

جعبه ابزار باهمستان

بخش ۲. برقراری روابط و دوستی با افراد دارای فرهنگ‌های متفاوت

(<http://ctb.ku.edu>)

متن خودآموز (<http://ctb.ku.edu/fa/node/5700>)

رابطه و دوستی قدرت است. رابطه فردی ما با یکدیگر بنیاد تغییر است. و ایجاد چنین روابطی با افراد از فرهنگ‌های مختلف - اغلب از فرهنگ‌های مختلف متعدد - کلید ساختن باهمستان‌های متنوعی است که برای دستیابی به اهداف مهمشان به حد کافی قدرتمندند.

شما چه به دنبال اطمینان یافتن از دسترسی کودکان به آموزش باکیفیت باشید، چه در تلاش برای فراهم آوردن مراقبت‌های درمانی به باهمستان خود و یا ارتقای توسعه اقتصادی، به احتمال زیاد نیاز خواهید داشت که با افرادی از چندین پیشینه نژادی، زبانی، قومی و یا اقتصادی کار کنید. و برای کار موثر با افراد از گروه‌های مختلف فرهنگی، به ایجاد روابطی مستحکم و مبتنی بر همدلی، اعتماد، درک و اهداف مشترک نیاز خواهید داشت.

چرا؟ چون روابط مبتنی بر اعتماد (<http://ctb.ku.edu/en/community-tool-box-toc/leadership-and-management/chapter-14-core-functions-leadership/section-7>) چسبی است که مردم را هنگام کار بر روی یک معضل مشترک با هم نگه می‌دارد. هنگامی که افراد برای حل مشکلات چالش‌برانگیز با یکدیگر کار می‌کنند، نیاز دارند در شرایط دشوار کنار هم بمانند. برای ادامه تلاشی جمعی، افراد دخیل باید از همدیگر حمایت کنند، بویژه وقتی که شرایط دلسردکننده است. مردم باید در مقابل تلاش کسانی که از شگرد «تفرقه بیانداز و حکومت کن» برای تحریک یک گروه فرهنگی بر ضد گروه دیگر استفاده می‌کنند، مقاومت کنند.

فارغ از آنکه به چه گروه نژادی، قومی، مذهبی و یا اجتماعی-اقتصادی تعلق دارید، احتمالاً نیاز خواهد داشت که با افرادی رابطه برقرار کنید که شاید درباره گروهی که به آن تعلق دارند، اطلاعات چندانی نداشته باشید.

هر یک از ما شبیه مرکز یک چرخیم. هر یک از ما می‌توانیم با اطرافیانمان رابطه برقرار کنیم و دوست شویم و این امر به ما قوت لازم برای دستیابی به اهداف باهمستانی‌مان را فراهم می‌سازد. اگر هر فرد شبکه‌ای متنوع و قوی از روابط با دیگران ایجاد کند، می‌توانیم دور هم جمع شویم و مشکلات مشترکمان را حل کنیم.

در این بخش، درباره این نکات صحبت خواهیم کرد:

- آگاه شدن از فرهنگ خودتان به عنوان گام اول در آگاهی از فرهنگ دیگران
- برقرار روابط با افرادی با پیشینه‌های بسیار متفاوت فرهنگی

اما اجازه دهید نخست درباره چستی فرهنگی صحبت کنیم. فرهنگ مفهومی پیچیده با تعریف‌های متفاوت است. اما، به زبان ساده، «فرهنگ» به گروه‌ها یا باهمستانی اشاره دارد که با آن تجاربی مشترک داریم، که آن تجارب درک ما از جهان را شکل می‌دهد. این گروه‌ها می‌تواند شامل گروهی باشد که در آن به دنیا آمده‌ایم؛ مثلاً گروه جنسیتی که به آن تعلق داریم، گروه نژادی، ملیت، طبقه و یا دین؛ و یا حتی گروه‌هایی که به آن می‌پیوندیم و یا بخشی از آن می‌شویم.

