

جامعه‌ی پُر عادت و کم مهارت

(از عادت‌ها به مهارت‌ها)

مؤلف:

مرجان میرشمشیری

عضو هیئت علمی دانشگاه پیام نور



انتشارات رازنهان

۱۴۰۰

سرشناسه	: میرشمشیری، مرجان، ۱۳۵۲-
عنوان و نام پدیدآور	: جامعه‌ی پرعادت و کم‌مهارت (از عادت‌ها به مهارت‌ها) / مولف مرجان میرشمشیری.
مشخصات نشر	: تهران: رازنهان، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	: ۹۷ ص؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۲۷۶-۴۳۴-۸
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: عادت Habit مهارت‌های اجتماعی Social Skills
رده بندی کنگره	: BF۳۳۵
رده بندی دیویی	: ۱۵۵/۲۴
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۷۷۰۵۸۷

عنوان کتاب جامعه‌ی پرعادت و کم‌مهارت (از عادت‌ها به مهارت‌ها)
مؤلف مرجان میرشمشیری
ترجمه فائزه رئیسی، دکتر طاهره حیدری
صفحه آرا سینا آزادی
طراح جلد الویرا صیامی
ناشر رازنهان
شمارگان ۱۰۰ نسخه
نوبت چاپ چاپ اول ۱۴۰۰
قیمت ۴۵۰,۰۰۰ ریال
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۷۶-۴۳۴-۸	

فهرست مطالب

۷.....	مقدمه.....
۹.....	فصل اول: عادت‌ها و مهارت‌ها.....
۱۵.....	فصل دوم: از قدرناشناسی به قدرشناسی.....
۲۱.....	فصل سوم: از زندگی محسوس به زندگی معقول.....
۲۵.....	فصل چهارم: از شباهت به تفاوت.....
۳۱.....	فصل پنجم: از قُله به صحنه.....
۳۷.....	فصل ششم: از نقض قوانین به لذت از قوانین.....
۴۳.....	فصل هفتم: از فرصت‌سوزی به فرصت‌سازی.....
۵۱.....	فصل هشتم: از ابطال به انشعاب.....
۶۱.....	فصل نهم: از رشد یک جانبه به رشد مشترک.....
۶۹.....	فصل دهم: از کمیّت به کیفیت.....
۷۵.....	فصل یازدهم: از گرگ به انسان.....
۸۵.....	فصل دوازدهم: از جنگ‌طلبی به صلح‌طلبی.....
۹۱.....	فصل سیزدهم: از حق من به حق ما.....
۹۵.....	منابع.....

مقدمه

به‌عنوان عضوی از جامعه‌ی انسانی به این نقطه‌نظر رسیده‌ام که عصر حاضر عصر عادات پُرشمار و مهارت‌های کم‌شمار می‌باشد. از این روی کوشیده‌ام به‌اندازه‌ی وسع خود در تبدیل چنین حالتی سهیم‌م‌گردم.

عادت‌ها و مهارت‌ها دغدغه‌ی بسیاری از جامعه‌شناسان، روان‌شناسان، مربیان و متخصصان تعلیم و تربیت بوده است. بسیاری به این مقوله پرداخته و در این مسیر گام برداشته‌اند؛ اما از آنجا که عادت‌ها با تولد انسان شکل می‌گیرند و مهارت‌ها لازمه‌ی زندگی مؤثر فردی و اجتماعی است، پرداختن مجدداً به آن‌ها نه تنها غیرلازم به‌شمار نمی‌رود، بلکه با پیشرفت و تکامل جامعه‌ی بشری بر اهمیت آن‌ها افزوده می‌گردد.

مطالب کتاب را در سیزده فصل تنظیم نموده‌ام. فصل اول تعریف مشخصی از عادت‌ها و مهارت‌ها به‌دست می‌دهد. در فصل دوم نخستین عادت یعنی قدرناشناسی مطرح گردیده و راهکار تبدیل آن به مهارت قدرشناسی بیان گردیده است. در فصول سوم تا سیزدهم عادت‌ها و مهارت‌های دیگری مورد نظر قرار گرفته است. در تدوین فصول سیزده‌گانه سعی بر آن نموده‌ام تا جایی که امکان‌پذیر است با استناد به آثار و موقعیت‌های مختلف که برآیند تلاش دیگران بوده است، به غنای کار بیفزایم. به‌عبارتی تلاش من بر آن بوده است تا نه مانند یک فیلسوف بلکه مانند یک مربی تعلیم و تربیت با استفاده از شواهد، مثال‌ها، دیدگاه‌ها و چشم‌اندازها مطالب را قابل‌هضم‌تر نموده و از تکراری پرهیز نمایم.

