

## مهارت های ارتباطی در گلستان سعدی

مهیار امینی سراب ۱ (کارشناس ارشد برنامه ریزی درسی، دانشگاه آزاد مرند)  
جابر کاظمی (کارشناس ارشد روان شناسی عمومی، دانشگاه آزاد تبریز)  
اسما قاسمی (کارشناس علوم تربیتی، دانشگاه آزاد میانه)  
ندا عبداللهی (کارشناس راهنمایی و مشاوره، دانشگاه خوارزمی کرج)

### چکیده

ارتباط یکی از قدیمی ترین و عالی ترین دستاوردهای بشر بوده است و مهم ترین دلیل آن اینست که انسان ذاتا موجودی اجتماعی است و نیاز به تعامل و بودن با دیگران دارد. و همین نیاز بنیادی است که او را مجبور به پیدا کردن راهکارهایی برای برقراری ارتباط کرده است. تامین نیازهای انسانی از ابتدایی ترین تا انتزاعی ترین آنها در سایه ی بودن با دیگران برآورده می شود. نیازهای پایه ای همچون نیازهای فیزیولوژیک (گرسنگی، تشنگی و...) و نیاز به امنیت و به همین ترتیب نیازهای سطح بالاتر همچون نیاز به احساس تعلق و عزت نفس و ... در سایه ارتباط داشتن با دیگران تحقق می یابد.

اما علی رغم این نیاز شدید، اغلب ما انسان ها در چگونگی ارتباط با دیگران و تداوم آن مشکلاتی را تجربه می کنیم. خیلی از مواقع از فهمیده نشدن ها، قدرناشناسی ها و یا حتی برخورد نامناسب خود با دیگران رنج می بریم و غافلیم از این واقعیت که کسب مهارت هایی خاص در بهبود روابط ما با دیگران و فائق آمدن بر مشکلات ارتباطی چه نقش خطیری را می تواند برعهده داشته باشد. امروزه به اعتقاد اغلب روانشناسان آموزش مهارت های زندگی در سنین مختلف بهترین راهکار برای حل این چالش است.

آموزش مهارت های زندگی که مهارت ارتباط با دیگران یکی از مهارت های دهگانه آن بشمار می رود با اقدامات آقای دکتر گیلبرت بوتوین ۲ از سال 1979 میلادی در جهان آغاز شده است در حالی که بررسی حکایات کتاب گلستان، نمایانگر باریک بینی ها و ظرافت کاری های آگاهانه سعدی شاعر شیرین سخن سده هفتم هجری در بهره بردن از این مهارت در جهت انتقال پیام های اخلاقی و تربیتی بوده است.

هدف از این مقاله که به روش تحلیلی - توصیفی به رشته تحریر درآمده، بیانگر اهمیت آموزش مهارت های زندگی برای داشتن ارتباطی سالم با خود و دیگران و محیط اطراف می باشد. نتایج این تحقیق نشان دهنده ی توجه سعدی به مهارتهای ارتباطی در حکایات نغز گلستان است.

کلید واژه‌ها: مهارت های زندگی، مهارت های ارتباطی ، گلستان

#### مقدمه

امروزه رشد فناوری، تحولات بشری و تغییرات خیره کننده ای که در ابعاد گوناگون بوجود آمده موجب بروز مسایلی از قبیل مواجهه با مسایل موجود و نو ظهور ، هماهنگی و سازگاری با تغییرات ، نحوه ارتباط با دیگران و فشارهای ناشی از شرایط محیطی شده است. بنابراین زندگی در چنین شرایطی مهارت های خاصی را طلب می کند، مهارت هایی که بتواند درست زیستن یعنی زندگی سالم و با نشاط، توأم با صلح و بالندگی و کارآمدی را به ارمغان آورد.

مهارت های زندگی طبق تعریف سازمان بهداشت جهانی در سال 1377 ، مهارت هایی هستند که برای افزایش توانایی های روانی ، اجتماعی افراد آموزش داده می شود و فرد را قادر می سازد که بطور موثر با مقتضیات و کشمکش های زندگی روبرو شود. (ولپور و دیگران، 1392، 43)

اغلب مردم تصور می کنند که از مهارت لازم در برقراری ارتباط برخوردارند و کاربرد و تمرین دایمی ارتباط روزمره در کار و زندگی را کافی دانسته و آموزش را در این زمینه ضروری تشخیص نمی دهند در حالی که امروزه بزرگترین درماندگی انسان، ناتوانی در دستیابی به همکاری و تفاهم با دیگران است . بسیاری از ما چون نمی دانیم در برخورد با دیگران چگونه رفتار کنیم و مهارت های روابط انسانی و ارتباط موثر را نمی شناسیم دچار عصبیت ، افسردگی و کینه توزی نسبت به خود و دیگران می شویم بنابراین یادگیری اصول و قواعد برقراری ارتباط موثر خود یکی از عوامل مهم سلامت و بهداشت روانی است.

سادگی و روانی زبان و معانی عمیق سخن سعدی بر ادیبان و عالمان و حتی مردم عادی نیز پوشیده نیست. می توان گفت سعدی در تمامی لحظه های زندگی ما حضور دارد به طوری که فروغی در مورد او گفته است : (( هر روز ما بی سخنی از او نمی گذرد و زبان ما انگار بی کلام او رنگ و روئی ندارد.)) (فروغی، 1371، ص.4) به نظر می رسد هدف سعدی تغییر و اصلاح رفتار افراد است و با تیز بینی ویژه ای که داشته ، رفتار طبقات ، طوایف و مردم سرزمین های دیگر را تجربه کرده و مانند معلمی زبده و کارآمد و