

## مهارت برای زندگی یا زندگی برای کسب مهارت؟

بخش چهارم

# ارتباط در کلاس درس

دکتر لیلا سلیقه‌دار

اشاره

در یکی از تعریف‌های مربوط به مهارت‌های زندگی آمده است: مهارت‌های زندگی، مهارت‌های شخصی و اجتماعی هستند که کودکان و نوجوانان باید آن‌ها را یاد بگیرند تا بتوانند در مورد خود، انسان‌های دیگر و کل اجتماع، به‌طور مؤثر، شایسته و مطمئن عمل کنند. اندیشه در این تعریف، مؤکد آن است که ارتباط با دیگر انسان‌ها، علت و انگیزه‌ی اصلی در فراگیری این مهارت‌هاست. در مقاله‌ی پیش‌رو، به مهارت ارتباط مؤثر و روابط بین‌فردی پرداخته شده است.

مهارت‌های زندگی، مهارت‌هایی هستند که همگی به آن‌ها نیازمندیم؛ چرا که با بهره‌گیری از آن‌ها در زندگی، به فردی شاد، موفق و مؤثر تبدیل می‌شویم. یکی از مهارت‌هایی که به‌طور مستقیم در توفیق ما در زندگی اجتماعی تأثیرگذار است، مهارت «روابط بین‌فردی» است. از سوی دیگر نمی‌توانیم مرز مشخصی میان این مهارت با «مهارت ارتباط مؤثر» ایجاد کنیم. به این معنا که داشتن مهارت «ارتباط مؤثر بین‌فردی»، که به نوعی تلفیق دو مهارت متفاوت است، کامل‌کننده‌ی یک مهارت اساسی در زندگی اجتماعی است.

کلاس درس را تصور کنید که در آن دانش‌آموزان کنار هم می‌نشینند، باهم گفت‌وگو می‌کنند و گاهی بنا به خواست معلم، کاری را به صورت اشتراکی انجام می‌دهند. در این شرایط، به‌نظر می‌رسد بین دانش‌آموزان ارتباط وجود دارد. اما اگر فعالیت‌های دانش‌آموزان نتیجه‌ی مناسبی دربر نداشته باشد، در این صورت می‌توان یکی از دلایل آن را به نداشتن ارتباط مؤثر بین فردی در کلاس مربوط دانست.

### روابط بین‌فردی چیست؟

توانایی برقراری روابط بین‌فردی، به ایجاد روابط مثبت و مؤثر فرد

با انسان‌های دیگر کمک می‌کند. یکی از این موارد، توانایی ایجاد روابط دوستانه است که در سلامت روانی و اجتماعی نقش بسیار مهمی دارد. از جمله اجزای مهارت بین‌فردی، همکاری و مشارکت بین افراد است. امروزه و براساس روش‌های نوین و فعال تدریس در کلاس درس، ایجاد حس همکاری بین فراگیرندگان، از جمله راهکارهای ضروری و موردنیاز در فرایند یاددهی - یادگیری به‌شمار می‌رود. لازمی ایجاد چنین حالتی، تدابیر گوناگونی است که باید به واسطه‌ی معلم و مربی در فعالیت‌های گوناگون به کار گرفته شوند. برای مثال، داشتن اعتماد به گروه و کارگروهی، در افزایش رغبت به استفاده از این مهارت مؤثر است. در روزهای اولیه‌ی ایجاد اعتماد، بازی‌های متفاوتی قابل استفاده‌اند تا میزان آشنایی بچه‌ها با یکدیگر بیشتر شود و مفهوم اعتماد به گروه را نیز دریابند. برای مثال، پس از دسته‌بندی دانش‌آموزان به گروه‌های خاص، از هر گروه می‌خواهیم که دایره‌وار بایستند. قطر دایره نباید چندان



