

## جایگاه روابط غیر کلامی در تحکیم بنیان خانواده

آقای سید محمد پاکدامن

در بحث ارتباط مؤثر برخی از عوامل و اولویت‌ها، مواردی است که حالت غیرکلامی دارد و این جلسه بیشتر به این مبحث اختصاص خواهد یافت. پیشتر به روابط کلامی پرداختیم و عرض شد که مثلاً در موضوع ابراز علاقه، زوجین و مخصوصاً آقایان در این مسئله کمتر توجه می‌کنند. نشان دادن علاقه هم سه زمینه را داشت که خدمتتان عرض کردم. یک زمینه اش کلامی است که با کلام باید عنوان بشود که بحث احادیث و روایاتی هم در زمینه بسیار داریم و به‌طورمثال پیامبر اکرم (صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم) می‌فرمایند: به همسرتان زیاد بگویید دوستت دارم.

زمینه دوم، نوازش بود که با عنوان بصری از آن یاد کردیم. و سوم، بحث لمسی بود. در آنجا عرض کردم یکی از راه کارهای ارتباط مؤثر هدیه‌دادن است که جزو روابط غیرکلامی است. مسئله دیگر احساس مسئولیت است. گفته می‌شود مردان این احساس را دارند که گویا مسئولیت‌شان بیرون از خانه و زن مسئولیتش داخل خانه است.

بنابراین گفتم رو به تعاون و همکاری در خانه. در مسئله غیرکلامی این حالت است که در خانه چقدر همکاری داشته باشد، چقدر به مسایل داخل زندگی هم مرد رسیدگی داشته باشد. گاهی اوقات به همسرش کمکی در این زمینه داشته باشد.

نکته دیگری که مطرح کردم بحث مهربانی بود که مهربان بودن بعضی اوقات نیازی به کلام ندارد و جزو روابط غیرکلامی محسوب می‌شود.

مبحث همدلی و تقسیم خوشی‌ها با همسر و مبحث آراستگی و خودآرایی نیز جزو موارد غیر کلامی است..

اینها مباحثی بود که در جلسه گذشته مطرح شده بود و تفکیک نشده بود. این‌هایی که امروز مطرح کردم می‌شود مسایل غیرکلامی در تحکیم روابط زوجین و خانواده و افزایش علاقه است.

### مسایل غیرکلامی در تحکیم روابط زوجین

دو نحوه رفتار و حالت را در انتقال اطلاعات می‌توانیم داشته باشیم که می‌تواند روابط ما با دیگران را نشان دهد. یکی بحث رفتارها و عملکردهای ما است و دوم خود کلام ما که بحث ما امروز روی این نیست و فقط اشاره می‌شود.

تأکید بر این است که کلماتی را که می‌خواهیم مطرح کنیم امری و دستوری نباشد. یعنی جملات مان حالت استبداد رأی را نداشته باشد. ما می‌توانیم مسایلی را که موردنظرمان هست به‌سادگی مطرح کنیم. ولی

وقتی امری مطرح می‌شود لجاجت را به دنبال دارد و جبهه‌گیری و خشم درونی را به وجود می‌آورد. همان را می‌شود به سبک دیگری مطرح کرد.

گاهی اوقات کلامی را داریم مطرح می‌کنیم که بیان ضعف‌ها است. زوجین خیلی از وقت‌ها مشکل‌شان در روابطشان، در عدم تحکیم ارتباط خانوادگی‌شان این است که تماماً روی ضعف‌ها است. تو عیب و ایراد داری، این مشکل را داری و باز این کار را...

خیلی از اوقات نیمه‌خالی را مطرح می‌کنند. بیان ضعف‌های طرف مقابل هم حالت لجاجت، جبهه‌گیری و خشم و بیشتر اوقات تنفر را به دنبال خواهد داشت.

در مبحث کلامی نکته دیگری که می‌توان مطرح کرد و نیاز به توجه دارد بحث مبهم و چندپهلوبودن است. امروزه در تحکیم ارتباط خانواده‌ها باید توجه بشود که سوء تفاهم‌ها را در روابط زوجین از بین ببریم. یک عامل عمده سوء تفاهم‌ها هم این است که می‌گوییم جملات مبهم است. یعنی طرفین مقصودشان را واضح و آشکار و روشن بیان نکرده‌اند. گاهی اوقات وقتی با زوجین صحبت می‌کنیم به آنها می‌گوییم می‌دانید، من در یکی دو جلسه ای که حرف‌های خانمت را گوش دادم، حرف‌های خودت را هم گوش دادم، به این رسیدم که میان شما «مترجم» لازم داریم! یعنی هم او نمی‌فهمد تو چه می‌گویی و تو هم نمی‌فهمی او چه می‌گوید و گاهی هم هر دو یک حرف را می‌زنید. یکی می‌گوید رطب و یکی می‌گوید خرما. هر دو یک حرف را می‌زنید. باید سوء تفاهم‌ها و مبهم و چندپهلوبودن را در کلام کنترل کنیم و آموزش بدهیم.

با این توصیف می‌توان گفت اگر بخواهم بحث کلام را تمام کنم باید بگویم کلام باید صریح باشد، کوتاه، مودبانه باشد، حتماً صحیح و منطقی و عقلانی و درست و با محتوا باشد. از پرگویی، از کلام بیهوده و لغو پرهیز شود. کلام باید خیلی پرمحتوا و در حد کافی باشد.

### درصدهای تأثیر کلام

باید بدانیم خود کلام به تنهایی ۷ درصد تأثیر دارد. این نتیجه یک بررسی علمی است. یعنی همه آن موارد را هم که رعایت کنیم کلام به تنهایی ۷ درصد مؤثر است. نکته‌ای که اینجا پیش می‌آید، اینست که چه کنیم که تأثیر کلام را افزایش بدهیم.

بحث دوم این است که کلام باید همراه با لحن باشد. با طنین باشد. با تن مختلف باشد. با آهنگ باشد، موزون باشد. گاهی اوقات صدا باید بلند بشود، گاهی اوقات کوتاه باشد. گاهی اوقات شمرده حرف بزنیم. گاهی اوقات کوبنده بگوییم. گاهی اوقات مطالب را سکوت کنیم. گاهی اوقات ادامه ندهیم. این می‌شود آهنگین شدن. اگر آهنگین و دلنشین بشود، اگر حالت آرامش‌بخشی را برای طرف داشته باشد خود این کلام با این قسم، ۳۸ درصد تأثیر دارد.

