

بسم الله الرحمن الرحيم

روان شناسی خودمانی ۱

آسیب شناسی روابط اجتماعی



محمد مهدی عظیمی

عنوان و نام پدیدآور: روان شناسی خودمانی / محمد مهدی عظیمی

مشخصات ناشر: قم: سرمايه، ۱۳۹۱

مشخصات ظاهري: ۹۶ص،

شابک: ۳۰۰۰ ريال : ۰۵-۰۶۶۳۴-۶۰۰-۹۷۸ ج ۱۰

وضعيت فهرست نویسی: فیا

مندرجات: آسیب شناسی روابط اجتماعی

موضوع: روابط بین اشخاص - جنبه های روان شناسی

موضوع: روان شناسی اجتماعی

موضوع: ارتباط بین اشخاص

رده بندی کنگره: ۱۳۹۱ ع ۹۶ / ۷۷۲ / ۲ BF

رده بندی دیویی: ۱۵۸/۲

شماره کتاب شناسی ملی: ۲۹۰۸۲۵۷

کتاب: روان شناسی خودمانی ۱ (آسیب شناسی روابط اجتماعی).

نویسنده: محمد مهدی عظیمی

ناشر: انتشارات سرمايه

حروفچینی و صفحه آرایی: بیژن شهرامی

تیراژ: ۲۰۰۰ جلد

سال نشر: تابستان ۱۳۹۱

نوبت چاپ: اول

قیمت: ۳۰۰۰ ريال

شابک: ۰۵-۰۶۶۳۴-۶۰۰-۹۷۸

حق چاپ محفوظ است.

مرکز پخش: قم، خیابان ۱۹ دی، کوچه شماره ۸، پلاک ۱۴/۱

تلفن: ۷۷۰۷۱۳۲ - ۰۲۵۱ ، ۰۹۱۲۱۵۳۶۲۱۳

فهرست مطالب

خطای افراط و تفریط	۳۹	مقدمه	۱
خطای کلیشه سازی	۴۲	فصل اول	
خطای هاله ای	۴۵	ارتباط چیست؟	۳
خطای عطش سازماندهی	۴۷	ویژگی های ارتباط میان فردی	۵
خطای ناخودآگاه	۵۰	پنج نوع رابطه بین فردی	۸
خطای ارتباطی در خانواده ها	۵۲	هدف از ارتباط چیست؟	۹
خطای اسناد	۵۵	اصول برقراری رابطه انسانی	۹
خطای فرافکنی	۵۷	انواع ارتباط	۱۰
خطای همنوایی فشار گروه	۵۹	انواع سبک های حرف زدن	۱۱
خطای خود پنداره	۶۳	کارکردهای ارتباط غیر کلامی	۱۳
خطای یادگیری خرافی	۶۵	مولفه های ارتباط غیر کلامی	۱۴
خطای اهمالکاری	۶۷	مشکلات ارتباطات بشری	۱۶
فصل سوم	۷۰	خطاهای فیلترها	۲۰
خطاهای شناختی	۷۱	معیارهای مهارت ارتباط مطلوب	۲۲
- تعمیم مبالغه آمیز	۷۱	- صداقت	۲۲
- تفکر همه یا هیچ	۷۳	- صراحت	۲۲
- پیش گویی	۷۴	- احترام	۲۳
- درشت نمایی	۷۵	- خودمختاری	۲۴
- ذهن خوانی	۷۶	سبک های ارتباطی	۲۵
- شخصی سازی	۷۹	تاکتیک های ارتباطی	۲۷
- مطلق نگری	۸۰	خطاهای تعارضات	۲۸
- استدلال احساسی	۸۱	روش های حل تعارضات در ارتباط	۲۹
- برچسب زدن	۸۲	مواضع هستی	۳۱
خطاهای نگرشی	۸۳	انواع مواضع هستی	۳۲
منابع	۹۱	خطای توهم ناسالم	۳۴
		فصل دوم	
		خطای نوازش ها	۳۷

مقدمه

امروزه با رشد روزافزون جمعیت و پیشرفت‌های سریع در عرصه‌ی رسانه‌های ارتباطی (نرم افزار و سخت افزار) شاهد تعاملات بیش از پیش انسانها در جوامع سراسر دنیا می‌باشیم. ارتباطاتی که بایستی زمینه رفع نیازهای افراد و رشد و پیشرفت جوامع را فراهم آورد. ابداعات فناورانه، سیستم‌های هوشمندانه، سازهای شگفت‌آور و امکانات رفاهی و دستاوردهای اقتصادی را اگر به منزله‌ی رویه‌ی بیرونی و قشر مرئی جوامع به حساب آوریم. درون مایه آنها دین و فرهنگ جوامع قرار دارد. و فرهنگ منبعث از این باورها، عقاید، سنت‌ها، و روابط است که هویت جوامع را می‌سازد.

