



## چگونه تک‌گویی را به راه مبارک گفت‌وگو برسانیم / توهم شناخت؛ خطری بزرگ برای خانواده

کارشناس و پژوهشگر حوزه ارتباطات، آنچه باعث می‌شود در خانواده‌ها گفت‌وگوی خوبی ایجاد نشود را ناشی از عدم شناخت دانست و گفت:

کارشناس و پژوهشگر حوزه ارتباطات، آنچه باعث می‌شود در خانواده‌ها گفت‌وگوی خوبی ایجاد نشود را ناشی از عدم شناخت دانست و گفت: اگر گفت‌وگو بین زوجین به تنش کشیده می‌شود، ناشی از عدم شناخت آنان نسبت به یکدیگر است. وقتی گفت‌وگو نمی‌کنیم راه برقراری ارتباط را بسته ایم و در خلأ زندگی می‌کنیم؛ در واقع توهم شناخت ایجاد می‌شود که بزرگترین خطر برای یک خانواده است.

گفت‌وگو یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های یک خانواده موفق، توانایی برقراری ارتباط درست و صمیمانه میان اعضای خانواده است. گفت‌وگو، قلب روابط صمیمی انسانی است و عنصری حیاتی در استحکام بنیان خانواده محسوب می‌شود. در خانواده‌ای که اعضای آن هنر گفت‌وگو در خانواده را به خوبی نیاموخته باشند، همواره دچار کشمکش و تنش هستند.

در فرایند ارتباط، گفت‌وگو و مواجهه با دیگران، شیوه‌ها و روش‌ها جایگاه مهمی دارند. از دیدگاه اسلام و برخی دیگر از مکاتب، اتخاذ شیوه‌های مناسب به منظور تأثیرگذاری و برقراری ارتباط بهتر با دیگران، اهمیت فراوان دارد.

ایکنا برای درک بیشتر اهمیت و جایگاه نقش گفت‌وگو در خانواده و آسیب‌های ناشی از خلأ آن و رسیدن به راهکارهایی برای رفع این نقیصه به گفت‌وگو با کامران فلاحتی، کارشناس و پژوهشگر حوزه ارتباطات و رسانه پرداخته است؛ مشروح این گفت‌وگو را در ادامه بخوانید.

ایکنا - گفت‌وگو از چه سابقه ارزشی برخوردار است؟

باید گفت‌وگو کنیم تا شناخت به وجود آید و فهمیدن ایجاد شود و در نهایت تفاهم شکل گیرد. گفت‌وگو در سنت دین اسلام ریشه محکمی دارد، چیزی که ما از مفهوم مدرن گفت‌وگو می‌شناسیم، نیازست که از جنگ جهانی اول با گسترش صنعت و آموزش مهارت‌های ارتباطی به عنوان ضرورتی انکارناپذیر احساس شد و بعد از جنگ جهانی دوم بود که تدریس این مهم به عنوان یک علم در دانشگاه‌ها آغاز شد. این مفهوم مدرن در واقع ریشه در فهمی انسان‌مدارانه و براساس نیازهای اجتماعی دارد که بعدها حالت رسمی پیدا کرد. در سنت اسلام، مفهوم گفت‌وگو به معنای بلاغت، از سال‌ها و قرن‌ها پیش وجود داشته است.

کامران فلاحتی

در قرآن کریم ارتباط کلامی فقط منحصر به این عالم و آدمیان نیست؛ ما در متون دینی اشاراتی با عنوان حدیث نفس یا خودگویی داریم که فرد با خود گفت‌وگو دارد.