۳۸ درصد تأثیر کلام در این عاملش است. ۳۸ درصد به علاوه آن ۷ درصد می‌شود ۴۵ درصد. پس خود کلام، ۴۵ درصد روی مخاطبمان تأثیرگذار است. حالا چه در زوجین و چه در افرادی که با ارتباط دارند و این ۴۵ درصد در صورتی خواهد بود که حالت تن صدا، آهنگین بودن، موزون بودن و... را داشته باشد.

این ۴۵ درصد کلامی و باقی‌اش ۵۵ درصد است. امروز بحثمان روی آن ۵۵ درصد است؛ یعنی ارتباط غیرکلامی.

این روابط غیرکلامی منحصر در حرکات و اصطلاحاً زبان بدن می‌شود. زبان رفتار، زبانی است که نمی‌خواهد کلام را بگوییم. اگر حرکات موزون باشد، حرکات متناسب در دست‌ها، به جا و به موقع، نگاه‌ها درست باشد، در جای درستش لبخندزدن، در جای درست اخم کردن، حالات چهره را به‌طور کامل نشان‌دادن و اینکه با کلام متناسب بشود و کنار هم قرار بگیرد، این جزو روابط غیرکلامی است. یعنی داریم یک کلامی را با تن خاصی مطرح می‌کنیم، مخاطب یا همسر یا فرد مقابل ما در ما خشم را بفهمد، ببیند، چهره ما باید نشان بدهد. گاهی اوقات انبساط خاطر به او بدهد. این باید متناسب بشود.

اگر تناسبی در این مسئله به وجود آمد، می‌گوییم قسمت احساس را هم با کلاممان منطبق کردیم و در کنار هم قرار دادیم. یعنی احساسات ما را هم باید ببیند. بنابراین با کلام تنها نیست. با گفتن اینکه دوست دارم نیست. طرف مقابل باید این را ببیند و لمس کند و احساس کند.

با تدارک این احساس، روابط زوجین ۵۵ درصد تأثیر می‌شود که با آن ۴۵ درصد قبلی، جمعاً می‌شود ۱۰۰ درصد. حالا هرچه از این ۱۰۰ درصد را بتوانیم بیشتر در ارتباطمان استفاده کنیم موفقیت بیشتری داریم.

نکته‌ای که در اینجا مطرح شد اینکه کلام به تنهایی می‌شود ۷ درصد، همراه با تن و آهنگین درست و موزون می‌شود ۴۵ درصد، با حرکت متناسب با کلام (چهره، فیزیولوژیک بدن، نوع نشستن، نگاه کردن و...) می‌شود ۵۵ درصد که در مجموع ۱۰۰ درصد تأثیر ارتباط مؤثر و منطقی است که باید آن را کسب کنیم. امروز محور بحثمان حرکات و زبان رفتار است و خواهیم گفت که چه رفتاری داشته باشیم تا تأثیرمان بر مخاطبان و زوجین بیشتر شود.

ممکن است بپرسید اگر کلمه دوست دارم را نگوییم ولی با رفتار نشان بدهم چطور است؟ یعنی بعضی اوقات هست که فرد می‌گوید من دوستش دارم ولی این جمله در قلبم هست. پاسخ می‌دهیم این قابل قبول نیست. ولی اگر بتواند این را با رفتارش به‌طور کامل نشان بدهد می‌شود ۵۵ درصد مؤثر. آن ۴۵ درصد را ندارد. باز یک ضعفی هست. حداکثرش را بخواهیم داشته باشیم باید این سه عامل با هم ترکیب بشود: خود کلام، نوع بیان (دلنشین و نوازش‌گرایانه بودن کلام) با حرکاتی که آن را نشان بدهد می‌شود ۱۰۰ درصد. ولی اگر هر قسمتش نباشد همان درصدش را از دست می‌دهیم.

بحث امروز، توضیح قسمت سوم یعنی حرکات یا زبان غیرکلامی و ارتباطات غیرکلامی است. ما ارتباطات غیرکلامی را برای ارتباط بهتر و بیشتر با دیگران لازم داریم. اگر اینها را ترکیب نکنیم ارتباطمان با دیگران ۴۵ درصد مؤثر می‌شود. لذا مجبوریم از این برای ارتباط بهتر با زوجین و همسر استفاده کنیم. در جامعه و دوستان و همکاران هم همین طور.

نکته‌هایی که مطرح می‌شود به صورت تیتروار عرض می‌کنم و هر قسمت را که لازم بود بیشتر بحث می‌کنم.

### نوع نشستن

نوع نشستن در مقابل طرف و با هم صحبت کردن تأثیر بسیار زیادی دارد. چند نمونه را عرض می‌کنم. رو به رو بودن و چهره به چهره نشستن و با فاصله کم نشستن، نگران‌کننده و اضطراب‌زا و خطرناک است. در کنار قرار گرفتن هم مناسب نیست.

بهترین نوع نشستن و صحبت کردن با زاویه است. این بهترین حالت صحبت است. اگر دقت بفرمایید در مسایل مشاوره‌ای و روانشناسی، بهترین نوع ارتباط به وجود می‌آید معمولاً مراجع رو در رو نمی‌نشیند. با یک زاویه ای صندلی‌ها دارند. که حداکثر حدود ۹۰ درجه است. این بهترین حالت در نوع نشستن است. اگر ما رو در روی هم بنشینیم، برای هم نگران‌کننده می‌شویم. نمونه‌ای را بگویم. شما رو در روی همدیگر در یک فضای بسته و کوچک مثل آسانسور قرار می‌گیرید. آیا می‌توانید به هم نگاه کنید؟ در آسانسور نمی‌شود به هم نگاه کرد و همه به پایین نگاه می‌کنند. ولی وقتی می‌خواهیم برویم بیرون سری بلند کرده و به هم نگاه می‌کنیم. چون خیلی به هم نزدیک هستیم. این نگاه در این ارتباط، فشرده می‌شود. اگر در کنار یکدیگر، منظور بغل نیست، حتی پشت‌بودن بسیار بدتر است. ولی اگر با زاویه نشسته باشد بهترین حالت در ارتباط مؤثر است و حالت روحی و روانی انسان تأثیرگذاری‌اش زیاد خواهد شد.

