



کاهش ارتباط در خانواده و راهکارها

مجید استادی



سرشناسه: استادی، مجید، ۱۳۵۸ - | عنوان و نام پدیدآور: کاهش ارتباط در خانواده و راهکارها/مجید استادی. | مشخصات نشر: تهران: مؤسسه فرهنگی هنری دین و معنویت آل یاسین، ۱۳۹۶. | مشخصات ظاهری: ۲۴ ص.: مصور؛ ۱۶/۵×۹/۵ س.م. | شابک: ۲۰۰۰۰۰۴-۶۶-۷۹۱۷-۶۰۰-۹۷۸ | وضعیت فهرست نویسی: فیفا | یادداشت: کتابنامه: ص. ۲۳-۲۴. | موضوع: ارتباط در خانواده | موضوع: (Communication in families) | رده بندی کنگره: ۱۳۹۶ ک۲۱۵الف/HQ۷۴۳ | رده بندی دیویی: ۳۰۶/۸۵ | شماره کتابشناسی ملی: ۴۷۴۲۱۵۱

نام کتاب: کاهش ارتباط در خانواده و راهکارها

مؤلف: مجید استادی

ناشر: مؤسسه فرهنگی هنری دین و معنویت آل یاسین

طراح جلد: سعید فلاحتی

صفحه آرا: فاطمه رحمن زاده قمی

نوبت چاپ: اول، تابستان ۱۳۹۶

چاپ و صحافی: زیتون

شمارگان: ۲۰۰۰

قیمت: ۲۰,۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۹۱۷-۶۶-۴



اما بخش حقیقی، آن چیزهایی است که متن زندگی ما را تشکیل می‌دهد؛ که همان سبک زندگی است که عرض کردیم. این، بخش حقیقی و اصلی تمدن است؛ مثل مسأله خانواده، سبک ازدواج، نوع مسکن، نوع لباس، الگوی مصرف، نوع خوراک، نوع آشپزی، تفریحات، مسأله خط، مسأله زبان، مسأله کسب و کار، رفتار ما در محل کار، رفتار ما در دانشگاه، رفتار ما در مدرسه، رفتار ما در فعالیت سیاسی، رفتار ما در ورزش، رفتار ما در رسانه‌ای که در اختیار ماست، رفتار ما با پدر و مادر، رفتار ما با همسر، رفتار ما با فرزند، رفتار ما با رئیس، رفتار ما با مأمور، رفتار ما با پلیس، رفتار ما با مأمور دولت، سفرهای ما، نظافت و طهارت ما، رفتار ما با دوست، رفتار ما با دشمن، رفتار ما با بیگانه؛ این‌ها آن بخش‌های اصلی تمدن است، که متن زندگی انسان است.

(بیانات ۱۳۹۱/۰۷/۲۳)

فهرست مطالب

مقدمه.....	۷
۱) مفهوم‌شناسی.....	۸
یک) خانواده.....	۸
دو) ارتباط.....	۸
۲) پیامدهای کاهش ارتباط در خانواده.....	۱۰
۳) عوامل کاهندهٔ ارتباط و راهکارها.....	۱۰
یک) خود برترینی.....	۱۰
دو) عیب‌جویی.....	۱۱
سه) کنترل نکردن هیجان‌های منفی.....	۱۳
چهار) کنار هم نبودن اعضای خانواده.....	۱۴
پنج) اعتیاد اینترنتی.....	۱۵
شش) بی‌توجهی به تفاوت‌های جنسیتی.....	۱۷
هفت) نداشتن مهارت گفتگو.....	۱۸
الف) نکات مهم برای هر ارتباط خوب کلامی.....	۱۸
ب) گوش دادن فعال.....	۲۰
ج) موانع گوش دادن.....	۲۰
نتیجه‌گیری.....	۲۱
کتابنامه.....	۲۳

مقدمه

کوچک‌ترین واحد اجتماعی در هر جامعه‌ای خانواده است؛ اما بیشترین تأثیر را در جامعه دارد؛ زیرا که افراد جامعه در خانواده پرورش می‌یابند.^۱ ارتباط جزء جدایی‌ناپذیر زندگی خانوادگی است. چگونگی ارتباط میان اعضای خانواده می‌تواند سلامت خانواده را تضعیف یا تقویت کند. فقدان سلامت ارتباطی می‌تواند آثار مخربی را در سطوح جسمی و روانی به همراه داشته باشد. با تضعیف سلامت ارتباطی، رضایت، آرامش، خشنودی، بهجت و سرور نیز کاهش می‌یابد. پیچیده‌ترین رابطه انسانی ازدواج است که بدون ارتباط اثربخش نمی‌تواند به تعادل و شکوفایی برسد. فقدان مهارت‌های ارتباطی لازم در زندگی باعث شکل‌گیری رابطه‌ای بدون صمیمیت می‌شود.^۲ شکل‌گیری اولین ارتباطات

۱. باستانی، اصول و تکنیک‌های برقراری ارتباط مؤثر با دیگران، ص ۳۰۱.

۲. همان، ص ۳۰۲.

بین کودک و والدین در خانواده است. احساس مهر و محبت و بسیاری یادگیری‌ها در خانواده اتفاق می‌افتد؛ بنابراین لازم است که اعضای خانواده، در حفظ ثبات و انسجام ارتباطات درون خانوادگی، همت مضاعفی داشته باشند. در این نوشتار کوتاه، تلاش شده برخی عوامل کاهندهٔ ارتباط در میان اعضای خانواده بررسی و راهکارهایی متناسب برای مقابله با آنها، ارائه شود.

۱) مفهوم‌شناسی

یک) خانواده

خانواده یکی از عمومی‌ترین سازمان‌های اجتماعی است که از ازدواج یک مرد و دست‌کم یک زن تشکیل می‌شود و مناسبات خونی یا اسنادیافته (پذیرش فرزند) در میان ایشان وجود دارد. خانواده معمولاً در یک مکان و با هم زندگی می‌کنند و کارکردهای فراوان شخصی، تربیتی، اقتصاد و جز این‌ها را دارد.^۱

دو) ارتباط

ارتباط^۲ فرایندی اجتماعی است که به وسیلهٔ آن، اطلاعات، افکار، عقاید و احساسات فرد یا گروه یا زبان یا رفتار مشترک به‌طرف دیگر انتقال داده می‌شوند تا سبب تفاهم، هماهنگی و ادراک یا رفتار واحدی بین گیرنده و فرستنده شوند.^۳

۱. استادی و سالاری فر، «نقش عوامل عاطفی-روانی در تحکیم خانواده از منظر آیات و روایات با رویکرد سبک زندگی اسلامی»، پژوهش‌نامه سبک زندگی، شماره ۳، ص ۴۷.

2. communication.

۳. شعاع کاظمی، «ارتباط و تأثیر آن بر سلامت خانواده»، معرفت، ش ۹۱، ص ۱۲.