

چرا که یک سخن در هیافه فیه:

مریم سادات فیاضی

(دانشجوی دکتری زبان‌شناسی دانشگاه تربیت مدرس)

زبان بدن



همه مردم «مشاهده‌گر» رفتارهای هم‌نوعانشان هستند و غالباً برداشتی ذهنی از حالت بدن، ژست یا حرکات دست و صورت آنها دارند. هدف از مشاهده مردم، دستیابی به درک عمیق‌تر تعاملات انسانی و نیز پیش‌بینی رفتارهای احتمالی انسان است که نشان می‌دهد چگونه نوع خاصی از رفتار شکل می‌گیرد و یا تغییر می‌کند. چنین الگوهایی سبب شناسایی رفتارهای مختلف می‌شوند و با استفاده از آنها می‌توان پی برد که در هنگام تعاملات و ارتباط‌های زبانی، زیر لایه سطحی این رفتارها چه چیزی در حال رخ دادن است. پرسشی که مطرح می‌شود این است که آیا زبان بدن تماماً ذاتی است و یادگیری در آن هیچ نقشی ندارد و یا بخشی از نشانه‌های زبان بدن تابع ویژگی‌های اجتماعی است؟ تنها راه پاسخ دادن به این پرسش مشاهده مردم است؛ اینکه آیا صرف نظر از فشارهای فرهنگی متفاوت زبان بدن در تمامی جوامع بشری به یک صورت رخ می‌دهد یا خیر. مثلاً آیا در همه جا وقتی مردم عصبانی هستند پای خود را به زمین می‌کوبند، یا در هنگام خشم دندان قروچه می‌کنند و یا زمانی که با دوستی سلام علیک می‌کنند ابروهای خود را بالا می‌برند. برای پاسخ دادن به این پرسش در ادامه به بررسی انواع رفتارهای بدن می‌پردازیم.

رفتارهای اکتشافی

مشاهده عربی صحرائشین، فیلسوفی آلمانی یا روشنفکری فرانسوی که هر سه دست به سینه نشسته‌اند، سبب پدید آمدن این تصور می‌شود که چنین رفتارهایی ذاتی‌اند؛ حال آنکه گذاشتن دستها بر روی سینه رفتاری اکتشافی است. گونه انسان دست‌هایی با ساخت همانندی را به ارث برده است، چه صحرائشین باشد چه فیلسوف یا متفکر. در مرحله‌ای از زندگی، انسان از طریق فرایند آزمون و خطا به مجموعه طرح‌های احتمالی‌ای که بر اساس آن می‌تواند دست‌هایش را بر روی سینه‌اش بگذارد کشف می‌کند. با توجه به محدود بودن این مجموعه احتمالی، مشابه بودن چنین رفتاری میان انسانها دیگر چندان عجیب نخواهد بود. بنابراین رفتارهای اکتشافی تا حدودی ذاتی‌اند زیرا بر اساس امکانات ژنتیکی یا آناتومی بدن انسان شکل گرفته است نه صرفاً بر پایه دستورات عملهای ژنتیکی مشخص. رفتارهای اکتشافی به صورت ناخودآگاه در طول فرایند رشد کسب می‌شوند. از این رو نمی‌توان به روشنی نحوه عملکرد و حتی زمان دقیق یادگیری‌شان را توضیح داد. این رفتارها جهان‌شمول هستند و به همین دلیل غالباً با رفتارهای ذاتی اشتباه گرفته می‌شوند.