چنانچه دستاوردهای فرهنگی و معنوی یک جامعه را به منزله‌ی "تمدن" و دستاوردهای مادی و اقتصادی یک کشور را به منزله‌ی "تجدد" آن در نظر بگیریم. بدیهی است که تناسب و تعادل میان این دو عامل (تمدن و تجدد) وضعیت فعلی هر کشوری را می‌سازد. خیره شدن به ویتربس پیشرفت‌های اقتصادی و رفاهی جوامع دیگر، بدون توجه به زیرساخت‌های فرهنگی آن، نسل‌تران را برای نسل آینده ساز ما الهام بخش باشد.

تجربه دو ساله تدریس در مدارس ایرانی خارج از کشور، مجالی فراهم آورد تا با نگاهی از بیرون به ارزیابی خطاهای رایج در روابط درون فرهنگی کشور خود بپردازیم. گرچه بر شمردن این خطاها، لزوماً به معنای تاییدی بر وجود همه‌ی آنها در ارتباطات ما نبوده و نیست. و ذکر آنها صرفاً جنبه نظری و پیشگیرانه دارد.

با عنایت به اینکه، رشته تحصیلی و زمینه‌ی مطالعاتی نگارنده، روان‌شناسی تربیتی و علوم اجتماعی است. لذا سعی شده با استفاده از مفاهیم روان‌شناسی و ساده سازی مباحث آن، "روابط بین افراد" بررسی شده. و در جلد‌های بعدی، به سایر خطاها و موضوعات پرداخته شود. باشد خدمتی هر چند کوچک اما از سر ارادت، برای مردمانی

که از صمیم قلب دوستش _____ان دارم، به انجام رسانده باشم: (دل دریایی من مال شماست).

جدای از مباحث پایه و علمی که در متن کتاب آمده، سایر موضوعات نظر شخصی نگارنده می باشد، که طبعاً قابل نقد و خالی از خطا و اشتباه نمی تواند باشد. پس به فرموده ی قرآن کریم که: «بشنارت باد بز کسانى که قولها را می شنوند و بهترین آنها را انتخاب می نمایند» (زمر/۱۸). از شما بزرگواران قدر شناسنامه درخواست می نمایم که به کاستیهای این اثر به دیده اغماض نگریده و موارد اصلاحی و نظرات ارزشمند خود را در مورد مطالب کتاب، به نشانی الکترونیکی نگارنده؛ mehdi_zhm@yahoo.com ارسال نمایید.

اگر بپذیریم که ای حُرّاب کردن چیزی، می توان به جای ضد آن سخن گفتن، از آن بد دفاع کرد. شاید در هیچ زمانی، از علوم رفتاری و روان شناسی تا این حد بد دفاع نشده است. به نحوی که گویا این علوم کاری جز تسامح و تساهل، توجیه ندانم کاری ها، ترویج التقاط گری و تایید ضد ارزش ها و تبلیغ بی تفاوتی ها نداشته و ندارند. حال آنکه به اعتقاد نگارنده رسالت اصلی تمام علوم عمرما، و علوم انسانی و روان شناسی خصوصاً، ارزشیابی ارزشهای حاکم بر یک جامعه و فراهم آوردن زمینه ی انتقال درست آنها به نسل بعدی است. که بدون این غربالگری نمی توان به مدینه ی فاضله ی انسانی، که بشر همواره به دنبال آن بوده است، دست یافت.

در آخر لازم می دانم، از زحمات بی شائبه همسر، سرکار خانم زهرا خسروانی کیا که با ارایه نظرات اصلاحی خود و دوست فاضلم جناب آقای بیژن شهرامی که با بعهد گرفتن ویراستاری و صفحه آرایی این اثر، یاور بنده بوده اند، نهایت سپاسگزاری را بعمل آورم.

رمضان ۱۴۳۳ - امارات عربی متحده