به زعم نگارنده، یک نویسنده، عبارتست از تمام آثاری که درک و دریافت نموده است به اضافه‌ی ارزش افزوده‌ی حاصل از تفکر مستقل؛ مانند فیلسوف نوشتن هم مطلوب است، اما برای کسانی که مقاصد و اهداف متفاوتی را دنبال می‌نمایند. نوشتار، آینه‌ی تمام‌نمای دل و جان نویسنده است؛ اگر که صادق باشد:

هر اندیشه که می‌پوشی درون خلوت سینه
 نشان و رنگ اندیشه ز دل پیداست بر سیما

ضمیر هر درخت ای جان، ز هر دانه که می‌نوشد
 شود بر شاخ و برگ او، نتیجه شرب او پیدا

ز دانه‌ی سیب اگر نوشد، بروید برگ سیب از وی
 ز دانه‌ی تمر اگر نوشد، بروید بر سرش خرما

چنانک از رنگ رنجوران طبیب از علت آگه شد
 ز رنگ و روی چشم تو به دینت پی برد بینا

ببیند حال دین تو، بداند مهر و کین تو
 ز رنگت لیک پوشاند، نگرداند تو را رسوا

(دیوان شمس تبریزی، ص ۲۸)

نگارنده معتقد است که اگر تمام جهان را تیرگی و شقاوت بیاکند، در راه ایجاد جهانی بهتر باید کوشید و در این راه از تمام نعمت‌هایی که پروردگار در اختیار انسان قرار داده است، استفاده باید نمود. از خنده، از گریه، از خشم، ترس، شجاعت، خاموشی و فریاد...

فصل اول:

عاداتها و مهارتها

عادت را امر معمول، رویه‌ی متداول، اعتیاد و آنچه بر اثر تکرار جزء رفتار اکتسابی و گاه غیرارادی انسان می‌شود (انوری، ۱۳۹۳، ص ۴۹۴۰) و مهارت را استادی، زبردستی و توانایی انجام دادن کاری به نحو شایسته با استفاده از آگاهی و تجربه (انوری، ۱۳۹۳، ص ۷۵۱۲) تعریف نموده‌اند.

نوزاد انسان با قابلیت‌های ارثی ویژه‌ای که غرایز نامیده می‌شود پای به عرصه‌ی وجود می‌نهد. این غرایز گرچه برای دوام و بقای او ضروری می‌باشد، اما تکافوی عمل مؤثر وی در زندگی را نمی‌کند. بدین جهت وارد حوزه‌ی کسب عادات می‌گردد و به عادت‌آموزی می‌پردازد. عادات نیز به نوبه‌ی خود اگرچه برای زندگی فردی و اجتماعی او حیاتی می‌باشد، اما تکافوی عمل فکورانه و بهروزی او را نمی‌کند. از این روی به حوزه‌ی مهارت‌ها وارد می‌شود و به مهارت‌آموزی می‌پردازد. بدین لحاظ غرایز فطری، عادات پسندیده و مهارت‌های زندگی مؤثر، به ترتیب سه مرحله‌ی رشد و تحول انسان را نشان می‌دهد که برای حیات وی ضروری می‌باشند.

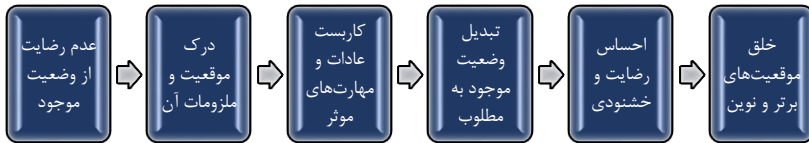
بسیار مشاهده می‌شود اما که افراد یا جوامع به غرایز یا عادات خود عادت می‌کنند و از کسب مهارت‌های مؤثر بازمی‌مانند. عدم مسئولیت‌پذیری فردی و اجتماعی، نابردباری، عدم مدارا، سوءتفاهم‌ها و نبردهای ملی و بین‌المللی، بحران‌های اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی، آمار روزافزون مهاجرت، طلاق و مانند آن، همه و همه، حکایت از آن دارند که جوامع امروزی به جوامعی پُر عادت و کم‌مهارت مبدل گردیده‌اند.