۱۶۰

رفتارهای جذبی

رفتارهای جذبی رفتارهایی هستند که انسان به صورت ناخودآگاه از سایر هم‌نوعانش تقلید می‌کند. همانند رفتارهای اکتشافی توضیح دقیق زمان و نحوه یادگیری این رفتارها مشکل است. اما برخلاف رفتارهای اکتشافی، رفتارهای جذبی فرهنگ - بنیاد است و از گروهی به گروهی، از فرهنگی به فرهنگی و از جامعه‌ای به جامعه دیگر تفاوت دارد. از آنجا که انسان موجودی مقلد است، غیرممکن است در جامعه‌ای زندگی کند و از الگوهای رفتاری خاص آن جامعه تأثیر نپذیرد. از این روست که شیوه خندیدن، اخم کردن، راه رفتن و ایستادن تابع همین تأثیرات اجتماعی است. تخطی یا اغراق در نشان دادن چنین رفتارهایی منجر به خدشه دار شدن ارتباط می‌گردد. اجرای ناخوشایند مجری برنامه صندلی داغ ریشه در بزرگنمایی بیش از حد احساساتش با به کارگیری زبان بدن خاص آن و نیز استفاده نامناسب و بیجا از آن دارد. مثلاً وی برای نشان دادن تأثیر یا حظ ناشی از سخنان مهمان چنان در حرکات خود اغراق می‌کند که گویی تفاوت بازیگری را با مجریگری نمی‌داند.

رفتارهای آموخته

رفتارهایی هستند که به صورت کاملاً آگاهانه از طریق آموزش یا مشاهده و تمرین تحلیلی فردی فراگرفته می‌شوند. در یک سوی طیف رفتارهای آموخته، رفتارهای بسیار پیچیده و مشکلی چون راه رفتن روی دستها - که آکروبات‌ها انجامش می‌دهند - وجود دارد و در سوی دیگر طیف، رفتارهای ساده‌ای چون چشمک زدن و دست تکان دادن دیده می‌شود. در بعضی موارد برخی از رفتارهای آموخته با رفتارهای جذبی همپوشی دارند مثلاً دست تکان دادن. نکته جالب توجه اینکه رفتارهای به نظر ساده در هنگام فراگیری بسیار دشوار بوده‌اند. کودکی را به خاطر آورید که می‌کوشد چشمک زدن یا سوت زدن یاد بگیرد. به همین دلیل است که بعضی از افراد هیچگاه نمی‌توانند چشمک یا سوت بزنند. این رفتارها نیز به شدت تابع شرایط فرهنگی جامعه‌اند. با دیدن دوستی یا همکاری در ایستگاه مترو ناخودآگاه با گذاشتن دستها بر روی سینه به او چاکرم، مخلصم هم می‌گوییم یا با بالا بردن دست به او سلام و احوال‌پرسی می‌کنیم؛ نکته جالب و مهم این است که فاصله بین ما آنقدر زیاد است که ما اصلاً صدای همدیگر را نمی‌شنویم.

۱۶۱

رفتارهای تلفیقی

تا به اینجا می‌توان نتیجه گرفت که انسان به چهار شیوه متفاوت زبان بدن را فرامی‌گیرد: خصوصیات ژنتیکی، کشفیات شخصی، جذب اجتماعی و آموزش آگاهانه. هر یک از رفتارهای پیش‌گفته تحت تأثیر عوامل اجتماعی یا فرهنگی قرار می‌گیرند. مثلاً رفتارهای ذاتی غالباً به طور چشمگیری تحت تأثیر فشارهای اجتماعی اصلاح و تعدیل می‌شوند. گریه‌های بچگانه در طول زندگی به دلیل مسائل فرهنگی تبدیل به اشک ریختن‌های آرام و بی‌صدا، هق‌هق‌های سرکوب شده، جیغ‌های هیستریکی و یا ناله‌های رقت‌بار می‌شوند. عملکردهای اکتشافی نیز به روشی مشابه تحت تأثیر رقابتهای ناخودآگاه الگوهای اجتماعی قرار می‌گیرند. نشستن در حالی که پاها روی هم انداخته شده‌اند احتمالاً به عنوان رفتاری که نشان‌دهنده آرامش و اطمینان است کشف شد اما بعدها بر اثر قواعد نانوشته اجتماعی فراگیر شد. بچه‌ها بدون اینکه از چنین کارکردی آگاهی داشته باشند شروع به تقلید این رفتار می‌کنند. یا دختر بچه‌ها با دیدن پلیس یا نیروی انتظامی مانند مادران خود روسری خود را مرتب می‌کنند بدون اینکه از دلیل این کار آگاهی داشته باشند.

