



از شنیدن تیراژ روزنامه‌های امروز و دیروز ایران می‌گوید رجبعلی اعتمادی از وضع روزنامه‌های امروز و دیروز ایران می‌گوید

صفحه ۱۲ | ارتباط با گروه طرح نو



صبر کنید ببینیم ایراد کار کجاست

چقدر ارتباط موثر و موفق را آموخته‌ایم

مفکعات و ویرایشگری

در صفحه ۱۰-۹ بخوانید...

پرتنتز

پاسخ به پرسش‌های بی‌پاسخ
نوجوان
شهر وند تنها!

یادداشت

نقش پیمان‌های صلح
چه در س‌هایی از
نو گوویل می‌توان
آموخت؟

پرتنتز

تعداد زبان
کار تن خواب
چقدر است؟
اعدادی که
مادر ستنی را
نمی‌دانیم

یادداشت

فقدان ارتباط موثر؛ بروز تعارض اجتماعی



داوود زاریان
تألیفات

افراد می‌بینیم حتی زن و شوهرهایی که از ارتباط احساسی با هم لذت نمی‌برند. این دلیل مختلفی دارد یکی از دلایل این است که ارتباطات در سطح هم برقرار نمی‌شود. دوم این که موضوع ارتباطات بین این افراد زیاد است. این موانع گاهی اوقات شخصی است، اما گاهی فرهنگی و گاهی اقتصادی یا موانع فکری و اندیشه‌ای است. به همین دلیل ما شاهد دعاهای زن و شوهری و طلاق‌ها هستیم. همین‌طور شاهد کمبود در خانواده‌ها، مثلا از ارزش‌ها و معیارهای ذهنی آنها با هم فرق می‌کنند و به اصطلاح حرف هم را نمی‌فهمند و قادر نیستند ارتباط سازنده برقرار کنند و نهایتاً احساسان از هم جدا می‌کنند. بسیاری از مشکلات اجتماعی هم به همین بحران‌های عدم ارتباط موثر در گروه‌های اجتماعی برمی‌گردد. برای برقراری این وضعیت، طرفین ارتباط باید بپذیرند و بخواهند که این مشکل حل شود. در غیر این صورت کاری نمی‌توان کرد. اگر بپذیرند که از ارتباط مشکل سازنده و موثری برای رفع موانع و تعارض‌های ارتباطی وجود دارد. راه‌های مشاوره و آموزش که می‌تواند به افراد در ایجاد درک متقابل و پذیرش اختلاف‌نظرها و اختلاف‌سلیقه‌ها کمک کند. برقراری ارتباط سازنده در تعامل اجتماعی بسیار موثر است. جامعه از مجموعه‌های از افراد تشکیل شده که تعامل اجتماعی و ارتباطی با هم زندگی می‌کنند و جامعه‌ای که در آن ارتباط سازنده برقرار نمی‌شود، جامعه‌ای به‌شدت چالش‌ناپذیر است. آنچه مسلم است، در زندگی روزمره اجتماعی هر فردی در هر گروه و قالیب‌های خانواده، مدرسه، دانشگاه، محل کار که باشد، ارتباط را برای تمامی این اهداف و پیامدها برقرار می‌کند. انسان موجودی اجتماعی است و برای زیستن نیاز اساسی به برقراری ارتباط و تعامل با دیگران دارد. کسانی که بتوانند این پیامدها در ارتباط خود قرار دهند، با معیارهای ارتباطی و اهدافی که به‌وسیله آن ارتباط برقرار کرده‌اند، بر سنده، موفق محسوب می‌شوند و توانستند ارتباطی سازنده را شکل دهند. از طرف دیگر، ما در زندگی خیلی از