مثلا، نقل مکان به یک منطقه جدید، تغییر در وضعیت اقتصادی مان، و یا معلول شدن، می تواند به ما یک فرهنگ تازه بدهد. وقتی درباره فرهنگ به این شکل وسیع فکر می کنیم، به این نتیجه می رسیم که همه ما در آن واحد به چندین فرهنگ تعلق داریم. آیا با این نکته موافقت می کنید؟ این تعریف از فرهنگ بر شما چگونه صدق می کند؟

چگونه درباره فرهنگ دیگران بیاموزیم؟

این کار را با آگاه شدن از فرهنگ خودمان آغاز می کنیم.

شاید عجیب به نظر برسد که فرایند آگاهی از فرهنگ دیگران را باید با آشنایی بیش تر با فرهنگ خودمان آغاز کنیم. اما به باور ما این امر واقعیت دارد. چرا؟

چون اگر فرصت آن را نداشته باشید که درک کنید فرهنگی که به آن تعلق دارید، چه تاثیری بر شما گذاشته، دشوار خواهد بود که تاثیر فرهنگ بر دیگران و اهمیتش برای آن ها را بدانید. اگر با صحبت کردن از فرهنگ خود راحت باشید، در شنیدن صحبت های دیگران از فرهنگشان نیز بهتر عمل خواهید کرد. مثلا، درک اینکه تبعیض چگونه روی زندگی شما تاثیر گذاشته، کمک می کند که از تاثیر آن بر روی زندگی دیگران بیش تر آگاه باشید.

و حالا چند نکته درباره راه های کسب آگاهی بیش تر از فرهنگ خودتان:

فرهنگ شما چیست؟

آیا فرهنگی دارید؟ آیا بیش از یک فرهنگ دارید؟ پیشینه فرهنگی شما چیست؟

حتی اگر ندانید اجداد شما چه کسانی بوده اند، باز هم دارای یک فرهنگ هستید. حتی اگر شما محصول ترکیب فرهنگ های زیادی باشید، باز هم یک فرهنگ دارید. فرهنگ مرتب تغییر می کند و متحول می شود. فرهنگ شما از اجدادتان در چندین نسل قبل، به شما رسیده است و امروز از خانواده و باهمستان شما هم متاثر است.

هر یک از ما، افزون بر گروه های فرهنگی که به آن تعلق داریم، عضو گروه های دیگری نیز هستیم که بخشی از هویت ما را تشکیل می دهد؛ مثلا عضویت ما در گروه پدران یا مادران، ورزشکاران، مهاجران، مالکان کسب و کارهای کوچک و یا حتی تعلق ما به گروه کارگران روزمزد. این نوع گروه ها، گرچه دقیقا گروه فرهنگی نیستند، اما شباهت هایی با آن ها دارند. مثلا، پدر، مادر، و یا مهاجر بودن ممکن است به شما هویتی بدهد که بینشتان از جهان و نیز تصور دیگران از شما را متاثر می سازد. آگاهی یافتن از هویت های مختلفتان، می توان به شما در درک حس تعلق به یک گروه فرهنگی کمک کند.

تمرین:

سعی کنید تمام فرهنگ ها و هویت هایی را که دارید فهرست کنید: (آنچه در این جدول آمده، فقط مثال است و هدف آن کمک به شما برای انجام این تمرین است.) به این فهرست هر آنچه فکر می کنید می تواند شما را تعریف کند، اضافه کنید

این موارد را درباره خود مشخص کنید:	به کدام گروه تعلق دارید:	آیا تابحال در وضعیت‌های زیر قرار داشته‌اید:
دین	زن	در خدمت نظام وظیفه
شهروندی	مرد	فقیر
نژاد	معلول	در زندان
هویت جنسیتی	شهری	ثروتمند
تبار قومی	روستایی	جزو طبقه متوسط
شغل	پدر/مادر	جزو طبقه کارگر
وضعیت تأهل	دانشجو	
سن		
منطقه جغرافیایی		

آیا این تمرین به شما کمک کرد که درباره هویت‌ها و یا فرهنگ‌های خود بهتر فکر کنید؟ کدام یک از فرهنگ‌ها و هویت‌هایی که به آن تعلق دارید، در زندگی شما تاثیر داشته است؟

چگونه با افراد از فرهنگ‌های دیگر رابطه برقرار کنیم؟

راه‌های زیادی هست که مردم از طریق آن درباره فرهنگ‌های دیگران می‌آموزند و همزمان با آن‌ها رابطه و دوستی برقرار می‌کنند. اینجا چند گام برای ایجاد چنین روابطی برشمرده‌ایم. درباره این موارد در ادامه همین بخش بیش‌تر توضیح داده شده است.