کاربرد زبان بدن

کارکردهای زبان بدن را می‌توان به شش طبقه اصلی تقسیم کرد. پنج رفتار منحصر به انسان است و بستگی به ذهن پیچیده و کاملاً تکامل یافته او دارد. تنها رفتاری که بین انسان و حیوان مشترک است، رفتارهای احساسی است. از سوی دیگر چنین رفتارهایی به دلیل ذاتی بودن، در تمام جوامع بشری به صورت نسبتاً مشابهی دیده می‌شوند. حرکات صورت از جمله این رفتارهاست که در تعاملات روزمره کاربرد بسیار و فراگیر دارد.

کاربرد احساسی

تمام نخستین‌ها می‌توانند احساساتشان را از طریق صورت بیان کنند. در گونه‌های پیشرفته‌تر عضلات صورت به شدت تکامل یافته است و انجام مجموعه زیادی از حالات چهره را امکان‌پذیر می‌سازد. در انسان چنین تکاملی به بالاترین حد خود می‌رسد و می‌توان گفت که علائم غیرکلامی از طریق صورت انسان منتقل می‌شوند. دستهای انسان نیز به همان اندازه حائز اهمیت‌اند. زیرا می‌توانند کوچکترین تغییراتی را که هنگام گفتگو در حالات روحی مشارکین رخ می‌دهد با حرکات بسیار ظریفی نشان دهند. در جام جهانی فوتبال، در دیداری حساس، موقعیت گلی را به یاد آورید که از دست می‌رود. در چنین بافتی به طور ناخودآگاه با گفتن آه یا آه یا ای دستهای تماشاچیان بر روی سرهایشان قلاب می‌شود.

۱۶۲

کاربرد میمیک

رفتارهای میمیک رفتارهایی هستند که غالباً گوینده تلاش می‌کند تا حد امکان آنها را به خوبی تقلید کند. در انجام چنین رفتارهایی است که رفتارهای مشترک میان انسان و حیوان از یکدیگر متمایز می‌شوند و رفتارها کاملاً خاص انسان می‌گردند. در این نوع رفتارها تلاش می‌شود تا کپی برابر اصلی از تصویری ارائه شود. این تصویر می‌تواند مربوط به انسان، حیوان، یک شیء و حتی یک عمل باشد. در انجام حرکات میمیک نباید قاعده تصنعی اعمال گردد. یک میم (mime) موفق باید به گونه‌ای اجرا شود که حتی کسی که پیش‌تر آنرا ندیده نیز به خوبی پیامش را درک کند. اساساً سه نوع رفتار میمیک وجود دارد.

میم‌های اجتماعی: به این نوع میم‌ها که به صورت فراگیری در جامعه کاربرد دارد و

همه از آن استفاده می‌کنند، میم‌های حفظ ظاهر هم گفته می‌شود. خود را در مهمانی‌ای تصور کنید که به شما بد می‌گذرد، اما هر بار با دیدن صاحب مهمانی لبخند مهربان‌تر و از سر شادی بیشتری تحویلش می‌دهید. یا دوستان و اقوام دوری که در مراسم عزاداری عزیزی از دست رفته، خود را بیش از آنچه حقیقتاً هستند غمگین و ناراحت نشان می‌دهند. در میم‌های اجتماعی تمام تلاش انسان برای گول زدن دیگران است نه خودش. برای خوشنودی دیگران می‌خندد، گریه می‌کند یا می‌رقصد.

میم‌های نمایشی: رفتارهایی هستند که هنرپیشگان و بازیگران از آن استفاده می‌کنند و غالباً از طریق تماشای دقیق چنین رفتارهایی و یا انجام دادن یا تمرکز کردن بر آنهاست که در هنگام بازی می‌توانند به ایفای نقشی خاص بپردازند. اکنون می‌توانیم دریابیم که چرا بازی اکثر سریال‌های خانوادگی ایرانی به مذاق مخاطب خوش‌آیند نیست. زیرا اکثراً رفتارهای تصنعی‌ای هستند که از باز نمود واقعی‌شان در زندگی روزمره فاصله دارند و برعکس مجموعه سریال «زیر تیغ» بخشی از موفقیت خود را مدیون بازیگرانی است که فضایی بسیار باورپذیر خلق می‌کنند.

