

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

ارتباط موثر و سلامت اخلاق

علی نور محمدی

سرشناسه	: نورمحمدی، علی، ۱۳۴۲
عنوان و نام پدیدآور	: ارتباط مؤثر و سلامت اخلاق / علی نورمحمدی
مشخصات نشر	: تهران: نورسا، ۱۳۹۳
مشخصات ظاهری	: ۱۲۸ ص.: مصور.
فروست	: مجموعه کتاب‌های ارتباط مؤثر با رویکرد مدیریت اسلامی، ایرانی؛ [ج ۷]
شابک	: ۶-۷-۹۴۷۳۲-۶۰۰-۹۷۸: ۶۵۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست‌نویسی	: فیپا
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۱۲۸
موضوع	: ارتباط بین اشخاص - کسب و کار -- ارتباط
رده‌بندی کنگره	: ۱۳۹۳ ج. ۳ ک ۴ الف / BF۶۳۷
رده‌بندی دیویی	: ۱۵۸/۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۶۴۰۸۶۷

ارتباط مؤثر و سلامت اخلاق

نویسنده: علی نورمحمدی	شمارگان: ۳۰۰۰ نسخه
آماده‌سازی: احمد نورمحمدی	قیمت: ۶۵۰۰۰ ریال
چاپ و صحافی: هم‌کیشان	نوبت چاپ: اول ۱۳۹۳



انتشارات نورسا

نشانی: تهران، خیابان شریعتی، پایین‌تر از حسینیه ارشاد، خیابان کوشا، پلاک ۱۶
 تلفن و نمابر: ۰۲۱-۲۲۲۲۸۱۵۹
 آدرس وبسایت: www.noursa.ir
 پست الکترونیک: info@noursa.ir
 پیامک: ۳۰۰۰ ۴۸۳۰۰۸

تمامی حقوق محفوظ و متعلق به انتشارات نورسا می‌باشد.

فهرست

پیشگفتار ۷

فصل ۱-۱ ارتباط مؤثر و خوش اخلاقی ۱۱

تعریف اخلاق ۱۲

چرا اخلاق مبنای رسالت پیامبر ﷺ قرار گرفت؟ ۱۳

هفت حوزه اخلاق انسانی، اسلامی ۱۴

اخلاق فردی ۱۴

اخلاق خانواده ۱۵

اخلاق حرفه‌ای (کار) ۱۶

اخلاق اقتصادی ۱۸

اخلاق سیاسی ۱۹

اخلاق اجتماعی ۱۹

اخلاق جهانی ۲۰

عقل و علم زیربنای اخلاق انسانی ۲۱

جهل ریشه تمام بدی‌ها و بداخلاقی‌ها ۲۶

هفت عامل اثرگذار بر اخلاق ۲۸

هفت توصیه پزشکی برای خوش اخلاق شدن ۳۴

آثار و نتایج خوش اخلاقی در کار و زندگی ۳۶

هفت نقش خوش اخلاقی در ارتباط مؤثر ۳۹

فصل ۲-۲ ارتباط مؤثر و بخشنده ۴۱

مفاهیم مرتبط با بخشنده ۴۱

هفت شرط بخشش خداوند ۴۸

بخشنده مبنای آرامش انسان ۵۰

- بخشندگی از نگاه روان‌شناسی ۵۳
- هفت عامل مؤثر در بخشندگی ۵۷
- انواع بخشش در قرآن ۵۷
- بخشیدن مال، جهاد با مال و اموال ۵۹
- هفت شرط بخشش مورد قبول خداوند ۶۰
- بخشش رفتاری، جهاد با نفس ۶۱
- نتایج عفو و بخشندگی در ارتباط مؤثر ۶۲

فصل ۳- ارتباط مؤثر و مهربانی ۶۳

- مهربانی از نگاه روانشناسی ۶۶
- عوامل ایجاد و جلب محبت و مهربانی ۶۹
- هفت روش برای مهربان بودن با خود ۷۵
- هفت توصیه برای یک زن مهربان بودن ۷۶
- هفت راه ساده مهربان بودن با دیگران ۷۶
- هفت مانع جلب محبت دیگران ۷۷
- هفت نقش مهربانی بر ارتباط مؤثر ۸۰

فصل ۴- ارتباط مؤثر و رحم و دلسوزی ۸۱

- رحم و دلسوزی عامل دوری از دشمنی ۸۱
- دلسوزی مبنای ارتباط مؤثر ۸۳
- دل فرمانروا و مدیر وجود انسان ۸۵
- هفت ویژگی قلب سلیم و پاک ۸۸
- هفت گام برای داشتن دل بزرگ ۸۹
- هفت عامل دلدادگی انسان‌ها ۹۰
- هفت روش افزایش دلسوزی ۹۰
- هفت نقش رحم و دلسوزی در ارتباط مؤثر ۹۲

فصل ۵- ارتباط مؤثر و صبوری ۹۳

- ۹۶ صبر زیربنای ایمان و عمل صالح
- ۹۷ صبر، مبنای امتحان خداوند از انسان
- ۹۹ تقسیم‌بندی انواع صبر در امتحان
- ۱۰۳ هفت انگیزه انسان بر قبول صبر
- ۱۰۳ هفت زمینه موردنیاز صبر و بردباری
- ۱۰۳ هفت راه بدست آوردن صبر و بردباری
- ۱۰۴ هفت اثر صبر و بردباری بر انسان
- ۱۰۴ هفت اثر صبر بر انسان‌های بزرگ
- ۱۰۵ هفت زمینه ایجاد بی‌صبوری و جزع
- ۱۰۵ هفت روش بروز بی‌صبوری
- ۱۰۶ هفت پیامد بی‌صبوری انسان
- ۱۰۶ هفت نقش صبوری در ارتباط مؤثر