وقتی که صحبت از کسب مهارت‌ها می‌شود، مهارت‌های سه‌گانه‌ی خواندن، نوشتن و حساب کردن، به ذهن متبادر می‌گردد. زندگی در جوامع پیچیده‌ی امروزی اما مهارت‌های بسی بیشتر را می‌طلبد. چه بسیار سخنگویان قهراری که از حل ساده‌ترین مسائل زندگی خود بازمانده‌اند، چه بسیار نویسندگانی که در کمال ناامیدی دست به خودکشی زده‌اند و چه بسیار ریاضیدانانی که در ساده‌ترین مراودات اجتماعی خود، درمانده‌اند.

وجود مهارت‌های کم و عادات بسیار، افراد یا جوامع را در «چرخه‌ی عادت» گرفتار می‌آورد. عملکرد این چرخه به‌این صورت است که ابتدا این افراد یا جوامع به‌دلیل فقدان مهارت‌های مؤثر زندگی، وضع موجود را برنمی‌تابند. این امر موجبات عدم رضایت آنان را فراهم می‌آورد. در تلاش در راستای تغییر وضعیت موجود به وضعیت مطلوب، این افراد یا جوامع با تکیه بر عادات دیرین خود، فرد، گروه، یا مکانی را جابه‌جا نموده و به‌طور موقت وضعیت مطلوب را برقرار می‌سازند؛ اما دیری نمی‌گذرد که فقدان مهارت‌های زندگی مؤثر مجدداً موجبات عدم رضایت آنان از این وضعیت را فراهم می‌آورد و چرخه تکرار می‌گردد. بدین لحاظ افراد یا جوامعی که در «چرخه‌ی عادت» گرفتار آمده‌اند، به‌خانه‌دوشانی فکری یا عملی تبدیل می‌شوند که مدام در این گمان‌اند که خوشبختی و رضایت از زندگی در کسی، یا چیزی، در آنجا وجود دارد. نمودار زیر این موقعیت را نشان می‌دهد.



در مقابل، مهارت‌های بسیار و عادات کم (ضروری) موجب می‌گردد که افراد و جوامع به‌جای گرفتار آمدن در چرخه‌ی عادت، «زنجیره‌ی مهارت» را استوار سازند. از آنجا که ویژگی مهارت‌ها آگاهی و تجربه است، هنگامی که این افراد یا جوامع با عدم رضایت از وضعیت موجود مواجه می‌گردند، با بهره‌گیری از آگاهی و تجربه‌ی فردی و اجتماعی به شناخت موقعیت و درک ملزومات آن می‌پردازند. سپس با درهم‌آمیختن عادات ضروری و مهارت‌های مؤثر، وضعیت موجود را به وضعیت مطلوب تبدیل می‌نمایند. این تغییر و تبدیل موجبات رضایتمندی آنان را فراهم می‌آورد و تلاش آن‌ها در راستای افزودن بر غنای موقعیت و خلق موقعیت‌های مطلوب نوین را برمی‌انگیزد. بدین سان هر نسل، هر فرد یا هر گروه، امکاناتی را از نسل، فرد، یا گروه پیش از خود دریافت می‌دارد و امکاناتی را به فرد، گروه، یا نسل پس از خود عرضه می‌نماید. نمودار زیر این موقعیت را نشان می‌دهد.



نمودار ۱-۲. «زنجیره‌ی مهارت»

مهارت‌ها بسیار و مجال نوشتار کم است. لذا در این مقال، بر مهارت‌هایی دست نهاده‌ام که گمان دارم فقدان آن‌ها زندگی شخصی خود یا مخاطبانم را متأثر نموده است. در این مسیر از مهارت‌های محیرالعقول پرهیز نموده‌ام. بر اساس تجربه‌ی عینی و مطالعاتی، یک شکست عاطفی کوچک را کافی دانسته‌ام تا فردی رنج‌دیده را به هیبتلری مستبد تبدیل نماید. هیبتلر، خود در این باره چنین گفته است:

«برای گذراندن امتحانات هنرهای زیبا در آکادمی به وین سفر کردم و چون در آن تاریخ تابلوهای نقاشی بسیار خوب در اختیار داشتم، مطمئن بودم که در امتحانات آکادمی پذیرفته خواهم شد، زیرا در دوران کارآموزی در ریشویل روی هم رفته طراح و نقاش خوبی بودم و تا آن روز استعدادم در این رشته پرورش یافته بود، به‌طوری که

