören bireyler olabilmeniz için zarafet çok ama çok önemli.

### Başka projeleriniz var mı?

“İş Hayatında ve Sosyal Yaşamda Zarafet” başlıklı kitabım Mart ayı içerisinde okuyucularla buluşacak ve yine yakın zamanda çok beklenen “Kadın, Erkek ve İlişkiler” workshopumuz da başarılı ve güçlü ilişkiler kurmak isteyen herkesin faydalanabileceği bir içerikle akademimizde benim tarafımdan verilmeye başlanacak.

