

مهارت‌های کلامی مؤثر در خانواده: الگوبرداری از سیره ائمه اطهار علیهم السلام

استاد راهنما: سرکار خانم محبوبه قربانی

زهره نوری

محدّثه زمانی

مریم عبدالهی

مدرسه علمیه رضویه

استان اصفهان

چکیده

ارتباط کلامی یعنی از زبان برای انتقال اطلاعات، افکار و احساسات خود به دیگران استفاده کردن. توانایی صحبت کردن بخشی از مهارت ارتباط کلامی است. این که انسان پیام‌ها را چطور به مخاطب انتقال دهد و چه درکی از پیام آن‌ها دارد بخش مهمی از این مهارت است که بسیاری از افراد نیاز به پرورش آن دارند. در واقع نحوه‌ی برقراری ارتباط از گفته‌ها اهمیت بیشتری دارد. ارتباطات کلامی به چهار دسته‌ی درون فردی، میان‌فردی، عمومی و گروهی کوچک تقسیم می‌شود. با توجه به اینکه انسان جهت رشد و رسیدن به کمال در اعمال نیاز به الگو دارد و با توجه به اینکه اهل بیت علیهم السلام انسان کامل و پیشوایان دین اسلام هستند و خانواده مهم‌ترین رکن یک جامعه است؛ بهترین الگو در زمینه‌ی ارتباطات کلامی، اهل بیت علیهم السلام هستند که می‌توان ارتباطات کلامی مؤثر در خانواده را در سیره‌ی این بزرگواران یافت. از بررسی سیره‌ی ارتباط کلامی اهل بیت علیهم السلام این موارد به دست می‌آید: شفاف و قابل فهم بودن کلام، گزیده‌گویی، مهرورزی و استفاده از کلمات محبت‌آمیز، قطع نمودن سخن طرف مقابل، پرهیز از ریاست‌طلبی و دستور دادن، پرهیز از منت گذاشتن، تشکر از دیگران، پرهیز از تحقیر کردن و پرهیز از عیب‌جویی. کلام، ساده‌ترین و کاربردی‌ترین وسیله‌ی تبادل و تفاهم انسان‌ها به شمار می‌رود باید بتوانیم ارتباط‌هایی برقرار کنیم که بر زندگی ما تأثیر مثبت دارند و در رسیدن به موفقیت به ما کمک می‌کنند. برقراری ارتباط می‌تواند به رفع نیازهای انسان‌ها از یکدیگر منجر شود. حال هر چه توانایی اعضای خانواده در برقراری این ارتباط، بیشتر و مؤثرتر باشد به همان میزان روابط بین فردی در خانواده نیز مرتفع می‌شود. اصل اساسی در رفتارشناسی اهل بیت علیهم السلام در خانواده بر مبنای تحکیم روابط و ادامه‌ی بنای خانواده نهاده شده است.

واژگان کلیدی: ارتباط، الگو، خانواده، سیره، مهارت .

مقدمه

ارتباط کلامی به معنای استفاده از کلمات برای به اشتراک گذاری اطّاعات با دیگر افراد است. در نتیجه شامل ارتباطات شفاهی و ارتباطات نوشتاری است. اگرچه بسیاری از افراد فقط ارتباطات شفاهی را در این دسته بندی قرار می دهند اما واقعیت این است که عنصر مهمی که ارتباطات کلامی دارند، لغاتی هستند که از آن ها استفاده می کنیم و البته اینکه آن ها چطور شنیده می شوند و چه برداشتی از آن ها می شود.

در ارتباط کلامی، گوینده از کلمات برای انتقال پیام به گیرنده استفاده می کند. در این شکل از ارتباطها، پیام ها با وضوح بهتری درک می شوند.

ارتباط کلامی بیشترین نقش را در روابط بین افراد خصوصا بین اعضای خانواده دارد و عدم مهارت در برقراری ارتباط کلامی صحیح باعث بروز مشکلات جدی در خانواده خواهد شد؛ لذا آشنایی و فراگیری مهارت های کلامی می تواند صمیمیت و همدلی را در خانواده بیشتر نماید و بنیان خانواده را استحکام بخشد.

