

بحران مفاهیم

دو عامل سبب ایجاد بحران مفاهیم می شود:

تفاوت دنیای ادراکی

عدم دستیابی به مفاهیم مشترک

تفاوت دنیای ادراکی



❖ **دنیای ادراکی** در واقع **درک و شناخت** ما از **محیطی** است که در آن دوران کودکی را سپری کردیم .

❖ بر اساس **شرایط محیطی** ، رفتار والدین با کودک و رفتار والدین با همدیگر باورهایی برای کودک شکل می گیرد .

❖ در **بزرگسالی** ما همواره بر اساس این **باورها** رفتار می کنیم .

❖ این باورها می توانند **کارآمد** (سازنده) و یا **ناکارآمد** (مخرب) باشند .

عدم دستیابی به مفاهیم مشترک



رشد علم ، سرعت تولید و پخش اطلاعات این **فرصت** را که به مفاهیم مشترکی
برسیم در اختیار ما قرار نمی دهد.

ما هر کدام طبق **برداشت خودمان** از **واژگان** استفاده می کنیم .

زنگ تامل

چه اقداماتی در جهت کاهش بحران مفاهیم می تواند موثر باشد؟



تفاوت دنیای ادراکی :

در تلاش باشیم از **نگاه آنها** به مسائل نگاه کنیم.

نداشتن مفاهیم مشترک :

در مورد **معانی** واژگان **سوال** بپرسیم.

۱ کلی گویی

- کلی گویی یعنی چه؟
- چه میزان به این الگوی رفتاری **عادت** دارید؟
- آیا از **عواقب** این عادت خبر دارید؟
- وقتی کلی گویی داشتید آیا رابطه به سمت **افزایشی** رفته یا **فرسایشی**؟

کلی گویی

یعنی به جای اینکه من همان رفتار را در همان موقعیت توصیف کنم ، آن را عمومیت بدهم.

مثال :

تو **همیشه** دیر می کنی .
هیچ **وقت** نشد که به من توجه کنی .
تو که **اصلاً** من را نمی فهمی .



به نظر شما چه واژه هایی جملات ما را به سمت **کلی گویی** می برند؟





همیشه

هرگز

هیچ وقت

هر وقت

همه

هیچ کس

عمرأ

اصلاً

یکبار نشد ...

هزار بار

صد دفعه..

کلاً

دائم

دائماً

عموماً

یک روز نشد

یه عمر

محاله

طبق معمول

کار همیشگیته

هر دفعه

هر روز

هر...

۲ مطلق گویی:

● مطلق گویی یعنی چه ؟
● چه میزان به این الگوی رفتاری **عادت** دارید ؟
● وقتی **مطلق گویی** داشتید آیا رابطه به سمت **افزایشی** رفته یا **فرسایشی** ؟

مطلق گویی

به دو صورت عنوان می شود :

● بیان باور ذهنی خود به صورت **حکم کلی** حتی شاید در مواردی پشوانه ی علمی هم داشته باشد.

● تعمیم دادن یک چیز به صورت کلی

بیان باور ذهنی خود به صورت **حکم کلی** حتی
شاید در مواردی پشوانه ی علمی هم داشته باشد.

مثال :

- اگر ژیمناستیک انجام بدی کوتاه قد می شی .
- اگر شیر بخوری قدت بلند می شه .
- اگر دانشگاه نری بدبخت می شی .
- چون دختر با حجابی هست پس عروس خوبی می شه .
- چون مسجد می ره پس مرد زندگیه .

● **تعمیم دادن یک چیز به صورت کلی**

مثال :

اصفهانی ها خسیس هستند.

هندی ها پر رو هستند .

سیاه پوست ها خطرناکند .

روان شناس ها دیوانه هستند .

خانم ها رانندگی بلد نیستند .

آقایون شکمو هستند .

جهت بهبود رابطه در نقش **گوینده** در مورد **کلی گویی** و **مطلق گویی**
چه کنیم؟

جهت بهبود رابطه در نقش **شنونده** در مورد **کلی گویی** و **مطلق گویی**
چه کنیم؟