قهرمانان ناشنوا بلدند چطور در سکوت افتخارآفرینی کنند

به نقل از روابط عمومی فدراسیون ورزش‌های ناشنوایان، تکواندوکاران ناشنوای کشورمان در مسابقات جهانی تکواندو ۲۰۲۱ ناشنوایان خوش درخشیدند و در سکوت خودشان برای کشور افتخار آفریدند. در بخش پومسه انفرادی و تیمی با حضور ورزشکاران کشورهای کره‌جنوبی، روسیه، ایران، ترکیه، اوکراین و قزاقستان در خانه تکواندو آغاز و در پایان تیم پومسه کشورمان در جایگاه نخست ایستاد، ترکیه دوم شد و روسیه و کره‌جنوبی روی سکوی سوم ایستادند. در بخش انفرادی نیز مریم خدابنده از ایران قهرمان شد و ورزشکاران کره و روسیه دوم و سوم شدند.

لب‌خوانی فیلم‌های رابطه و پرنده کوچک خوشبختی بعد از سی‌واندی سال

هان! ناشنوایان فریاد می‌زنند

علی رستگار
روزنامه‌نگاری که به سینمای صامت هم ارادت دارد

سوژه و موضوع دو فیلم اول سینمایی پوران درخشنده، ناشنوایان و مسائل و مشکلات آنها بود و از این نظر او تا اینجا تنها فیلمساز سینمای ایران و شاید جهان باشد که به شکل پیاپی دو فیلم بلند و داستانی خود را به ناشنوایان اختصاص می‌دهد. رویکرد درخشنده در هر دو فیلم، تشویق به درک و همراهی با ناشنوایان و مقابله با بدفهمی و حس ترحم و دلسوزی جامعه نسبت به این افراد است.

درخشنده برای باورپذیری هر دو فیلم و باوجود فضای ملودرام قصه، نقش‌های اصلی را به دو بازیگر نوجوان و کودک واقعا ناشنوا سپرد که آنها را از مدارس ناشنوایان (مجتمع‌های آموزشی باغچه‌بان) انتخاب کرده بود. علیرضا رضائیان، موقع ساخت فیلم رابطه در سال ۶۵، نوجوانی چهارده پانزده ساله بود و درخشنده حدود یک‌سال با او تمرین کرد تا برای بازی جلوی دوربین و مقابل بازیگران بزرگی چون خسرو شکیبایی و پرویز پورحسینی آمادگی داشته باشد.

تصویری که از او در تیتراژ اول فیلم می‌بینیم، تا حدودی برآیندی از وضعیت این شخصیت در قصه است. رضائیان به نقش ناصر، پشت شیشه‌ای مه‌گرفته، با دست‌هایش تقلا می‌کند و وقتی این رابطه (با افراد فرضی این‌سوی شیشه) شکل نمی‌گیرد، با قدرت و فشار بیشتر باعث شکستن شیشه می‌شود.

اولین زبان اشاره را در فیلم، پرویز پورحسینی به کار می‌برد و برای این‌که ناصر را متوجه صدای بلند ضبط صوتش موقع تمرین کند، با وجود خستگی کار و عصبانیت نسبی از وضعیت موجود، خشمش را کنترل می‌کند و با مهری پدرانه و با دست و حالت صورت و شمرده‌حرف‌زدن، به ناصر می‌فهماند که تمرین او نباید باعث اذیت دیگران شود.

باوجود همدردی مادر و همراهی این‌چنینی پدر و البته گلایه‌های خواهر، آن کسی که اعتماد به‌نفس ناصر را بسیار تقویت می‌کند و برای برقراری رابطه درست با دیگران به او انگیزه و روحیه می‌دهد، معلم مدرسه ناشنوایان است. خسرو شکیبایی چند سال پیش از درخشش در هامون، بازی درست و به اندازه و تاثیرگذاری دارد و از همان نمای اول حضورش در کلاس درس، درک و اجرای درست خود از متن و موقعیت و شخصیت را نشان می‌دهد. شمرده‌حرف‌زدنش برای لب‌خوانی دانش‌آموز ناشنوا و تلفظ کلمه «فقدان» را به‌یاد بیاورید که چگونه از زبان اشاره و دست و صورتش برای آموزش و انتقال مفهوم آن استفاده می‌کند. شکیبایی چند سال بعد، این چالش ارتباطی را به نوع دیگری در بازی‌اش تجربه می‌کند و در یک بار برای همیشه، نقش شخصی با مشکل لکنت زبان را به‌عهده می‌گیرد.

درس‌هایی که معلم در کلاس ادبیات برای خجالت نکشیدن، مقابله با تمسخر دیگران و برطرف کردن ضعف نفس و تقویت اعتماد به‌نفس مطرح می‌کند، اگر اجرای درستی نداشت، می‌توانست یک فیلم سینمایی داستانی را تبدیل به فیلمی آموزشی کند، اما این بازی خوب شکیبایی است که باوجود رویکرد آموزشی این سکانس و صحنه‌های مشابه، جذابیت سینمایی اثر را هم نگه می‌دارد.

رضائیان چند سال پیش در مصاحبه‌ای تلویزیونی، گفته بود همدلی و همراهی شکیبایی در زمان فیلمبرداری و تشویق‌هایش برای حرف زدن او به قدری بود که حتی اثرش را در زندگی واقعی هم گذاشت.

اگرچه ساخت این فیلم‌ها به سهم خود، می‌تواند به‌عنوان ادای دین درخشنده به جبار باغچه‌بان، بنیانگذار نخستین مدرسه ناشنوایان ایران هم تعبیر شود اما این احترام و یادآوری به‌صورت مصداقی هم در فیلم رابطه وجود دارد و در سکانس‌هایی از مدرسه، هم عکس باغچه‌بان را در پس‌زمینه معلم (شکیبایی) و بعدا خود ناصر می‌بینیم و هم یک بار دوربین هر دوی آنها را کنار مجسمه و سردیس باغچه‌بان در قاب به ما نشان می‌دهد. همچنین باید به آن سکانسی اشاره کرد که ناصر در رویای خودش، مشغول تشکر از معلم و خانواده است و پشت سرش قاب عکسی از باغچه‌بان به‌چشم می‌خورد.

پرنده کوچک خوشبختی (۱۳۶۶)، ملودرام خوش‌رنگ و لعاب‌تری است و مهر آن رابطه معلمی و شاگردی و مردانه در فیلم رابطه، اینجا جای خود را به عواطف زنانه می‌دهد و فراتر از مباحث آموزشی و درسی، تبدیل به عشق مادر- فرزندی می‌شود. باوجود فضای ملتهب‌تر و متشنج‌تر نسبت به رابطه که کار به خودکشی (نافرجام) دختربچه ناشنوا هم می‌رسد، کماکان فیلمساز از رویکرد اصلاح رفتار نامناسب با ناشنوایان غافل نیست و در حد بضاعت یک فیلم سینمایی آن را روایت و به مخاطب منتقل می‌کند.

اولین کسی که در پرنده کوچک خوشبختی، به زبان اشاره حرف می‌زند، آزیتا لاچینی بازیگر نقش مدیر مدرسه است. او اگرچه نقش چندان کلیدی و تعیین‌کننده‌ای در قصه ندارد، اما با حرکات دست و صورت، مهم‌ترین و تاثیرگذارترین شخصیت فیلم، خانم شفیق (هما روستا) را به‌عنوان معلم جدید مدرسه، به دختران ناشنوا معرفی می‌کند که نقش مهمی درباره تغییر و تحول ملیحه (عطیه معصومی) و آرامش او دارد.

هرچند رویکرد کلی درخشنده از بین‌بردن نگاه ترحم برانگیز و دلسوزانه جامعه است اما خود این دو فیلم فضای ملودرام و کم‌وبیش اشک‌انگیزی دارند که به‌ویژه موسیقی آنها ساخته کامبیز روشن‌روان و شیوه برخی بازی‌ها به حزن‌انگیزی‌شان دامن می‌زند، مثل آنجا که مادر (پوراندخت مهیمن) در فیلم رابطه، نقاشی ناصر (از خودش با گوش‌هایی سیاه و دهانی در قفس) را در آغوش می‌کشد و موسیقی هم برای تاثیر بیشتر صحنه، دریغ و کم‌فروشی نمی‌کند و یا آنجا که یک نگاه ساده خانم شفیق به ملیحه نشسته روی تاب در پرنده کوچک خوشبختی با دخالت موسیقی، غم‌بار جلوه می‌کند.