متهم را همیشه رو به رو می‌نشانند و خیلی هم فاصله‌اش را کم می‌کنند و نزدیک به میز و مسلط به میز می‌گذارند تا فرد درست در حالت مقابل باشد. در این حالت فشار روانی روی فرد زیاد می‌شود و نمی‌تواند خودش را کنترل کند و ما با این کار قدرت تصمیم‌گیری را از او می‌گیریم. این فشار منجر می‌شود به اینکه زوجین از هم دور شوند و به تدریج فاصله می‌افتد که این مسئله نگران‌کننده است و باید به آن توجه بیشتری کرد.

نکته دیگر در ارتباطات غیرکلامی، داشتن مهارت و خُبرگی خاص است. این واقعاً یک مهارت است. اگر در این مسئله خوب آموزش ببینیم و یاد بگیریم و بتوانیم از آن استفاده کنیم چند تا نتیجه می‌توانیم بگیریم.

آن نتایج مورد نظر الان برای ما مهم است و در ارتباط غیرکلامی زوجین این مسئله را می‌خواهد بگوید. اولین اثر مثبتی که خواهد داشت ارتباط بیشتر و بهتر و کامل‌تر است.

نکته دیگری که خیلی مؤثر خواهد بود، جذب طرف مقابل است. یعنی اگر بتوانیم در ارتباطات غیرکلامی آگاهانه و خبره وارد شویم و از آن استفاده کنیم، می‌توانیم طرف مقابل را مجذوب خود کنیم. این قدرت جذب به وجود بیاید ارزش خواهد داشت و می‌توان از آن استفاده‌های زیادی کرد.

نکته سوم تشخیص اختلاف‌نظرها، سوءتفاهم‌ها و تعارضات است. ارتباط غیرکلامی این را نشان می‌دهد، چیزی که در کلام ظاهر نمی‌شود. این تعارض هرگز در کلام بروز نمی‌کند یعنی در کلام به ما نمی‌گوید دچار سوءتعبیر شدم. در کلام اختلاف‌نظرش را با ما عنوان نمی‌کند ولی در غیرکلامش این را نشان می‌دهد. این خبرگی را باید داشته باشیم که بفهمیم حرفی که می‌زنیم اختلاف‌نظر دارد یا ندارد؟ این را تشخیص داد یا نداد؟ دچار سوءبرداشت یا سوءتفاهم شد یا نشد؟ در ارتباط غیرکلامی اینها را از چهره می‌توان دریافت.

از فواید تشخیص این است که ما می‌توانیم از توافق او با خودمان آگاه شویم و این احساس دلگرمی برای طرفین ایجاد خواهد کرد.

در بحث ارتباطات غیرکلامی که می‌توانیم با مخاطبانمان داشته باشیم و مخصوصاً بین زوجین به وجود بیاید مسایل مختلفی در آن نقش دارد. یکی لباس، آرایش، پوشش، و حتی عطری که استفاده می‌کند مؤثر است. درباره آراستگی ظاهری، احادیث فراوانی داریم.

این آراستگی ظاهری و پوشش مناسب و حالت بدن، ۵۰ درصد تأثیرگذاری غیرکلامی را افزایش می‌دهد.

ظاهر فرد در همان ابتدا مخاطب را مجذوب می‌کند و طرفین نتیجه می‌گیرند که این فرد را قبول دارم یا ندارم. حتی عینک فرد هم باید متناسب باشد، باید به چهره بیاید و گرنه پس می‌زند. بنابراین وضعیت فیزیکی ظاهری و چهره مؤثر است.

از موارد دیگر راهکار ارتباط مؤثر، آراستگی و خودآرایی است. خودآرایی زن باید برای شوهرش زیاد باشد. باید حالتی داشته باشد که وقتی شوهرش از درب منزل وارد می‌شود جذب او شود و ببیند. این نیاز به کلام ندارد، خودش همه حرف‌ها را می‌زند و هیچ کلامی لازم نیست.

حالت‌های فیزیولوژیکی و جسمی که در این ارتباط وجود دارد. حرکات دست در ارتباط با دیگران ضروری است. این حرکات باید آرام باشد و جالب این است که اگر متوازن باشد و از هر دو دست استفاده شود بهتر است. حرکات آرام دو دست.

نکته دیگری که در ارتباط مؤثر است صاف‌ایستادن یا صاف‌نشستن است. یعنی بدن نباید قوز داشته باشد. اگر حالت قوزکرده را در نشستن داشته باشد ارتباط کم می‌شود. ارتباط نقص دارد. پذیرش کم می‌شود. طرف مقابل احساس ضعف می‌کند و آدم ضعیفی دیده می‌شود. اینکه سر را بالا نگه ندارد یا اینکه گردن پایین افتاده باشد، در ارتباط مؤثر مهم است.

## نگاه نافذ و ثابت

نگاه نافذ و ثابت ارتباط چشمی است. ما افرادی داریم که اعتماد به نفسشان پایین است ارتباط چشمی خوبی ندارند. حتی در درمان افرادی که برای اعتماد به نفس و عزت نفس آمده‌اند بگویید موقع صحبت حق نداری نگاهت را برداری؛ یعنی «چشم در چشم» باشد.

اما این اشتباه نشود. خیره‌بودن در فرایند نگاه کردن نقص است. نگاه نافذ و ثابت داشتن ارزش است و ارتباط غیرکلامی خوبی را می‌رساند، ولی اگر نگاه حالت خیره داشته باشد طرف پس می‌خورد. پس باید در نگاه کردن رعایت بشود و دقت داشته باشیم.

لبخندزدن، در حالت فیزیولوژیکی یا چهره، عامل بسیار مؤثری است. چهره نباید عبوس باشد، یعنی حالت چهره نباید گرفته باشد. مثلاً در خیابانی راه می‌روید و دقت ثابتی روی فردی که از رو به رو می‌آید ندارید و از شما دور است. با خود می‌گویید این فردی که دارد می‌آید، می‌خواهید از او ساعت بپرسید. سرتان را بلند می‌کنید، چهره‌اش را می‌بینید؛ ولی ناگهان پشیمان می‌شوید و ساعت را نمی‌پرسید. چرا؟ چون متوجه شدید که او عبوس است و احساس کردید نمی‌شود با او ارتباط برقرار کرد. ارتباط غیرکلامی این قدر مؤثر است که همان لحظه اولی که او را می‌بینم نمی‌توان با او صحبت کرد. او اهل صحبت نیست. صحبت با او فایده‌ای ندارد و ارزشی ندارد.