از نحوه پیشرفت خود راضی بودم ... به‌قدری از پذیرش خود مطمئن بودم که خبر رد شدن مانند یک ضربه‌ی ناگهانی در من تأثیر نمود ... کاخ آکادمی را با یک دنیا افسردگی ترک نمودم. شاید برای اولین بار بود که احساس ناامیدی در من راه یافت.»
(هیتلر، ۱۳۸۸، ص ۱۷-۱۸)

مدتی زمان می‌برد تا هیتلر پس از تجربه‌ی شکست فوق، خود را بازیابی، بازسازی و بازآفرینی نماید. در پایان این بازآفرینی اما وی به نتیجه‌ی مخوفی می‌رسد که زندگی میلیون‌ها انسان در سراسر جهان را تحت الشعاع خود قرار می‌دهد:

«به خود گفتم من از یک خانواده‌ی ناتوان و سیه‌روز برخاستم. پس باید اراده‌ای از خود نشان بدهم که بعدها دوستانم مطمئن شوند که من غیر از دیگران بوده‌ام (همان، ص ۱۹) و چنین می‌نمایم!»

جهت مواجهه با چنین موقعیت‌هایی، در هر یک از فصول بعدی کتاب، ابتدا عادت‌ی نادرست را مطرح نموده‌ام. عادت‌ی که گمان دارم در فرد یا جامعه نهادینه شده است و در این رابطه شواهدی تاریخی یا غیرتاریخی را ارائه نموده‌ام. در ادامه در پس هر عادت نادرستی، مهارتی مؤثر را به‌عنوان جایگزین قرار داده‌ام که قابلیت آن را دارد وضعیت موجود عادت - محور را به وضعیت مطلوب مهارت - محور تبدیل نماید. در پایان اگر چیزی باقی مانده است، به خرد و اندیشه‌ی خواننده‌ی گرانقدر واگذار نموده‌ام.

فصل دوم:

از قدرناشناسی به قدرشناسی

آنچه که امروز در دسترس تو است، با رنج و زحمت فراوان دیگران حاصل شده است.

ایاز، شبان فقیر و درمانده‌ای بود که مورد عنایت سلطان محمود غزنوی قرار گرفت و در دستگاه خلافت وی نام و نشانی تمام یافت. آورده‌اند که وی چون به مقام و منصب رسید، به حکم نمک‌شناسی و برخلاف روش محتشمان دیرین و خودشیفتگان نوکیسه، چارُق^۱ و پوستین دوران شبانی خود را به دیوار اتاقش آویخته بود و هر روز ابتدا بدانجا می‌رفت و به آن‌ها می‌نگریست و ایام پیشین خود را به یاد می‌آورد، سپس بر سر منصب و مقام دولتی خود حاضر می‌شد (زمانی، ۹۳، ص ۵۰۹). مولوی (۱۳۸۷) در دفتر پنجم «مثنوی معنوی» این حکایت را چنین بازگو نموده است:

باز گردان قصه‌ی عشق ایاز که آن یکی گنجی است مالامال راز
می‌رود هر روز در حجره‌ی برین تا ببیند چارقی در پوستین

(ص ۶۸۴)

هنگامی که سلطان محمود غزنوی علت این امر را از ایاز جویا می‌شود، وی به سلطان چنین پاسخ می‌دهد:

گفت من دانم عطای توست این و نه من آن چارقم و آن پوستین
بهر آن پیغمبر این را شرح ساخت هر که خود بشناخت یزدان را شناخت
چارقت نطفه است و خونت پوستین باقی ای خواجه عطای اوست این

(ص ۶۹۲)

^۱ کفش چرمی که بندها و تسمه‌های بلند دارد و بندهای آن به ساق پا پیچیده می‌شود.

داستان ایاز، داستان تکراری و تاسف بار افراد و جوامعی است که چارق و پوستین خود را از یاد برده‌اند و به مستی ناشی از هستی نوین گرفتار آمده‌اند:

ز آنک هستی سخت مستی آورد عقل از سر، شرم از دل می‌برد

(مولوی، ص ۶۸۴)

برای رهایی از این مستی لازم است به طور متناوب به حافظه‌ی تاریخی خود بازگردیم و چارق و پوستینمان را دوباره بنگریم. بیایید به اتفاق، به رمان واقع‌گرای همسایه‌ها که در سال ۱۳۵۲ خورشیدی منتشر شده است، سری بزنیم و برای یک بار دیگر هم که شده، مراسم تدفین «ننه حسنی» را از نظر بگذرانیم:

«پیش از ظهر بود که نعشکش لکنته‌ی شهرداری آمد و ننه حسنی را برد. یادم است که این ماشین اول مال سلاخ‌خانه بود. چهار ردیف نشیپیل^۱ به سقف بلندش بود که لاشه‌های گوسفند را بهشان آویزان می‌کردند و می‌آوردند می‌دادند قصاب‌ها. بعد، وقتی که تیفوس آمد و مردم شهر ما را درو کرد، این ماشین را دادند شهرداری که نعش‌ها را از تو خیابان‌ها و از تو کوچه‌ها و پس‌کوچه‌ها جمع کنند و بیندازند توش و ببرن قبرستان. حالا پنج سال هم بیشتر است که نعشکش شهر ما همین ماشین لکنته است.» (محمود، ص ۹۶)

دیری نمی‌گذرد که چنین هستی اجتماعی را پشت سر نهاده ایم اما آن را به طور کامل از ذهن زدوده ایم. مسئله دیگر، آن است که نه تنها فروغلتیدن به مغاک هستی نوین، مستی بخش است، بلکه گریز کمال‌گرایانه از هستی نوین نیز مستی می‌آورد. آویختن به ایده‌آل‌های موهوم و تمنای دائمی خوشبختی از کسی یا چیزی در آنجا، در دوردست دور، این پیامد را به همراه دارد که زمان حال را از ما دریغ می‌نماید و امکان تحقق امر فعلاً محال در آینده را نیز از بین می‌برد. در همین رابطه، توران میرهادی (۱۳۹۵-۱۳۰۶) - مربی ایرانی تعلیم و تربیت - در یادگفتار مادر آلمانی

^۱ قلاب

خویش، موقعیتی را ترسیم می‌نماید که در آن جوانان به دلیل زندگی در قُله‌های کمال، هرگونه تلاش، هرگونه دستاورد و هرگونه پیشرفت امر کنونی را نفی می‌نموده اند:

«به‌طور کلی هر حرکتی که در جهت پیشرفت مملکت می‌شد، مادرم را به‌وجود می‌آورد. وقتی که برق آمد، لوله‌کشی آب شد، جاده‌ای ساخته می‌شد، کارخانه‌ای ساخته می‌شد، دانشگاه به‌وجود آمد، لحظه - لحظه‌های این سازندگی برای مادرم لذت‌بخش بود. در سال‌های آخر عمرش ما شاهد بودیم که وقتی دوستان ما یا دوستان نوه‌ها به منزل می‌آمدند و صحبت می‌کردند و از شرایط موجود گله‌مند بودند، مادرم به شدت در مقابل‌شان می‌ایستاد! او استدلال می‌کرد که شما در گذشته نبودید که وضع کوچه‌ها را ببینید، ببینید که برق نیست، آب لوله‌کشی نیست و... من بودم! شما حق ندارید شکایت کنید. پدران شما خیلی برای آبادی این مرز و بوم زحمت کشیدند. بروید و کارشان را دنبال کنید.» (۱۳۹۵، ص ۷۳).

میرهادی اضافه می‌نماید:

«جوان‌ها به‌طور معمول پیشرفت‌های ایران را نفی می‌کردند. شرایط کشور ما را مثلاً با شرایط کشورهای اروپایی مقایسه می‌کردند و می‌گفتند که ما عقب هستیم. مادر همیشه با یک نرمش خاص متذکر می‌شد که شما باید گذشته‌ی ایران را با امروز ایران بسنجید. مقایسه‌ی ایران امروز با اروپا مقایسه‌ی درستی نیست. بعد، از تجربه‌ها و مشاهده‌های خودش می‌گفت: اگر گذشته‌ی ایران را با امروز ایران بسنجید، تغییر را در جهت پیشرفت خیلی خوب می‌بینید؛ و حالا نوبت شماست که این تغییر را در جهت مطلوب باز هم بیشتر ببرید. تغییر مطلوب می‌تواند از بُعد شرایط دانشگاهی یا هنری یا شهرسازی و معماری یا بهداشت و هر چیز دیگری باشد.» (همان، ص ۱۱۰).

بدین لحاظ، چارُق و پوستین ایاز را می‌توان در برابر آویخت و لطف مکرر زندگی را مشاهده نمود و آن را پاس داشت؛ و بدین‌سان است که عادت به ناسپاسی و قدرناشناسی به مهارت سپاسگزاری و قدرشناسی تبدیل می‌گردد و افق‌های نوین زندگی را به‌روی ما می‌گشاید. در این صورت هست که به بیان توران میرهادی: