

# صورتجلسه آموزش خانواده

جلسه دوم

جلسہ در روز سہ شنبہ مورخ ۲۸/۷/۱۳۹۴ بابا حضور آقای دکتر بیگے با موضوع تربیت نوجوان و ارتباط با آن بر گزار گردید۔

دنیاى امروز، دنياى ارتباطات است، بخش عمده‌اى از زندگى ما در طول شبانه روز صرفاً ارتباط با ديگران مے شود، ارتباط با خانواده، بستگان، دوستان، همكاران، آشنايان و ديگران، تحقيقات نشان داده است كه به طور متوسط، سه چهارم زندگى رادر ارتباط با ديگران مے گذرانيم. بنا بر اين اگر ما قادر باشيم ارتباط خوب و مؤثر و موفقے با ديگران برقرار كنيم، هفتاد و پنج درصد زندگى خود را بهتر و موفق تر كرده ايم.

اما متأسفانه همين تحقيقات نشان مے دهد كه تنها ده درصد افراد، فن و هنر برقرارى ارتباط مؤثر با ديگران را بلدند. به بيان ديگر نود درصد افراد با اين كه با ديگران سروكار دارند فاقد توانايے برقرارى ارتباط مؤثر هستند.

پدر و مادر ما ز اين گله مندند كه چرآن صيحت و تذكر و حرف هاى دل سوزانه شان اثرى بر فرزندانشان ندارد و لے همين فرزند، به شدت از دوستانشان تأثير پذير است. گويے كه ما لادنيا را روا نماند.

بچه ها نيز راه نفوذ به دل والدين خود را نمے دانند.

همسران نمے دانند چگونه بايد به جان و دل همسر خود نفوذ كنند و در او تأثير مثبت بگذارند، احساس مے كنند زبان هم را نمے فهمند و از هم بيگانه اند و چنين مے شود كه روابطے سرد و بے روح دارند.

## ارتباط مؤثر هنر است نه مهارت

ارتباط مؤثر یک هنر است نه مهارت. زیرا مهارت دو مؤلفه دارد یکی تکنیک، دیگری تمرین. یعنی من باید فن را یاد بگیرم و کاربرد آن را تمرین کنم تا به مرور کسب مهارت کنم و ماهر بشوم. اما هنر، غیر از این‌ها که گفتیم مستلزم دقت و خلاقیت است. ارتباط مؤثر یک هنر تمام معناست پر از ظرافت و لطافت.

## شیوه‌های انتقال اطلاعات

جزء جدایی ناپذیر و ارتباطی انتقال اطلاعات است. معمولاً در ارتباطی، بین دو یا چند نفر اطلاعاتی مبدل می‌شود. پدری که خواهد فرزندش را راهنمایی کند، دختر که از مادرش درخواستی دارد، فروشنده که خواهد اطلاعاتی را درباره کالا که خود به مشتری بدهد.

نکته قابل توجه این است که معمولاً در همه این موقعیت‌ها، زمان محدود و فرصت اندک است.

ما براے انتقال اطلاعاتمان سه ابزار اصلے داریم:

## ۱ - کلام

سادهترین و متداولترین ابزار انتقال اطلاعات، کلام است. ما اغلب با مخاطب یا مخاطبان خود صحبت مےکنیم. این در حالے است که صحبت کردن به تنهایی، کم اثرترین شیوههاک انتقال اطلاعات است. تحقیقات نشان داده که تنها ۷٪ اطلاعات ما از طریق کلام منتقل مےشود.

## ۲ - لحن و طنین

۳۸٪ اطلاعات ما از طریق تغییرات لحن و طنین و آهنگ صداک ما منتقل مےشود یعنی چیزک بیش از ۵ برابر خود کلام. اما به راستے چرا تغییرات آهنگ و طنین صدا تا این حد در انتقال اطلاعات مؤثر است؟ این مطلب تحت عنوان سوگیری مطرح مےشود. به این معنے که وقتے شما براک جمعے صحبت مےکنید به سمت شما سو مےگیرند. یعنی روک خود را متوجه شما مےکنند و دل به حرف هاک شما مےدهند.

اما معمولاً این سوگیری دوام چندانی ندارد. یعنی در لحظات و شاید دقائق اولیہک صحبت، همهک حواس، متوجه شماست ولی به تدریج این سوگیری کم رنگ مےشود. این مسئله در سخنرانےها، نشستها و همایشها بسیار به چشم مےخورد که سوگیری جدک و پررنگ حضار در دقائق اول، خیلے زود رنگ مےبازد. مخاطبان در صندلے خود فرو مےروند و ذهنشان به جاک دیگر پر مےکشد.

سوگیری دومولفه دارد: محرک و تحریک پذیر

اگر محرک یکنواخت باشد تحریک پذیر می خواهد و اگر محرک تغییر کند، تحریک پذیر بیدار می شود در واقع سوگیری و توجه و تمرکز تحریک پذیر به تغییرات محرک وابسته است.

### ۳- حرکات

کلام اولحن در مجموع ۴۵٪ انتقال اطلاعات را باعث می شود و ۵۵٪ بقیه یعنی بیش از نیمه از آن از طریق حرکات منتقل می شود. حرکات چهره، دست و بدن. اگر این حرکات با کلام مرتبط باشد این توانایی را دارد که مطلب را به خوبی انتقال دهد. گاهی لبخند بزنید. گاهی چهره درهم بکشید، گاه سردوبه اعتنا باشید. گاهی چشم به جای بدوزید. شاید با چند حرکت ساده لب ها و چشم ها بتوان محاوره متفاوت ایجاد کرد.

### ۴- شخصیت گوینده

بدون شک شخصیت گوینده در تاثیر کلام نقش بسیار زیادی دارد. بارها شاهد بوده ایم تذکری را از پدر قبول نکرده اما همان تذکره را از معلمی که در نظر این نوجوان شخصیت محبوب و دانایی است به راحتی پذیرفته است و این نسبتاً جزء تاثیر شخصیت کلام است.

