



مجله‌ی مطالعات ادبیات کودک دانشگاه شیراز، مقاله‌ی علمی-پژوهشی
سال پانزدهم، شماره‌ی اول، بهار و تابستان ۱۴۰۳ (پیاپی ۲۹)، صص ۶۳-۸۶

بررسی تطبیقی شخصیت‌های اصلی دو رمان عاشقانه‌های یونس در شکم ماهی و یک شب فاصله از منظر توانمندی آنان در مؤلفه‌های مهارت‌های زندگی

فاطمه رحمانی فرد* 

امین ایزدپناه** 

چکیده

هدف از این پژوهش بررسی تطبیقی کنش‌های شخصیت اصلی دو رمان عاشقانه‌های یونس در شکم ماهی نوشته جمشید خانیان و یک شب فاصله نوشته جنیفر ای نیلسون، بر اساس انواع مهارت‌های زندگی است. شخصیت اصلی رمان خانیان (سارا) و شخصیت اصلی رمان نیلسون (گرتا)، دو دختران نوجوان ۱۲ ساله هستند که برای عبور از وضعیت‌های بغرنج و شرایط غیرعادی پیرامون خود تلاش می‌کنند. تحلیل محتوای قیاسی هر دو اثر و مقایسه‌ی آن‌ها روشن می‌سازد که همه‌ی مهارت‌های زندگی در شخصیت سارا، در مقایسه با گرتا ضعیف‌تر است و گاه به جای همکاری در رفع مشکلات، خود به مشکل بزرگ‌تری برای

* دانشجوی دکتری زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه اصفهان، f.rahmanifard375@gmail.com

** استادیار دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شیراز، aizadpanah@shirazu.ac.ir (نویسنده‌ی مسئول)

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۲/۷/۳۰

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۲/۴

DOI: 10.22099/JCLS.2023.47161.1982



دیگران تبدیل می‌شود. همچنین کاربرد مهارت‌های زندگی از سوی شخصیت اصلی در اثر خانیان بسامد کمتری نسبت به اثر دیگر دارد. باین همه به نظر می‌رسد شخصیت سارا، به دلیل بی‌عیب و نقص نبودن و نیز بروز واکنش‌های هیجانی متناسب با سن و شرایطی که در آن قرار دارد تا حدودی واقعی‌تر و ملموس‌تر از گرتا است که همیشه و در هر وضعیتی می‌تواند مهارت‌های زندگی را به درستی به کار ببرد. باین همه هرکدام از دو اثر مخاطب نوجوان را به شیوه‌ای متفاوت با زندگی و مسائل آن درگیر ساخته و زمینه‌ی توانمندشدن او را فراهم می‌سازند.

واژه‌های کلیدی: جمشید خانیان، جنیفر ای. نیلسون، عاشقانه‌های یونس در شکم ماهی، مهارت‌های زندگی، یک شب فاصله.

۱. مقدمه

نویسندگان کودک و نوجوان با آفرینش شخصیت‌هایی که در جریان رخدادهای اثر با حوادث و مشکلات مختلف روبه‌رو شده و دست به کنش‌های موفق یا ناموفق می‌زنند، زمینه‌ای فراهم می‌کنند که مخاطبان‌شان با زندگی و زیروبم‌هایش در موقعیت‌های مختلف درگیر شوند. کودکان و نوجوانان هنگام خواندن داستان با شخصیت‌ها همذات‌پنداری کرده و ناخودآگاه از منظر قهرمان یا ضدقهرمان‌ها به دنیای داستان نگاه می‌کنند، بنابراین با حرکت در کنار آنان، عواطفشان را درک کرده و پیروزی یا شکست را تجربه می‌کنند (رک. خسرو نژاد، ۱۳۸۲: ۹۳). ادبیات داستانی و به‌طور مشخص در بحث این نوشتار رمان نوجوان، به‌عنوان منبعی برای تجربه‌ی سرگرمی، لذت خواندن و نیز یادگیری نوجوانان، می‌تواند فراهم‌کننده موقعیت‌های چالش‌برانگیز متنوعی باشد که خواننده در کنار تجربه‌ی خواندن به کشف جهان تازه‌ای برسد و معیارهایی به دست بیاورد که با آن تجربه‌های زندگی را محک بزند (رک. گلشیری، ۱۳۸۰: ۴۵). دوران کودکی و نوجوانی دوره‌ی مناسبی برای تحصیل، تربیت و شکوفایی استعدادهاست و بدین ترتیب شرایط ارتباط سریع او با دیگران فراهم می‌شود. توانمندشدن کودکان و نوجوانان در انواع مهارت‌های ارتباطی، اجتماعی، روان‌شناختی و عاطفی به آنان کمک

می‌کند در رویارویی با چالش‌ها و مشکلات بهتر عمل کرده و احساس بهتری نسبت به خود و دیگران داشته باشند.

اگرچه سابقه‌ی طرح انواع مهارت‌های زندگی و آموزش آن‌ها طولانی است، ولی شاید نخستین بار این گیلبرت ج. باتوین^۱، استاد روان‌شناسی بخش بهداشت عمومی و روان‌پزشکی دانشگاه کُرِنل، بود که در دهه ۱۹۸۰ میلادی، برنامه‌ای جامع را با عنوان «آموزش مهارت‌های زندگی»^۲ معرفی کرد. هدف اصلی این برنامه فراهم‌ساختن امکان آموزش‌هایی برای پیشگیری و مقاومت در برابر سوءمصرف مواد مخدر و الکل در نوجوانان بود. این برنامه که همچنان استفاده می‌شود، در پی ارتقاء آگاهی و مهارت‌های لازم برای انتخاب‌های سالم‌تر و زندگی موفق‌تر جوانان است (رک. See, Botvin, 1998 & Botvin & Tortu, 1988). با مطرح شدن اهمیت آموزش مهارت‌های زندگی به افراد جامعه، سازمان بهداشت جهانی نیز آموزش مهارت‌های زندگی را به‌عنوان طرحی جامع برای پیشگیری و بهبود سطح و کیفیت بهداشت روانی کودکان معرفی کرد. مجموع این مهارت‌های روان‌شناختی، اجتماعی و بین‌فردی به کودکان و نوجوانان کمک می‌کند بتوانند در موقعیت‌های مختلف و مخاطره‌آمیز به‌درستی تصمیم بگیرند و با دیگران ارتباطی سالم برقرار کنند.

چنان‌که آمد، ادبیات داستانی محملی است برای بازتاب زندگی انسان با همه‌ی فرازونشیب‌ها، دشواری‌ها و کامیابی‌هایی که شخصیت‌های انسانی با آن روبه‌رو می‌شوند. نوجوانان نیز به‌عنوان مخاطبان ادبیات داستانی و به‌ویژه رمان نوجوان، ضمن خواندن آثار داستانی در معرض تجربه‌ی چالش‌ها و واکنش‌هایی قرار می‌گیرند که شخصیت‌های داستان با آن روبه‌رو می‌شوند و بدین ترتیب جهان ذهنی و مهارت‌های آنان گسترش می‌یابد. مخاطب نوجوان در این آثار با زندگی در شکل روایی‌اش مواجه می‌شود و درگیری‌ها و واکنش‌های عاطفی و شناختی او به رخدادها و کنش‌های شخصیت‌های اثر نوعی فرصت و تجربه یادگیری برایش فراهم می‌سازد؛ این تجربه می‌تواند به رشد خودآگاهی و توانمندی‌های فردی و اجتماعی او کمک می‌کند.

1. Gilbert Botvin

2. Life skills training (LST)

بررسی آثار مختلف ادبیات کودک و نوجوان، از جنبه‌ی فرصت‌هایی که این آثار برای یادگیری و توانمندشدن مخاطبان‌شان در مواجهه با چالش‌ها و موقعیت‌های مختلف زندگی فراهم می‌کنند، می‌تواند به ما در دستیابی به تصویری دقیق‌تر از قابلیت‌های آموزشی این آثار کمک کند. اگرچه تجربه‌ی آموزشی، در مقایسه با تجربه‌ی لذت خواندن، در درجه دوم اهمیت قرار دارد، اما آگاهی از دیگر قابلیت‌های آثار ادبی به ما و مخاطبان نوجوان کمک می‌کند ضمن صحنه‌گذاردن بر تجربه‌ی لذت ادبیات، امکان‌ها و فرصت‌های غیرمستقیم کسب مهارت‌ها و توانمندی‌های فردی و اجتماعی این آثار را بشناسیم. از این رو، هدف این پژوهش بررسی شخصیت‌های اصلی دو رمان *عاشقانه‌های یونس* در شکم ماهی جمشید خانیان (۱۳۹۸) و *یک شب فاصله* اثر جنیفر ای. نیلسون^۱ (۱۴۰۰) با توجه به توانمندی آنان در انواع مهارت‌های زندگی است. به دلیل شباهت‌های شخصیت‌های اصلی دو اثر از نظر سن و جنس، قرار گرفتن پی‌درپی آن‌ها در موقعیت‌های خطرناک و چالش‌برانگیز و رفتار و عملکرد آن‌ها در موقعیت‌های پیش‌بینی نشده، این دو اثر را می‌توان نمونه‌های خوبی برای مطالعه‌ی تطبیقی، با تمرکز بر مهارت‌های زندگی شخصیت‌های نوجوان به شمار آورد. مبتنی بر این هدف، پرسش‌های اصلی این نوشتار عبارت‌اند از: بررسی شخصیت‌های اصلی دو رمان *عاشقانه‌های یونس* در شکم ماهی و *یک شب فاصله* نشانگر حضور کدام یک از انواع مهارت‌های زندگی نزد آنان است؟ و این مهارت‌ها از سوی آنان چگونه در کنش‌هایشان بروز پیدا می‌کند؟

این پژوهش، مطالعه‌ی کیفی است و انتخاب نمونه‌های بررسی شده به شیوه‌ی هدفمند^۲ صورت گرفته است. گردآوری داده‌ها به روش کتابخانه‌ای انجام شده و تحلیل داده‌ها نیز با استفاده از تحلیل محتوای کیفی از نوع قیاسی^۳ (Mayring, 2000) صورت گرفته است. واحد تحلیل در نمونه‌ها نیز کل نمونه/ اثر بوده است. چون مؤلفه‌های ده‌گانه‌ی مهارت‌های زندگی از پیش مشخص بوده و متن آثار مبتنی بر آن‌ها تحلیل کرده‌اند، از این شیوه‌ی تحلیل محتوا استفاده شده است. بدین منظور لازم است نخست تعریف مؤلفه‌ها یا مفاهیم بررسی شده

1. Jennifer Anne Nielsen

2. Purposive

3. Deductive content analysis

در متن صورت گیرد (رک. Potter & Levine-Donnerstein, 1999). واحد تحلیل نیز همین مؤلفه‌ها هستند؛ برخلاف تحلیل محتوای کمی که واحدهای زبانی جامدی^۱ را واحد تحلیل خود قرار می‌دهد، در تحلیل محتوای کیفی این مضمون‌های مورد واکاوی هستند که واحد تحلیل به شمار می‌روند. وقتی مضمون/مؤلفه به‌عنوان واحد تحلیل استفاده می‌شود، مصداق‌های آن مضمون/مؤلفه در هر واحدی از متن (کلمه، جمله، پاراگراف، یا کل متن) ممکن است دیده شوند. در این حالت واکاوی متن، مبتنی بر بروز مضمون/مؤلفه است (رک. Minichiello et al. 1990). یافته‌های حاصل از بررسی هر دو اثر نیز به‌صورت تطبیقی باهم مقایسه شده‌اند.

۲. پیشینه‌ی پژوهش

عمده پیشینه پژوهشی مرتبط با مفهوم مهارت‌های زندگی در قلمرو روان‌شناسی بالینی و تربیتی جای می‌گیرد و پژوهش‌هایی، عمدتاً کمی، در این زمینه در دسترس است. اینجا تنها به مرور محدود نمونه‌هایی پرداخته‌ایم که به بررسی این مهارت‌ها در قلمرو ادبیات کودک و نوجوان پرداخته‌اند. از جمله، رضایی و نیک‌پناه (۱۴۰۲) با بررسی میزان طرح مهارت‌های زندگی در کتاب‌های پرخواننده‌ی کودکان کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان در بازه‌ی زمانی ۱۳۸۵-۱۳۹۵، با نگاهی که بیشتر ماهیتی کمی دارد، به گزارشی از بسامد هریک از این مهارت‌ها در نمونه پژوهشی‌شان پرداخته‌اند. صفری و نجفی‌بهزادی (۱۴۰۰) مهارت‌های تفکر انتقادی، خودآگاهی، همدلی، تصمیم‌گیری و ارتباطی را در آثار فرهاد حسن‌زاده بررسی کرده‌اند. رضایی و نجفی‌بهزادی (۱۳۹۹) با بررسی تطبیقی مهارت‌های زندگی در رمان‌های نوجوان اریش کستتر و فرهاد حسن‌زاده نشان داده‌اند که بسامد مهارت همدلی نسبت به سایر مهارت‌ها در آثار هر دو نویسنده بیشتر است.

^۱. Physical linguistic unit

۳. چارچوب نظری

سازمان جهانی بهداشت با هماهنگی یونیسف از سال ۱۹۹۳ به بعد برنامه‌ی آموزش مهارت‌های زندگی را به‌عنوان یک طرح جامع پیشگیری اولیه و ارتقای سطح بهداشت روانی کودکان و نوجوانان معرفی نموده است. بنابر تعریف سازمان بهداشت جهانی، مهارت‌های زندگی عبارت است از «توانایی انجام رفتار سازگارانه و مثبت به‌گونه‌ای که فرد بتواند با چالش‌ها و ضروریات زندگی روزمره کنار بیاید» (WHO, 1994 & WHO, 1997: 1). این مهارت‌ها متناسب با فرهنگ و اجتماعی که افراد در آن زندگی می‌کنند، می‌توانند شکل‌های مختلفی به خود بگیرند. در تعریفی بومی و متوجه کودکان و نوجوانان، مهارت‌های زندگی راهی است برای رسیدن به شیوه‌ی جدید زندگی کردن از راه آموختن مجموعه مهارت‌های شخصی و اجتماعی که کودکان و نوجوانان با یادگیری آن‌ها می‌توانند با خود، سایر انسان‌ها و اجتماع به‌طور مؤثرتری روبه‌رو شوند (رک. نیک‌پرورد، ۱۳۸۴: ۲۸). این مهارت‌های زندگی به‌عنوان منبع ضروری گسترش مهارت‌های روانی-اجتماعی، عاطفی، شناختی، رفتاری و تاب‌آوری برای مواجهه با چالش‌های روزمره و مشارکت سازنده در جامعه به‌شمار می‌روند (Galagali, 2011).

این مهارت‌های زندگی ده مورد هستند که سازمان بهداشت جهانی آنها را در پنج حیطه دسته‌بندی کرده و هدف از آموزش آنها را تسهیل رشد مهارت‌های روانی-اجتماعی مورد نیاز برای مقابله با نیازها و چالش‌های زندگی روزمره ذکر کرده است (رک. WHO, 1999: 1 & WHO, 1997). در ادامه این مهارت‌ها را کوتاه مرور کرده‌ایم.

۳.۱. مهارت تصمیم‌گیری^۱ و مهارت حل مسئله^۲

مهارت تصمیم‌گیری به نوجوان کمک می‌کند به شیوه‌ای مواجهه فعالانه و سازنده درباره‌ی زندگی‌اش تصمیم بگیرد و ضمن بررسی انتخاب‌های مختلف، اثرات این تصمیم‌ها بر

^۱. Decision-making

^۲. Problem-solving

زندگی‌اش را ارزیابی کند (رک. WHO, 1997: 2). مهارت حل مسئله نیز به نوجوان کمک می‌کند مسائل را به شکل سازنده‌ای حل کند. حل‌نشدن برخی مسائل می‌تواند به استرس بینجامد (رک. همان). توانایی حل مسئله و مقابله با مشکلات زندگی خود یک مهارت است که باعث بالارفتن حس اعتمادبه‌نفس و توانمندی در فرد می‌شود (رک. فتی و همکاران، ۱۳۸۵: ۲۱). افرادی که توانایی حل مسئله دارند می‌توانند افکار و احساسات منفی را از خود دور کنند و هنگام مواجهه با مشکلات، خود را سرزنش نکرده و احساس درماندگی نمی‌کنند و بدون عجله دست به انتخاب تصمیمی درست می‌زنند (رک. همان: ۲۳).

۲.۳. مهارت تفکر انتقادی^۱ و مهارت تفکر خلاق^۲

این دو مهارت با مهارت‌های حل مسئله و تصمیم‌گیری ارتباط مستقیم دارند. تفکر انتقادی مهارت تحلیل تجربه‌ها و اطلاعات به صورت عینی است. این مهارت به نوجوان کمک می‌کند عوامل اثرگذار بر نگرش و رفتار (مثل رسانه‌ها، فشار همسالان، ارزش‌ها و غیره) را تشخیص دهد و ارزیابی کند (رک. WHO, 1997: 2). تفکر خلاق نیز فرد را قادر می‌سازد امکان‌ها و حالت‌های جایگزین را جست‌وجو کند و به وراثت تجربه مستقیم خود بنگرد. این مهارت به انعطاف‌پذیری و انطباق‌پذیری بیشتر در زندگی نیز کمک می‌کند (رک. Ibid).

۳.۳. مهارت ارتباط مؤثر^۳ و مهارت روابط بین فردی^۴

مهارت ارتباط مؤثر به توانایی ابراز خود به شکل کلامی و غیرکلامی و متناسب با فرهنگ خود و موقعیت حاضر اشاره دارد. توانایی ابراز عقیده‌ها، امیال، ترس‌ها و نیازها و نیز توانایی طلب راهنمایی و کمک را می‌توان نمونه‌های این مهارت دانست (رک. WHO, 1997: 2). مهارت‌هایی چون کنترل خشم و جرأت‌مندی نیز از جمله مهارت‌های ارتباط مؤثر فردی به

1. Critical thinking

2. Creative thinking

3. Effective communications

4. Interpersonal relationship

شمار می‌روند (رک. طارمیان، ۱۳۸۷: ۷۸). مهارت در روابط بین فردی به ما کمک می‌کند به نحو مؤثر و مثبتی با دیگران، شامل دوستان و خانواده، ارتباط برقرار کنیم؛ توانایی پایان یک رابطه به شکل سازنده و صحیح نیز شامل این مهارت می‌شود (رک. WHO, 1997: 2). اگر شخص مهارت ارتباطی مؤثر نداشته باشد در زندگی آسیب‌پذیر می‌شود زیرا انسان به‌طور مداوم با دیگر اشخاص به سر می‌برد و اگر در این مهارت ضعیف باشد پذیرش دیگران را نخواهد داشت؛ در نتیجه به تدریج احساس اعتماد به نفس فرد دچار اختلال شده و توان او در رویارویی با مشکلات پایین می‌آید (رک. طارمیان، ۱۳۸۷: ۵۶).

۴.۳. مهارت خودآگاهی^۱ و مهارت همدلی^۲

مهارت خودآگاهی به ما امکان می‌دهد با شناخت شخصیت، خواسته‌ها، نقاط ضعف و قوت، بیزاری‌ها و ترس‌هایمان خود را بشناسیم. بسط خودآگاهی به ما کمک می‌کند استرس‌ها و فشارهایی که بر روی ما هستند را بشناسیم (رک. WHO, 1997: 2). این مهارت فرد را در شناخت بهتر اهداف، احساسات، برنامه‌ی زندگی، تفریحات، سرگرمی‌ها، توانایی‌ها، ضعف‌ها، ارزش‌ها، مذهب، فرهنگ، مذهب، علائق، آرزوها و استعدادها یاری می‌رساند (رک. کارتلج و میلبرن، ۱۳۹۳: ۴۰). هرچه شخص بیشتر نسبت به خودآگاهی داشته باشد، دیگران را نیز بهتر درک می‌کند و به همدلی می‌رسد. به همین دلیل، خودآگاهی پیش‌نیاز دستیابی به مهارت همدلی و نیز ارتباط مؤثر به شمار می‌رود. همدلی توانایی تصور خود به جای دیگران و دیدن زندگی از نگاه آنان است. این مهارت کمک می‌کند دیگرانی که بسیار متفاوت با ما هستند را درک کنیم و بپذیریم؛ این کار به بهبود روابط اجتماعی ما نیز کمک می‌کند و مشوق رفتارهای روادارانه و کمک به افرادی است که نیازمند یاری و مساعدت ما هستند (رک. WHO, 1997: 2).

1. Self-awareness

2. Empathy

۳.۵. مهارت مقابله با هیجانات^۱ و مهارت مقابله با استرس^۲

مقابله با هیجانات عبارت است از تشخیص هیجانات و عواطف خود و دیگران، آگاهی از چگونگی اثرگذاری این هیجانات بر رفتار و توانایی پاسخ درخور به هیجانات (رک. 3: Ibid). مقابله با استرس نیز با شناسایی منابع استرس، شناسایی چگونگی اثرگذاری استرس بر ما و انجام اعمالی که به ما در کنترل استرس کمک می‌کند در ارتباط است. تغییر محیط پیرامونی یا تغییر سبک زندگی می‌توانند نمونه‌هایی از تمهیدهای کاهش استرس باشند (رک. Ibid).

۴. بحث و بررسی

۴.۱. پیرنگ رمان‌ها

عاشقانه‌های یونس در شکم ماهی را سارا در روز اجرای پیانوی خود روایت می‌کند. او با برگشت به دوران نوجوانی خود به عواملی که باعث شده این قطعه را بسازد اشاره می‌کند. نوجوانی سارا با شروع جنگ ایران و عراق مصادف است و او که در شهر مرزی آبادان زندگی می‌کند، مانند سایر افراد، مجبور به مهاجرت می‌شود. واقعه‌ی جنگ باعث می‌شود سارا در شرایط سخت و پیش‌بینی‌ناپذیری قرار بگیرد و هر بار با مشکلات جدیدی روبه‌رو شود. در آغاز جنگ پدر برای سفر کاری به آلمان رفته است. سارا، سامان و مادر به همراه عمو غازی و همسر بردارش قصد دارند به شهر امنی بروند. سارا که با پیانوی خود ارتباط دوستانه‌ای دارد، از مادر می‌خواهد هر طور شده آن را همراه خود سوار وانت کنند. در میانه‌های راه با پسر و پیرزنی روبه‌رو می‌شوند و مادر از سارا می‌خواهد پیانو را رها کند تا آن‌ها را همراه خود ببرند. سارا یونس را باعث از دست دادن پیانو خود می‌داند و به نظر می‌رسد از او متنفر است، اما کم‌کم متوجه می‌شویم که به او علاقه پیدا کرده اما اعتراف نمی‌کند. یونس ادعا می‌کند برای دختری به نام سلما شعر می‌گوید. سارا که در این باره کنجکاو شده سعی می‌کند راز یونس را بفهمد؛ اما پس از مرگ یونس در هنگام چاه‌کشی، متوجه می‌شود که سلما وجود خارجی ندارد و شاید سارا همان معشوق رازآلود یونس باشد.

1. Emotions

2. Stress

رمان یک‌شب فاصله را گرتا، که او هم دختر نوجوانی است، روایت می‌کند. او و خانواده‌اش شرایط پس از جنگ جهانی دوم و دونیم‌شدن آلمان با دیوار برلین را از سر می‌گذرانند. مشکلات گرتا زمانی آغاز می‌شود که سختگیری‌ها و محدودیت‌های حکومتی هرروز بیشتر می‌شود. پدر تصمیم می‌گیرد برای داشتن زندگی بهتر به برلین غربی مهاجرت کنند و زمانی که با پسر کوچک‌تر خود به غرب رفته است دیوار کشیده می‌شود و امکان آمدن او نزد خانواده‌اش وجود ندارد. گرتا که تصور می‌کند مانند پدرش فردی آزادی‌خواه است، شرایط فعلی زندگی و حکومتی را نپذیرفته و برای رسیدن به آزادی و رفتن به آلمان غربی تلاش می‌کند. او پس از چهار سال با دیدن پدر خود پشت دیوار و راهنمایی‌های او به این نتیجه می‌رسد که با حفر تونلی می‌تواند به غرب برسند. در این مسیر برادر او همراهی‌اش می‌کند اما افراد و موانع زیادی نیز او را تهدید می‌کنند. در آخر گرتا که زیر بار محدودیت‌ها نرفته می‌تواند به پدرش برسد.

۲.۴. تحلیل دو اثر بر مبنای مؤلفه‌های مهارت‌های زندگی

۲.۴.۱. مهارت خودآگاهی و همدلی

شخصیت با آگاهی پیدا کردن به احساسات، خصوصیات، افکار و اهداف خود به نقاط قوت و ضعف خود پی می‌برد و با این خودآگاهی به خویش‌شناسی می‌رسد. داستان عاشقانه‌های یونس در شکم ماهی را «سارا» روایت می‌کند. او که با بازگشت به گذشته درباره‌ی نوجوانی‌های خود سخن می‌گوید، به‌خوبی ظاهرش را توصیف می‌کند:

«اسم من سارا است اگر بخوادم نسبت و همانندی ظاهری خودم را با سام و مامان و بابا تعریف کنم، باید همین اول بگویم که بین من و سام همان‌قدر شباهت وجود دارد که بین من و بابا ... ولی من، بی‌شک پیشانی‌ام، یعنی درست از زیر رستنگاه موی سر تا بالای ابروها شبیه پیشانی مامان است... درست مثل شباهت ابروها و چشم‌هایم به ابروها و چشم‌های بابا. با اینکه تاج ابروهای بابا تیز و مال من پرپشت و بلند است و چشم‌های کوچکش و مال من سربالاست» (خانیا، ۱۳۹۸: ۲۷).

همچنین باید به این نکته اشاره کرد که پدر او عقیده دارد انگشت‌های سارا مانند یک پیانیست

بزرگ است، سارا که از این طریق به این باور رسیده است که انگشتان کشیده‌ای دارد، نواختن پیانو را حرفه‌ای می‌آموزد، اما با دیدن عکس آن پیاپیست در مجله نظر او عوض می‌شود:

بعد، توی آینه به انگشت‌های خودم نگاه کردم و سعی کردم همان‌طور که کلارا هاسیکل آن‌ها را در هم فروبرده بود، در هم فروبرم و به آرامی بگذارم زیر چانه‌ام. گذاشتم و به خودم خیره شدم. نه بی‌شک بابا اغراق کرده بود. قضاوت او درست نبوده باشد... باین حال، از همین قضاوت اشتباه بابا بود که من یک پیاپیست شدم (همان: ۲۸).

بنابراین دیدن عکس واقعی آن نوازنده باعث می‌شود او به واقع‌بینی به انگشتان خود و ظاهر آن‌ها که تصور می‌کند مناسب نوازنده شدن نیست، برسد. هرچند چنین شناختی دیر صورت گرفته و او پیاپیست شده است. از دیگر موقعی که سارا به‌طور مستقیم درباره‌ی خصوصیات خود به مخاطب اطلاع می‌دهد زمانی است درباره‌ی اوج ناراحتی خود سخن می‌گوید: «من گریه نمی‌کردم، بغض کرده بودم. یاد نمی‌آید هیچ‌وقت و تا حالا حتی برای کوکو گریه کرده باشم. بغض کرده‌ام. گریه نکرده‌ام» (همان: ۹۴)؛ بنابراین از این حرف چنین برمی‌آید که او درباره‌ی خصوصیات رفتاری خود نیز به آگاهی رسیده است و درست همان‌طور که از لابه‌لای داستان برداشت می‌شود به دلیل غروری که دارد هیچ‌گاه اشک نمی‌ریزد. گفتیم که سارای بزرگسال، راوی این اثر است و طبیعی است اگر درباره‌ی عشقی که به یونس پیدا کرده سخن بگوید، اما با پنهان‌کاری که انجام می‌دهد هیچ‌وقت به‌طور مستقیم از احساس خود نمی‌گوید و تنها از طریق کنش‌های او و قضاوت سایر شخصیت‌ها می‌توانیم به این برداشت برسیم. سام از حرف‌های سارا متوجه احساس او به یونس می‌شود:

من آهسته گفتم: «ولی چیزی رو که مطمئنم اینه که... صدای خیلی خوبی داره ... می‌بینی چه سر زیبایی داره؟ درست مثل یک گوی درخشان». سام با ابروهای بالا پریده آهسته گفت: «تو گفتی از اون خوشت نمیاد، نه؟» من آهسته گفتم: «اوهوم؛ و نمی‌دونم چرا؟». سام گفت: «من می‌دونم». من آهسته گفتم چرا؟ سام آهسته گفت: «چون اون چیزایی که درباره‌اش گفتی، مال وقتی نیست که آدم از یکی بدش بیاد» (همان: ۷۰).

همچنین کنش‌ها و مونولوگ‌های سارا عشق او به یونس را نشان می‌دهد:

نمی‌خواستم برود. ایستاد. ... و لبخند از دستم دررفت و نشست روی لب‌ها و توی

چشم‌هایم او هم لبخند زد و بعد برای لحظه‌هایی سکوت کردیم و بعد هر دو باهم خندیدیم. من که بی‌اختیار خندیدم (همان: ۱۲۴).

هرچند سارا تظاهر می‌کند با یونس سر لجبازی دارد و خلاف میل او عمل می‌کند اما ناخواسته به حرف او بابت ساختن آهنگ گوش می‌دهد: «و من از فردای همان شب [توصیه‌ی یونس درباره‌ی ساختن آهنگ بدون پیانو] با همین روش و بدون پیانو، موومان اول و دوم را نُت‌نویسی کردم» (همان: ۱۲۹)؛ بنابراین می‌توان گفت سارا درباره‌ی احساسات خود نیز به شناخت کافی رسیده است و خودآگاهی دارد اما به دلایلی که آن را ذکر نمی‌کند، هنگام بیان روایت از گفتن مستقیم عشق خود به یونس خودداری می‌کند. باوجوداین که سارا به خودآگاهی در جنبه‌های مختلف از شخصیت خود رسیده است انتظار می‌رود مهارت همدلانه را نیز کسب کرده باشد، اما چنین اتفاقی رخ نداده و این شناخت باعث تأکید بیشتر او برای رسیدن به خواسته‌هایش (هرچند غیرمنطقی) شده و شخصیت غیرمنطقی از او ساخته است که تنها به اجبار دیگران (در بیشتر مواقع مادر) به دیگران کمک می‌کند و آن‌ها را می‌پذیرد. بزرگ‌ترین و سرنوشت‌سازترین موقعیتی که سارا در آن قرار گرفته و طبیعی است او دیگر اشخاص را درک کند، زمانی است که اوایل جنگ و هنگام بمباران، در بیابان پیرزن و پسربچه‌ای را می‌بیند، انتظار می‌رود سارا با گذاشتن پیانوی خود در بیابان به آنان جای دهد اما چنین کاری نمی‌کند:

عمو غازی گفت: «چه کار کنیم خانم‌جان؟» و نیم‌نگاهی به من انداخت. مامان گفت: «چی رو چیکار کنیم؟». عمو غازی گفت: «همین‌طور ولشون کنیم بریم؟». مامان گفت: «کار دیگه‌ای هم می‌تونیم بکنیم؟» ... عمو غازی از ما فاصله گرفت و تندتند رفت به طرف پسر و بی‌بی، گفت: «می‌بینید که جانداریم. جانست، نگاه! پشت وانت هم کیپ تا کیپ پره. شرمندهام به خدا» (همان: ۵۶).

در ادامه نیز سارا به درک درستی از شرایط آن‌ها نمی‌رسد و حتی زمانی که تصور می‌کند آن‌ها مرده‌اند نیز نمی‌تواند خود را در شرایط مشابه آنان قرار داده و همدلی کند:

گفتم: «نه» لرزیده بود صدایم، ولی تردید نداشتم. دوباره گفتم: «نه». مامان چشم از توی چشم‌هایم برنمی‌داشت. گفتم: «به خدا مامان پا میشم همین الان میرم وسط اون جاده دراز

می‌کشم تا بمب بیاد و هزار تیکه‌ام کنه... این بار با لابه گفتم: «نه مامان، چطور دلت می‌آید؟» (همان: ۸۸-۸۹).

در آخر نیز به‌اجبارِ مادر از پیانوی خود گذشته و پیرزن و یونس را سوار می‌کنند. آن دو از شخصیت‌هایی هستند که به‌عنوان نقطه‌مقابل سارا، به چنان درکی از همدلی رسیده‌اند که بی‌هیچ توقعی از آنان می‌خواهند بروند و جان خود را نجات دهند؛ بنابراین نویسنده با قراردادن این دو قطب، مقابل یکدیگر مهارت همدلی را به نمایش می‌گذارد.

گرتا نیز که راوی رمان یک‌شب فاصله است. آگاهی بسیار زیادی نسبت به خود دارد و از همان ابتدا به‌طور مستقیم بارها ویژگی‌های خود را بیان می‌کند، او نیز مانند سارا ظاهر خود را با مقایسه توصیف می‌کند: «برخلاف من که موهای بلوند، چشم‌های درشت و بدن ورزیده‌ای داشتم، آنا موهایش تیره بود» (نیلسون، ۱۴۰۰: ۲۵). از آنجایی که اهداف و افکار و کنش‌ها بیش از ویژگی‌های ظاهری برای گرتا اهمیت دارد در ادامه در مورد خصوصیات ظاهری خود سخن نمی‌گوید اما به شیوه‌های مختلف تفکراتش را بیان می‌کند. او از همان ابتدا عقیده دارد مانند پدرش می‌اندیشد: «تنها کسی که این حرف‌ها را می‌فهمید فریتز بود. به نظر او دلیل کار من این بود که خون بابا را در رگ‌هایم داشتم» (همان: ۲۴). چنین تفکری باعث می‌شود که سایر شناخت او نیز به خودش از طریق شناختی که از پدر و شجاعت او دارد به دست بیاید و هنگام مقایسه خود با دوستش از نترس بودن خود حرف می‌زند: «هرقدر من نترس و گستاخ بودم او خجالتی و ترسو بود» (همان: ۲۵). این ذهنیتی که گرتا دارد باعث می‌شود به‌مرور چنان خودآگاهی کسب کند که به‌خوبی بتواند عقایدش را بیان کند: «حالا دیگر دوازده‌ساله شده بودم و هرچه بزرگ‌تر می‌شدم، بیشتر از هم‌سن‌وسال‌های خودم فاصله می‌گرفتم» (همان: ۲۴). از این به بعد است که کم‌کم خواسته‌ها و اهداف شکل می‌گیرند و می‌داند چه می‌خواهد و چه چیزی نمی‌خواهد: «من ترجیح می‌دم توی غرب گدایی کنم ولی اینجا نمونم» (همان: ۱۶). او می‌تواند به‌خوبی درباره‌ی احساسات، برنامه‌های زندگی، تفریحات، سرگرمی‌ها و آرزوهای خود صحبت کند:

«من چیز خاصی نمی‌خواستم. چیزی که می‌خواستم خیلی ساده‌تر بود و یک‌جورهایی خیلی پیچیده‌تر. من کتاب‌هایی می‌خواستم که سانسور نشده باشند. می‌خواستم جاهایی را ببینم که

الآن فقط عکس توی مجله‌های قاچاقی بودند که دست‌به‌دست به من رسیده بودند... می‌خواستم مهار زندگی‌ام دست خودم باشد و شانس موفقیت داشته باشم» (همان: ۱۱۸).

با چنین شواهدی در طول داستان این‌طور به نظر می‌رسد که گرتا مهارت خودآگاهی بالایی دارد و همین موجب می‌شد که او به راحتی خود را در شرایط زندگی دیگران قرار داده و آن‌ها را درک کند. زمانی که برادر آن‌ها هنگام فرار کشته شده و اشتنازی‌ها از آن‌ها می‌خواهند از گرتا فاصله بگیرد، در ابتدا از دست او ناراحت می‌شود اما کم‌کم به این نتیجه می‌رسد که آن‌ها رفتار بدی ندارد، بنابراین با مهارت همدلی که دارد به همه حق می‌دهد که از او و خانواده‌اش دروی کنند: «احساس می‌کردم یک‌جور بیماری گرفته‌ام. همان جوری که پدرم من را آلوده کرده بود، حالا من هم می‌توانستم بقیه را آلوده کنم؛ اما با چی؟ جرئت حرف زدن؟ عمل کردن؟» (همان: ۶۸). با مقایسه‌ی شخصیت سارا و گرتا به خوبی می‌توان به مهارت خودآگاهی و همدلی و تأثیر آن دو بر یکدیگر پی برد. به نظر می‌رسد گرتا به خودآگاهی کاملی از خود رسیده است و همین باعث شده است در شرایط گوناگون با دیگران همدلی کند، اما سارا که هنوز به خوبی مهارت خودآگاهی را ندارد توان همدلی نداشته و در ارتباط با دیگران به مشکل می‌خورد.

۲.۲.۴. ارتباط مؤثر و ارتباط بین فردی

هنگامی که فرد به خودآگاهی نسبت به خود برسد می‌داند چه خواسته و هدفی دارد و به راحتی نیازهای خود را بیان می‌کند. در مبحث قبل اشاره شد که سارا با شناخت از خویشتن، خود و خواسته‌های خود را هدف قرار داده و در این کار تا جایی پیش می‌رود که از همان ابتدای داستان شخصیت خودخواه و متکبری به نظر می‌رسد که قدرت همدلی با دیگران را ندارد و نمی‌تواند ارتباط مؤثر بین فردی برقرار کند. زمانی که جنگ آغاز می‌شود، مادر تنها به فکر نجات جان‌شان است و از خانه و زندگی می‌گذرد اما سارا چنین کاری نکرده و با اصرار می‌خواهد پیانو را نیز با خود ببرد:

«من گفتم: پس کوکو؟ و فقط پا نکوبیدم به زمین. عمو غازی که متوجه شده بود، سر تکان داد و آهسته گفت: «این غیر ممکنه» ... گفتم: «ما داریم میریم مامان چون موندن خطرناکه، آگه موندن برای ما خطرناکه، پس برای کوکو هم خطرناکه»... «مامان گفت:

«داری لجبازی می‌کنی؟» ... من گفتم: «نه، لجبازی چیه؟ من فقط می‌گم کوکو رو با خودمون ببریم. همین» ... گفتم: «مامان من، ما داریم میریم چون آگه نریم، ممکنه یه بمب بیفته رو سرمون» (خانیا، ۱۳۹۸: ۳۶).

سارا نمی‌خواهد/ نمی‌تواند بدون پیانو شهر را ترک کند و برای رسیدن به خواسته‌ی خود، به‌رغم ممکن نبودن آن در شرایط دشوار و بحرانی، اصرار می‌کند. او حاضر نیست با درک شرایط و نیز درک موقعیت دیگران رفتار یا عمل کند. همان‌طور که در مبحث همدلی نیز اشاره شد، زمانی که با یونس و مادر بزرگش در وسط جاده مواجه می‌شوند سارا توانایی دگرخواهی نداشته و با خودخواهی تمام آن‌ها را در وسط جاده رها می‌کند و با اجبار مادر است که پیانو را از ماشین پیاده می‌کند. مصادیق بسیار دیگری مبنی بر خودخواهی سارا و نداشتن ارتباط مؤثر او با دیگران وجود دارد، باتوجه‌به اینکه نداشتن مهارت ارتباطی در شخصیت‌های داستان می‌تواند برای مخاطب الگوی نامناسبی باشد، نویسنده در کنار چنین شخصیتی که مهارت ضعیفی دارد شخصیتی با مهارت ارتباطی بین فردی قوی مانند یونس را قرار می‌دهد:

نزدیک جوی که شدم، برای رد شدن از آن تردید کردم. لحظه‌ای ایستادم و بعد پام را بلند کردم و آن طرف جوی پام را گذاشتم روی لبه‌ی آن. سنگینی گالن من را به عقب کشید و این در حالی بود که داشتم پای دیگرم را بلند می‌کردم... گالن از دستم افتاد روی زمین... یونس نشست روبه‌رویم... و بعد گفت: «نگران نفت نباش. گالن من مال تو، گالن تو مال من. اون وقت من به بی‌بی می‌گم گالن از دستم افتاد و نصف بیشترش خالی شد روی زمین. بی‌بی باور نمی‌کنه ولی چیزی هم نمی‌گه»... داد زدم: «من به گالن تو احتیاجی ندارم!» (همان: ۱۲۱).

باتوجه‌به شواهد موجود در متن می‌توان به این نکته دست یافت همان‌طور که انتظار می‌رود به دلیل ضعف مهارت همدلی در شخصیت سارا او توانایی ارتباط مؤثر فردی و بین فردی با سایر افراد نداشته و بدون این که آن‌ها را درک کند هیچ چیزی را با آن‌ها سهیم نمی‌شود، حتی اگر پای جان آن‌ها در میان باشد.

در مبحث خودآگاهی و همدلی درباره‌ی گرتا چنین برداشت شد که او به‌طور کامل از

این دو مهارت برخوردار است؛ همین زمینه را برای او فراهم می‌کند که بتواند به راحتی افکار و عقایدش را بیان کند. شرایطی که گرتا در آن حضور دارد به نوعی است که جرئت بیان تفکرات خود را ندارند و تنها زمانی که گرتا با خود یا برادرش فریتز صحبت می‌کند، می‌توان متوجه ارتباط فردی در او شد. او به خوبی می‌داند که از شرایط فعلی ناراضی است و نیاز به تغییر دارد:

من دوباره راه افتادم و فریتز هم کنارم آمد. بهش گفتم: «من و تو هم برای خودمون فکر و عقیده داریم. من نمی‌خوام مثل اون‌ها باشم» بعد توی صورتش نگاه کردم و گفتم: «من مثل اون‌ها نیستم. فکر نکنم تو هم این جور باشی» (نیلسون، ۱۴۰۰: ۹۸).

هرچند او تلاش می‌کند مادر را بابت نرفتن به غرب بیخشد اما نمی‌تواند و بارها توانایی این را دارد که افکار و احساسات خود را بیان کند:

«این را نمی‌توانستم به مامان بگویم. در عوض صاف نگاهش کردم و با عصبانیت گفتم: «اگه اون شب گذاشته بودی همراه بابا برایم، حالا مجبور نبودیم نگران گرتن‌ها باشیم». این اولین باری نبود که چنین بحثی باهم می‌کردیم... گفتم: «شنیدی؟ امروز دومینیک رو دیدم. پسرت رو! این بار تقریباً داشتم داد می‌زدم، اما از گریه بهتر بود» (همان: ۳۹).

داشتن مهارت خودآگاهی و پس‌از آن همدلی باعث می‌شود که گرتا رفتار دگرخواهانه داشته و با از خودگذشتگی سود استفاده از تونل را که برای آن زحمت کشیده‌اند با دیگران تقسیم کند: «نمی‌خواستم آنا به دردسر بیفتد. فکر این‌که او مجبور باشد عواقب کارهای من را تحمل کند، حالم را از خودم بد می‌کرد... گفتم: «با هامون بیاین. شما هم مثل ما خودتون رو آزاد کنین» (همان: ۲۰۶). در این زمان است که مخاطب متوجه‌ی ارتباط مؤثر او با دیگران می‌شود. گرتا در این زمینه کاملاً با سارا متفاوت است. واضح است که این از توانایی بیشتر گرتا در مهارت‌های همدلی، ارتباط با خود نشاءت می‌گیرد؛ توانایی‌هایی که سارا در آن ضعف دارد.

۴. ۲. ۳. تصمیم‌گیری و حل مسئله

باتوجه به سیر رخدادهای داستان سارا بارها در شرایطی قرار می‌گیرد که نیاز به تصمیم‌گیری برای حل مسئله دارد. در رابطه با این مؤلفه نیز که از دو مؤلفه‌ی پیشین تأثیر می‌پذیرد، می‌توان

گفت سارا که توانایی ارتباط مؤثر و همدلی ضعیفی دارد و بدون توجه به نظر دیگران، در بیشتر تصمیمات با خودسری پیش می‌رود. از همان ابتدا ارتباط دوستانه‌ی سارا با «کوکو» موجب می‌شود که تصمیمات احساسی بگیرد، اما او تصور می‌کند عاقلانه رفتار می‌کند:

«مامان با صدای بلند گفت: «برای یه بار هم که شده درک کن ما تو چه وضعیتی گیر افتادیم!». با صدای بلند گفتم: «فکر می‌کنی من درک نمی‌کنم؟ شما هنوز خیال می‌کنی من یه بچه‌ام!» مامان با صدای بلند گفت: «اگر بچه نبودی هی به من نمی‌گفتی ولی کوکو نه، ولی کوکو نه!» (خانیا، ۱۳۹۸: ۹۱-۹۲).

زمانی که مادر متوجه می‌شود سارا توانایی حل مسئله ندارد، خود وارد عمل شده و او را مجبور می‌کند راه درست را در پیش بگیرد.

گرتا به‌خوبی توانایی حل مسئله را دارد؛ او که از همان ابتدا بارها با مشکلات و موانع بسیاری روبه‌رو می‌شود تصمیم درست را می‌گیرد. یکی از مسائلی که شخصیت با آن روبه‌رو شده زمانی است که مجبور می‌شود سطل‌های سنگین خاک را از پایین به بالا ببرد و از این کار بسیار خسته شده و سرعت پایینی دارد، بنابراین برای حل این مشکل تصمیم به برداشتن قرقره از بالای ساختمانی مخروبه که کار خطرناکی نیز است می‌گیرد:

«قرقره! از فکر وجود چنین وسیله‌ای توی ساختمان تشریفات، قلبم به تپش افتاده بود. با وجود یک قرقره دیگر نیازی به آن‌همه بالا و پایین رفتن از نردبان نبود. فریتز سطل را آن پایین پر می‌کرد و من هم از بالا می‌گرفتم و خالی‌اش می‌کردم. می‌توانستم با نصف آن انرژی دو برابر قبل کارکنیم. من به آن قرقره احتیاج داشتم» (نیلسون، ۱۴۰۰: ۱۳۰).

بیشتر تصمیماتی که گرتا می‌گیرد عقلانی هستند، برخلاف سارا که با احساسات خود تصمیم می‌گرفت.

۴.۲.۴. مهارت تفکر انتقادی و تفکر خلاق

هرچند شخصیت سارا پس از جنگ و در شرایط حساس، احساسی تصمیم می‌گیرد اما زمانی که با فلاش‌بک به گذشته برمی‌گردد می‌توان مهارت تفکر انتقادی را در او دید. پدر به سارا پیشنهاد تحصیل در خارج از کشور را می‌دهد، اما او پس از فکرکردن با دلایل قانع‌کننده بر تصمیمات احساسی خود غلبه کرده و نتیجه را این‌طور اعلام می‌کند:

«گفتم: «مدرسه پیانوی هامبورگ مثل یه رویاست». بابا کوتاه گفت: «بله». گفتم: «ولی واقعاً من هم نمی‌دونم می‌تونم دوری شما رو تحمل کنم یا نه». بابا با مهربانی گفت: «عزیز دلم، سارا، تو باید به آینده‌ات فکر کنی». گفتم: «من همیشه به آینده‌ام فکر می‌کنم و همون موقع هم نمی‌تونم ببینم که شما کنارم نیستید» (خانیا، ۱۳۹۸: ۷۵-۷۶).

بنابراین می‌توان دید سارا با در نظر گرفتن تفکرات خود و دیگران می‌تواند پیشنهاد سالم را تشخیص دهد. مهارت تفکر خلاق در سارا هنگام برخورد او با پیانو می‌توان دید. او که کوکو را دوست زنده‌ی خود تصور می‌کند، ادعا دارد می‌تواند با آن سخن بگوید.

«سام گفت: «اون وقت تو کوکو در تقریباً چهارصد هزارم ثانیه باهم صحبت هم می‌کنی؟» گفتم: «بله، من با کوکو صحبت می‌کنم». ... سام گفت: «تو چجوری زبون اونو می‌فهمی؟». گفتم: «زبون الفبایی کوکو، نته. من با نت با کوکو حرف می‌زنم. دو_ر_می_فا_سل_لا_سی. اون وقت اون هم جوابمو میده» (همان: ۶۴).

با شناخت شخصیت گرتا می‌توان به مهارت تفکر انتقادی در او پی برد. زمانی که پدر از آن طرف دیوار برلین «رقص کشاورز در ماه مارس» را می‌خواند او با کنار هم قرار دادن شواهد و استدلال متوجه منظور پدر می‌شود:

«من داشتم به حرف آنا فکر می‌کردم و این که چه پیامی می‌تواند پشت حرف‌های بابا باشد. چرا بابا شعر را از وسطش شروع کرده بود؟... نکته همان جایی بود که بابا توی اجرای او اشتباه کرده بود. بابا می‌خواست که من زمین را بکنم؛ اما چرا؟» (نیلسون، ۱۴۰۰: ۶۰).

پس از آن گرتا با تفکر خلاق خود سعی می‌کند تا علت این کار پدر را بپرسد:

«من فهمیده بودم که او می‌خواهد چه کار کنم؛ فقط نمی‌دانستم کجا را می‌گوید. برای همین به عمد سه قدم بلند شمردم و با یک نگاه زیرچشمی به او، زانو زدم و یک ضربدر بزرگ روی زمین کشیدم. ضربدر نقطه‌ی موردنظر را نشان می‌داد...» (همان: ۷۸).

مهارت تفکر انتقادی و خلاق گرتا بسیار بالا است که ذکر یک‌یک شواهد به درازا می‌کشد، به همین علت است که از همان ابتدا می‌تواند حقیقت را از دروغ تشخیص داده و بداند زندگی به گونه‌ای دیگر است و برای رسیدن به آن تلاش می‌کند.

۴.۲.۵. مهارت مقابله با استرس و تاب‌آوری

سارا در زندگی خود با عوامل استرس‌زای زیادی مواجه می‌شود. جنگ ایران و عراق به‌عنوان عاملی محیطی و اجتماعی زندگی او را دستخوش تغییرات بسیاری کرده است اما در شخصیت او نمودهای رفتاری استرس دیده نمی‌شود. سارا که ادعا می‌کند چیزی باعث ناراحتی او نمی‌شود و هرگز گریه نمی‌کند، در عمل هم در مقابل سختی‌ها واکنش منفی مستقیمی از خود نشان نمی‌دهد و تنها باتوجه‌به کنش‌های هیجانی، لحن تحکمی و پرخاشگرانه‌ای که دارد می‌توان به استرس او پی برد. باتوجه‌به غیرقابل‌اعتماد بودن راوی به قطعیت نمی‌توان گفت نداشتن استرس از مهارت مقابله با استرس او است؛ زیرا ممکن است مانند عشقی که به یونس دارد از آن سخن نگوید یا به دلیل سن کمی که دارد متوجه خطر شرایط اطرافش نباشد. او در دوران پیش از جنگ به نظر می‌رسد سلامت روان بیشتری دارد و زمانی که تصمیم می‌گیرد به خارج از کشور نرود این‌گونه با ناراحتی خود مواجه شده و تاب می‌آورد:

«گفتم: «اون فقط تصمیم مامان نبود. تصمیم خودم هم بود». گفت: «بله، تصمیم خودت هم بود، ولی یه جورایی معلومه هنوز ناراحتی» ... گفتم: «خب اگه می‌شد که می‌رفتم، خوب بود. خیلی خوب بود. ولی حالا هم که نشده خیلی ناراحت نیستم». گفت: «پس ناراحتی، ولی نه خیلی»» (خانیا، ۱۳۹۸: ۲۴-۲۵).

با آغاز جنگ سارا از نظر احساسی دگرگون شده است. زمانی که مجبور می‌شوند کوکو را در بیابان رها کنند و بمب آن را منفجر می‌کند استرس و فشار ناشی از مشکلات به‌صورت جسمی در او بروز پیدا می‌کند:

«مامان گفت: «تقریباً نیمی از راه را در تب شدید می‌سوختم و گاهی هم هذیان می‌گفتم تا این‌که بی‌بی توی راه از یکجایی آب جوش تهیه می‌کند و با آن، هم برای من چای تب‌بر پوست بید با دارچین درست می‌کند... و گفت که بعد از خوردن چای پوست بید و دارچین، به خواب عمیقی فرورفتم»» (همان: ۱۰۰).

این تنها موردی است که سارا در مواجهه با استرس قرار می‌گیرد و به دلیل داشتن اندکی مهارت خودآگاهی می‌تواند با شرایط کنار بیاید، هرچند به علت نداشتن مهارت همدلی هیچ‌گاه یونس را نمی‌بخشد.

شرایط زندگی گرتا باعث می‌شود که او در معرض عوامل استرس‌زای بی‌شماری قرار بگیرد. عوامل اجتماعی مانند قوانین سخت‌گیرانه حکومتی، جنگ جهانی دوم و دشواری‌های بعد از ایجاد دیوار برلین از این جمله‌اند. گاهی نیز این عوامل درونی و روان‌شناختی‌اند، مثل زمانی که گرتا تصور می‌کند تفکرات آزادی‌خواهانه پدرش به او سرایت کرده و این عامل بیماری‌اش است. هدف مهم او که رفتن به آلمان غربی است چنان محکم است که موجب می‌شود استرس‌ها بر او اثر منفی نگذارند و به‌طورکلی تاب‌آوری داشته باشد. بیشترین عامل استرس‌زا برای او اشتنازی‌ها (مأموران مخفی) هستند: «مأمورهای اشتنازی خیلی زود رفتند؛ با این وجود، حتی حالا که دو سال از آن ماجرا می‌گذرد، هر وقت یادشان می‌افتم تنم می‌لرزد» (نیلسون، ۱۴۰۰: ۲۷)؛ اما در طول داستان او توانایی برخورد آرامش‌بخش با آن‌ها را دارد که رفتار آرام مادر نیز در واکنش گرتا بی‌تأثیر نیست. داشتن مهارت خودآگاهی، تفکر انتقادی و خلاق همچنین مهارت تصمیم‌گیری و حل مسئله در شخصیت باعث می‌شود از سلامت روانی برخوردار بوده و در مواجهه با عوامل استرس‌زا توان تاب‌آوری داشته باشد و بدون اینکه ناسازگاری منفی از خود نشان دهد به سلامت از آن عبور کند. در مواجهه با استرس، شخصیت هر دو اثر تا حدودی موفق عمل می‌کنند، هرچند به دلیل قوی‌بودن گرتا در مهارت‌ها به نظر می‌رسد قدرت تاب‌آوری بیشتری دارد.

۵. نتیجه‌گیری

بررسی تطبیقی دو اثر بر اساس پنج مؤلفه اصلی مهارت‌های زندگی، نشان می‌دهد شخصیت‌های اصلی هر یک از دو اثر، یعنی سارا و گرتا، هنگام قرارگرفتن در موقعیت‌های سخت و پیش‌بینی‌نشده واکنش‌هایی بروز می‌دهند که در واقع تلاش‌های آن‌ها برای رهایی از دشواری‌های آن وضعیت بگرنج است. خانیا و نیلسون هر دو با قراردادن دختری نوجوان

در موقعیت‌های جنگی و خطرناک، توانمندی آن‌ها را در شرایط حساس نشان می‌دهند. در هردو اثر، با سطح خودآگاهی شخصیت‌ها به خود آشنا می‌شویم؛ سارا از ابتدا تا انتها نمی‌تواند به خوبی در مورد احساسات خود سخن بگوید و احساسات خود را به درستی نمی‌شناسد. در برابر، گرتا از همان آغاز و از سنین پایین‌تر به خوبی می‌داند چه می‌خواهد و چه نمی‌خواهد. به همین دلیل، سطح خودآگاهی در سارا کمتر است و نسبت به مشکلات دیگران نیز بی تفاوت است و توانایی همدلی ندارد. در مقابل گرتا خودآگاهی بالاتری دارد و با همه شخصیت‌ها، حتی کسانی که دشمن او به حساب می‌آیند، همدلی کرده و می‌تواند خود را به جای آنان قرار دهد. سارا که در عموم مهارت‌ها ضعیف‌تر نشان می‌دهد، در برقراری ارتباط با دیگران نیز دچار مشکل می‌شود ولی گرتا با توجه به مهارتش در خودآگاهی و همدلی، ارتباط‌های بهتری نیز برقرار می‌کند. ضعف سارا در این مهارت‌ها موجب می‌شود تصمیم‌گیری‌های سارا احساسی باشد، اما گرتا که از مهارت تفکر انتقادی و تفکر خلاق برخوردار است، توانایی بیشتری در تشخیص موقعیت دارد و تصمیم‌های عقلانی‌تری می‌گیرد. همچنین، اگرچه شرایط زندگی گرتا باعث می‌شود که او در معرض عوامل استرس‌زای بی‌شماری قرار بگیرد، اما همین توانمندی‌ها در مواجهه با عوامل استرس‌زا به کمک او آمده و تاب‌آوری بالاتری از خود نشان می‌دهد. اگرچه هر دو شخصیت در رویارویی با استرس‌هایشان نسبتاً موفق هستند، اما به دلیل قوی‌بودن گرتا در مهارت‌ها به نظر می‌رسد او تاب‌آوری بیشتری دارد. چیزی که می‌تواند این تفاوت‌ها بین سارا و گرتا را معنی‌دار کند تفاوت مدت‌زمان درگیری این دو با بحران‌ها و چالش‌ها است. گرتا، برخلاف سارا، به‌طور ناگهانی با شرایط دشوار و غیرعادی روبه‌رو نمی‌شود، چون او از ابتدا در کشوری با نظام سیاسی سرکوبگر و شرایط اجتماعی غیرعادی متولد شده است و همواره با موقعیت‌های پیچیده و مسئله‌زا روبه‌رو بوده است. شاید به همین دلیل است که او خودآگاهی بالاتری نسبت به سارا دارد، با قاطعیت بیشتری می‌تواند درباره‌ی مسائل مربوط به خود تصمیم‌گیری کند و به دلیل توانایی ارتباطی خوبی که دارد دیگران را بهتر درک می‌کند.

