

گفت و گو؛ هنری برد-برد

منظور از گفت و گو، بحث و جدل و مناظره نیست. در یک گفت و گو به دنبال راه حل می گردیم، اما در بحث بیشتر می خواهیم دانش خودمان را به رخ دیگری بکشیم. ما در گفت و گو در پی یافتن پاسخ برای سؤال هایمان هستیم، اما در بحث همیشه می خواهیم جواب سؤال طرف مقابل را بدهیم. هدف یک گفت و گو، صحبت کردن با دیگری است؛ به همین خاطر، در پایان یک گفت و گو هر دو طرف برنده اند، اما در بحث همیشه یک شکست خورده و یک برنده وجود دارد. به این خاطر که هدف بحث برنده شدن است. در گفت و گو، ما اصل را بر برابری خودمان با دیگری می گذاریم، اما در بحث روی تفاوت های خودمان با دیگری تاکید می کنیم.

فضای مجازی رقیب جدی گفت و گو

در دنیای امروز فضای مجازی و شبکه های اجتماعی یکی از رقبای جدی گفت و گو در میان اعضای خانواده است؛ حتی همسران هم بیشتر وقتشان را با فضای مجازی و در شبکه های اجتماعی می گذرانند تا این که بخواهند با همدیگر گفت و گو کنند؛ اما این مسئله برای کودکان و به خصوص نوجوانان و جوانان از اهمیت بالاتری برخوردار است، به گونه ای که در دنیای امروز ما، فضای مجازی گروه همسالان هم نوعی رقیب محسوب می شود؛ نوجوانان و جوان ما وقتی که با پدر و مادر یا اعضای خانواده اش گفت و گو نمی کند، بخشی از زمان گفت و گویش را با گروه همسال می گذراند و بخش بیشتر آن را در فضای مجازی و شبکه های اجتماعی سپر می کند!

رفتار دوستانه داشته باشید

نخست این که، بهتر است رفتار دوستانه ای داشته باشیم. حتی لحن کلام ما در گفت و گو می تواند مؤثر باشد. پس حواستان را جمع کنید که در هنگام گفت و گو با دیگران لحن کلامتان آرام و دوستانه باشد تا هم خودتان آرامش داشته باشید و هم به طرف مقابل این آرامش را منتقل کنید.

روشن حرف بزنید

باید هدفتان از گفت و گو مشخص باشد و این هدف را به شکل روشن و واضح بیان کنید. خیلی وقت ها افرادی که با مادر ارتباط هستند، علم غیب ندارند و نمی دانند ما چه چیزی می خواهیم و از چه چیزی ناراحتیم. پس لازم است اگر چیزی ما را ناراحت می کند، آن را به شکل صریح و واضح به همسر یا فرزند یا دیگر اعضای خانواده بگوییم.

تفاوت خانوادہ را دست کم نگیرید

رف بزنیم

همین مسأله موجب ریشه دواندن انس و الفت در میان اعضای خانواده می شود. البته که در همین گفت و گو است که اختلافات احتمالی میان اعضای خانواده هم حل و فصل شده و دشمنی ها و کینه ها گس می یازد. با وجود این در برخی از خانواده ها هم میزان گفت و گوی اعضای خانواده با یکدیگر شاید به دقیقه هم نرسد! خانواده هایی که کنار هم بودنشان به برخی مراسم و مهمانی های رسمی محدود می شود؛ تازه آن هم اگر این لحظات کنار هم بودن را با تلفن همراهشان سرگرم نباشند و در شبکه های اجتماعی و فضای مجازی سیر نکنند.



فضای مجازی رقیب جدی گفت و گو

در دنیای امروز فضای مجازی و شبکه های اجتماعی یکی از رقبای جدی گفت و گو در میان اعضای خانواده است؛ حتی همسران هم بیشتر وقتشان را با فضای مجازی و در شبکه های اجتماعی می گذرانند تا این که بخواهند با همدیگر گفت و گو کنند؛ اما این مسئله برای کودکان و به خصوص نوجوانان و جوانان از اهمیت بالاتری برخوردار است به گونه ای که در دنیای امروز ما، فضای مجازی گروه همسالان هم نوعی رقیب محسوب می شود؛ نوجوانان و جوان ما وقتی که با پدر و مادر یا اعضای خانواده اش گفت و گو نمی کند، بخشی از زمان گفت و گویش را با گروه همسال می گذراند و بخش بیشتر آن را در فضای مجازی و شبکه های اجتماعی سپر می کند!

احساس درک نشدن ناشی از عدم گفت و گو

نمی دانم شما چقدر به آمارهای طلاق و جدایی که از سوی منابع گوناگون اعلام می شود توجه کرده اید. در این زمینه آمارهای خوبی نداریم. این مسأله بیش از هر چیز دیگری نشان می دهد بسیاری از ما هنر گفت و گو کردن و حل اختلاف را بلد نیستیم! اگر به سراغ علل این جدایی ها بروید، اغلب این زوج ها درک نشدن از سوی طرف مقابل را به عنوان علت جدایی شان عنوان می کنند و این احساس درک نشدن ناشی از ناتوانی آنها در گفت و گو با یکدیگر است. نوع دیگر این ماجرا در ارتباطات میان والدین و فرزندان دیده می شود.

