

## نقش ارتباطات در توانمند سازی افراد برای شاد زیستن

رفتارها - بخش اعظم کیفیت زندگی ما را خانواده، دوستان و ساختارهای اجتماعی تعیین می‌کنند هر چند که تاکید عمده ما در جامعه بر سیاست و کار است.

رفتار ما به خصوص به آن صورت که در رسانه‌ها انعکاس یافته و قوام می‌یابد غالباً در برابر گسترش این ابعاد حیات بشری به کار می‌رود.

پژوهش‌های ارتباطاتی، چندین پروسه حیاتی تاثیر گذار در نحوه تعریف ما از روابط با دیگران را آشکار ساخته و نشان داده اند که چگونه افراد در برقراری ارتباط با دیگران اثر گذارند.

این تحقیقات روشهایی را توصیه می‌کنند که براساس آن افراد بتوانند به طرق مختلف در جریان انواع تعاملات روزمره به یکدیگر کمک کنند و در ضمن به اهداف شخصی خود نیز دست یابند.

ارتباطات صرفاً انتقال پیام از نقطه الف به نقطه ب نیست. از منظر پژوهش‌های ارتباطاتی، متغیرهای زیادی بر روی این پروسه موثرند. حتی فعالیتی کاملاً نمادی مانند مکالمه چهره به چهره، نکته قابل توجهی است که مستلزم هماهنگ سازی اموری پیچیده، درون اتکائی و دینامیک است.

افراد به‌طور همزمان پیام‌هایی را دریافت و ارسال میکنند و در طی آن رفتارهای عملی، ادراکی و شناختی را نیز انجام می‌دهند.

این کار نیازمند کوشش فکری و جسمی بطور همزمان است. افراد دائماً تلاش می‌کنند پیام‌های گفتاری و غیر گفتاری تدوین کرده، هویت‌های خود را مدیریت و شرایط عاطفی خود را کنترل کنند، واکنش‌های مخاطبان کلامی خود را ضبط و جریان اطلاعات به سرعت در حال تغییر را تفسیر کنند و نوبت بندی سخن گفتن حین گفتگو را قاعده مند سازند.

رفتار گفتاری و غیر گفتاری افراد بمرور زمان دچار نوسان میشود چرا که خود را با اعمال و واکنش‌های یکدیگر تطبیق داده، با مضمون ارتباطی خو گرفته و وضعیت جاری روابط خود را منعکس می‌کنند.

این پروسه ها که غالباً اتوماتیک وار صورت می گیرند بدلیل عدم تفکر در مورد آن، غالباً " مشکل آفرین می شوند و به این ترتیب افراد در پیدا کردن ریشه اختلاف خود رنج زیادی را متحمل می شوند.

در این زمینه تحقیقات زیادی انجام شده که چطور افراد می توانند در هنگام ارتباط درک عمیق تری نسبت به فرایندهای ارتباطاتی میان فردی پیدا کنند.

اثرگذاری ارتباطات بر کیفیت روابط شخصی و کاری حیاتی است

ارتباطات میان فردی ماهیت و کیفیت روابط ما را خلق و منعکس می کنند . آنچه که راجع به آن بحث می کنیم، آنچه که انجام نمی دهیم و به خصوص نحوه سخن گفتن و نگارش ما نشان دهنده آن است که آیا رابطه ما با دیگران متمایز، پذیرنده، نامطبوع، رسمی یا خودمانی بوده است یا خیر.

برقراری ارتباط عموماً " حکایت از صمیمیت، اعتماد، دریافت پذیری و راحتی با دیگران است که البته عکس این مسئله نیز صادق است. در عین حال همان طور که برقراری رابطه چنین ابعاد ارتباطی ای را داراست، برقرار کنندگان ارتباط نیز برای پیامهای خود اهدافی کاملاً" ابزاری دارند ( از جمله زمانی که افراد سعی در روشن ساختن نظریات خود ، ترغیب یک دوست ، احقاق حقوق خود و افزایش آن و یا حفظ حریم خصوصی خود دارند).

برقراری ارتباط با نزدیکان بمنظور یافتن روابطی موفق حیاتی است ، چنانچه ارتباطات ما کارآمد نباشد به ارزیابی خود و موقعیت از طریق برقراری ارتباط با دیگر افراد جامعه می پردازیم.