در مجموع، چنین به نظر می‌رسد که یک‌سبب فاصله، به دلیل وجود شخصیتی برخوردار از تقریباً تمام مهارت‌های زندگی بررسی شده، در مقایسه با اثر دیگر، از نوعی برتری برخوردار باشد. چون انواع مهارت‌ها در شخصیت گرتا بازنمایی شده و می‌تواند مهارت‌های متنوعی را در موقعیت‌های مختلف به کار ببرد، او را می‌توان الگوی خوبی برای یادگرفتن مهارت‌ها و کاربرد آن‌ها به شکل موفقیت‌آمیز برای مخاطب نوجوان، به‌ویژه دختران، دانست؛ اما در سوی دیگر، سارا، در *عاشقانه‌های یونس در شکم ماهی*، دختری است که به دلیل وجود بهره‌مندی کمتر از مهارت‌ها، بازتاب واقعی‌تری از دوران نوجوانی و پیچیدگی‌های آن به‌ویژه در میانه‌ی بحران است. او در موقعیت‌های مختلف واکنش‌های مختلفی از خود بروز می‌دهد که باتوجه به ماهیت و ویژگی‌های دوران نوجوانی تا حدودی واقعی‌تر و ملموس‌تر از شخصیت گرتا به نظر می‌رسند. سارا اگرچه جنبه‌های قهرمانی ندارد ولی در خلال رخدادها تغییر و رشد می‌کند. گرتا در هر شرایطی توانایی کنترل خود و استفاده از مهارت‌ها را دارد، اما سارا، به شکل واقع‌گرایانه‌تری، این‌طور نیست. شاید این ویژگی سارا او را برای مخاطب نوجوان (ایرانی) هم ملموس‌تر و واقعی‌تر می‌سازد. حضور یونس که او هم بهره‌مند از برخی مهارت‌های زندگی است، وضعیتی ایجاد می‌کند که سارا فرصت بیابد، با حضور نوجوانی دیگر، برخی مهارت‌ها را به شکل اجتماعی در خود بپروراند و رشد کند. با این‌همه، هرکدام از این دو اثر تجربه خواندن و تجربه‌های یادگیری متفاوتی را فراهم می‌آورند که مخاطب را با چالش‌های مختلفی درگیر می‌کنند. این تفاوت‌ها، در عین شباهت تقریبی شخصیت‌ها، مخاطب نوجوان را با زندگی در شکل‌های غیرمنتظره و غریبش مواجه کرده و او را به شکل‌های متفاوت در روبه‌رو شدن با مسائل زندگی توانمند می‌سازند.

منابع

خانین، جمشید. (۱۳۹۸). *عاشقانه‌های یونس در شکم ماهی*. تهران: کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان.

خسرو نژاد، مرتضی. (۱۳۸۲). *معصومیت و تجربه، درآمدی بر فلسفه‌ی ادبیات کودک*. تهران: مرکز.

رضایی، حمید؛ نجفی‌بهزادی، سجاد. (۱۳۹۹). «بررسی تطبیقی مهارت‌های زندگی در رمان‌های (نوجوانان) اریش کستنر و فرهاد حسن‌زاده». *مطالعات ادبیات کودک*، سال ۱۱، شماره ۱، پیاپی ۲۱، صص ۸۰-۱۰۶.

رضایی، سمیه؛ نیک‌پناه، منصور. (۱۴۰۲). «بررسی کیفیت و میزان طرح مهارت‌های زندگی در کتاب‌های پُرخواننده‌ی کودکان کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان (در بازه‌ی زمانی ۱۳۸۵-۱۳۹۵)». *مطالعات ادبیات کودک*، سال ۱۴، شماره ۱، پیاپی ۲۷، صص ۱۲۷-۱۶۲.

صفری، جهانگیر؛ نجفی‌بهزادی، سجاد. (۱۴۰۰). «بررسی مهارت‌های تفکر انتقادی، خودآگاهی، همدلی، تصمیم‌گیری و ارتباطی در داستان‌های فرهاد حسن‌زاده». *تفسیر و تحلیل متون زبان و ادبیات فارسی*. سال ۱۳، شماره ۱، صص ۱۸۳-۲۰۸.

طارمیان، فرهاد. (۱۳۸۷). *راهنمای مهارت‌های زندگی*. تهران: منادی تربیت.

فتی، لادن و همکاران. (۱۳۸۵). *راهنمای عملی برگزاری کارگاه‌های آموزش مهارت‌های زندگی*. تهران: دانژه.

کارتلیج، جی؛ میلبرن، جی. اف. (۱۳۹۳). *آموزش مهارت‌های اجتماعی به کودکان*. ترجمه‌ی محمدحسین نظری‌نژاد، مشهد: آستان قدس رضوی.

گلشیری، احمد. (۱۳۸۰). *داستان و نقد داستان*. ج ۱، تهران: نگاه.

نیک‌پرورد، ریحانه. (۱۳۸۴). *مهارت‌هایی برای زندگی*. تهران: سازمان بهزیستی کشور.

نیلسون، جنیفر. ای. (۱۴۰۰). *یک شب فاصله*. ترجمه‌ی عادلہ قلی‌پور. تهران: پرتقال.

Botvin, G. J. (1998). Preventing adolescent drug abuse through Life Skills Training: Theory, methods, and effectiveness. In J. Crane (Ed.), *Social programs that work* (pp. 225-257). New York: Russell Sage Foundation.

- Botvin, G. J. & Tortu, S. (1988). Preventing Adolescent Substance Abuse through Life Skills Training. In R. H. Price, E. L. Cowen, R. P. Lorion, & J. Ramos-McKay (Eds.), *Fourteen ounces of prevention: A casebook for practitioners* (pp. 98–110). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10064-008>
- Galagali, P. M. (2011). Adolescence and life skills. In R. Olyai & D. K. Dutta (Eds.), *Recent advances in adolescent health* (pp. 209–218). New Delhi: JAYPEE Brothers Medical Publishers (P) LTD.
- Mayring, P. (2000). Qualitative Content Analysis. *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research [On-line Journal]*, Retrieved from <http://qualitative-research.net/fqs/fqs-e/2-00inhalt-e.htm>.
- Minichiello, V. Aroni, R. Timewell, E. & Alexander, L. (1990). *In-Depth Interviewing: Researching People*. Hong Kong: Longman Cheshire.
- Potter, W. J. & Levine-Donnerstein, D. (1999). Rethinking validity and reliability in content analysis. *Journal of Applied Communication Research*, 27, 258-284.
- WHO. (1999). *Partners in life skills education*. Geneva, Switzerland: World Health Organization.
- WHO (1997). *Life Skills Education for Children and Adolescents in Schools: Introduction and Guidelines to Facilitate the Development and Implementation of Life Skills Programmes*. Geneva: World Health Organization.
- WHO (1994). *Life Skills Education in Schools*. Geneva: World Health Organization.