میم‌های نسبی: در این نوع میم‌ها انسان از چیزهایی الگوبرداری می‌کند که هیچوقت نبوده و نمی‌تواند باشد. مانند پرنده یا قطره باران. غالباً در این نوع میم‌ها نقش دستها بیش از سایر بخشهای بدن است. مثلاً برای نشان دادن پرنده دستها مانند بال باز و بسته می‌شوند. یا برای شلیک کردن از دو انگشت دست برای ساختن تفنگ استفاده می‌شود.

کاربردهای طرح‌واره‌ای

رفتارهای طرح‌واره‌ای گونه خلاصه شده رفتارهای میم هستند. در این رفتار تلاش می‌شود تا از طریق توجه به تنها یک ویژگی برجسته از چیزی و نمایاندنش، طرحی از آن ارائه شود. بنابراین چنین طرحی نمی‌تواند کاملاً واقعی باشد. مثلاً با قرار دادن دستهای مشت شده در دو طرف سر در حالی که انگشتهای اشاره کاملاً باز یا خمیده هستند یا با مشت کردن دست هنگامی که انگشتهای اشاره و کوچک کاملاً باز هستند می‌توان طرحی از گاو ارائه کرد. البته باید به خاطر داشت که شیوه نشان دادن طرح‌واره‌ها تماماً فرهنگی بوده و تابع محدودیتهای فرهنگی است.

کاربردهای سمبلیک

رفتارهای سمبلیک به کیفیتی انتزاعی اشاره دارند که معادل مشخصی در دنیای اشیاء

یا حرکات ندارند. بنابراین به سمت انتزاعی شدن پیش می‌روند. چنین رفتارهایی کاملاً فرهنگی‌اند و از جامعه‌ای به جامعه دیگر تفاوت دارند. مثلاً در ایران برای نشان دادن پیروزی در هر زمینه‌ای از علامت دست، به صورت "V" استفاده می‌کنند، در حالی که در انگلستان یا سایر کشورهای انگلیسی زبان تنها برای پیروزی در جنگ از این نشانه استفاده می‌شود و در سایر موارد، دست مشت شده‌ای که تنها انگشت شست رو به بالا باز است کاربرد دارد. در برخی کاربردهای سمبلیک زبان، شاهد تصویرگونگی هستیم. برای نمونه می‌توان به نشانه‌های متفاوتی که در جوامع مختلف برای اشاره به احمق بودن به کار می‌رود اشاره کرد که در همه آنها به نوعی به شقیقه‌ها اشاره می‌شود؛ جایی که احتمالاً تفکر در آن واقع شده است.

کاربردهای تخصصی

این رفتارها در مشاغل و حرفه‌های گوناگون برای بیان معانی خاص مورد استفاده قرار می‌گیرند و معمولاً برای کسانی که در خارج از آن حرفه فعالیت می‌کنند معنای خاصی ندارند. به نظر می‌رسد این نوع رفتارها جهانی‌اند و در بین تمامی افرادی که در آن رشته کار یکسان‌اند. به عنوان مثال آتش‌نشانان در همه جای دنیا برای نشان دادن بالا بردن فشار آب، دست راست خود را بالا می‌برند در حالی که دست چپشان در کنار بدنشان قرار دارد. یا برای نشان دادن کاهش فشار در حالی که دست راست را در امتداد شانه باز نگاه داشته‌اند دست چپ را بالا می‌برند. به کارگیری زبان بدنی خاص در جایی که ضرورتی برای به کارگیری اش وجود ندارد می‌تواند به طور ناخودآگاه مقبول باشد. همه ما با دیدن سردار رویانیان به توصیه‌های او با دقت گوش می‌کنیم. زیرا وی حتی در مصاحبه‌ای تلویزیونی نیز از زبان بدن خاص یک پلیس استفاده می‌کند که این امر به توصیه‌های او تا حد زیادی اعتبار می‌بخشد. مثلاً در هنگام صحبت کردن، کف دو دست خود را لحظه‌ای مقابل صورت مخاطب می‌گیرد که تداعی کننده فرمان ایست به رانندگان است.