پویایی مکالمات ما میتواند اثرات مفید یا مخربی بدنبال داشته باشد که یافته ها موید این ماهیت دوگانه هستند .

در رابطه با بعد مثبت، برقراری گفتگوهای مداوم و هماهنگ، تاثیر مثبتی روی دیگران داشته، زمینه های مشترک، اعتمادسازی، حمایت و راحتی اجتماعی را برای طرفین به دنبال دارد و معمولاً امکان پیش بینی کردن دیگران را افزایش می دهد.

در بعد منفی قضیه، همین الگوهای تعاملی پویا و دو طرفه می توانند به نحوی غیر خردمندانه امکان فریب دادن و فریب خوردن دو طرفه رابطه را مهیا کنند ، منجر به قطب بندی در گروه ها و خصومت بین آنها شده عقلانیت در تصمیم گیری را کاهش و امکان برطرف شدن منازعه را تضعیف کنند.

عجیب آن که هر دو جنبه برقراری ارتباط می‌توانند بطور همزمان بروز کنند زمانیکه دوطرف تعامل و گفتگو بشدت درگیر موضوع شده و نسبت به آن حساسیت پیدا می‌کنند ارتباطات می‌تواند به همبستگی بین طرفین بیانجامد اما در آن واحد پروسه‌های تصمیم‌گیری را متزلزل و تضعیف کند.

بخش اعظم ارتباطات ، هدف – محور بوده و بنابراین جنبه استراتژیک دارد. در موقعیت های رسمی طرفین گفتگو (تعامل) به دقت اهداف و استراتژی‌های برنامه را پیش از تعامل تعریف و مشخص می‌کنند تا به اهداف مطلوب برسند.

البته موثر بودن این اقدامات، یک موهبت همیشگی نیست . افراد در گروه‌های سنی مختلف می‌توانند از دستورالعملی صریح براساس تحقیقات مربوط به ارتباطات بیاموزند که چگونه در زمینه های ذیل موثر عمل کنند.

دستورالعمل‌های روشنی در نتیجه پژوهش‌های ارتباطی وجود دارد که افراد در گروه‌های سنی مختلف می‌توانند با بکارگیری آن به نتیجه مطلوب‌تری دست پیدا کنند.

این دستورالعملها شامل: الف) ایجاد و توسعه مهارت های کلامی و غیرکلامی بمنظور کسب مدیریت اوضاع ب) انتخاب یک استراتژی مشخص در برابر موقعیت های حقیقی زندگی ج) پیاده سازی استراتژی فوق و بکارگیری آن د) ارزیابی میزان تاثیرگذاری استراتژی بکارگرفته شده براساس نتیجه بدست آمده، است.

ادراک این پروسه آگاهانه طرفین را تشویق میکند تا در تعاملات خود فکورانه تر و ماهرانه تر عمل کنند. همچنین ، کارآمدی و اعتماد بنفس افراد در کسب موفقیت بالقوه افزایش یافته و به افزایش سطح کیفی زندگی و شکوفایی آن منجر خواهد شد. از سوی دیگر عدم مهارت در زمینه برقراری ارتباط ، افسردگی ؛ نگرانی؛ خجالتی شدن؛ تنهایی ؛ اختلالات در رشد و مشکلات تحصیلی را به همراه دارد.

اثرگذاری مهارت های ارتباط بین- فردی موثر بر رشد و انطباق فرد در بلندمدت

اختلافات والدین با فرزندان و اثرات گسترده و عمیق آن بر طیفی از نتایج اجتماعی متنوع در زندگی کودک، محور مطالعات مهمی از سوی کارشناسان ارتباطات قرار گرفته است.

والدین می‌توانند فرزندان خود را با روش‌های مختلفی تربیت کنند، برای مثال، روش‌های "استقرایی" - ارتباطات از طریق استدلال و تشریح در عوض تنبیه و تحکم - در مورد انضباط فردی در رسیدن به وضعیت انطباق یافته کودکان موثرتر است.

پاسخ‌های شخص محور به کودکان بجای انتقاد کردن براساس آنچه که کودکان به لحاظ گروه سنی یا دسته بندی‌های اجتماعی ناچارند انجام دهند، نیز موثر خواهد بود.

