

۶۳۸۸
۲۴۰

ارتباط مؤثر

عباس آزاد

www.ketab.ir

سرمد ناسه: اد. عباس ۱۳۶ - عنوان و نام پدیدآور: ارتباط مؤثر / عباس آ. مشخصات نشر: تهران: مؤسسه فرهنگی هنری دین و معنویت آل اسحاق، ۱۳۹۵. مشخصات ظاهری: ۲۴ ص. - مصور. شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۹۱۷-۵۲-۷ وضعیت فهرست نویسی: فیبا یادداشت: کتابنامه: ص. ۲. موضوع: ارتباط بین اشخاص موضوع: روابط بین الملل / موضوع: ادب و معاشرت / رده بندی کنگره: ۱۳۹۵ ۴۴۴ الفبا/ ۳۳۶۳۷ / دیویی: ۱۵۸/۲ / شماره کتابشناسی ملی: ۴۴۴-۵۳۹

نام کتاب: ارتباط مؤثر

مؤلف: عباس آزاد

ناشر: مؤسسه فرهنگی هنری دین و معنویت آل یاسین

طراح جلد: سعید فلاحتی

صفحه آرا: نجف نجفی

نوبت چاپ: اول، پاییز ۱۳۹۵

چاپ و صفحه‌آرایی: زیتون

تعداد کپی: ۲۰۰۰

قیمت: ۲۰,۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۹۱۷-۵۲-۷

فهرست مطالب

۵	مقدمه
۶	تاریخچه ارتباطات
۷	ارتباطات در ایران
۸	۳) پیام‌های ارتباطی و فقدان ارتباط مؤثر
۹	۴) اصول
۹	یک) همه در سطحی مانوس ارتباط است
۱۰	دو) چگونگی آغاز پیام، اغلب نتیجه ارتباط را تعیین می‌کند
۱۰	سه) ارتباط یک خیال‌پردازی دو طرفه است
	چهار) آن چه در یک ارتباط اهمیت بیشتری دارد، دریافت
۱۰	درست پیام است
	پنج) نحوه ارسال پیام همواره بر چگونگی دریافت آن تأثیر
۱۰	می‌گذارد
۱۱	شش) مراحل و تکنیک‌های یک ارتباط بین فردی مؤثر
	مرحله اول) شروع
۱۴	مرحله دوم) ادامه گفت‌وگو
۱۹	مرحله سوم) پایان دهی
۲۰	نتیجه‌گیری
۲۱	کتابنامه

مقدمه

آیا تابه حال تجربه کرده‌اید که:

- چرا برخی از افراد در روابط تنهایی به سر می‌برند؟
- چرا صمیمیت از برخی زندگی‌ها رخت بر بسته و کوچ نموده است؟
- چرا برخی به جای اینکه کنبه‌ای از عشق بسازند سیه چالی از نفرت بنا می‌نهند؟
- چرا بعضی از افراد با آن که تحصیلات عالی دارند اما در شغل‌شان پیشرفت نمی‌کنند؟

نبود «ارتباط مؤثر»^۱ یکی از جواب‌هایی است که به همه این سؤالات می‌توان داد. اگر نه‌ال ارتباط مؤثر به درستی کاشته شود و آفات آن برطرف گردد شکوفه‌های متعددی با بار خواهد داد؛ تا جایی که تمام هستی فرد را تحت تأثیر خود قرار می‌دهد. ستیر^۲ کارشناس خانواده‌درمانی معتقد است:

۱. Effective communication .

۲. Satir .

«ارتباط در نظر من به چتر خیلی بزرگی می‌ماند که تمام آن‌چه را که بین آدمیان می‌گذرد، می‌پوشاند و بر آن اثر می‌گذارد.»^۱
آموزه‌های دینی، برای جاد ارتباط مؤثر، تأکید فراوان دارند تا جایی که اساس عقل،^۲ رکن دینداری^۳ و نشانه مؤمن، داشتن رابطه مؤثر با مردم و دوستی با آن‌ها شمرده شده است. امیرمؤمنان (علیه السلام) می‌فرماید: «مؤمن [با مردم] در ارتباط و الفت است و آن‌کس که با دیگران الفت نگیرد و نه دیگران با او، خیری در او نیست.»^۴

(۱) ترجمه

به عنوان انسان ناگزیر از ارتباط هستیم. تحقیقات نشان می‌دهد که حدود ۷۵ درصد فعالیت‌های روزانه ما شکلی از ارتباط است و شاید بتوان گفت ۷۵ درصد موفقیت‌های افراد،^۵ به روابط آن‌ها با دیگران وابسته است. وقتی ما به عنوان فرستنده، آگاهان یا ناآگاهان، خواسته یا ناخواسته، کلامی یا غیرکلامی به طرف مقابل پیام می‌دهیم و او نسبت به این پیام واکنش (بازخورد) نشان می‌دهد، ارتباط^۶ شکل می‌گیرد؛ اما در پژوهشی علمی مشخص شده که ۷۰ درصد ارتباطات در یک فرهنگ و با یک زبان، اشتباه فزاینده می‌شوند یا به نادرستی تفسیر می‌گردند.^۷ برای پیشگیری از این کاهش هرگونه سوء تفاهمی، نیازمند آشنایی با مهارت ارتباط مؤثر هستیم.

«ارتباط مؤثر رابطه‌ای است که در آن شخص به گونه‌ای

۱. ستیر، آدم‌سازی، ترجمه بهروز بیرشک، ص ۴۳.

۲. نهج البلاغه، حکمت ۱۴۲.

۳. مجلسی، بحار الأنوار، ج ۷۱، ص ۳۹۲.

۴. کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۱۰۴.

۵. شجاعی، مهارت‌های ارتباط با دیگران، ص ۲۸.

۶. Communication.

۷. باستانی، اصول و تکنیک‌های برقراری ارتباط مؤثر با دیگران، ص ۲۴.