یکی از نکته‌هایی که درباره هر دو فیلم مطرح شد، بحث بی‌توجهی به مخاطبان ناشنوا بود. با این‌که این فیلم‌ها با موضوع ناشنوایان ساخته شده بود، اما برای اکران و نمایش چندان این گروه را لحاظ نکرده بودند و مخاطبان ناشنوا به‌دلیل نبود زیرنویس فارسی یا رابط، نمی‌توانستند به‌طور کامل در جریان قصه و به‌ویژه دیالوگ‌ها قرار بگیرند و از این نظر فیلم انگار بیشتر مناسب مخاطبان شنوا بود. هرچند در یکی‌دو سکانس از رابطه، مثل صحبت ناصر و همکلاسی‌اش، دیالوگ‌ها با زیرنویس همراه می‌شود، اما بهتر بود برای کل فیلم از زیرنویس استفاده شود.

باوجود برخی نقد و نظرها، کار درخشنده و دغدغه او در پرداختن به مسائل ناشنوایان- به‌ویژه اشاره به آسیب‌های بیشتری که کودکان و نوجوانان را تهدید می‌کند- همچنان و همیشه به‌یادماندنی و ارزشمند است، حتی باوجود این‌که بعدها برخی فیلم‌سازان، فارغ از گرایش ملودرام و رویکردهای آموزشی، ناشنوایان را در فضاهای رئالیستی و اجتماعی و قصه‌های دیگر هم دیدند و شخصیت‌هایی نظیر محمود (محسن تنابنده) در ندارها یا محترم (پانته‌آ بهرام) در هیچ یا الهام (هانیه توسلی) و سعید (محسن کیایی) در بی‌صدا حلزون خلق کردند. حتی باوجود ساخت فیلمی درست و درخشان مثل CODA (محصول ۲۰۲۱ آمریکا) درباره مسائل و مشکلات دختری جوان و شنوا با خانواده ناشنوایش که بدون نگاه دلسوزانه و ترحمی، روایتی همدلی‌برانگیز، شوخ‌وشنگ و امیدوارانه دارد.

زبان بدن تا چه اندازه در ارتباط تاثیرگذار است؟

فریادهایی که شنیده نمی‌شوند

علی گنجی
روزنامه‌نگاری که می‌داند چطور می‌شود با بدن فریاد زد

کلمات و زبان عادی نمی‌تواند پاسخگوی ارتباط پیچیده ما باشد. هرچقدر زیبا و رسا کلمات را سرهم کنیم، باز هم در بیان عمق احساس و عاطفه‌مان ضعیف و مستاصلیم. حتی گاهی اوقات کلماتی که از زبان‌مان خارج می‌شوند با احساس‌مان زمین تا آسمان فاصله دارند. شوخی می‌کنیم و می‌خندیم اما دل‌مان خون است. اشک از چشمان‌مان سرازیر است اما شوق و ذوق داریم. شاید مشکل بزرگ خیلی از ما همین باشد که نمی‌توانیم آنچه در ذهن داریم با حروف الفبا قالب‌گیری کنیم و ارائه بدهیم. با این که تصویر و صدای هر دوست و آشنایی با ما تنها یک تماس ویدئویی فاصله دارد، هنوز هم تکنولوژی نتوانسته جای ارتباط حضوری را بگیرد. هنوز حرف‌های مهم رودررو گفته می‌شوند، حتی اگر تصویر طرف مقابل در صفحه تلفن همراه جذاب‌تر و باکیفیت‌تر باشد. حرف‌هایی هست که از حنجره بیرون نمی‌آید اما در شکلی دیگر خودش را نمایان می‌کند تا ما برای هر ارتباطی درگیر املا و انشا نشویم. یک سلام و احوالپرسی ساده می‌تواند در چند پیام ساده گنجانده شود اما گاهی از آهنگ سلام یکی از اطرافیان متوجه غم خدا حافظی در حرکات و نگاهش می‌شویم. چرا جملات نمی‌توانند شکل‌دهنده اصلی ارتباط ما باشند؟ چطور بدون آن‌که حرفی در سر داشته باشم همه اسرارمان را لو می‌دهیم؟