بزرگ باشد تا ضریب ایمنی فعالیت بیشتر شود. سپس یکی از افراد گروه در میان دایره می‌ایستد و می‌کوشد بدنش را رها کند و به اطراف بپیفتد، بچه‌ها که دوشادوش هم ایستاده‌اند، می‌کوشند او را بگیرند و به حالت ایستاده برگردانند. این بازی، ضمن آن‌که حالت سرگرمی دارد، به استحکام رابطه در گروه کمک می‌کند و به افزایش اعتماد در گروه کمک می‌کند و به افزایش اعتماد در گروه منجر شود.<sup>۱</sup>

در این باره لازم است ضوابط و شرایط گروه‌بندی در کلاس، براساس اندیشه‌ای متناسب با انتظارات معلم از گروه، شکل بگیرد. برای مثال، در فعالیت‌هایی که لازم است همه‌ی بچه‌ها از هم چیزی یاد بگیرند، بچه‌ها با میل و انتخاب خود گروه را تشکیل دهند و یا زمانی که لازم است تغییری در گروه ایجاد شود، این کار با مشورت و نظر آنان و مجاب کردن آن‌ها با توجه به نتایج به‌دست آمده از فعالیت‌هایشان صورت گیرد. در این باره، مدارسی وجود دارند که محور اساسی فعالیت‌های خود را بر پایه‌ی ایجاد حس همکاری بین افراد قرار می‌دهند. در این مدارس، یکی از مهم‌ترین محورهای اصلی «کمک کردن به یکدیگر و پرستاری یا مواظبت از هم» است. به این ترتیب، بچه‌ها در تمام فعالیت‌های خود، باهم بودن مؤثر را تجربه می‌کنند.

از دیگر نکات مهم در روابط بین‌فردی، به ویژه در دوره‌های پایین‌تر تحصیل، مانند دوره‌ی ابتدایی، نقش الگویی معلم برای دانش‌آموزان است. یعنی معمولاً معلمانی که از مهارت قوی‌تری در برقراری روابط بین‌فردی برخوردارند و می‌دانند چگونه ارتباط با دیگران را آغاز و یا به آن پایان دهند، دانش‌آموزانی با روابط میان‌فردی قوی‌تر خواهند داشت. در این کلاس‌ها، بچه‌ها به‌طور عملی می‌بینند و یاد می‌گیرند که چگونه دوستانی را برای خود برگزینند و یا برای دوستی‌های خود مرز و حد مشخصی تعیین کنند. در صورت لزوم هم به روابط نامناسب و بی‌نتیجه با برخی افراد پایان دهند. توجه به این مهارت، موجب سلامت بیشتری در روابط دانش‌آموزان در دوره‌ی نوجوانی خواهد شد.

## ارتباط مؤثر چیست؟

درون مهارت بین‌فردی، توانایی ارتباط مؤثر است که به ما می‌آموزد، برای درک موقعیت دیگران، چگونه فعالانه به سخنان آنان گوش دهیم و چگونه آنان را از احساس و نیازهای خود آگاه کنیم تا ضمن به دست آوردن خواسته‌های خود، طرف مقابل نیز احساس رضایت کند. برای مثال، پیش از آن‌که شرایط سخت کلاس و یا عقب بودن از برنامه‌ی از پیش تعیین شده‌ی درس معلم را آشفته کند و موجب بدرفتاری‌اش شود، او موضوع را با دانش‌آموزان خود مطرح می‌کند و از آنان می‌خواهد که بیشتر با او همراهی کنند و بیش از روزهای دیگر به برنامه‌ی کلاس توجه داشته باشند. به این ترتیب، معلم توانایی درخواست کمک به وقت نیاز را نیز به دانش‌آموزان خود می‌آموزد. مهارت تقاضای کمک و راهنمایی از دیگران در مواقع ضروری، از عوامل مهم رابطه‌ی سالم است.

برای داشتن ارتباط مؤثر، راه‌های گوناگونی وجود دارند که از مهم‌ترین آن‌ها می‌توان به ارتباط غیرکلامی در کلاس درس اشاره کرد. در ارتباط غیرکلامی، ایما و اشاره، نمایش و حرکت و زبان بدن بیشتر

از کلمات به کار می‌آیند و به ویژه در دوره‌ی ابتدایی، از تأثیر بسزایی برخوردار هستند.