بکارگیری این استراتژی‌ها انواع مختلف نتایج را به همراه داشته است :

الف) کودکان توانایی‌های اجتماعی - شناختی بهبود یافته نشان می‌دهند بدان معنی که دید آنها باز شده و امکان درک وضعیت عاطفی دیگران را بدست می‌آوردند و در می‌یابند که چه عواملی موجب وضعیت عاطفی طرف مقابل آنها شده است

ب) در بهبود و حفظ روابط کودکان با همسن و سالان خود کمک میکند

ج) افراد کمتر در شرایطی قرار می‌گیرند تا رفتار غلطی را در برابر فرزندان خود پیش بگیرند.

د) مهارت‌های ارتباطی بهتری را بروز داده و میتوانند بنحو موثرتری کودکان را آموزش، تشویق و ترغیب کنند، با مهربانی و ملاحظت بیشتر منازعات را عادلانه حل و فصل کنند.

مهارت‌های کودکان

کودکان دارای مهارت‌های ارتباطی شفاهی خوب در میان همسالان خود محبوبتر و از دوستان بیشتری برخوردارند همچنین از سوی آموزگاران خود بعنوان افرادی به لحاظ اجتماعی موثرتر تلقی می‌شوند.

این نتایج حائز اهمیت هستند، صرف نظر از ارزش ماهوی آن، این مهارت‌های ارتباطی در کودکان بیانگر موفقیت آکادمیک، شخصی و حرفه‌ای آنها در آینده است.

به علاوه از آنجا که این توانایی‌ها به کودکان کمک می‌کند تا به پاداش‌های اجتماعی و زندگی پرمعناتری دست یابند، کمتر دچار خلاء و یا عقب ماندگی شده و بالطبع نیازی به اقدامات و انگیزه بخشی مصنوعی ندارند.

از سوی دیگر، تحقیقات نشان داده است کودکانی که در حوزه ارتباطاتی دچار ضعف هستند، بطور جدی درگیر بزهکاریهای اجتماعی از جمله مواد مخدر و الکل میشوند. بنابراین باید در نظر داشت که تاثیر گذاری اجتماعی قوی تر، نیاز به جبران کمبودها از طریق رفتارهای انحرافی را در کودکان از میان بر میدارد.

## مهارت‌های زناشویی

این تنها کودکان نیستند که حساسیت و مهارت های ارتباطی برایشان مفید است، ارتباطات میتواند نتایج موثری را در زندگی زناشویی به ارمغان آورد. البته افراد در روابط خود دست به اعمالی می‌زنند که آنها را از یکدیگر جدا میکند ولی زمانیکه زوجین انگیزه سازگاری با یکدیگر را پیدا می‌کنند، مهارت های ارتباطی شادمانی طرفین زندگی را افزایش می‌دهد.

تحقیقات در زمینه ارتباطات چندین مهارت و پروسه خاص را مشخص کرده اند که در زندگی زناشویی مهم است که از آن جمله میتوان به موارد زیر اشاره کرد:

(الف) بنحوموثرتری اهداف و نیات خود را منتقل کنند تا شریک زندگیشان آنها را درک کند

(ب) بدقت واکنش دیگران را در قبال تغییر و تحول در مضمون و ساختار پیامهای خود پیش بینی کنند

(ج) نسبت به دیدگاه شریک زندگی خود به هنگام تفسیر پیامهایشان کاملا آگاهی پیدا کنند. جالب آنکه، تحقیقات نشان میدهند نتایج بهینه در ازدواج زمانی محقق میشود که دو طرف با سطح مهارت های ارتباطی خود سازگاری پیدا کرده و هم- طراز شوند.

در مواقعی که یکی از طرفین فاقد چنین مهارت هایی باشد طرف دیگر بر افزایش مهارت های او اثر گذار است چنانچه زوجین هر دو به لحاظ توانایی های ارتباطی قدرتمند یا ضعیف باشند از تطابق بالاتری برخوردار خواهند بود.

همچنین تحقیقات نشان داده است که زوجین با تواناییهای اندک علاوه بر کارهای عملی برای سخن گفتن با یکدیگر ارزش قائل می‌شوند.

## روابط سازمانی

مهارت‌های ارتباطی پیچیده به طرق مختلف باعث کارآمدی بیشتر در محیط‌های کاری می‌شود. بسیاری از مهارت‌های ارزشمند در زمینه پرورش فرزندان و روابط زناشویی در زمینه کار و پیشه نیز موثراند.

به علاوه توانایی در ارائه اطلاعات روشن، ترغیب دیگران بصورت اثرگذار، پاسخگویی به بازخورد دیگران به هنگام ارزیابی عملکرد و قاعده‌مند کردن و انگیزه بخشیدن به دیگران در محیط‌های کاری بسیار ارزشمند است.

افراد دارای این گونه مهارت‌ها به صورت کارآمدتری عملکرد دیگران را مدیریت کرده و در سلسله مراتب سازمانی سریعتر ترفیع پیدا می‌کنند.

برقراری ارتباط مناسب در محیط‌های کاری به افراد و گروه‌ها امکان می‌دهد تا موضوعات مورد بحث را تدوین و مورد بررسی قرار دهند، این امر نتایج سازمانی موثرتری را بدنبال خواهد داشت. اگر مهارت‌های ارتباطی را با رهبری کارآمد مرتبط بدانیم چندان دور از ذهن نیست.

برای مثال، تحقیقات نشان می‌دهند که مدیران با ارائه دلایل منطقی مبنی بر فایده بخش نبودن تقاضاهای زیردستان به جای آنکه اظهار ناتوانی در اجابت تقاضاهای آنها کنند، از اعتبار بیشتری برخوردار میشوند. -مثلا میگویند بالادستی‌ها دست‌انجم را بسته اند...

تکنولوژی‌های جدید ارتباطی ارتباطات شخصی و کاری را متحول کرده اند.

تحقیقات نشان داده اند که چگونه اینترنت روش‌های ارتباطی ما با یکدیگر را ضمن حفظ روابط شخصی و کاری متحول کرده است.

پژوهشگران و مردم در این زمینه نقطه نظرات خود را دارند. نگرانی اولیه این بود که ایمیل، چت رومها و سایر اشکال متن-اتکایی در تعامل و رابطه، توانایی‌های عادی و معمول ما را در جهت تشخیص فردیت و توان ابراز خویش مختل خواهند کرد.

تحقیقات پیچیده تر در این باره نشان داده اند که افراد غالباً به همان میزان که توانایی برقراری ارتباط بصورت Off-line را دارند، قادر به تعامل با دیگران بصورت On-line هستند. برای مثال، پژوهشگران اثبات کرده اند که شناختن دیگری بصورت On-line نیاز به زمان بیشتری در مقایسه با گفتگوی رو در رو خواهد داشت.

اینکه آیا تعامل On-line بخشی از پروژه ای بلندمدت است یا برخوردی کوتاه اما اثرگذار، بسته به این است که آیا افراد نسبت به یکدیگر علاقه نشان داده و تلاش خواهند کرد تا به معرفی بیشتر خود بپردازند یا خیر.

در کلاس‌های مجازی، دانش آموزشی که حالت محوری پیدا می‌کند، افرادی هستند که بیشترین پیام‌ها را ارسال و دریافت می‌کنند.

این افراد در گروه برجسته، و مورد پرسش واقع میشوند. چنانچه منابع و تکنولوژی های مورد استفاده این افراد مورد توجه سایر همکلاسی ها قرار گرفته ، افراد بیشتری در گروه به ارتباطات On-line متوسل خواهند شد. از تیمهای کاری گرفته تا گروه های سرگرمی و تفریح، ارتباطات خانوادگی، پیدا کردن دوستان تازه، افراد با بکارگیری اینترنت از توانایی ارتباطی قوی تری برخوردار خواهند شد. زمانی که افراد یکدیگر را دوست داشتنی بیابند آنگاه یک سوم دوستیهای اینترنتی به تماسهای تلفنی، تبادل عکس و ملاقات می انجامد.

روابط خانوادگی: ارتباطات خانواده ها بدلیل تحولات تکنولوژیکی و سبک زندگی با ضرب آهنگ سریع تر ، تغییر کرده است. تکنولوژی به طور کلی و اینترنت به طور اخص از جمله عوامل این فرآیند است.

امروزه ساختارهای ارتباطاتی و سلسله مراتب در بسیاری از خانواده ها تغییر کرده اند چرا که جوانان به اطلاعات و مهارت هایی دست پیدا میکنند که برای کنار آمدن با دنیایی بسیار وسیعتر الزامی است حال آنکه والدین آنها براحتی قادر به وارد شدن به این دنیا نیستند.

نظارت والدین بر رسانه ها بواسطه اینترنت تضعیف شده است ، والدین نگرانی خود را نسبت به ایمنی کودک خود ابراز داشته و دلواپس موضوعاتی مانند پورنوگرافی ، خشونت و گویشهای غیر متعارف هستند.