در زمینه ی مهارت های ارتباط کلامی کتابها و مقالات زیادی نوشته شده است از جمله: کتاب «چگونه زیبا سخن بگوییم» نوشته ی: محمدرضا تقدیس که در این کتاب به بررسی، آموزش، تمرین نکات و ترفندهای ساده ای پرداخته است که هر فردی می تواند به راحتی از آن ها استفاده کند و در مدت کوتاهی با اعتماد به نفس بالا در هر مکان و جمعی بسیار روان و زیبا صحبت کند. همچنین کتاب: کتاب «چگونه با هرکسی صحبت کنیم» اثر لیل لوندز اولین بار سال ۲۰۰۳ منتشر شد. نویسنده، زندگی خود را صرف مطالعه ی ارتباطات و کمک به مردم برای بهتر شدن روابطشان کرده است. این اثر که یک منبع بزرگ در دنیای ادبیات در مورد تعاملات و ارتباطات به شمار می رود، یک کتاب روانشناسی است که راهنمایی هایی در مورد ارتباط موثر به خواننده ارائه می دهد. در داخل کتاب ۹۲ ترفند برای تقویت مهارت مکالمه وجود دارد و همه ی آن ها به شما کمک می کنند تا بفهمید چگونه به بهترین شکل ممکن در همه جا حضور پیدا کنید و در موقعیت های مختلف با اطرافیان ارتباط بسیار زیبا و موثری داشته باشید. کتاب «قدرت هوش کلامی» اثر مخترع نقشه ی ذهنی «تونی بوزان» است که اولین بار سال ۲۰۰۲ منتشر شد. بوزان در سراسر جهان سخنرانی های انگیزشی زیادی برگزار می کند که اغلب در چند کشور و به زبان های مختلف منتشر می شود. تونی بوزان شواهد علمی زیادی در این کتاب آورده است که نشان می دهد ضریب هوشی و هوش کلامی باهم ارتباط مستقیم دارند و افزایش هوش کلامی می تواند منجر به افزایش ضریب هوشی

کلی شما شود. کتاب «قدرت هوش کلامی» به شما نشان می‌دهد که چگونه از قدرت هوش کلامی خود استفاده کنید و با کلمات، خواندن، صحبت کردن، به خاطر سپردن و درک آن‌ها مهارت پیدا کنید و زندگی اجتماعی و شغلی خود را بهبود بخشید. همچنین مقاله‌ی «بایدها و نبایدهای مهارت ارتباط کلامی؛ گفتن و شنیدن در صحیفه سجادیه» نوشته‌ی محمدانور اصغری که نویسنده در این مقاله بایدها و نبایدهای ارتباط کلامی از منظر امام سجاد در صحیفه سجادیه را مورد بررسی قرار داده است.

در این مقاله که به روش توصیفی-تحلیلی و با ابزار کتابخانه‌ای صورت می‌گیرد تلاش می‌شود ضمن بیان انواع ارتباط‌های کلامی، با توجه به سیره‌ی اهل بیت علیهم السلام به عنوان الگوهای کامل انسانی روش‌های مهارت کلامی در خانواده به منظور استحکام بیشتر خانواده‌ها و در نتیجه ساختن جامعه‌ای اسلامی بیان شود.

مفهوم شناسی

جهت درک بهتر مطالب به بررسی چند مفهوم کلیدی پرداخته می شود:

(۱) ارتباط

واژه‌ی «ارتباط» از مصدر باب افتعال و ریشه‌ی آن «ربط» است.^۱ در لغت به معنای عمومی کردن یا در معرض عموم قرار دادن است یعنی مفهومی از درون فرد، برخاسته و به میان دیگران راه یافته و منتقل شده است؛ لذا ارتباطات، برخی مفاهیم و تفکرات و معانی را به دیگران و یا عموم گسترش می‌دهد.^۲

ارتباطات، فرایندی است آگاهانه یا ناآگاهانه، خواسته یا ناخواسته که از طریق آن احساسات و نظرات به شکل پیام‌هایی کلامی یا غیرکلامی بیان گردیده، سپس ارسال، دریافت و ادراک می‌شوند. این فرایند ممکن است ناگهانی، عاطفی و یا بیانگر و مبتنی اهداف خاص برقرار کننده‌ی ارتباط باشد.^۳

در معنای کاملتری می‌توان گفت ارتباط، عبارت است از جریان، فراگرد یا تراکنش جابه‌جایی پیام میان حداقل دو منبع (ارتباط‌گر و ارتباط‌گیر) مشروط بر آنکه منعی متجلی شده در ارتباط‌گیر، مشابه معنی مورد نظر ارتباط‌گر باشد.^۴

(۲) مهارت ارتباط کلامی

مهارت‌های زندگی، مجموعه‌ای از اصول و توانایی‌ها و اقدام‌های متناسبی است که زمینه‌ی سازگاری با شرایط موجود را فراهم می‌آورد و فرد با پذیرش جایگاه خویش در برابر مشکلات، خواسته و انتظارات دیگران همچنین در برقراری ارتباط با افراد، رفتار مناسبی از خود بروز می‌دهد.^۵