از سوی دیگر، ذات پاک کودکان، شرایطی را فراهم می‌کند که می‌توان بسیاری از شیوه‌های مربوط به مهارت‌های زندگی را از آنان آموخت. مثلاً در یک تجربه‌ی معلمی، «گوش دادن فعال» که از دیگر اجزای مهم در ارتباط مؤثر است، از رفتار یک دانش‌آموز آموخته شده است. این تجربه در ادامه آمده است:

«همیشه احساس می‌کردم معلم بسیار موفقی هستم. شور و اشتیاق زیادی داشتم. همواره در حال انجام فعالیت‌هایی برای بچه‌ها بودم و مطالب را به‌طور کامل و با صدای بلند و گاهی با شعر و آواز توضیح می‌دادم. آن سال، زهرا دانش‌آموز من شد. دختری بسیار آرام که شاید در طول هفته، اگر از او سؤالی نمی‌پرسیدی، اصلاً صدایش را نمی‌شنیدی. یک روز که مشغول توضیح دادن قسمت‌های گوناگون بدن انسان بودم، کوشیدم میزان یادگیری بچه‌ها را از طریق واکنش رفتاری آن‌ها متوجه شوم. از آن‌ها سؤالاتی می‌پرسیدم و می‌خواستم که همه جواب دهند. تقریباً تمام بچه‌ها پاسخ سؤالات مرا با صدای بلند می‌دادند، اما زهرا همراهی نمی‌کرد. فکر کردم بهتر است از زهرا بخواهم به جلوی کلاس بیاید و به سؤالات من پاسخ دهد. به زحمت بچه‌ها را که داشتند همه‌بهم به یکی از سؤالات پاسخ می‌دادند، ساکت کردم. سپس از زهرا دعوت کردم به جلوی کلاس بیاید. سؤالم را از او پرسیدم، زهرا با صدایی آرام ولی مطمئن، پاسخ سؤال را داد. سؤال‌های بعدی و بعدی را هم به خوبی پاسخ داد و هر بار سعی کرد سؤالات مرا با نشان دادن آن روی ماکتی که به کلاس آورده بودم، جواب دهد. با تعجب از او پرسیدم، چرا وقتی از همه می‌پرسیدم، جوابی ندادی؟ زهرا با همان صدای آرام و شیرینش گفت، من داشتم به جواب بچه‌ها گوش می‌دادم و می‌کوشیدم هر قسمت را روی ماکت و یا روی بدن خودم پیدا کنم.

موقع صحبت کردن او، کلاس آرام بود و به نظر می‌رسید گوش دادن به گفته‌های زهرا برای بچه‌ها جذاب و آموختنی است. آن روز من از رفتار زهرا یاد گرفتم که همیشه هیاهو و سروصدا نشانه‌ی یادگیری نیست، بلکه گوش دادن و سکوت هم می‌تواند نشانه و عاملی برای درک بیشتر باشد.»

## کلام آخر

در حرفه‌ی معلمی، مهارت‌های ارتباطی از جمله مهم‌ترین نکات تخصصی هستند که امروزه در دانشگاه‌ها و محافل آموزشی معلمان، به شکل ویژه‌ای به آن‌ها پرداخته می‌شود. منابع متعددی هم در این زمینه تألیف و تهیه شده‌اند که موضوع ارتباط را از دید اثربخشی آن در فرایند یاددهی - یادگیری بررسی و به آن توجه می‌کنند. از این‌رو، مجال اندک یک مقاله برای پرداختن به این موضوع، فرصت کوچکی است که یادآور لزوم مطالعه و بررسی بیشتر توسط معلمان است.

### زیرنویس

۱. بهتر است این فعالیت در فضایی مانند نمازخانه که مفروش است انجام گیرد و هر گروه به نوبت و با نظارت معلم این کار را انجام دهند تا ضریب ایمنی افزایش یابد.