

معنویت

کلید

مهارت های ارتباطی

مهری رستم نژاد

انتشارات بهنام قلم

۱۳۹۶



سرشناسه	رستم نژاد، مهری، ۱۳۴۸ -
عنوان و نام پدیدآور	معنویت کلید مهارت‌های ارتباطی / مهری رستم نژاد.
مشخصات نشر	تهران: بهنام قلم، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	۱۲۱ ص؛ ۵/۲۱×۵/۱۴ س.م.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۹۸۳۸۴-۰۰۰
وضعیت فهرست نویسی	فیا
موضوع	ارتباط بین اشخاص
موضوع	Interpersonal communication
موضوع	ارتباط بین اشخاص -- جنبه‌های مذهبی
موضوع	Interpersonal communication -- Religious aspects
موضوع	بهبودی
موضوع	Well-being
موضوع	زندگی معنوی
موضوع	Spiritual life
موضوع	کیفیت زندگی -- جنبه‌های مذهبی
موضوع	Quality of life -- Religious aspects
رده بندی کنگره	الف ۵۴۰
رده بندی دیویی	۲/۱۵۸
شماره کتابشناسی ملی	۴۹۳۱۰۱۴

معنویت کلید مهارت‌های ارتباطی

مهری رستم نژاد

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۸۳۸۴-۰۰۰

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۷

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۱۱۵۰۰ تومان

انتشارات: بهنام قلم

حق چاپ برای مؤلف محفوظ است و هر گونه کپی برداری کلی و جزئی از کتاب پیگرد قانونی دارد.



فهرست

- ۱۱..... پیشگفتار
- ۱۳..... فصل اول: معنویت چیست؟
- ۱۴..... مقدمه
- ۱۷..... معنویت چیست؟
- ۱۸..... معنویت در اصطلاح
- ۱۸..... تعریف بنیادین معنویت
- ۲۲..... بهزیستی معنوی
- ۲۴..... دیدگاه فیشر درباره معنویت
- ۲۵..... مؤلفه‌های بهزیستی معنوی
- ۲۵..... سلامت مذهبی
- ۲۷..... سلامت وجودی
- ۲۷..... ابعاد بهزیستی معنوی (سلامت معنوی)
- ۲۸..... ویژگیهای انسان معنوی
- ۳۳..... فصل دوم: رابطه معنویت و مهارتهای ارتباطی
- ۳۴..... معنویت و مهارتهای ارتباطی

- فصل سوم: نقش معنویت در کیفیت زندگی ۳۹
- کیفیت زندگی ۴۰
- فلانگان ۴۵
- کیفیت زندگی از دیدگاه صاحب نظران ۴۶
- دالمن ۴۶
- گودمر ۴۷
- کارنوس و راب. ز. ۴۷
- فرانس و پاورز ۴۸
- لهمان ۴۸
- حیطه های شانزده گانه کیفیت زندگی فریش ۴۹
- نقش معنویت در کیفیت زندگی ۵۲
- فصل چهارم: نقش معنویت در کیفیت زندگی کاری ۵۷
- تعریف کیفیت زندگی شغلی ۵۸
- مؤلفه های کیفیت زندگی شغلی ۵۹
- نظریه و سینگر ۵۹
- ابعاد کیفیت زندگی کاری والتون ۶۰

- ۶۳..... ابعاد کیفیت زندگی کاری
- ۶۷..... فصل پنجم: ارتباط چیست؟
- ۶۸..... برقراری ارتباط
- ۶۸..... ارتباط چیست؟
- ۷۰..... مهارت‌های ارتباطی
- ۷۲..... مؤلفان: های مهارت‌های ارتباطی
- ۷۲..... ادراک اجتماعی
- ۷۳..... فرایندهای ادراک: اشخاص
- ۷۶..... ابراز وجود
- ۷۷..... مدیریت هیجانات
- ۷۷..... راهبردهای شناختی در جهت تنظیم هیجانات
- ۷۸..... اهمیت ارتباط
- ۷۸..... ارتباط در حوزه‌های مختلف حائز اهمیت است:
- ۸۲..... فصل ششم: نظریه‌های ارتباط
- ۸۲..... نظریه ارتباط واترلویک:
- ۸۵..... نظریه تحلیل ارتباط محاورهای برن:

۸۶.....	نظریه یادگیری اجتماعی بندورا:
۸۶.....	نظریه سلسه مراتب نیازهای مزلو:
۸۹.....	فصل هفتم: مدل های ارتباطی
۹۰.....	انواع ارتباطی
۹۰.....	مدل ارسطو:
۹۰.....	مدل لودا و رسول:
۹۰.....	مدل دیوید برلر:
۹۲.....	مدل بدیانتز:
۹۴.....	مدل مفهومی هارجی و مارشال
۹۴.....	شاخصهای ارتباطی والدین با فرزندان
۹۹.....	فصل هشتم
۱۰۰.....	نتایج تحقیقات و پژوهشها
۱۰۵.....	منابع و مآخذ

امروزه اهمیت معنویت و رشد معنوی در انسان به صورتی روزافزون توجه روان‌شناسان و متخصصان بهداشت روانی را به خود جلب کرده است. در سال‌های اخیر از میان سازه‌های مرتبط با سلامتی و بهزیستی، بهزیستی معنوی (در کنار بهزیستی عاطفی - هیجانی، بهزیستی شناختی - رفتاری و بهزیستی اجتماعی) به دلیل توجه و نیاز بیشتر به معنویت‌گرایی در بین ملل و اقوام بشری در اتیم‌های مختلف، به صورت فزاینده‌ای، محور نظریه-پردازی و پژوهش قرار گرفته است.

در نگاهی جامع و نسبتاً گسترده می‌توان بهزیستی را به عنوان مجموعه‌ای از احساسات، حالات عاطفی و شناختی مثبت نسبت به خود و دنیای اطراف تعریف کرد. ارائه تعریفی جامع برای بهزیستی معنوی، به این دلیل که بین ملل مختلف تفاوت دینی و مذهبی وجود دارد، دشوار است. با این حال با نگاهی به متون علمی در دسترس می‌توان دو رویکرد کل‌نگر و جزءنگر (مؤلفه‌نگر) را در تعریف بهزیستی معنوی از یکدیگر بارش کرده و در هر دو رویکرد کل‌نگر و جزءنگر، بهزیستی معنوی مبتنی بر روابط فردی (با نیروی مافوق‌بشری) و روابط افقی (با خود و دنیای اطراف، به خصوص

روابط با دیگرانسان ها و موجودات و محیط و طبیعت پیرامون) محور توجه قرار گرفته است.

فیشر، نیز با نگاهی مؤلفه گرا (جزءنگر) و با تمایز قائل شدن میان معنویت گرایی و دینداری، بهزیستی معنوی را متشکل از چهار مؤلفه «ریستی شخصی» (رابطه درون گرایی معنادار، هدف دار و ارزش مدار برای برقراران انسجام و سازگاری در زندگی)، بهزیستی جمعی (برقراری رابطه مبتنی بر عشت، عدالت، امیدواری و تکریم انسانیت با دیگر انسان ها)، بهزیستی محیطی (ارتباط با محیط طبیعی اطراف و لذت بردن از آن همراه با مراقبت و پرورش محیط طبیعی) و بهزیستی تعالی گرا (روابط تعالی گرا با نیروی فرافردی و فرابشری که همان خالق بی همتا و یکتای هستی است) معرفی کرده است.

مهری رستم نژاد