فصل ۶- ارتباط مؤثر و انعطاف‌پذیری ۱۰۷

- ۱۰۹ آسانی و انعطاف‌پذیری در اسلام
- ۱۱۳ انعطاف‌پذیری؛ تغییر به موقع در حرکت
- ۱۱۴ هفت خصلت افراد انعطاف‌ناپذیر
- ۱۱۴ هفت ویژگی افراد انعطاف‌ناپذیر و لجوج
- ۱۱۵ هفت ویژگی افراد با انعطاف‌پذیری بالا
- ۱۱۶ هفت روش افزایش روحیه انعطاف‌پذیری
- ۱۱۷ هفت نقش انعطاف‌پذیری در ارتباط مؤثر

فصل ۷- ارتباط مؤثر و روابط اثربخش ۱۱۹

- ۱۲۰ فلیترهای ارتباط مؤثر با دیگران
- ۱۲۰ تفکرات مخرب ارتباط مؤثر

رفتارهای مخرب ارتباط مؤثر ۱۲۱

موانع مخرب ارتباط اثربخش ۱۲۲

اشتباهات مخرب ارتباط اثربخش ۱۲۳

رازهای ارتباط اثربخش ۱۲۴

اصول زیربنایی ارتباط اثربخش ۱۲۶

۱۲۸ منابع و مآخذ

www.ketabonline.ir

پیشگفتار

سلام

ما انسان‌ها تمام لحظات زندگی را، در ارتباط با خود، خداوند، خانواده، دوست، همکار، مشتری، همسایه، فامیل، مردم و طبیعت می‌گذرانیم.

قرن‌ها است که دانشمندان علوم انسانی تلاش می‌کنند، علم «ارتباطات مؤثر» را با بهره‌گیری از کتب آسمانی و تجربیات بشری تبیین و مدون نمایند، تا انسان‌ها بتوانند از دانش «ارتباطات مؤثر» بهره‌مند گردیده و روابطشان، با خود، خانواده، مردم و طبیعت به بهترین شکل ممکن صورت پذیرد، و بدین وسیله سلامت و نشاط در افراد و جامعه حاکم باشد.

از طرفی خداوند متعال برای اینکه انسان‌ها، الگوی مناسبی در زندگی داشته باشند، با فرستادن آخرین رسول خود حضرت محمد ﷺ، ایشان را به‌عنوان اسوه اخلاق و ارتباط مؤثر به بشریت معرفی فرموده و قرآن کریم را مبنای تمام امور زندگی قرار داده، تا مسلمانان با بهره‌گیری از این کتاب هدایت، بتوانند زندگی خود را سامان دهند و با آرامش با یکدیگر ارتباط مؤثری داشته باشند.

ما در این کتب سعی کرده‌ایم با الگوگیری از قرآن کریم، و کلام معصومین (علیهم‌السلام) مبنای خود را بر پایه دین قرار داده و از علم و تجربیات دانشمندان و نویسندگان و مدیران این حوزه نیز بهره‌مند شویم تا بتوانیم مفاهیم کتاب‌های ارتباط مؤثر را بر مبنای مدیریت اسلامی، ایرانی ارائه دهیم.

کتاب‌های ارتباطات مؤثر با رویکرد اسلامی، ایرانی؛ حسب سفارش مدیرعامل فرهیخته بانک دی، بانک ارزش‌آفرین، جناب آقای دکتر شفیع‌زاده که خود از مدیران برتر در صنعت بانکداری اسلامی است و همیشه در تلاش بوده و هستند که

بهترین شیوه مدیریتی را بر مبنای روش اسلامی، ایرانی اجرا و نهادینه نمایند، در هفت جلد طراحی، و هر کتاب از هفت فصل با پیوستگی خاص گردآوری و تألیف گردیده است، تا با توجه به ارزش‌های اسلامی حاکم بر جامعه، کارکنان و مشتریان محترم بانک دی و مردم عزیز ایران در تمامی مراحل کار و زندگی از این آثار استفاده نموده و به برکت آیات قرآن، علم و عقل بتوانند ارتباط مؤثری با خود، خداوند، خانواده و دیگران داشته و در همه امور زندگی موفق باشند.

بدین جهت لازم می‌دانیم از عنایت مدیرعامل محترم و مدیرکل محترم روابط عمومی جناب آقای ابراهیم صفرلکی و همه مدیران بانک دی، بابت اهتمام به تولید آثار علمی با رویکرد اسلامی، ایرانی نهایت تشکر را داشته باشیم.

امیدواریم مردم شریف ایران، مدیران و کارکنان محترم بانک ارزش‌آفرین دی، در فرآیند کار و زندگی، در نهایت سلامت و ارتباط مؤثر با همدیگر، همیشه بتوانند برای آبادانی ایران اسلامی با آرامش و موفقیت عمل نمایند.

با تشکر و امتنان

انتشارات نورسا

مهرماه ۱۳۹۳