«دو صد گفته چون نیم کردار نیست.» کردار همان حالت شما است. شما دویست بار هم که بگویید دوستت دارم؛ ولی این را در چهره‌ات نشان ندهی فایده‌ای نخواهد داشت. یک بار همان را با همان حالتش بگو و با آن تن صدایش بگو و با نشان دادن با حالت غیرکلامی‌اش کافی است و به دلش می‌نشیند.

نکته‌ای که اینجا مطرح می‌شود در ارتباط با این مسئله و موضوع غیرکلامی، دست‌دادن است. در تربیت اسلامی هم سفارش داریم که مؤمنان وقتی همدیگر را ببینند، دست بدهند و احوالپرسی و مصافحه کنند. مسایلی که در روانشناسی هم روی آن بحث است و باید با دست‌دادن ایجاد ارتباط کرد. که در مورد زوج و زوجین این به صورت مجزا و خیلی خاص اشاره می‌کنم.

نکته دیگری که در فرایند صحبت به وجود می‌آید، این است که باید طرف مقابل از گفته ما احساس خرسندی و خوشحالی داشته باشد و لذت ببرد. این را باید احساس کند و تأثیر غیرکلامی است. با چهره باید این را نشان دهیم که از اینکه با هم حرف زدیم و تو را دیدم و با تو صحبت کردم احساس خوبی دارم و شادابم. این می‌شود سرزندگی زوجین.

سؤال: اگر با کسی صحبت کنیم و بخواهیم بفهمیم که از صحبت با ما لذت برد یا نه چه نکاتی را باید در چهره اش ببینیم؟

نکته دیگر در بحث ارتباط غیرکلامی، فاصله طرفین در گفتگو است. گاهی اوقات ما با فردی سرو کار داریم و صحبت می‌کنیم که از نظر جثه، قد، وضعیت فیزیولوژیکی‌اش با ما متناسب نیست. وقتی که

مخصوصاً قدها با هم مختلف است، قد بلند و قد کوتاه این حالت پیش می‌آید. یک آقای قد بلند و خانمش قد کوتاه دارد. اینها نباید خیلی نزدیک هم بایستند و با هم صحبت کنند. چون فرد قدکوتاه معذب است. فرد قدکوتاه حالتی را دارد که گویا سلطه‌جویی است روی او. زیر سلطه است، تسلط است که این حالت برای او خطرناک می‌شود. باید از او فاصله گرفت.

اگر شما با کسی که قد بلندی دارد صحبت کنید گردن‌تان اذیت می‌شود و سخت است. با رعایت کمی فاصله در ایستادن می‌تواند متناسبش کند.

لذا اگر طرف مقابل ما احساس ذلت و حقارت می‌کند بهتر است خیلی نزدیکش نایستیم، چون هرچه بیشتر به او نزدیک می‌شویم او بیشتر احساس ترس و حقارت می‌کند و ضعفش بیشتر می‌شود.

در مورد حریم ارتباطی میان خانواده و فامیل نزدیک، تا ۵۰ سانتی‌متر هم می‌شود نزدیک بود. یعنی بین پدر و فرزند و بین زن و شوهر، فاصله حتی تا ۵۰ سانتی‌متر هم نزدیک هم قرار بگیرند بلامانع است. همین را بین دوستان و همکاران نزدیک فاصله می‌شود بین ۵۰ تا ۸۰ سانتی‌متر است. در بین آشنایان (غیر از دوستان) می‌شود بین ۸۰ تا ۱۲۰ سانتی‌متر. بین بیگانه‌ها، فاصله حدود ۱۵۰ سانتی‌متر بهترین حالت جواب‌دهی را دارد.

حالا اگر سراغ بیگانه بیاییم و فاصله را خیلی نزدیک کنیم، احساس خوشایندی نخواهد داشت. یک مثال فرهنگی می‌زنیم. اگر وضعیت فرهنگی ما ایجاب می‌کند نامحرم و محرم، یک مرد با یک زن نامحرم وقتی می‌خواهد ارتباط داشته باشد و صحبت کند باید فاصله‌اش دور باشد و نباید خیلی نزدیک به هم بایستند چون بیشتر دچار فشار روحی می‌شود و آزارش می‌دهد و ارتباط به هم می‌خورد. این مسئله درباره فردی که به‌عنوان خواستگاری می‌رود، نیز کاربرد دارد.

نکته دیگر در ارتباط غیرکلامی، گوش‌سپاری به پیام و گفته‌ها و صحبت‌های طرف مقابل است. باید تمرکز داشته باشیم. شما همیشه این حکمت را می‌گویید: «مستمع صاحب‌سخن را بر سر ذوق آورد.» در نتیجه، مستمعان خسته و کسل، مستمعان بی‌حال، مستمعانی که خودشان را با موبایلشان سرگرم می‌کنند، در سخنرانی شما اختلال ایجاد می‌کنند و حتی سخنرانی‌تان هم بی‌تأثیر می‌شود.

یک قانونی را که در روانشناسی داریم خدمتتان عرض می‌کنم. زن بسیار دوست دارد صحبت کند، بیشترین کانال ارتباطی زن با شوهرش می‌شود صحبت کردنش، می‌خواهد حرف بزند. نمونه‌ای را عرض می‌کنم. امتحان کنید. اگر وارد خانه بشوید و به همسرتان بگویید که از صبح چه خبر؟ به اندازه یک کتاب برایتان حرف می‌زند. یک ریز حرف می‌زند. همه چیزها را تشریحی و دقیق می‌گوید.

از یک مرد پرسید که از صبح تا حالا چه خبر؟ می‌گوید هیچی، رفتم سر کار و برگشتم. کل کلام همین است. چه خبرا بود؟ خبری نبود. مثل همیشه. باید به پیام زن دقت کرد. هم به خود پیام‌دهنده و هم به پیامش. باید روی حرف‌هایش تمرکز کرد و گوش داد.

مثال دیگری می‌زنم. می‌گویند خدا یک زبان و دو گوش داده برای اینکه دوبرابر گوش دهیم. برای زن این مسئله مهم است. باید مردش خیلی گوش دهد. این ارتباط غیر کلامی می‌شود. این گوش دادن تمرکز می‌خواهد. سکوت مطلق کنیم. پاسخ کوتاه بدهیم که گاهی با سرتکان دادن است، لبخند است، با یک نگاه است، با یک حالت به خود گرفتن است. یعنی با او همدلی کرده‌ای. این ارتباط مؤثر غیر کلامی می‌شود.