کاربردهای کدگذاری شده

برخلاف سایر کاربردهای پیش‌گفته، این کاربرد بخشی از نظام رسمی نشانه‌هاست. نشانه‌های چنین کاربردی در چارچوب نظام نشانه‌ای پیچیده‌ای شکل می‌گیرد که منجر به پیدایش یک نظام زبانی حقیقی می‌گردد. ویژگی منحصر به فرد این نظام این است که

ارزش هر نشانه در ارتباط با سایر نشانه‌ها تعریف می‌شود و اصول صورت‌بندی شده‌ای بر کاربردشان نظارت می‌کند. نمونه بارز این کاربرد زبان بدن را می‌توان در زبان اشاره یافت که ناشنویان برای ارتباط با یکدیگر از آن استفاده می‌کنند.

با طرح این بحث مفصل درباره زبان بدن، نگارنده می‌کوشد به اهمیت کاربرد زبان بدن در ارتباطات روزمره بپردازد. گرایس با قائل شدن به ضرورت رعایت چهار اصل کمیت، کیفیت، شیوه و ارتباط - که به ترتیب ناظر بر دادن اطلاعات به اندازه کافی، راست گفتن، پرهیز از مبهم‌گویی و پرداختن به موضوع صحبت است - کوشید تا موفقیت‌آمیز بودن ارتباط را تحت عنوان «اصل همکاری» صورت‌بندی کند. با وجود این در گفتمان‌های روزمره در سطوح مختلف جامعه از جمله گفتمان‌های سیاسی، فرهنگی، انتقادی و غیره، حتی با رعایت تمام اصول همکاری گرایس، ارتباط به شکل طبیعی و موفق شکل نمی‌گیرد. خاستگاه چنین ناکامی‌ای را باید در عدم کاربرد زبان بدن مناسب با موقعیت‌های مورد نظر دانست. معلمی که می‌کوشد در کلاس، دانش‌آموزی را تشویق کند، باید بتواند به درستی از طریق حرکات دست و صورت، نگاه امیدوارکننده و تکان دادن‌های آرام سر نیز چنین حسی را به او القا کند. یا سخنرانی که در حال ایراد نطقی درباره روش‌های غلبه بر فراموشی است، نباید پیوسته با دست لاله گوش خود را بگیرد. زیرا چنین رفتاری دقیقاً معادل فراموش کردن بخشی از موضوع صحبت است. بار دیگر که به سخنرانی دکتر حسین الهی قمشه‌ای گوش می‌کنید، می‌توانید این رفتار را مشاهده نمایید.

در عرصه سیاست نیز می‌توان شاهد عدم کاربرد صحیح زبان بدن بود. گاهی بدون داشتن پیشینه‌ای از فعالیت‌های یک کاندیدای سیاسی وی را نماینده خوبی نمی‌یابید. شاید دلیل این امر ژست‌های سیاسی نابجای او هنگام ایراد نطقی آتشین باشد. بیل کلینتون در ماجرای رسوایی لوینسکی با هر بار قرار دادن آرام انگشت بر روی بینی و گرفتن آن از دو طرف، دروغ گفتن خود را محرز می‌کرد؛ چون دقیقاً در هنگام دروغ‌گویی، چنین زبان بدنی کاربرد عام می‌یابد. گاهی در تلویزیون یا سالن تئاتر در حال تماشای نمایشی ایرلندی هستید که با وجود ترجمه فوق‌العاده و بازیهای روان بازیگران نمی‌توانید با آن ارتباط برقرار کنید. دلیل این امر به کارگیری زبان بدن فارسی به جای حرکات متناسب با دیالوگ‌هایی است که در فرهنگی غیرفارسی خلق شده‌اند.

عکس همین مشکل را در فیلم‌هایی می‌توان دید که در ترجمه دیالوگ‌ها از واژگان اصطلاحات و عبارات خاص فرهنگ فارسی استفاده شده، حال آنکه هنرپیشگان

همچنان با زبان بدن فرهنگی دیگر بازی می‌کنند. مثلاً چارلز برانسون را در فیلم «آفتاب سرخ» تصور کنید که با آن حالات و حرکات سر و صورت منحصر به فردش، از پنیر تبریزی می‌گوید. لذت نبردن از تماشای یک نمایش، مناظره‌ای سیاسی، نشستن در کلاس درس و دهها موقعیت مشابه، همگی گویای آنند که برای برقراری و تدوام ارتباط کلامی موفق در کنار اصول همکاری گرایش از اهمیت نقش و کارکرد زبان بدن نباید غافل بود.