^۱ .دهخدا، لغت‌نامه دهخدا، ص ۴۷۰

^۲ . فرهنگ، ارتباطات انسانی، ج ۱، ص ۱۷

^۳ . برکو، ری ام؛ ولوین، آندرو دی؛ ولوین، دارلین آر؛ مدیریت ارتباطات؛ ترجمه: سید محمد اعرابی و داود ایزدی، چاپ پنجم، دفتر پژوهش‌های فرهنگی، تهران، ۱۳۸۶، ش. ۵.

برکو، ری ام؛ ولوین، آندرو دی؛ ولوین، دارلین آر؛ مدیریت ارتباطات؛ ترجمه: سید محمد اعرابی و داود ایزدی، چاپ پنجم، دفتر پژوهش‌های فرهنگی، تهران، ۱۳۸۶، ش. ۵.

^۴ . محسنیان راد، ارتباط شناسی، ص ۴۶۳

^۵ . شکوهی، آشنایی با مهارت‌های زندگی از دیدگاه اسلام، ص ۱۱

ارتباط می‌تواند از طریق لفظ، صوت یا کلام و یا به صورت نمادهایی برگرفته از حرکات، سکنت و رفتارهای آگاهانه یا ناآگاهانه در مقطعی از زمان توسط حداقل یک ارسال کننده یا دریافت کننده بین موجودات زنده به ویژه انسان صورت گیرد که دربرگیرنده معنایی خاص از شئونات زندگی آنها باشد.^۱ ارتباط کلامی ارتباطی متقابل است که افراد در کمترین زمان و مکانی با هم برقرار می‌کنند. این ارتباط، نوعی فن اطلاع رسانی و انتقال افکار و رفتارهای انسانی از یک شخص به شخص دیگر است.^۲

روابط اعضای خانواده در قالب دو بخش ارتباطات کلامی و غیر کلامی تعریف می‌شود که تقویت یا سست شدن این روابط تأثیر زیادی در استحکام بنیان خانواده دارد. آشنایی زوجین با مهارت های کلامی باعث ارتقای ارتباطات آنها با همدیگر و فرزندان می‌شود. مهارت‌های کلامی مهارت‌هایی است که با کلام و گفتار برای ارتباط با دیگران به کار می‌روند و مهارت‌های غیر کلامی پیام شخص را از طریق گوش دادن، حالات چهره، لحن صدا، حرکات سر و دست، تماس بدنی، خندیدن، گریستن و... به طرف مقابل می‌رسانند.

ارتباط کلامی، گفتار و محتوای کلام فرد را دربر می‌گیرد و به معنای انتقال افکار، احساسات، خواسته‌ها و آنچه در ذهن فرستنده می‌گذرد به مخاطب یا مخاطبان خود و متقابلاً شنیدن افکار و احساسات آنهاست.^۳ زوجینی که با چنین مهارت‌هایی آشنایی دارند و آنها را بکار می‌برند روابط مطلوبی بین آنها برقرار بوده و در مشکلات سازگارتر عمل می‌کنند.^۴

۳) سیره

سیره در زبان عربی از ماده «سیر» است، سیر یعنی حرکت، رفتن، راه رفتن. همچنین نوع راه رفتن. سیره بر وزن «فَعْلَه» است و در زبان عربی، دلالت بر نوع می‌کند.^۵ راغب اصفهانی سیره را به معنای حالتی دانسته که انسان یا غیر انسان بر آن حالت باشد.^۶

طریحی نیز، سیره را به طریقه، هیئت و حالت معنا کرده است.^۱

^۱ . خازنی، خوشروی از دیدگاه قرآن و روایات و ارائه راهکارهای ترویج آن، ص ۳۰

^۲ . اکرامی، اصول ارتباط جمعی، ص ۴۲

^۳ . کریس آرجیریس، مدیریت بهره‌وری، ایالات متحده آمریکا: Wiley، ۱۹۸۶م، ص ۷۵

^۴ . دارابی، کاظمی اصل، مسعودی، اثربخشی آموزش مهارت های زندگی بر سازگاری زناشویی، ص ۱۳۵

^۵ . عمید، ۱۳۸۰ش، ذیل واژه

^۶ . راغب اصفهانی، المفردات، ص ۳۰۲

دم فرو بندد تا سالم بماد، خبری را استماع نکند، هیچگاه سخن زور به دیگران نگوید. نزدیک شدنش به مردم از روی نیرنگ و خدعه نیست»^۱.