گاهی اوقات با یک پاسخ کوتاه مثلاً «آهان» یا متوجه‌ام، واقعا درک می‌کنم، خیلی سنگین بوده. گاهی اوقات با انعکاس احساسات او است. خیلی برات سخت بوده، خیلی اذیت شدی.

گاهی اوقات با انعکاس کلمه خودش است به او: گفתי خیلی اذیتت کردند. یعنی گاهی اوقات هست اینها مسایلی است که می‌تواند خیلی کمک کننده باشد و اگر به دقت گوش دهیم و به دقت به حرف‌هایش تمرکز کردیم.

اگر بخواهیم ارتباط مؤثری را ایجاد کنیم، می‌توانیم به خانم خلاصه حرف‌هایش را بگوییم. این نوعی توجه کردن به اوست. مثلاً از یک مبحثی که بیان می‌شود، یک قسمتی که گفته می‌شود، به او می‌فهمانیم و داریم به او می‌گوییم من می‌دانم و متوجه هستم که چه گفתי. این جوری بوده و این مسئله انجام شده، پس رسید به اینجا و... این خلاصه کردن ما شاید ۳۰ ثانیه طول بکشد. در این صورت او متوجه می‌شود ما به حرف‌هایش گوش داده‌ایم.

زنان حدود هشت تا ده برابر مردان حرف می‌زنند و قدرت تکلم‌شان بالا است. آنها به لحاظ وجودی، اگر خالی نشوند، سرد و بی‌روح و کسل می‌شوند؛ لذا باید حرف بزنند. حالا گاهی اوقات هست که ما می‌توانیم یک میزانی از این قسمت را تشویق کنیم تا او بیان کند، ما به او کمک کرده‌ایم. یک میزانش هم با همان تلفن زدن است، مقداری از آن نیز با نحوه ارتباطات اجتماعی‌اش است.

یک اتاقی را در نظر بگیرید، در آن ۵ یا ۶ یا ۱۰ تا خانم هستند. یک اتاق را هم در نظر بگیرید که در آن چند آقا هستند. شما بیرون بایستید و به آن گوش بدهید. اصطلاحی که از قدیم بیان شده: حمام زنانه! یکسره حرف می‌زنند، همه‌شان حرف می‌زنند و یک قدرتی هم دارند که ما مردان نداریم. یک زن توانایی این را دارد که همزمان (البته در همه‌شان مثل هم نیست ولی در اکثرشان هست) به شش نفر به‌طور دقیق و منطقی جواب دهد. شش نفر همزمان با او صحبت می‌کنند و همه هم می‌فهمند.

به لحاظ وجودی، این میل در مردان وجود ندارد. یعنی شما اگر به من گوش دهید و دوست‌تان هم حرف بزند شما نمی‌توانید بفهمید که او چه می‌گوید. می‌فهمید که حرف می‌زند ولی تشخیص نمی‌دهید و درکش نمی‌کنید. این غیرممکن است. ولی در زنها تا چند نفر را می‌توانند همزمان به همه گوش دهند و به همه هم جواب منطقی و درست بدهند.

خوب این زن چه کند؟ این خلقت و ذاتش است. اگر غیر این باشد در واقع در این قسمت متناسب نیست. اینجا باید تخلیه ایجاد بشود و نیاز به کلام دارند.



یک مسئه بسیار حساسی که در خانواده‌های امروزی وجود دارد و خانواده‌ها را دچار آشفتگی و ضعف کرده این است که زن می‌گوید: این آقا صبح تا شب که نیست، شب هم که می‌آید یا تلویزیون نگاه می‌کند یا در اینترنت کارهای تحقیق و پژوهش و چت کردن دارد یا روزنامه می‌خواند. من که همسر ندارم. این برای من چی دارد؟ زنان به ارتباط نیاز دارند و بخشی از این ارتباط، گوش دادن است. نکته دیگری که در اینجا لازم است و باید به آن توجه کرد، برداشت‌های خود را در امتداد به طور خلاصه بیان کنیم. برای کنترل اینکه حرف‌هایش خیلی ادامه پیدا نکند، یعنی جلو دوباره‌گویی را بگیریم، چون پراکنده‌گویی خیلی دارد، دوباره‌گویی هم خیلی دارد و این افزایشش می‌دهد. خلاصه‌کردن مطالب، خوب! شما گفتید که این موضوع اتفاق افتاده و این کار انجام شده و و اینطوری شده. یعنی این دیگر تمام شده است. به طور غیرمستقیم می‌گویید من این را فهمیدم. متوجه شدم. موضوع بعدی را بگو. یا می‌شود موضوع را جمع‌بندی کنیم که در نتیجه مقداری از دوباره‌گویی و پراکنده‌گویی جلوگیری شود.

اگر یک زن غیر این باشد، طبیعی نیست. یک مرد هم غیر از این باشد طبیعی نیست. خصوصیات شخصیتی گاهی اوقات وجود دارد که یک مرد یک خصوصیات شخصیتی‌اش بیشتر به سمتی از جنس مخالفش پیش رفته است. در مسئله فیزیولوژیکی، جسمانی، مسئله جنسی، مسئله اخلاقی، عاطفی و کلامی این بروز دارد. این یک نقصی است که در خصوصیت شخصیتی‌اش است. شخصیت را هم اگر بخواهیم تغییر بدهیم روان‌درمانی می‌خواهد.

توجه را هر دو جنس لازم دارد ولی اگر مرد به اندازه آن زن دوست داشته باشد که حرف بزند منطقی نیست. درمانش روان‌درمانی و کنترل خودش است. اگر او تمرین و تکرار کند در درازمدت جواب می‌گیرد. عادت می‌شود. به یک شیوه عادت کرده که اگر بخواهیم ترکش بدهد، در ابتدا سختی دارد و باید کنترل شود. بعد که عادت کرد ۲ تا ۶ ماه طول می‌کشد تا درمان بشود. درمان قطعی در روان‌درمانی انجام می‌شود. خانم‌ها خیلی اهل گفتن هستند و گفتگوی‌شان بیشتر است؛ اما خیلی اهل شنیدن نیستند. این قانون آنها است. ولی اگر شما بخواهید حرف بزنید و او گوش کنید، او تداخل می‌کند و وارد حرف می‌شود. بعضی اوقات تمرین برای خانم‌ها داریم. در مشاوره‌ها و روانشناسی به آنها می‌گوییم در هفته‌ای فقط ۳۰ دقیقه وقت بگذار و کاغذ بردار و هرچه همسرت می‌گوید فقط یادداشت کن و در آخر هم به هیچ عنوان حق نداری توجیه کنی، توصیف کنی و حرف بزنی! این یک تمرین بسیار سنگین برای خانم است. چون دارد دیوانه می‌شود. من باید حتماً اینها را بگویم. هر لحظه که مرد چیزی می‌گوید او می‌خواهد بپرد و بگوید که نه این طور نبود. هفته‌ای ۳۰ دقیقه وقت بگذار و این تمرین را انجام بده تا خود را کنترل کنی و حرف شنوی هم داشته باشد. در روان‌درمانی تمرینات مختلف این‌چنین دارند.

نکته بعد که در بحث ارتباط غیرکلامی و اختصاصاً در بین زوجین قرار دارد، بحث تماس بدنی است. اگر دقت کنید مخصوصاً در اوایل ازدواج حتی در یک طلبه هم این مسئله صدق می‌کند که گاهی اوقات به ما مشاوره کرده و از ما می‌پرسند که این کار را بکنیم یا نکنیم؟ خانم می‌گوید می‌خواهم در خیابان که با هم راه می‌رویم، دستت را بگیرم. این یک تماس جسمی است که زیبا نیست. در آنجا در کنار خیابان، در یک جمع، در یک شخص ملبس یک مقداری زندگی دارد.

اما این تماس چرا در خانه هم نباشد؟! ارتباط بسیار قوی غیرکلامی تماس جسمی می‌شود. با گرفتن دستش در دست خود همه چیز بیان شد، همه چیز گفته شد، همه محبت بود و عشق و صمیمیت و... که در کلام بود در اینجا لازم نبود. بعضی اوقات در اینجا زن هم دیگر خیلی نیاز به کلام ندارد. در تماس‌های جسمی تأکید کردم در قسمت قبلی، نوازش، زن نیاز به نوازش دارد. من کودکی او گاهی اوقات به قدری قوی می‌شود که، یک بچه را تصور کنید، دوست دارد بغلش کنیم، نوازش کنیم، نوازش کنیم. این در انسان‌های بزرگ هم هست. مخصوصاً چون زن بیشتر احساساتی است، این مسئله بیشتر در او صدق می‌کند.

ارتباط غیرکلامی بین زوجین بحث نوازش گرایانه بودن است. دست کشیدن است، سرش را نوازش کردن است، می‌گوید سرت را روی شانه من بگذار تا من گریه کنم، زن باید هق‌هق بزند، درد دل کند و نوازش بشود. این نیازش است.

نکته بعدی در ارتباطات غیرکلامی، آرامش داشتن در هنگام گفتگو است. گفتگوی با یکدیگر را با آرامش داشته باشیم. این آرامش به ارتباط کمک می‌کند. منظور از آرامش چیست؟ دقت کنید، گاهی اوقات ما می‌خواهیم با طرفمان صحبت کنیم، همسرمان یا طرف دیگر. راه می‌رویم، خودکارش را به میز می‌زنند، در حین صحبت پاهایش را تکان می‌دهد، هر حالتی اعم از این می‌شود اضطراب، خشم، فشارهای روحی و روانی. اگر آرامش در گفتگو نداشته باشیم در پاهای خود، دست‌های خود و حتی در حرکات سر، سر خیلی مناسب است که حرکت داشته باشد اما اگر زیاده روی شود نشانه اضطراب است. هرچه نشانه‌ای از آرامش داشته باشیم ارزش خواهد بود و هرچه نشانه‌هایی از آشفتگی روحی ما باشد، مشکل ایجاد می‌کند.

نمونه دیگری در ارتباطات غیرکلامی، تنفس آرام در خلوت و جلوت است. شما با کسی صحبت می‌کنید، اگر نفس‌های تند و سریع می‌شود، نشان می‌دهد که نگران است و این آرامش تو را هم به می‌زند. بنابراین حتی تنفس او باید آرام باشد.

البته بدانیم که اگر با کسی که دعوا و حتی فحاشی می‌کند، ما با آرامش برخورد کنیم، این یک ارزش است و گویا می‌خواهیم که او هم آرام بشود و دیگر به هم نریزد. اما اگر این نحوه سکوت ما با چاشنی پوزخند باشد، او احساس می‌کند که داریم مسخره‌اش می‌کنیم. لذا بیشتر عصبانی می‌شود. این را در حرکات ما می‌بیند و متوجه می‌شود که ما چه کاری انجام می‌دهیم.

چند نکته را صورت تیتروار و کوتاه بگویم.

### نشانه‌های منفی در رفتار

تماس چشمی محدود: باید وقتی همسر دارد صحبت می‌کند نگاهش کنیم.  
تکان دادن سر به صورت سریع: اگر این جابه‌جا شدن و تکان سر به صورت پذیرش باشد اشکالی ندارد؛  
وگرنه مسخره‌گی می‌شود.

نشستن یا ایستادن در جهت مخالف: بگو تو صحبتت را بکن، پشتت را از او می‌کنی! او صحبت کند.  
این نشانه منفی رفتار است.

مالش دست‌ها به هم، خاراندن سر و گردن و مشغول خودبودن؛ طوری که اصلاً به حرف‌های او گوش  
ندهید. این حالت‌ها منفی است.

گاهی اوقات انقباض، مشت کردن دست، پنجه، فک‌ها روی هم فشار داده، اخم کردن، انقباضات  
ماهیچه‌ای، بی‌قراری، گول می‌زند، معطل است که می‌خواهد برود. بیرون کار دارد. بی‌قرار است. پا به زمین  
کوبیدن،

پوشاندن قسمتی از چهره، گاهی اوقات طرف دارد صحبت می‌کند، و شما جلو دماغ و دهنت را  
می‌گیری؟ چرا دستت را جلو صورتت می‌گیری؟ این یک حالت منفی در زبان رفتاری است. این کلام را  
قطع می‌کند. ارتباط را حذف می‌کند. می‌تواند فقط در یک صورت چهره را، چانه را گرفتن و دست به چانه  
گذاشتن بلامانع است، اما نه به حالت تمسخر، بلکه به حالت دقت داشتن.

