

تنش‌ها و تعارضات اجتماعی

(نظریه‌ها و رویکردهای درمانی)

تألیف

بهنام شکر

عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن

علیرضا احمدیان



سرشناسه	: شكري، بهنام، ۱۳۴۹ -
عنوان و نام پديدآور	: تنش‌ها و تعارضات اجتماعي (نظريه‌ها و رويکردهاي درمانی) /تأليف بهنام شکري، عليرضا احمدیان.
مشخصات نشر	: تهران: پادينا، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهري	: ۱۲۶ص: جدول.
شابک	: 978-600-8588-47-4
وضعيت فهرست نوسي	: فيفا
يادداشت	: کتابنامه: ص. ۱۱۹ - ۱۲۶.
موضوع	: ارتباط بين اشخاص
موضوع	: اختلاف بين اشخاص
موضوع	: شخصيت -- جنبه‌های روان‌شناسي
موضوع	: مدیریت تعارض
شناسه افزوده	: ۱- بند ۱، عليرضا، ۱۳۶۴ -
رده بندي کنگره	: ۱۱۸ش ۴الف / ۶۳۷BF
رده بندي ديويي	: ۷۲
شماره کتابشناسي ملي	: ۵۰۰۴ ۴۸



تنش‌ها و تعارضات اجتماعي

(نظريه‌ها و رويکردهاي درمانی)

تأليف: بهنام شکري و عليرضا احمدیان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۵۸۸-۴۷-۴

ناشر: انتشارات پادينا

شمارگان: ۵۰۰ جلد - نوبت چاپ: تهران، اول ۱۳۹۶

چاپ و صحافي: کيامرثي

قيمت: ۱۳۰۰۰۰ ريال

تلفن: ۷۷۴۲۱۷۵۷ (۰۲۱) همراه: ۰۹۰۲۵۰۸۸۳۸۱

www.padinapub.com

padina.pub@gmail.com

فهرست مطالب

۵	 فهرست مطالب
۸	 مشکلات ارتباطی
۱۱	 مشکل ارتباطی والد - کودک
۱۲	 مراکز مراقبت روزانه
۱۳	 مشکل ارتباطی همسر
۱۴	 ازدواج با پزشکان
۱۵	 مشکل ارتباطی همسرها
۱۵	 مشکلات ارتباطی که به گونه‌ای دیگر مشخص نشده‌اند
۱۶	 ماهیت کلی و زیربنایی ارتباط‌های اجتماعی
۱۸	 انواع مهارت‌های اجتماعی زیرشاخه‌های آن‌ها
۱۸	 تعریف ارتباط و ارتباطات میان فردی
۱۹	 مؤلفه‌های فرایند ارتباط این گونه تعریف می‌کند
۱۹	 ویژگی‌های ارتباط
۲۰	 مدل مهارت‌های ارتباط میان فردی و اجتماعی
۲۱	 بافت شخص وضعیت
۲۲	 انگیزه‌های شخصی
۲۲	 نگرش‌های شخصی
۲۳	 ویژگی‌های اجتماعی جمعیت شناختی
۲۳	 عوامل وضعیتی ارتباطات میان فردی
۲۳	 فرایندهای میانجی
۲۴	 مرحله ادراک
۲۵	 رُست‌های غیر کلامی مخرب در روابط میان فردی
۲۶	 مشکلات ارتباطات میان فردی
۲۷	 درد تنهایی
۲۸	 تنهایی سایکوتیک
۲۸	 تنهایی وابسته به صفت شخصیتی
۲۹	 تنهایی موقعیتی (وابسته به شرایط)
۲۹	 تنهایی متعالی
۳۱	 تنش و الگوی تفهیمی آن
۳۱	 مقدمات تنش
۳۲	 شیوه‌های استدلالی افراد و تنش