- در ایجاد روابط با افراد از دیگر فرهنگ‌ها آگاهانه تصمیم بگیرید.
- در مکان‌ها و وضعیت‌هایی حضور یابید که در آن می‌توانید با افرادی از فرهنگ‌های دیگر آشنا شوید.
- به واکاوی پیش‌داوری‌های خود درباره افراد متعلق به فرهنگ‌های دیگر پردازید.
- از مردم درباره فرهنگ، رسوم و عقایدشان سوال کنید.
- درباره فرهنگ و تاریخ مردمان دیگر مطالعه کنید.
- به روایت‌ها و قصه‌های آن‌ها گوش فرا دهید.
- به تفاوت‌ها در روش‌های برقراری ارتباط، و ارزش‌های دیگر گروه‌های فرهنگی توجه کنید. فرض را بر این نگذارید که راه درست راه اکثریت است.
- از اشتباه کردن نترسید و خطر آن را بپذیرید
- یاد بگیرید که متحد دیگران باشید

در ایجاد روابط با افراد از دیگر فرهنگ‌ها تصمیم آگاهانه بگیرید.

تصمیم‌گیری گام اول است. برای ایجاد روابط با افرادی که از شما متفاوت هستند، باید تلاش کنید. نیروهای اجتماعی وجود دارد که باعث جدایی ما از یکدیگر می‌شود. افراد متعلق به یک گروه متفاوت اقتصادی، دینی، قومی و نژادی اغلب در مدرسه، محل کار و محله‌های خود جدا از هم به سر می‌برند. بنابراین، اگر بخواهیم این وضعیت را تغییر دهیم، باید برای این هدف فعالانه گام برداریم.

می‌توانید به یک تیم ورزشی یا کلوب، و یا به عنوان یک فعال به یک سازمان، بپیوندید؛ شغل متفاوتی انتخاب کنید و یا به محله دیگری نقل مکان کنید که شما را در تماس با افراد از فرهنگ‌های متفاوت قرار می‌دهد. همچنین، برای مشاهده تنوع فرهنگی و هویتی در اطراف خود، شاید نیاز باشد دقیقه‌ای درنگ کنید. اگر به افرادی که هر روز می‌بینید و با آن‌ها تعامل دارید، فکر کنید، ممکن است از تفاوت‌های فرهنگی پیرامون خود بیش‌تر آگاه شوید.

وقتی تصمیم می‌گیرید که با افرادی که از نظر فرهنگی و هویتی با شما فرق دارند، دوست شوید، می‌توانید به همان شکلی که با افراد دیگر آشنا می‌شوید، پیش بروید و با آن‌ها ارتباط برقرار کنید. البته ممکن است نیاز به صرف وقت بیش‌تری داشته باشید و یا برای ایجاد این رابطه و دوستی مصرانه‌تر عمل کنید. افرادی که جامعه با آن‌ها رفتار مناسبی نداشته، ممکن است برای اعتماد به شما به زمان بیش‌تری نیاز داشته باشند. نگذارید دیگران شما را دلسرد کنند. مردم برای نشان دادن رفتارهای دفاعی دلایل معقولی دارند، اما فائق آمدن بر این گونه رفتارها و برقرار کردن ارتباط ناممکن نیست. تلاش در این راه ارزش نتیجه آن را دارد.

در مکان‌ها و وضعیت‌هایی حضور یابید که در آن می‌توانید با افرادی از فرهنگ‌های دیگر ملاقات کنید؛ به خصوص اگر تجربه اقلیت بودن را ندارید، آشنایی با چنین افرادی مهم است.

یکی از اولین و مهم‌ترین گام‌ها، حضور در مکان‌هایی است که در آن می‌توانید با افرادی از فرهنگ‌های متفاوت آشنا شوید. در جلسات و مراسم گروه‌هایی که می‌خواهید با آن‌ها آشنا شوید، شرکت کنید. و یا به رستوران‌ها و دیگر محلات تجمع گروه‌های فرهنگی متفاوت بروید. اول ممکن است خجالت بکشید و یا معذب شوید، اما سعی شما نتیجه خوبی خواهد داشت. مردمان متعلق به یک گروه فرهنگی خاص متوجه می‌شوند که شما زحمت حضور در رویدادهای آن‌ها را پذیرفته‌اید. اگر حس می‌کنید نمی‌توانید به تنهایی به چنین مکان‌هایی بروید، می‌شود با یکی از دوستانتان بروید و در آشنا شدن با دیگران به هم کمک کنید.

به واکاوی پیش‌داوری‌های (BUILDING/CHAPTER-2-17) خود درباره افراد متعلق به فرهنگ‌های دیگر پردازید.
[HTTP://CTB.KU.EDU](http://CTB.KU.EDU)[HTTP://CTB.KU.EDU/EN/COMMUNITY-TOOL-BOX-TOC/CULTURAL-COMPETENCE-SPIRITUALITY-AND-ARTS-AND-COMMUNITY-](http://CTB.KU.EDU/EN/COMMUNITY-TOOL-BOX-TOC/CULTURAL-COMPETENCE-SPIRITUALITY-AND-ARTS-AND-COMMUNITY-)

همه ما درباره گروه‌های فرهنگی متفاوت پیش‌فرض‌ها و اطلاعات نادرستی داریم. به خصوص، وقتی نوجوان هستیم، اطلاعات خود را به شکل بسته و گریخته از تلویزیون، از گفته‌های دیگران و در کل، از فرهنگ غالب بر جامعه دریافت می‌کنیم. صرفاً کسب این اطلاعات از ما آدم‌های بدی نمی‌سازد. هیچ کس درخواست نمی‌کند که به او اطلاعات نادرست بدهند. اما برای ایجاد روابط با افراد دارای فرهنگ‌های متفاوت، باید از نادرستی اطلاعاتی که به خورد ما داده شده، آگاه باشیم.

یکی از راه‌های موثر آگاه شدن از پیش‌فرض‌های مان این است که درباره گروهی که به طور کلی چیزهایی از آن می‌دانید، نظراتتان را بنویسید. پس از آن، دریابید که منبع افکاری که به ذهن شما رسیده و یادداشت کرده‌اید، چیست. راه دیگر آگاه شدن از پیش‌فرض‌های مان این است که درباره آن با افرادی که فرهنگی مشابه فرهنگ شما دارند، صحبت کنیم. در چنین جمعی شما می‌توانید درباره اطلاعات نادرستی که به خورد شما داده شده، به راحتی صحبت کنید، بی‌آنکه موجب رنجش افراد متعلق به گروه خاصی شوید. می‌توانید با یکی دو نفر از دوستانتان درباره پیش‌فرض‌ها و یا هراستان از گروه‌های متفاوت بحث کنید.

از مردم درباره فرهنگ، رسوم و عقایدشان سوال کنید.

بیش‌تر مردم دوست دارند که از آن‌ها درباره زندگی و فرهنگشان سوال شود و اغلب وقتی می‌بینند دیگران به فرهنگ آن‌ها علاقه نشان می‌دهند، به شکلی خوشایند غافلگیر می‌شوند. اگر شما صادق باشید و به دقت گوش فرا دهید، دیگران حرف‌های زیادی به شما خواهند گفت.

درباره فرهنگ و تاریخ مردمان دیگر مطالعه کنید.

مطالعه و یادگیری فرهنگ و تاریخ گروه‌ها کمک بزرگی است. اگر درباره واقعیت‌های زندگی و تاریخ دیگران چیزی بدانید، نشان می‌دهد که آنقدر به موضوع اهمیت داده‌اید که برای دانستن آن وقت گذاشته‌اید. این اطلاعات، همچنین به شما پیش‌زمینه اطلاعاتی لازم را برای پرسیدن سوال‌های بامعنا از افراد متعلق به گروه‌های فرهنگی متفاوت فراهم می‌سازد. نشان دادن علاقه و همدلی با دیگران را فراموش نکنید.

این نکته که مبنای هر رابطه‌ای همدلی و علاقه‌مندی است، به آسانی فراموش می‌شود. همه می‌خواهند نشان دهند که با دیگران همدلی دارند و دوست دارند بدانند که دیگران نیز به آن‌ها احساس مشابهی دارند. اهمیت دادن به دیگران روابط را واقعی می‌سازد. ناآشنایی با تفاوت‌های فرهنگی نباید مانع نشان دادن علاقه و همدلی به افراد دیگر شود. به قصه‌های مردم گوش فرا دهید.

اگر فرصت شنیدن قصه زندگی فردی از دهان خودش را داشته باشید، چیزهای زیادی از او خواهید دانست و همزمان می‌توانید رابطه‌ای مستحکم با او ایجاد کنید. هر کس قصه‌ای دارد که مهم است. قصه‌های افراد نکاتی درباره فرهنگ آن‌ها نیز به ما می‌آموزد.

با شنیدن قصه‌ها و روایت‌های مردم، می‌توانیم به تصویری کامل‌تر از زندگی، احساسات و تفاوت‌های ظریف و غنای فرهنگی آن‌ها دست یابیم. گوش فرا دادن به دیگران، به عنوان مثال، می‌تواند، در مقایسه با خواندن یک مقاله یا شنیدن یک گزارش رادیویی، تصویری به مراتب واقعی‌تر از معضل تبعیض به ما ارائه کند.

تمرین:

می‌توانید به شکل غیررسمی از مردم محله و یا کارمندان سازمان خود بخواهید که بخشی از داستان زندگی خود را به عنوان عضو یک گروه خاص فرهنگی برای شما تعریف کنند. می‌شود این تمرین را در یک کارگاه آموزشی، یا در جریان سفر تفریحی گروه یا سازمانتان بگنجانید. از افراد بخواهید که در پنج یا ده دقیقه یکی از قصه‌های زندگی خود را تعریف کنند. اگر گروه بزرگ است، احتمالاً نیاز خواهید داشت که افراد را به گروه‌های کوچک‌تر تقسیم کنید تا همه فرصت صحبت کردن داشته باشند.

به تفاوت‌ها در روش‌های برقراری ارتباط، و ارزش‌های گروه‌های فرهنگی توجه کنید. فرض را بر این نگذارید که راه اکثریت همیشه راه درست است.

همه ما ممکن است فرض کنیم که روشی که اکثریت مردم در انجام کارهایشان استفاده می‌کنند، شیوه‌ای قابل پذیرش، معمولی و یا معقول است. ما به عنوان کنشگران باهمستانی باید درباره تفاوت‌های فرهنگی و ارزشی و روش‌های مختلف برقراری ارتباط بیاموزیم و فرض را بر این نگذاریم که رفتار و تفکر اکثریت تنها گزینه معقول و درست است.

مثلاً:

شما در یک بحث گروهی حضور دارید. برخی از اعضای گروه حرف نمی‌زنند، در حالی که برخی دیگر کلاً بحث را به خود اختصاص داده‌اند و نمی‌گذارند سکوت حاکم شود. گروه دوم از اینکه گروه اول حرف نمی‌زند، شاکی‌اند و همزمان، به نظر می‌رسد، افرادی که بیش‌تر از همه حرف می‌زنند، به گروه فرهنگی غالب تعلق دارند، درحالی که آن‌ها که خاموشند، به گروه‌های فرهنگی اقلیت.

این وضعیت به چه معناست؟ چگونه می‌توان آن را حل کرد؟

در بعضی فرهنگ‌ها، مردم از سکوت معذب می‌شوند، به همین دلیل حرف می‌زنند تا جایی برای سکوت باقی نگذارند. در برخی دیگر از فرهنگ‌ها، رسم این است که قبل از آغاز صحبت، لحظاتی سکوت کنند. اگر چنین سکوتی نباشد، افراد متعلق به آن فرهنگ‌ها ممکن است هیچ حرفی نزنند. همچنین، اعضای برخی از گروه‌ها (مثلاً زنان، طبقه کم‌درآمد، برخی اقلیت‌های نژادی و قومی و مثل آن) به این دلیل حرف نمی‌زنند که جامعه، در کل، به آن‌ها همواره تلقین کرده که سهم‌گیری آن‌ها در بحث‌ها کم‌تر از سهم‌گیری دیگران اهمیت دارد؛ آن‌ها عادت کرده‌اند که افکار خود را مهار کنند تا به افکار دیگران اجازه تبارز دهند.

در چنین وضعیت‌هایی، شاکی شدن از اینکه دیگران حرف نمی‌زنند، معمولاً سازنده نیست. اما می‌توانید ساختار جلسه را طوری طرح کنید که افرادی که معمولاً کم‌تر صحبت می‌کنند، تشویق شوند که حرف بزنند. مثلاً، می‌توانید:

- پیش از آغاز بحث در میان گروه بزرگی از افراد، آن‌ها را به گروه‌های دونفره تقسیم کنید.
- در مقاطعی از بحث، از همه بخواهید که نظر دهند (اگر برخی از آن‌ها نظری ندارند، می‌توانند نوبت خود را به دیگری بدهند)
- قاعده‌ای را دنبال کنید که براساس آن، هر فرد فقط زمانی می‌تواند برای دومین بار حرف بزند، که پیش از آن همه اعضای دیگر یک بار صحبت کرده باشند.
- از افرادی که کم‌تر حرف می‌زنند بخواهید که رهبری بخشی از جلسه را بر عهده گیرند.
- درباره مشکل بی‌پرده و صریح صحبت کنید و از افرادی که پیش از همه حرف می‌زنند، بخواهید که به دیگران نیز فرصت ابراز نظر بدهند.
- میان هر دو جلسه از افرادی که کم‌تر صحبت می‌کنند، پرسید که چه چیزی به آن‌ها در بیان نظراتشان کمک خواهد کرد، و یا از آن‌ها سوال کنید که چه ایده‌ای برای مدیریت جلسه دارند.

از اشتباه کردن نترسید و خطر آن را بپذیرید

وقتی با افرادی با پیشینه‌های فرهنگی متفاوت رابطه برقرار می‌کنید، ممکن است اشتباهاتی از شما سر بزند. این اتفاق برای همه رخ می‌دهد. اجازه ندهید که این موضوع مانع برقراری ارتباط شما با دیگران شود.

اگر در چنین حالتی حرفی زدید و یا رفتاری نشان دادید که نامناسب بود، از آن بخواهید آموخت. از طرف مقابل پرسید که کدام حرف یا رفتار شما آن‌ها را می‌رنجاند. از آن‌ها عذرخواهی کنید و به تقویت رابطه و دوستی خود با آن‌ها ادامه دهید. به حس تقصیر اجازه ندهید که مانع شما شود.

یاد بگیرید که متحد دیگران باشید

یکی از بهترین راه‌ها برای ایجاد روابط و دوستی با افراد متعلق به گروه‌های متفاوت فرهنگی این است که به آن‌ها نشان دهید که مایلید در برابر تبعیض بایستید. وقتی مردم ببینند که شما حاضرید زحمت و خطر ایستادن در کنار آن‌ها را به جان بخرید، انگیزه بیشتری برای شناختن شما و ایجاد رابطه پیدا خواهند کرد.

افزون براین، ما باید پیام‌موزیم و خود را مطلع نگهداریم، تا بتوانیم معضلاتی را که هر یک از گروه‌های متفاوت با آن روبه‌رو هستند، درک کنیم و - به جای کنار گود نشستن از فاصله‌ای دور تماشا کردن - پا به پای آن‌ها در تلاش‌هایشان سهم بگیریم.