گرفتن چهره خطرناک است و ارتباط را قطع می‌کند. به دوروبر نگاه کردن، به سقف نگاه کردن، به  
آسمان، با این کارها تماس فیزیکی از بین می‌رود. چرخیدن به دوروبر، گول‌زدن، این طرف و آن طرف  
رفتن، تماس چشمی را قطع می‌کند. با سرعت نفس کشیدن، نشان می‌دهد که خسته شده‌ام و ادامه نده.  
هرچه عکس این حالت‌ها را داشته باشیم می‌شود نشانه‌های مثبت زبان رفتاری که می‌توان از آن  
استفاده کرد و نتیجه مثبت هم خواهد داشت.

دو سه تا نکته را مطرح می‌کنم. دو بیت شعر در ارتباط با بحث زبان غیرکلامی یا زبان رفتار، از  
فردوسی و سعدی می‌گویم:

بزرگی سراسر به گفتار نیست      دو صد گفته چو نیم کردار نیست

و سعدی:

گر بگویم که مرا حال پریشانی نیست      رنگ رخساره خبر می‌دهد از سرّ درون  
سرّ درون را می‌فهمد. امکان ندارد ما انسان‌ها وقتی روبه روی هم قرار می‌گیریم ندانیم که در درون دل  
طرف گفتگویمان چه می‌گذرد. خوشش می‌آید یا نه؟ در درونش علاقه‌ای هست یا نه؟  
مثلی را داریم: «چو از دل برآید بر دل نشیند»

او از دل برآمدن را می‌بیند. این غیرکلامی است. هرچند که بارها هم بگویند که من از تو خوشم می‌آید و دوستت دارم؛ اما کافی نیست و باید مسایل غیرکلامی اش هم دیده شود.

آخرین نکته هم در فرمایش امام صادق (ع) است که می‌فرماید:

«کونوا دعاة الناس بغير السنتکم»؛ یعنی مردم را به غیر از زبانتان دعوت کنید. این اصل است. حسن تأثیر ارتباطی فقط با زبان نیست. به غیر زبانتان مردم را دعوت کنید. گویا معصوم دارد توصیه می‌کند، از شعار بپرهیزید؛ زیرا شعار فایده‌ای ندارد.

این نکته را می‌شود از نظر روانشناسی هم اثبات کرد، از نظر علمی هم اثبات می‌شود. دلیل دارد که خدمتتان عرض می‌کنم.

به آنچه که می‌خواهیم و می‌گوییم باید عمل کرده و نشان بدهیم. و تأکید هم می‌کنم که مطمئن باشید که آنچه که در غیرکلامی خود عنوان می‌کنیم و نشان می‌دهیم و ابراز غیرکلامی می‌شود یا رفتاری نشان داده می‌شود تأثیر بیشتری دارد.

دلیل آن هم یک دلیل علمی است. کلامی را که می‌گوییم به نیمکره راست مغز فرد می‌رود. قسمت ثبت اطلاعات کلام نیمکره راست مغز است. و تصویر و آنچه را که نمایش داده می‌شود، آنچه را می‌بیند و مشاهده می‌کند غیرکلامی، در نیمکره چپ مغز انسان نقش می‌بندد و شکل پیدا می‌کند.

نیمکره چپ مغز انسان نسبت به نیمکره راست همیشه پایدارتر است. همین حالت را در بحث آموزش دارید می‌بینید. ما از فیلم، یا کودک‌مان از برنامه کودک تأثیرش بیشتر است تا کلام. چون آن در نیمکره چپ مغز ذخیره می‌شود و این در نیمکره راست. پس تأثیرش در آنجا بیشتر است و می‌توان مؤثر هم باشد.

و آخرین نکته هم در این ارتباط خدمتتان مطرح می‌کنم، اگر فقط بحث صحبت باشد و کلام باشد، ماندگاری‌اش در نیمکره راست مغز انسان، حداکثر ۲۰ درصد است ولی آن قسمت خیلی بیشتر است و می‌تواند ارزشمند باشد که به مسایل غیرکلامی توجه بیشتری هم بشود. غیرکلام شامل زبان احساسات، و کلام زبان منطق است. کلام تأثیرش کمتر است، احساسات همیشه تأثیرش در این قسمت در مسایل ارتباطی بین زوجین بیشتر خواهد بود.

نکته دیگر اینکه توجه به عاطفه زن، نوعی سرمایه‌گذاری است؛ زیرا سبب می‌شود کمبودهای مالی شوهر تحمل‌پذیر شود. بسیاری از زن‌ها با کمترین امکانات مادی، با کمترین وضعیت حقوقی و با فشارها و سختی‌ها و معضلات اقتصادی همسرش در صورتی که این قسمت عاطفی درست باشد، می‌سازد. اینکه گفتم بسیاری، واقعاً بالای ۹۰ درصد است. مگر تعداد اندکی که هدفشان از ازدواج، مسایل مادی است.

آقایان بسیاری داریم که می‌گویند من در زندگی چه کم گذاشته‌ام؟ راست هم می‌گویند؛ اما باید بدانند برای عامه زنان، توجه به احساسات عاطفی در اولویت است.

یکی از راهکارهای ارتباط مؤثر با همسر بحث «صداقت» است. صداقت پایه زندگی است. اما باید بدانیم هر راست گویی، گفتنش واجب نیست! در روانشناسی مشاوره‌ای بارها شده که به خانم گفته‌ام در این قسمت صداقت معنا ندارد. بیاید به تو بگویم امروز بدهی دارم و یا با طلبکارها درگیر شدم که تو به چه برسی؟ تو متشنج می شوی بچوات هم اذیت می شود. لازم نیست این را بگوید. این صداقت نیست.

اما دانستن کلیات شغل و کسب و درآمد و رفت و آمدهای شوهر لازم است. اینها را بدانند ولی همه امور را نه. گاهی اوقات فرد می گوید من نمی دانم درآمدش را کجا خرج می کند؟ می گویم زندگی ات تأمین هست؟ می گوید بله. مسکن، خوراک، پوشاک، درمان، امکانات فراهم است؟ می گوید بله. این را می توانیم بپذیریم. می شود هضم کرد. حتی آن فرد اینجا را لازم دارد، اما نمی دانم، حتی بقیه پولش را برای خودش پس انداز کرده، قایم کرده، به پدر و مادرش کمک کرده است. اینها را می شود پذیرفت. ولی زمانی به مشکل می رسیم که چراغی که به خانه رواست به مسجد حرام می شود.