بناشد و در غیر این صورت در روابط اجتماعی خود دچار مشکل می‌شود. متأسفانه در درون خانواده و زمانی که آموزش‌ها را سنین طفولیت و خردسالی آغاز می‌شود، به‌رو افراد ما در این حوزه مهارت‌های ارتباط سازنده را فراگرفته‌اند، نمی‌توانند به فرزندان خود آموزش دهند. فرزند آنها وقتی وارد مدرسه و سپس دانشگاه شد نیز هرگز با آموزش‌هایی از این دست آشنایی‌شان می‌شود و نتیجه چیزی می‌شود که امروز در جامعه ما دیده می‌شود. **فقدان مسئله فقدان ارتباط موثر میان افراد، اثرات سوایی دارد. فکری می‌کنند عدم آرایه این آموزش‌ها چه آسیب‌هایی به جامعه وارد می‌کند؟** مهم‌ترین آسیب این است که ما مهارت گوش دادن و درک پیام طرف مقابل را نداریم. صحبت‌های طرف دیگران را نداریم، به‌طور طبیعی نمی‌توانیم آنها را درک کرده و در ارتباط با آنها دچار مشکل می‌شویم. نتیجه هم می‌شود خشونت‌هایی که در درون جامعه ما به‌طور مکرر اتفاق می‌افتد. خشونت در روابط درون خانواده باعث آسیب‌هایی در ذهن فرزندان می‌شود. فرزندانی که در روابط اجتماعی، به نظر شما چه عملی باعث آسیب‌هایی در ذهن فرزندان می‌شود؟ دلیل افزایش پرخاشگری در جامعه ما چیست؟ چرا نمی‌توانیم هیجانات درونی و زودگذر خود را کنترل کنیم؟ خشونت‌های رفتاری ما در تربیت کودکان چه دلایلی می‌تواند داشته باشد؟ آیا یکی از دلایل آنها عدم درک طرف مقابل و عدم توانایی در برقراری ارتباط سازنده و موثر است؟ **برای گسترش ارتباطات سازنده در جامعه باید چه کارهایی انجام داد؟** مهارت‌های ارتباط سازنده و موثر یک مهارت است. مهارت‌های ارتباطی است و باید به افراد جامعه آموزش داده شود. زمانه‌های گذشته با آموزش‌های مهارت‌های زندگی، یادگیری و تجربه، مهارت‌های زندگی را برای افراد می‌آموزاند. امروز ما در سنین پایین‌ترین سنین، قبل از آنکه انسان‌ها برای این امور آموزش‌ها را یاد بگیرند، به‌طور کلی سیستم‌های آموزشی و تربیتی را حذف کرده‌اند. امروز ما در سنین پایین‌ترین سنین، قبل از آنکه انسان‌ها برای این امور آموزش‌ها را یاد بگیرند، به‌طور کلی سیستم‌های آموزشی و تربیتی را حذف کرده‌اند. امروز ما در سنین پایین‌ترین سنین، قبل از آنکه انسان‌ها برای این امور آموزش‌ها را یاد بگیرند، به‌طور کلی سیستم‌های آموزشی و تربیتی را حذف کرده‌اند.

فرح لطفی کاشانی از یک مشکل در روابط اجتماعی ما می‌گوید

ارتباط موثر را یاد نگرفته ایم

ارتباط دارد. با وجود اهمیت ارتباط مناسب و موثر با دیگران به‌ویژه در ارتباطات اجتماعی، مردم ایران در این حوزه ضعف‌های بسیاری دارند. آغاز یک رابطه انسانی در این به دلیل مختلف فرهنگی که ریشه در ادیان و رسوم ما دارد، محدودیت‌ها و موانع بسیاری و سبب و وسوسه است و همین امر تأثیرات منفی در تعاملات اجتماعی ایرانیان گذاشته است. در این باره فکر می‌کنیم که ما در فرح لطفی کاشانی، روانشناسی که در ادامه آن را می‌خوانید.



امیر توید فاضل
روانشناس گروه طرح نو

انسان موجودی اجتماعی است و زندگی او بر پایه روابطش با افراد و نهادهای اجتماعی یا به‌ویژه هم‌عصران و هم‌بافت‌های اجتماعی است. در این باره فکر می‌کنیم که ما در فرح لطفی کاشانی، روانشناسی که در ادامه آن را می‌خوانید. **ارتباط موثر چیست؟** ارتباط موثر به معنای آن است که در یک رابطه، طرفین بتوانند نیازهای خود را برطرف کنند و در نتیجه، رابطه‌ای سازنده و موثر ایجاد کنند. **چرا ما در روابط اجتماعی ما مشکل داریم؟** یکی از دلایل اصلی این مشکل، عدم آشنایی با مهارت‌های ارتباط موثر است. ما در سنین پایین‌ترین سنین، قبل از آنکه انسان‌ها برای این امور آموزش‌ها را یاد بگیرند، به‌طور کلی سیستم‌های آموزشی و تربیتی را حذف کرده‌اند. امروز ما در سنین پایین‌ترین سنین، قبل از آنکه انسان‌ها برای این امور آموزش‌ها را یاد بگیرند، به‌طور کلی سیستم‌های آموزشی و تربیتی را حذف کرده‌اند. امروز ما در سنین پایین‌ترین سنین، قبل از آنکه انسان‌ها برای این امور آموزش‌ها را یاد بگیرند، به‌طور کلی سیستم‌های آموزشی و تربیتی را حذف کرده‌اند.

ارتباط سازنده به چه نوع ارتباطی گفته می‌شود؟ براساس اصول علم روانشناسی، ارتباط سازنده با ارتباط موثر به معنای آن است که در یک رابطه، طرفین بتوانند نیازهای خود را برطرف کنند و در نتیجه، رابطه‌ای سازنده و موثر ایجاد کنند. **چرا ما در روابط اجتماعی ما مشکل داریم؟** یکی از دلایل اصلی این مشکل، عدم آشنایی با مهارت‌های ارتباط موثر است. ما در سنین پایین‌ترین سنین، قبل از آنکه انسان‌ها برای این امور آموزش‌ها را یاد بگیرند، به‌طور کلی سیستم‌های آموزشی و تربیتی را حذف کرده‌اند. امروز ما در سنین پایین‌ترین سنین، قبل از آنکه انسان‌ها برای این امور آموزش‌ها را یاد بگیرند، به‌طور کلی سیستم‌های آموزشی و تربیتی را حذف کرده‌اند.