زبان بدن، تنها زبان مشترک انسان

بیش از ۶۰۰۰ زبان در دنیا صحبت می‌شود. با وجود این حتی انسانی که زبان مادری‌اش را هم نمی‌تواند خوب صحبت کند، توانایی ارتباط برقرار کردن و انتقال منظور را در سراسر دنیا دارد. زبان بدن تنها زبانی است که نیاز به یادگیری ندارد اما درعین حال می‌تواند مهم‌ترین مساله برای یادگیری باشد. حقیقت گاهی اوقات به زبان آورده نمی‌شود اما دلیل بر آن نیست که نتوان آن را شنید. با زبان بدن می‌توان حرف‌هایی را شنید که هیچ‌وقت بیان نمی‌شوند و کلماتی را خواند که تحت هیچ شرایطی از زبان خارج نمی‌شوند.

زبان بدن آن‌قدر جدی و تاثیرگذار است که تقریبا همه سیاستمداران و وکلای درجه یک، مربیان کارکشته و مجربی را برای تعلیم این زبان استخدام می‌کنند. اگر قرار است یک مدیر قصورش را پنهان کند یا وکیلی قصد پوشاندن حقیقت را داشته باشد، باید علاوه‌بر زبان، تمام اعضا و جوارح آنها در این دروغگویی شرکت کنند تا آنها که زبان بدن می‌دانند، متوجه واقعیت نشوند. این روزها بعد از هر جلسه سیاسی و فرهنگی، تمامی حرکات دست و پا مورد تحلیل قرار می‌گیرند. کافی است یک سفیر پایش را کج بگذارد یا وزیری دستش را به نشانه تحکم بلند کند. از آن لحظه به بعد، جملات نقش‌شان را از دست می‌دهند و این بدن است که پرده از نیت اصلی برمی‌دارد.

زبان بدن اگرچه از ابتدای تولد مورد استفاده قرار می‌گیرد اما هیچ‌وقت آموزش داده نمی‌شود. اگر زبان بدن بدانید، مثل دانایی در صحبت به یک زبان خارجی، توانایی صحبت و درک افرادی را دارید که اطرافیان‌تان از آن عاجزند. با این تفاوت که زبان بدن، زبانی برای همه است. از نوزاد یکروزه تا پیرمردی در کما، از یک دوست فامیلی تا غریبه‌ای در هزاران کیلومتر آن‌طرف‌تر آن را متوجه می‌شوند و تسلط بر آن می‌تواند شما را چند قدم جلو بیندازد. شاید زمانی فرابرسد که از دست‌وپای خودمان برای گفتن حرف‌هایی که برای زبان سنگین‌اند کمک بگیریم.

زبان بدن چقدر مهم است؟

زبان بدن از زبان آوایی مهم‌تر است. مهم نیست فارسی حرف می‌زنید یا عربی، این بدن شماست که حرف می‌زند. مطالعات نشان داده است که تنها ۷ درصد از ارتباطات از کلمات ناشی می‌شود. ۳۸ درصد از ارتباط ما با دیگران به عناصر آوایی ما تعلق دارند مثل تن صدا و سرعت حرف‌زدن. ۵۵ درصد از ارتباط هم مربوط به بخش غیرکلامی و زبان بدن است که به حالات چهره، وضعیت بدن و حرکات دست مربوط می‌شود. این یعنی کلمات در رتبه آخر اهمیت ارتباطی قرار دارند و حتی نوع گفتن کلمات از خود آنها مهم‌تر هستند. ما چه دوست داشته باشیم چه دوست نداشته باشیم، در حال برقراری ارتباط غیرکلامی با دیگران هستیم. پس مهم است که یادبگیریم چگونه سیگنال‌های غیرکلامی را مدیریت کنیم تا بتوانیم به‌طور موثر با افراد دیگر ارتباط برقرار کنیم. اگر تسلطی بر زبان بدن نداشته باشیم، ممکن است دهان‌مان یک چیز بگوید و زبان بدن‌مان کاملا متفاوت عمل کند. خیلی اوقات همین موضوع باعث گیج شدن طرف مقابل می‌شود. برای مثال ممکن است در یک مصاحبه کاری از اعتما به‌نفس و تمرکز خودتان بگویید اما از تماس چشمی خودداری کنید و مدام با دکمه پیراهن‌تان بازی کنید، پیام‌ها متناقضی را برای مصاحبه‌شونده فرستاده‌اید. البته برای تقویت همه بخش‌های زبان بدن راه‌حل‌های مختلفی وجود دارد تا بتوانیم حرف و بدن‌مان را متحد کنیم.