پرسش و پاسخ

سوال: اگر بخواهیم موضوع پژوهشی از این نکات در بیاوریم، با اولویت، ارزش های کاری، می توانید یک تعدادی موضوع پژوهشی به ما بدهید.

پاسخ: اولویت های پژوهشی در موضوعی که مطرح کردم ۲۹ مورد مطرح شد. اولویت اول کمبود مسایل عاطفی است. بیاید در این زمینه صحبت کنیم. مسایل عاطفی بین زوجین دو قسمت می شود. مسایل کلامی و مسایل غیرکلامی که روی هر دو قسمت می توان کار کرد و من نمی توانم بگویم اولویت اول خانواده امروز این است ولی یک اولویت مهم است. هر کدامش را اگر ما بگوییم که به عنوان یک اصل در نظر بگیریم، بله، جای خودش را دارد، نقش خودش را دارد.

این مسئله خیلی اساسی می تواند باشد. یعنی فشارهایی که امروزه در خانواده ها روی زندگی هاشان آمده، مسئله روابط فرزندناشویی و ارتباط خارج از چارچوب زندگی است. این مسئله از نظر شرعی در مورد زنی که این رابطه را داشته باشد مشکل است. ولی در مورد مرد هم مشکل زا شده است.

مسئله اعتیاد هم یک موضوع مهم است. در مورد بحث خانواده ها، و اینکه فرد وابستگی شدید به خانواده اش دارد. شما در مسایل اولویت های پژوهش این مسئله را مطرح می کنم. می گویم با یک خطبه عقد و ازدواجی که انجام می شود یک خطبه طلاق را هم باید همزمان زوجین انجام دهند و آن طلاق پدر و مادرها است. نه اینکه بگویم کلا لغو کن، ولی دیگر آن رابطه قلبی را نباید داشته باشد. ولی هنوز دارد. این می شود اولویت هایی که امروزه می توانیم بگوییم مشکل زا شده است.

سؤال: اینکه فرمودید در رابطه با ارتباط، چه ارتباط هایی مورد نظر است؟

پاسخ: روابط فرازناشویی است. ما می‌گوییم یک زوج که با هم ازدواج می‌کنند روابط زناشویی‌شان باید با هم باشد نه بیرون از خانه. امروز روابط زوج در بیرون خیلی فراوان شده است و سبب تنش‌ها و مشکلاتی می‌شود که معمولاً منجر به طلاق نمی‌شود و تا حدودی می‌شود کنترلش کرد.

اما وقتی زوجه با بیرون ارتباط دارد، دیگر مسئله خیلی مشکل‌ساز می‌شود و زنی که شوهر دارد، این مسئله اصلاً قابل تحمل نیست و به لحاظ اسلامی هم مشروع نیست.

بحث سوم مسایل مالی و معضلات مالی. روابط نامناسب با خانواده همسر. هر کدام از اینها یک اولویت است برای خودش و یک عاملی و یک چیزی که در آنجا مطرح کردم به عنوان اولویت پژوهش، بر اساس بالاترین درصد آماری مراجعین به مراکز مشاوره است که این مسایل بوده است.

از بهترین منابع که در زمینه ارتباط کلامی و غیرکلامی، کتاب مهارت‌های ارتباطی همسران از فهیمه لواسانی و چند نویسنده دیگر است که انتشارات آهنگ قلم آن را نشر داده است.

در جزوه هم به عنوان یکی از منابع آمده است.

کتابی هم که انتشارات سازمان تبلیغات داده، دیروز من، امروز ما. در جامع گذشته ما دیروز من سالاری بود، امروز من جواب نمی‌دهد. تغییر داده شده و یک مقدار عوض شده است. حدود ۱۵ تا نویسنده دارد.

سؤال: اگر کسی به یک علتی تفریحاتش کم شده، یا بچه دار شده، یا معمم شده، تفریحاتش کم شده، این را چگونه می‌توان عنوان کرد در خانه؟

پاسخ: ما اصلی داریم در این زمینه که در مسایل مشاوره‌ای و خانواده واقعاً صدق می‌کند، و آن اصل «تعادل» است. روایات اسلامی می‌فرمایند:

زمانت را چهار قسمت کن. یک حدیث این را می‌گوید: کار؛ خواب و استراحت؛ عبادت و تفریحات. در حدیث دیگر داریم زمانت را به سه قسمت کنید. هر کدامش اگر تعادل باشد درست است. هرگاه به عدم تعادل برسیم مشکل دارد. آن که خیلی تفریح می‌کند، کسی که خیلی در خانه هست مشکل دارد، باید تعادل باشد. مبنای زندگی براساس سخن حضرت علی (ع) باید تنظیم شود که فرمود: «و نظم امرکم».

در زندگی تعادل داشته باشید. گاهی با ماشین و گاهی پیاده بروید. گاهی پارک و گاهی حرم بروید. همیشه در خانه بودن آسیب دارد. همش حرم رفتن بد است. همش خانه پدر و مادر رفتن بد است. صلۀ ارحام لازم است ولی صلۀ ارحام گه همش خانۀ مادر زن و مادر شوهر که نیست!

برای زنان، ارتباطات گسترده‌تر مثل شرکت در بسیج، کلاس، کانون، مسجد و نیز کارهای داخل خانه، کسب هنرهای مهارتی و هنری و اجتماعی حتی بیرون از خانه مفید است.

اگر اینها باشد مشکلی ندارد. یک تخلیه بشود. حرفهایش را بزند. صحبت کند. عقده‌ها خالی شود. باز

ارزش دارد.

افرادی که هوش هیجانی شان قوی تر باشد آن را بهتر بروز می دهند. شما در مورد این فرد می گوئید که من در رفتار و روابطش این محبت و... را می بینم.

آخرین مراجعی که داشتم دیروز بعدازظهر، مشکلمش این بود که این آقا یازده سال زندگی کرده با دو تا فرزند. ساعت ۷ صبح سرکار می رود تا ۱۱ شب. من هم گفتم این زندگی نیست. بی خود ازدواج کرده ای! گفتم مشکل توکل کم است. باید به زندگی ات برنامه ریزی بدهی. جمع هات را خالی کن و در اختیار خانواده ات باش. ساعت ۸ شب هم بیا منزل. مطمئن باش مشکلی نخواهی داشت. بررسی کردم این آقا چند کارگاه، کارخانه و مغازه و... دارد و تازه به او گفتم تو با این همه کار فرصت شغلی را از چند نفر دیگر هم گرفته ای.