۳۳	تنش و هزینه های آن
۳۳	هزینه سازمانی
۳۴	خروج از تنش و الگوی ساده‌ی تنش‌زدایی
۳۵	فرایند هماهنگ‌سازی و مشارکت‌جویی
۳۶	ارزش‌های شخصی: منبع بالقوه دیگری برای تنش
۳۶	رده‌بندی تنش‌های سازمانی
۳۶	مجموعه‌ی «کار - خانواده» و تنش ناشی از دوگانگی نقش
۳۷	تنوع دیدگاه‌ها و تفاوت‌های فردی
۳۸	تلقی فردی، تلقی جمعی نیست
۳۸	میزان اعتماد بر جارب شخصی
۴۰	تشخیص تمایل مثبت
۴۰	تمایل فردی و اثر آن تمایل
۴۱	لزوم بیان تمایل مثبت خود
۴۱	مواظب از زبان و دقت در نوع گفتار
۴۲	پندار یا نظر در برابر واقعیت
۴۳	شخصیت: الگوها و تفاوت‌های ارتباطی
۴۴	انواع چهارگانه شخصیت
۴۶	همسازی و سازگاری با اسلوب شخصیتی
۵۱	گزینه‌های موجود در شرایط تنش‌زا
۵۲	عوامل و نیروهای تنش‌زا
۵۳	کدام قانونمندی درست است؟
۵۴	حل تضاد و رفع تنش
۵۵	مخاطب یا شریک ارتباطی بی تفاوت
۵۷	ایجاد یا تقویت حلقه‌ی اتصال
۶۰	توانایی ناشی از همکاری و هماهنگی
۶۱	شناخت و هدایت برداشت‌های شخصی: جنبه‌ای از بهینه‌سازی ارتباط
۶۳	پیدایش احساس منفی و منشا آن
۶۹	مهارت‌های اصلی برای همکاری
۷۳	پیش‌درآمدهایی برای گشایش گفتگو
۷۷	مراحل گریز از موقعیت تنش‌آمیز
۸۰	الگوی قاطعیت: جایی که نهاد قدرت بازیگر اصلی است
۸۰	ضمانت اجرایی در کاربرد الگو
۸۵	تعارض

۸۶	مجادله
۸۶	رقابت
۸۹	فرآیند تعارض
۹۰	دیدگاه نوین به تعارض
۹۱	انواع تضادهای درونی
۹۲	تعارضات و ماهیت تصمیم گیری
۹۲	تضاد ارزش ها
۹۲	اصطکاک میان ارزش های اجتماعی
۹۲	تعارض بین نسلی
۹۴	علل تنش
۹۵	دیدگاه های غالب در مورد نقش ارتباطات در تعارض
۹۶	عامل سوء تفاهم در تعارض
۹۷	انواع موقعیت های تعارض
۹۸	سازش یا مصالحه (Cor promise)
۹۸	روش های سازش و یا مصالحه
۹۹	اجتناب
۹۹	مواجهه یا تشریک مساعی
۱۰۰	سیک های نا موثر و ناشایسته مدیریت تعارض
۱۰۳	زبان تن
۱۰۴	آموزش مهارت های خود جرئت مندی در روابط میان فردی
۱۰۶	رفتارهای پرخاشگرانه
۱۰۷	فواید و مضرات رفتار سلطه پذیرانه یا غیر جرات ورزانه
۱۰۸	فواید رفتار پرخاشگرانه
۱۰۸	مضرات پرخاشگری
۱۰۹	فواید ابراز وجود
۱۱۱	رهنمودهای رفتاری برای ابراز حرمت شخصی در و رابط میان فردی
۱۱۲	راهکارهای رفتاری زبان تن برای ابراز حریم حرمت نفس
۱۱۳	انواع طبقه بندی روابط میان فردی بر اساس سود - زبان
۱۱۵	مهارت در گفتن نه (یا قدرت نه گفتن به خواسته های غیر منصفانه دیگران)
۱۱۶	روش های نه گفتن
۱۱۶	تمرکز بر جنبه های عاطفی تعارض
۱۱۷	شیوه های انحرافی در حل تعارض
۱۱۹	منابع