از سوی دیگر، تکنولوژی های ارتباطاتی نوین در خانواده‌ها منافع را نیز به همراه دارد؛ تعامل والدین شاغل با فرزندان و تعامل زوجین شاغل با یکدیگر به نحو روزافزونی وابسته به تکنولوژی است، چرا که اعضای خانواده از وسایل ارتباطی چون: ایمیل ، موبایل و سایر رسانه های جدید برای برقراری تماس و انتقال اطلاعات استفاده می‌کنند.

همچنین هر کدام از طرفین طلاق که نتوانسته حضانت فرزند خود را بدست آورد از طریق ایمیل براحتی ارتباطی موثر با فرزندش برقرار می‌کند- این مسئله، والدینی را که مدت های مدید در سفر بوده و یا مدام در حال جابجایی هستند را نیز شامل می‌شود.

از آنجا که اینترنت برای افراد بیشتری مطرح میشود ، اعضای خانواده دست به ایجاد وب-سایتهای خانوادگی بیشتری زده پیامهای بیشتری ارسال می کنند، همچنین تاریخچه خانوادگی را جستجو کرده و عکسهای خانوادگی را با یکدیگر به مشارکت می گذارند در نتیجه، روابط خانوادگی گسترش یافته و جانشین مکالمه حضوری با دیگران می شود.

بسیاری از بستگان، پیامهای متنی موبایل و اینترنت را جایگزین تماسهای تلفنی با یکدیگر کرده اند. تحقیقات نشان داده است که زنان بطور اخص از پیامهای الکترونیکی برای حفظ پیوندهای خانوادگی استفاده بیشتری می کنند.

روابط کاری : در محیط های کاری ، روش های بکارگیری اینترنت ، نسبت به روشهای سنتی ارتباطات مزایای بیشتری را بدنبال دارد .

زمانیکه افراد در تیم های کاری مجازی به همکاری با یکدیگر میپردازند ، اغلب روابط بهتری نسبت به آنچه که در تعاملات off-line رخ میدهد، برقرار میکنند. چنانچه افراد بدنبال نقاط مشترک – در عوض تفاوتها – باشند، آنگاه طرفین غیر قابل رویت بجای سخن گفتن از صفحه کلید و انگشتان خود استفاده و تلاش بیشتری برای معرفی خود آنگونه که مایلند، می کنند.

در نتیجه روابطی را پایه ریزی میکنند که بیش از حد انتظار در قالب سنتی اش، محبت آمیز و نوید بخش است. در فضاهای حرفه ای ، این ابعاد باعث کارآیی بیشتری میشود چرا که از منابع الکترونیکی بیشتری استفاده می شود .

هر چند که بطور غریزی ترجیح میدهیم یکدیگر را دیده و صدای طرف مقابل را بشنویم ، مع الذالك تحقیقات نشان داده اند، صبوری و کار در شرایط غیر دیداری نتیجه بخش تر است در واقع ، یک آزمایش تازه نشان می دهد که افراد به هنگام آشنا شدن بصورت On-line بدون دیدن عکس یکدیگر در بلندمدت نسبت به افرادی که عکس های خود را بصورت On-line به یکدیگر نشان داده اند از روابط بهتر و عمیق تری برخوردار خواهند شد.

اطلاعات پزشکی و پشتیبانی: افراد همچنین از اینترنت استفاده میکنند تا درباره سلامتی ، بهداشت روانی و علائق مربوط به سبک زندگی به نحوی با یکدیگر تبادل اطلاعات کنند و همین امر موجب تغییر روابط شخصی و حرفه ای شده است.

به طو رسننتی ، اکثر افراد وارد حلقه های کوچکی از دوستان و اعضای خانواده می شوند تا درباره سلامتی و امور پزشکی و بهداشتی با آنها مشورت کنند و غالباً بدلیل وابستگی های عاطفی دچار سراسیمگی و ناراحتی می شوند.

از این رو گروه های یاری رسانی از طریق اینترنت راهنمایی های ۲۴ ساعته در طول هفته را به کاربران ارائه می کنند.

جدای از اطلاعات رسمی از ناحیه وب سایت های مراکز پزشکی-درمانی کاربران اینترنت از یکدیگر سوال کرده و هزاران موضوع را با یکدیگر به مباحثه گذاشته و در زمینه اثرات جانبی داروها و بسیاری مطالب دیگر تبادل اطلاعات می کنند.