ایکنا - شکل‌گیری گفت‌وگو در خانواده از چه جهاتی ارزشمند است؟

در مقوله خانواده اگر زوجین در ابتدای زندگی مشترک و یا در طول زندگی مشترک باشند، ابتدا باید خودآزمایی و حدیث نفس با خود داشته باشند تا بفهمند به اصطلاح با خودشان چند چند هستند، این بدان معناست که ابتدا بدانند از خودشان چقدر شناخت دارند. ما باید بدانیم چقدر با همسرمان صادق هستیم و چقدر از او شناخت داریم و در نهایت از زندگی مشترک چه می‌خواهیم و چه نیازهایی داریم که توقع داشته باشیم همسرمان آنها را رفع کند، اگر این موارد را با خود جمع بندی کردیم آن زمان است که می‌توانیم وارد گفت‌وگو با اعضای خانواده شویم. اینجا منظور ما از خانواده؛ همسر، فرزند، مادر و پدر و خواهر و برادر را شامل می‌شود که باید با هر یک از این اعضا با زبان مخصوص به خود گفت‌وگو کرد. به طور مثال عباراتی که برای همسرمان در گفت‌وگو به کار می‌بریم با عباراتی که برای گفت‌وگو با پدر و برادرمان استفاده می‌کنیم متفاوت است. این تفاوت به معنای رعایت ظرافت‌هاست که ریشه خوشبختی و یا عدم آن را در خانواده‌ها به ارمغان می‌آورد.

متأسفانه برخی افراد بیان احساس را مساوی با خارشده‌گی تلقی می‌کنند، این موضوع ریشه در برداشت‌های غلط از سنت‌ها دارد و البته شرایط فرهنگی تولد و رشد افراد در این موضوع نقش بسزا دارد. گفت‌وگو صحیح زن با مرد، مرد با زن، والدین با فرزندان و فرزندان با والدین هر یک الگوی مشخص و جداگانه‌ای دارد.

ایکنا - تمرین مهارت گفت وگو در خانواده از کجا و چگونه آغاز می شود؟

اگر گفت وگویی میان زوجین را مینا قرار داده و آن را به بقیه اعضا خانواده تعمیم دهیم، آن چیزی که در ابتدای امر حائز اهمیت است، تمرین گفت وگوست. پیشرفت در هر زمینه ای نیازمند تمرین است و گفت وگو نیز مستثنی نیست.

عدم بلوغ گفت وگو در خانواده ها باعث تزیاید بحران ها می شود، به طور مثال در زمان بحران کرونا و تعطیلی ها و قرنطینه هایی که اعمال شد به واسطه عدم وجود گفت وگو، این بحران به شکل افزایش خشونت در خانواده ها رو به تزیاید گذاشت؛ چراکه بلد نبودن آداب گفت وگو در سطح خانواده خود نوعی بحران است و وقتی که با شرایط بحرانی مثل کرونا ممزوج می شود، تزیاید بحران را شاهد هستیم.

یکی از دلایل شکاف بین نسلی، عدم گفت وگو است. نسل گذشته نتوانسته است میراث نسلی خود را با زبان صحیح به نسل بعد منتقل کند و نسل جدید هم نتوانسته است نیازهای خود را به طور دقیق از نسل قبل مطالبه کند و شاهدیم که مشکلات ما در عدم گفت وگویی صحیح ریشه دارد.

در سال های اخیر با ورود و گسترش شبکه های اجتماعی شاهد بروز پدیده جدیدی در خانواده ها هستیم مثل اینکه زن و شوهر، والدین و فرزندان و یا خواهران و برادران به جای اینکه با هم گفت وگو کنند، چت می کنند؛ یعنی حرف های خود را چه شوخی و چه جدی با هم چت می کنند و از گفت وگویی چهره به چهره دوری می کنند و از مواجهه بصری و چشمی با یکدیگر دوری می جویند. البته یکی از دلایل رواج این پدیده گسترش همین شبکه های اجتماعی است اما استفاده ناصحیح از آن باعث یک سری معضلات دیگر شده است که البته مختص کشور ما نیست و موضوعی عالمگیر است؛ چراکه خانواده ها هنر گفت وگو کردن را نیاموخته اند و تمرین نکرده اند.