آستین، فیلسوف مکتب آکسفورد، با ارائه نظریه کارگفتها بر این باور بود که برخی نشانه‌های زبان دارای این توانایی‌اند که با بیانشان در همان لحظه کاری صورت می‌پذیرد مانند قول دادن یا قسم خوردن اما برای دستیابی به چنین کارکردی، باید از شرایط بجایی تبعیت کنند. نگارنده بر این باور است که در هنگام ادای چنین پاره‌گفتارهایی باید از زبان بدن مناسب با آن موقعیت استفاده کرد. مثلاً شخص نمی‌تواند با دست دادن به کسی شرط‌بندی کند در حالی که صورت خود را به طرف شخصی دیگر گردانده و به او چشمک می‌زند. این در حالی است که زبان بدن، خود می‌تواند بخشی از نظریه کارگفت باشد، زیرا در همان لحظه انجام دادنش پیام خود را منتقل می‌کند. یا زندانی‌ای که به اعدام محکوم شده در پاسخ به این پرسش که آیا حرف برای گفتن دارد یا خیر، لبخندزنان بشکن بزند و بگوید: من اعتراض دارم، من اعتراض دارم.

آگاه بودن به اهمیت نقش زبان بدن تا بدان حد است که حتی کودکان نیز از قواعد آن به خوبی پیروی می‌کنند و به صورت ناخودآگاه آن را به کار می‌برند. هنگامی که کودکی دست برده تا چیزی را بردارد که از برداشتنش منع شده، بلافاصله با دیدن یکی از والدین خود علاوه بر عقب کشیدن دست، لبخندی نثار او می‌کند که سبب تغییر حالتش می‌شود.

اما به همان اندازه که کاربردهای نادرست زبان بدن آزاردهنده‌اند، پیدایش یا تغییر آنها جذاب به نظر می‌رسد. پوریا پورسرخ را در سریال صاحب‌دلان به خاطر آورد که با گفتن «چی داداش؟» زبان بدن جدیدی از نسل طبقه اجتماعی به اصطلاح ژینگول امروزی را جایگزین زبان بدن خاصی کرد که رضا شفیعی جم در سریال جایزه بزرگ به عنوان نماینده طبقه اجتماعی دستمال یزدی به دستان و پشت موگذاران نقش آن را ایفا می‌کرد.

با توجه به اینکه یکی از کارکردهای زبان بدن ایجاد و تثبیت جایگاه اجتماعی است، سؤال مهمی که مطرح می‌شود این است که آیا می‌توان افراد را برای تقویت زبان

بدنی‌شان تربیت کرد. باید گفت بله، روشهایی بسیاری وجود دارد که بر اساس آن می‌توان به افراد آموزش داد که چگونه تا حدود زیادی بر رفتار بدنی خود کنترل داشته باشند. اگر والدین، معلمان و مربیان‌مان بیاموزند که برای تربیت صحیح و مؤثر از چه زبان بدن خاصی باید استفاده کنند، اگر سیاستمداران ما آگاه باشند که چگونه از زبان بدن در نطق‌های انتخاباتی خود بهره‌گیرند، اگر بازیگران ما در نقش‌آفرینی‌های خود از زبان بدن به درستی استفاده کنند و اگر همه ما در گفتارهای روزمره خود آگاهی بیشتری از زبان بدنمان داشته باشیم، آنگاه شاهد موفق‌تر بودن ارتباطاتمان خواهیم بود که بدون تردید شرط لازم برای پیشرفت در تمامی عرصه‌های اجتماعی است.

انتشارات سمرقند منتشر کرده است:

تاریخ تجزیه‌ی ایران

(دفتر یکم: توطئه‌ی نافرجام برای تجزیه‌ی آذربایجان)

(دفتر دوم: تجزیه‌ی بحرین)

نوشته دکتر هوشنگ طالع

انتشارات سمرقند- رشت- صندوق پستی ۳۱۹۸-۴۱۶۳۵

تلفن رشت: ۵۲۲۳۹۴۴-۰۱۴۲

تلفن تهران: ۶۶۹۷۰۴۱۶ نمابر ۸۸۸۴۷۹۰۴