مهمترین نکته در این رابطه آن است که کاربران درمیابند از نظر عاطفی و تگرانیهای ناشی از بیماری ، تنها نبوده بلکه افراد بسیاری به مانند آنها با مسئله برخورد کرده و به آنها توجه نشان می دهند.

در هر صورت بسیاری ناشناس ماندن را ترجیح می دهند چرا که افراد بیمار می توانند فارغ از هرگونه واهمه و نسبت های ناروای اجتماعی از تخصص و تجارب یکدیگر بهره مند شوند.

علاوه بر این تحقیقات نشان داده است، اینترنت پشتیبانی اجتماعی را از طریق نگارش متحول ساخته است.

کاربران دچار مشکلات عاطفی یا خجالتی میتوانند خود را بهتر اظهار کنند، بهتر درک شوند و از طریق ارسال پیام به یک گروه الکترونیکی با حداقل تلاش و کوشش به نتایج مفیدتریدست پیدا کنند. عموماً" افراد بصورت Off-line و On-line بدنبال کسانی هستند که برای حل مشکلات شان پشتیبانی بهینه ای فراهم کنند.

پرداختن به مباحث جاری با متغیرهای تکنولوژیکی

حال باید دید پژوهشگران در حوزه ارتباطات چگونه با تعامل On-line روبرو میشوند ؟ تکنولوژی های ارتباطاتی واطلاع رسانی جدید به نحو متمایزی موثر هستند، چرا که بر مبانی و بنیان های پویای ارتباطات تغییرات و محدودیتهایی را تحمیل میکنند. آنچه که در اینجا بطوراکص موضوعیت پیدا میکند مفهوم قابلیت تعامل است. تکنولوژی های ارتباطاتی جدید تا آنجا جنبه تعاملی دارند که پروسه های ذیل را امکان پذیر کنند.

تعامل "بختامدی" یا تصادفی که طی آن گفتمان یک طرف به طرف دیگر بستگی داشته و تنها در پاسخ به طرف مقابل ارائه میشود؛ "تغییر شکل" به گونه ای که وجود بازخورد امکان تطبیق یافتن و تکامل را میدهد؛ "همزمان بودن" که بواسطه آن ارتباطات بدون تاخیر در زمان واقعی صورت میگیرد و "مشارکت" در موقعیتی که طرفین یعنی ارسال کنندگان و دریافت کنندگان پیام بجای آنکه صرفاً بیننده باشند، فعال هستند.

این ارتباطات همچنین تا آنجا تعاملی هستند که جنبه فردی و درگیر کننده پیدا کرده و ایجاد احساس تعلق و شباهت میکنند. تحقیقات در این زمینه نشان می دهد سیستم های خاصی که پاسخ های غیرتصادفی به تفحصات جستجوگرانه می دهند، ابزارهایی که افراد در جایگاه ناظر یا کمین کننده قرار می دهند و سیستم هایی که با توانایی خلق و ایجاد مکالمات هماهنگ شده و روان تداخل می کنند منجر به خدشه دار شدن انتظارات از اعمال ارتباطی و سلب اعتماد کاربران می شوند.

در هر صورت تغییرات در این خصوصیات هر کدام جایگاه خود را دارند. آنها کمک میکنند تا عدم وابستگی لازم برای تمرکز روی کار کاربران فراهم شده و آنها بتوانند اطلاعات مهم و حیاتی را بررسی کنند.

چنین بنظر میرسد که هر چه افراد کمتر درگیر گفتگو با یکدیگر شوند احتمال تشخیص فریبکاری از سوی طرف مقابل بیشتر می شود.

برخلاف نظر اکثریت افراد در این زمینه، تعامل On-line باعث میشود تا امکان مورد تمسخر واقع شدن در مقایسه با گفتگوی حضوری بمراتب کمتر شود چرا که اشارات غیر کلامی کمتری در اختیار افراد قرار می گیرد. همچنین در این نوع از تعامل، افراد دروغگو، کمتر می توانند با پاسخ های دریافت کننده انطباق یافته و باعث شوند تا سوء ظنی نسبت به آنها پیدا شود.

منبع:

<http://www.natcom.org/research/monograph.pdf>

مرکز تحقیقات و مطالعات روزنامه همشهری