^۱ . کلینی، اصول کافی ، ص ۱۲۷-۱۳۱

نتیجه گیری

مهارت‌های ارتباطی کلامی مؤثر در خانواده، به عنوان یک ابزار قدرتمند و ضروری، نقشی حیاتی در موفقیت‌های شخصی و حرفه‌ای ایفا می‌کنند. این مهارت‌ها، به انسان، امکان می‌دهد تا افکار و احساسات خود را به طور مؤثر منتقل کرده و به فهم بهتر و تعاملات مثبت‌تری با اعضای خانواده دست یابد. توانایی در بیان واضح و گوش دادن فعال به اعضای خانواده کمک می‌کند تا در خانواده ارتباطات مؤثری برقرار کنند و از فرصت‌های جدید بهره‌برداری کنند.

یکی از مهم ترین عوامل برقراری ارتباط مؤثر در خانواده این است که انسان، در خانواده شایسته و زیبا سخن بگوید. به بیان دیگر هم «سخن زیبا» و هم «زیبا سخن» بگوید.

در خانواده، تسلط بر مهارت‌های ارتباطی می‌تواند تفاوت‌های بزرگی ایجاد کند. این مهارت‌ها نه تنها به افزایش اعتماد به نفس و بهبود روابط کمک می‌کنند، بلکه به اعضای خانواده امکان می‌دهد تا در مواجهه با چالش‌ها و تعارضات به طور مؤثر عمل کند. با تمرین مداوم و تلاش برای بهبود این مهارت‌ها، می‌توان به روابط بهتر، تعاملات مثبت‌تر و موفقیت‌های بیشتری در زندگی دست یافت.

با بررسی دقیق سیره‌ی معصومین، چنین به دست آمد که: آنچه در ارتباط انسان با اعضای خانواده در سیره معصومین مطرح شد ناظر به سلامت ارتباط و حذف موانعی است که هر یک به نحوی یک ارتباط هدفمند و درست را خدشه‌دار خواهد نمود. برای اینکه زندگی انسان در خانواده به خوبی و باصفا و موفقیت سپری شود و از درگیری و ناراحتی در امان باشد باید رفتار و معاشرت خوبی داشته باشند. رفتار اهل بیت برگرفته از اسلام است و در زمینه‌ی روابط افراد خانواده راهکارهای سودمند و ارزنده‌ای دارند که اگر در خانواده رعایت شود سیمای زندگی آنان درخشان شده و تبدیل به خانواده‌ای همدل و صمیمی گردند.

فهرست منابع

*قرآن کریم (ترجمه استاد حسین انصاریان)

*نهج البلاغه (ترجمه سید محمد دشتی)

کتاب فارسی

۱. احمد بن فارس بن زکریاء القزوينی الرازی، ابوالحسن، **معجم مقاییس اللغة**، تهران، دارالفکر، چاپ ششم، ۱۳۹۹ ه.ق.
۲. اکرامی فر، محمود رضا، **اصول ارتباط جمعی**، مشهد: ایوار، ۱۳۸۲ ه.ش.
۳. ایمانی، فقیه، الوافی (مصحح: فیض کاشانی)، **مکتبه الامام امیرالمؤمنین علی العامه**، چاپ اول، ۱۴۰۶ ه.ق.
۴. حر عاملی، محمد بن حسن، **وسائل الشیعه الی تحصیل مسائل الشریعه** (ویراستار: عبدالرحیم ربانی شیرازی)، چاپ دهم، ۱۳۸۶ ه.ش.
۵. حر عاملی، محمد بن حسن، **آداب معاشرت از دیدگاه معصومین** (مترجم: محمد علی فارابی)، مشهد، بنیاد پژوهشهای اسلامی آستان قدس، چاپ سیزدهم، ۱۳۸۹ ه.ش.
۶. دهخدا، علی اکبر، **لغت نامه دهخدا**، دانشگاه تهران، روزنه، موسسه چاپ و انتشارات دانشگاه، چاپ دوم، ۱۳۷۷ ه.ش.
۷. رسولی، هاشم، **غرا الحکم و در الحکم**، بی جا، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، جلد ۱، ۱۳۷۸ ه.ش.
۸. شرتوتی، رشید، **ترجمه کامل مبادی العربیه** (مترجم: علیرضا خرسندی و محمود خرسندی)، قم، حقوق اسلامی، چاپ اول، ۱۳۹۱ ه.ش.
۹. رضایی، محمد مهدی، **ترجمه صحیفه سجاده، بی جا، نشر جمال**، ۱۳۸۵ ه.ق.
۱۰. شکوهی، مسعود، **آشنایی با مهارت های زندگی از دیدگاه اسلام**، تهران، مرکز پژوهشهای اسلامی صدا و سیما، جمهوری اسلامی ایران، ۱۳۸۸ ه.ش.
۱۱. شریعتمداری، علی، **اصول و فلسفه تعلیم و تربیت**، تهران، امیرکبیر، چاپ شصت و دو، ۱۳۹۴ ه.ش.
۱۲. صفایی، حسین، **حقوق مدنی، مختصر حقوق خانواده**، بی جا، نشر میزان، چاپ شصت و دو، ۱۴۰۲ ه.ش.
۱۳. عمید، حسن، **فرهنگ عمید**، تهران، امیرکبیر، چاپ ششم، ۱۳۷۵ ه.ش.