چطور با بدن‌مان حرف بزنیم؟

قبل از این‌که اولین کلمه از دهان‌مان خارج شده باشد، برداشت اولیه از شخصیت و رفتارمان در ذهن طرف مقابل شکل می‌گیرد. اولین برداشت‌ها مهم‌ترین بخش شناسایی و درک آدم‌های جدید در زندگی است که طبق تحقیقات صورت‌گرفته به فاصله ۷ تا ۱۷ ثانیه پس از ملاقات اولیه شکل می‌گیرد. برای این‌که قبل از شروع صحبت مکالمه پایان نیابد، باید به نکات مهمی توجه کرد. لباس مناسب پوشیدن نکته اول است. نوع ورود به هر مکان نیز به‌شدت تاثیرگذار است. بایستی صاف بایستید و شانه‌هایتان را به عقب برگردانید. لبخند بزنید و مستقیما به سمت کسانی بروید که قصد ملاقات‌شان را دارید.

دست‌دادن قدم بعدی در ارتباط غیرکلامی است. دست‌دادن باید محکم باشد اما نه با فشار زیاد. دست‌دادن محکم نشان از تسلط شما دارد. درحالی‌که یک مصافحه شل و وارفته می‌تواند نشانه اضطراب، بی‌علاقگی و بی‌اعتمادی باشد. حتی تعداد ثانیه‌هایی که دست دیگری را در دست دارید تاثیرگذار و مهم است. حالت بدن را بعد از دست‌دادن تنظیم کنید. درحالی‌که صاف نشسته‌اید و شانه‌هایتان را عقب نگه داشته‌اید، وضعیت بدن خود را در حالت پذیرا و باز قرارداده و دست‌هایتان را روی پایتان قرار دهید و در مواقع لازم در حرف زدن از آنها کمک بگیرید، البته به اندازه! فراموش نکنید که صاف نشستن به معنای عصا قورت‌دادگی نیست و باید کمی بدن‌تان را از کمر به جلو خم کنید. وضعیت بدن یا Posture می‌تواند به‌تنهایی شما را با اعتماد به‌نفس و هیجان‌زده جلوه دهد یا از شما تصویری بی‌حوصله و دفاعی در ذهن مخاطب‌تان بسازد.

حرکات مختلف با دست می‌تواند در نفوذ کلام شما تاثیر بسزایی بگذارد حتی اگر فرد روبه‌رویتان چیزی از زبان بدن نداند. حرکات دست باید ثابت و قوی باشند. کف دست به سمت بالا از انواع ژست‌هایی است که اعتمادساز است. اگر هنگام صحبت قلب خود را لمس کنید، مهری بر واقعی بودن حرف‌های شما خواهد بود. اگر مشاهده کردید که هم‌صحبت‌تان انگشتان دستش را به هم چسبانده، می‌توانید نتیجه بگیرید که از حرف‌های خود اطمینان دارد. همچنین دست‌های قلاب‌شده به هم نشان از اضطراب و ناآرامی است. لمس گردن هم از نشانه‌های خجالت است.

زبان بدن می‌تواند ساعت‌ها مورد بحث قرار گیرد و تحلیل شود. یادگیری آن هم می‌تواند جذاب باشد. در صورت خواندن چند مقاله و تحقیق در مورد روان‌شناسی زبان بدن، به این نتیجه خواهید رسید که بسیاری از اطرافیان‌تان حرفهایی نگفته دارند که هیچ‌گاه به شما نگفته‌اند و قصد برملا کردنش را هم نداشته‌اند.