یکی دیگر از دلایلی که ما با هم گفت وگو نمی کنیم، مصرف گرایی است و به این سبب بیشتر از چیزی که نیاز داریم در تکاپو هستیم و در رقابت ناتمام مصرف کردن افتاده ایم. همچنین گاهی در بیان حرف های خودمان دچار خجالت و کم رویی هستیم. می توانیم زمان هایی که تنها هستیم جلوی آینه تمرین گفت وگو کنیم و خجالت و کم رویی را کنار بگذاریم و راحت حرفمان را در نهایت احترام بزنیم. البته این نباید به پررویی کلامی و پرده دری در خانواده ها منجر شود.

ایکنا- عدم گفت وگو در خانواده ها چه آسیب ها و معضلاتی را می تواند به دنبال داشته باشد؟

موضوعی که باعث می شود در خانواده ها گفت وگویی خوبی نداشته باشیم از عدم شناخت ناشی می شود. اگر گفت وگو بین زوجین به تنش کشیده می شود ناشی از عدم شناخت آنان نسبت به یکدیگر است. وقتی گفت وگو نمی کنیم راه برقراری ارتباط را بسته ایم و در خلأ زندگی می کنیم و توهم شناخت داریم که بزرگترین خطر برای یک خانواده است یعنی زن یا مرد ادعا می کنند که همسرش را خیلی خوب می شناسد یا والدین ادعا کنند که فرزندانشان را خیلی خوب می شناسند.

مثلا فرزندی که در خانواده، بسیار آرام، ساکت و درسخوان است و به دلیل همین توهم شناختی که به آن اشاره کردیم، والدین فکر می کنند که فرزندشان هیچ گونه مشکل و گرفتاری ندارد ولی چندی بعد متوجه می شویم که فرزند این خانواده خودکشی کرده، چراکه غرق در مشکلات خودش بوده و خانواده وی هم به واسطه توهم شناختی که داشته است، ابدأ تصور چنین بحرانی را برای فرزند خود نداشته است تا آنکه متأسفانه فاجعه رخ می دهد و کار از کار گذشته است.

افرادی که کاهش فرزندآوری زوجین را ناشی از مشکلات اقتصادی می دانند، آدرس غلط می دهند؛ چراکه موضوع مشکلات اقتصادی همیشه مطرح بوده و برای امروز و دیروز نیست و اتفاقاً پدر و پدربزرگ ها بیشتر درگیر مشکلات اقتصادی بوده اند، در حالی که امروز ما به واسطه مدرنیته امکانات رفاهی گسترده ای در دست داریم و در قدیم اینطور نبود.

کاهش زادآوری که مورد تأکید فراوان مقام معظم رهبری قرار گرفته است در واقع ناشی از عدم گفت وگویی صحیح بین زوجین است. این بدان معناست که می توانیم زن و شوهری را سراغ بگیریم که ۱۰ سال است زیر یک سقف زندگی می کنند ولی روابط زناشویی با هم ندارند. آفت عدم گفت وگو فقط باعث کاهش فرزندآوری نیست و یکی از عوارض و آسیب های آن بروز خیانت است و قطع به یقین اگر نیاز عاطفی و جنسی در قالب خانواده پاسخ داده نشود، فرد مستعد خیانت می شود. این بدان معناست که وقتی زن و شوهر نتوانند با یکدیگر گفت وگو کنند، نمی توانند با هم هماهنگ باشند و به واسطه این عدم هماهنگی نمی توانند روی تربیت فرزندان متمرکز باشند و ارتباط مؤثری با آنها داشته باشند.

ایکنا - گفت و گوی موفق در خانواده چه شاخصه هایی دارد؟

تمرین گفت و گو باید از دوران کودکی آغاز شود تا ماندگارترین اثر را بر ناخودآگاه انسان به دنبال داشته باشد. آموزش گفت و گو به فرزندان از دوران کودکی راه های متفاوتی دارد که یکی از آنها این است که بسته به سن کودک به وی بیاموزیم به جای داد زدن و جیغ کشیدن و گریه کردن، محترمانه و با لحن مؤدبانه خواسته خود را به ما منتقل کند. مثلاً به کودکمان بیاموزیم که اگر غذایی را دوست ندارد به جای اینکه داد بزند و جیغ بکشد، راحت بگوید مادر یا پدر من این غذا را دوست ندارم و غذای دیگری را دوست دارم.