۱۴. فرهنگی ، علی اکبر ، ارتباطات انسانی، ج ۱، ص ۱۷، تهران: خدمات فرهنگی رسا، چاپ ۲۳، ۱۳۹۲ ه.ش
۱۵. کلینی، محمد بن یعقوب، الاصول الکافی (مصحح: علی اکبر غفاری)، تهران، دارالکتب الاسلامیه، چاپ چهارم، ۱۴۰۷ ه.ق.
۱۶. محسنیان راد ، مهدی ، ارتباط شناسی، تهران: سروش، چاپ بیستم، ۱۳۹۹ ه.ش.
۱۷. محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه، بی جا، دارالحديث، ۱۳۷۸ ه.ش.
۱۸. مجلسی، محمدباقر، بحار الانوار، بی جا، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۱۵ ه.ق.
۱۹. مصطفوی، حسن، التحقيق فی کلمات القرآن الکریم، بی جا، بنگاه ترجمه و نشر کتاب، چاپ اول، ۱۳۶۰ ه.ش.
۲۰. مطهری، مرتضی، سیری در سیره نبوی، قم، صدرا، چاپ شصت و شش، ۱۳۹۳ ه.ش.
۲۱. نوری، حسین، مستدرک الوسائل، بی جافال البيت، ۱۳۱۹ ه.ق.

کتاب عربی

۲۲. ابن منظور، محمد بن مکرم، لسان العرب، (محقق: علی شیری)، لبنان-بیروت، دارالاحیاء التراث العربی، چاپ اول، ۱۴۰۸ ه.ق.
۲۳. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، المفردات (مصحح: صفوان عدنان)، بیروت، دارالشامیه، چاپ اول، ۱۴۱۲ ه.ق.
۲۴. طریحی، فخرالدین بن محمد علی، مجمع البحرین، (محقق: احمد حسینی اشکوری)، تهران، مکتبه المرتضویه، چاپ سوم، ۱۳۷۵ ه.ش.

مقالات

۱. دارابی، سعداله، کاظمی اصل، مجید، مسعودی، محمد حسین، "اثربخشی آموزش مهارت های زندگی بر سازگاری زناشویی"، پژوهشنامه مددکاری اجتماعی، شماره ۲، ۱۳۹۳ ه.ش.
۲. خازنی، فرشید، خوشروی از دیدگاه قرآن و روایات و ارائه راهکارهای ترویج آن، دانشکده الهیات گروه علوم قرآن و حدیث
۳. برکو، ری ام؛ ولوین، آندرو دی؛ ولوین، دارلین آر؛ مدیریت ارتباطات؛ ترجمه: سید محمد اعرابی و داود ایزدی، چاپ پنجم، دفتر پژوهش های فرهنگی، تهران، ۱۳۸۶ ه.ش.
۴. برکو، ری ام؛ ولوین، آندرو دی؛ ولوین، دارلین آر؛ مدیریت ارتباطات؛ ترجمه: سید محمد اعرابی و داود ایزدی، چاپ پنجم، دفتر پژوهش های فرهنگی، تهران، ۱۳۸۶ ه.ش.

۵. یوسف علی عطاری و همکاران، اثر بخشی آموزش مهارت های ارتباطی به شیوه برنامه ارتباطی زوجین بر کاهش دلزدگی زناشویی در زوجین، فصلنامه اندیشه و رفتار در روانشناسی بالینی، شماره ۱۴، ۱۳۸۸.ش.

۶. کریس آرچیریس، مدیریت بهره وری، ایالات متحده آمریکا: Wiley، ۱۹۸۶م، ص ۷۵

سایت

majdnia.ir