



# کافسون ا. تباط در خانواده و راهکارها

م حید استادی



د شناد استادی ۱۳۵۸ء - | عنوان و نام پدیدآور: کاهش ارتباط در  
خانواده راهکار مجیدل آلم، مشخصات نشر: تهران: موسسه فرهنگی  
هنری ۲۰۰۶ | معنویت (پایسم ۱۳۹۶) | مشخصات ظاهري: ۳۴ ص-  
۷۹۸-۰۰۰۰-۷۹۱۷-۶۶۴-۰۲۰۰۰۰ | مصور: ۱۶/۵ س.م. شاپر | ماده: پادشاه کتابخانه ملی | موضوع:  
ارتباط در خانواده | موضع: milies) | رده نندی کنگره: ۱۳۹۶-۲۱۲ کد ملی: ۳۷۷۲۱۵۱ | سماره کتابشناسی ملی: ۴۷۷۲۱۵۱

نام کتاب: کاهش ارتباط در خانواده  
مؤلف: مجید استادی  
ناشر: مؤسسه فرهنگی هنری دین و معنویت آلیا  
طریق جلد: سعید فلاحی  
صفحه‌دار: فاطمه رحمن زاده قمی  
توبیت چاپ: اول، تابستان ۱۳۹۶  
چاپ و مصحافین: زیتون  
تعداد کاغذ: ۴۰۰۰  
قیمت: ۲۰,۰۰۰ ریال  
شارک: ۹۷۸-۰۰۰-۷۹۱۷-۶۶۴

## فهرست مطالب

۷	مقدمه
۸	۱) مفهوم‌شناسی
۸	یک) خانواده
۸	دو) ارتباط
۱۰	پیامدهای ماهش ارتباط در خانواده
۱۰	۲) عوامل کاربردی ارتباط و راهکارها
۱۰	یک) خود و تربیت
۱۱	دو) عیب‌بیوی
۱۳	سه) کنترل نکردن هیجان ای منفی
۱۴	چهار) کنار هم نبودن شخصی - نواد
۱۵	پنج) اعتیاد اینترنتی
۱۷	شش) بی‌توجهی به تفاوت‌های سیستمی
۱۸	هفت) نداشتن صهارت گفتگو
۱۸	الف) نکات مهم برای هر ارتباط خوب بدمی
۲۰	ب) گوش دادن فعال
۲۰	ج) موانع گوش دادن
۲۱	نتیجه‌گیری
۲۳	کتابنامه

## مقدمه

کوچک‌ترین واحد اجتماعی در هر جامعه‌ای خانواده است؛ اما بیشترین تأثیر را در جامعه دارد؛ زیرا که دراد جامعه در خانواده پروردش می‌یابند.<sup>۱</sup> ارتباط جزء جدایی پذیر زندگی خانوادگی است. چگونگی ارتباط میان اعضای خانواده می‌تواند سلامت خانواده را تضعیف یا تقویت کند. فقدان سلامت این ازاء می‌تواند آثار مخربی را در سطوح جسمی و روانی به همراه داشته باشد. با تضعیف سلامت ارتباطی، رضایت، آرامش، خشنودی، هنجار و سرور نیز کاهش می‌یابد. پیچیده‌ترین رابطه انسانی ار-واج است که بدون ارتباط اثربخش نمی‌تواند به تعادل و شکوفایی برسد. فقدان مهارت‌های ارتباطی لازم در زندگی باعث شکل‌گیری رابطه‌ای بدون صمیمیت می‌شود.<sup>۲</sup> شکل‌گیری اولین ارتباطات

۱. باستانی، اصول و تکیک‌های 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 کاهنده ارتباط در میان اعضای خانواده بررسی و راهکارهایی متناسب برای مقابله با آنها، ارائه شود.

## ۱) مفهوم‌شناسی

### یک) خانواده

خانواده<sup>۱</sup> از عمومی‌ترین سازمان‌های اجتماعی است که از ازدواج بین مرد و دست‌کم یک زن تشکیل می‌شود و مناسبات خونی (اصلی) یا اسنتیافته (بذریغ فرزند) در میان ایشان وجود دارد. خانواده معمولاً در یک واحد و با هم زندگی می‌کنند و کارکردهای فراوان شخصیتی، اقتصاد و جز این‌ها را دارد.<sup>۲</sup>

### دو) ارتباط

ارتباط<sup>۳</sup> فرایندی اجتماعی است که به رسیله، اطلاعات، افکار، عقاید و احساسات فرد یا گروه یا زبان، رفتار مشترک به‌طرف دیگر انتقال داده می‌شوند تا سبب تفهم، تماشایی و ادراک یا رفتار واحدی بین گیرنده و فرستنده شوند.

۱. استادی و سالاری فر، «نقش عوامل عاطفی-روانی در تحکیم خانواده از من آیات و روایات پا رویکرده 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.