اگر این روش های تعلیم گفت و گو به بچه ها به نحوه صحیح آموزش داده شود، والدین در تمام عمر در آسایش هستند و از جانب ایشان خیالشان آسوده است که فرزندان خوبی را تربیت کرده اند؛ اما متأسفانه شاهد هستیم که والدین در فضای مجازی از آنجایی که بر روی دور باطل دیده شدن و سلبریتیسم افتاده اند، کودکان خود را وادار به گفتن مطالبی می کنند که ابتدا با شرایط و اقتضات سنی آنها متناسب نیست و با باز نشر دادن این موارد ابتدا به فکر آتیه کودکان خود نیستند.

در سنین کم نیاز است که از عنصر تشویق برای محترمانه صحبت کردن کودکان بهره برد و به فراخور شرایط به وی جایزه داد تا بیاموزد که خواسته های خود را مؤدبانه مطرح کند. والدین باید نقش نظاره گری بر فرزندان را حفظ کنند و در مواردی که نیاز است مداخله نیز داشته باشند، مثلاً باید کودکان را تشویق کنند که در جمع صحبت کنند و خجالت نکشند و آداب گفت و گو در جمع را بیاموزند.

اینکه کودکان بیاموزند چگونه با همسالان، بزرگترها و والدین و اعضای خانواده گفت و گو کنند بسیار مهم است. یکی دیگر از مواردی که در گفت و گو اهمیت دارد، مطالعه و عادت به آن است که رهبر معظم انقلاب بسیار بر آن تأکید دارند و مثال از خانواده خود می آوردند که هیچ کدام از اعضای خانواده ایشان بدون مطالعه به خواب نمی روند.

اینکه گفته می شود کتاب بهترین دوست است که می توان بسیار از آن آموخت، کلام درستی است. البته کتاب خوب، کتابی است که با اقتضای سن کودک هم همخوانی داشته باشد، به ویژه کتبی که مفاهیم اخلاقی و متعالی انسانی در آن وجود دارد.

امروز متأسفانه زوجینی که کارشان به دادگاه های خانواده و در نهایت طلاق می انجامد دلیل اصلی جدایی خود را عدم تفاهم ذکر می کنند که با دقت می توان دریافت که این عدم تفاهم ریشه در فهم نادرست دارد. این فهم نادرست نیز ناشی از عدم شناخت مناسب است و عدم شناخت مناسب از گفت و گو نکردن و حرف نزدن ریشه می گیرد. باید گفت و گو کنیم تا شناخت به وجود بیاید و فهمیدن ایجاد شود و در نهایت تفاهم شکل گیرد و زوجین به سعادت و خوشبختی برسند.

زوجین باید برای زدودن موانع گفت و گو میان خود گام بردارند، اگر زوجینی که با هم گفت و گو نمی کنند و می خواهند این یخ ایجاد شده در روابط خود را از بین ببرند نیازی نیست که با حرف زدن و گفت و گوی جدی شروع کنند تا طرف مقابل هم گارد بگیرد؛ بهتر است در این موارد گفت و گو را با سرودن یک شعر یا نوشتن یک نامه آغاز کنیم و در مواردی که شاید خجالت می کشیم رو در رو حرف بزنیم، با مکتوب کردن به همسر خود بگوییم. زوجین نباید بگویند که راهی برای گفت و گو نیست و همه راه ها برای حرف زدن بسته است بلکه باید با اعتماد به خدای متعال راه مناسب را کشف کنند تا یخ گفت و گو را بشکنند تا بتوانند با گفت و گو کردن و حرف زدن مشکلات خود را حل کنند.