

**DELMAR INTERNATIONAL**  
**FOR UNDERADUATE AND POSTGRADUATE**  
**PROFESSIONAL STUDIES COLLEGE LTD**



**Professional Research**

*The role of constructive communication arts in  
establishing sustainable relationships.*

**The Researcher**

Howyda mohamed mostafa salem

**Supervisor**

**Committee for research and advanced professional studies**

**2024**

رسالة بحثية بعنوان

دور فنون التواصل البناء في إقامة علاقات مستدامة .

اسم الباحث

هویدا محمد مصطفي سالم .



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
وَلْيُذَكِّرُوا الْغُلَامَ دَرَجًا  
أَبْنِ الْقَوَامِ

## SUMMARY

تعتبر فنون التواصل البناء أحد الجوانب الأساسية التي تسهم بشكل كبير في بناء وتطوير العلاقات الإنسانية، سواء كانت في الأوساط الشخصية أو الاحترافية. إن تفاعل الأفراد مع بعضهم البعض يعتبر أساساً لتكوين علاقات مستدامة ومثمرة. وفي هذا السياق، تأتي فنون التواصل البناء كمفتاح لفهم الغير وبناء جسور التفاهم والثقة.

تسعى هذه الرسالة إلى استكشاف وتحليل دور فنون التواصل البناء في تعزيز أسس ومكونات العلاقات الإنسانية المستدامة. سنقوم بدراسة تأثير التواصل الفعال في تعزيز التفاهم المتبادل وتقوية العلاقات بين الأفراد، وكيف يمكن لهذا التواصل أن يساهم في بناء أواصر الصداقة والتعاون.

ستتناول الرسالة أيضاً التحديات التي قد تواجه فنون التواصل البناء وكيف يمكن التغلب عليها، بالإضافة إلى استعراض الأدوات والتقنيات المستخدمة لتحقيق تواصل فعال وفعالية الرسالة اللغوية في هذا السياق.

تهدف هذه الرسالة إلى إلقاء الضوء على أهمية تطوير مهارات التواصل البناء ودورها في تحسين جودة الحياة الاجتماعية والعملية. من خلال البحث العميق والتحليل الدقيق، سنسعى إلى إبراز الفوائد العميقة التي يمكن أن تجلبها فنون التواصل البناء للفرد والمجتمع بشكل عام. إن هذه الرسالة تعكس إلتزامنا بفهم أعمق لمجال فنون التواصل البناء وتطويره، بهدف توجيه الاهتمام نحو أبعادها المختلفة وتأثيرها الإيجابي على العلاقات الإنسانية.

يعيش الإنسان في عالم متكامل يتطلب تفاعلاً مستمراً مع الآخرين، سواء في الأوساط الشخصية أو الاحترافية. يأتي في هذا السياق أهمية فنون التواصل البناء كأساس لبناء الجسور بين الأفراد وتعزيز التواصل الفعال. إن فهم كيفية التعبير عن الأفكار وفهم ردود الفعل الآخرين يعد أمراً حيوياً للمحافظة على علاقات صحية ومستدامة.

تسعى هذه الرسالة إلى تسليط الضوء على فنون التواصل البناء من منظور شامل، حيث سيتم استكشاف تأثيرها على عدة جوانب من الحياة اليومية. سنتعمق في دراسة كيف يمكن لهذا التواصل أن يعزز التفاهم المتبادل ويقوي الروابط الاجتماعية والعملية. كما سنناقش التحديات التي قد تواجه عملية التواصل الفعال وسبل تجاوزها بشكل فعال.

تعتبر هذه الرسالة مساهمة بارزة في مجال العلوم الاجتماعية، حيث تركز على استكشاف  
الفعالية العميقة لفنون التواصل البناء في تعزيز جودة الحياة وتحقيق التواصل الإنساني  
الإيجابي. سنحاول في هذه الدراسة تحليل الآليات والعوامل التي تسهم في تحقيق تواصل فعال  
وكيف يمكن أن تسهم هذه العملية في تحقيق علاقات مستدامة تستند إلى التفاهم والاحترام  
المتبادل.

إن فهم أعماق فنون التواصل البناء يأتي بمثابة مفتاح لتعزيز التواصل الإنساني وتحقيق التناغم  
في المجتمعات المتنوعة. من خلال هذا البحث، سنسعى إلى توفير إسهام قيم في فهم هذه  
الجوانب وتعزيز الوعي بأهميتها في تحقيق علاقات إنسانية قائمة على الاحترام والتفاهم  
المتبادل.

## مشكلة الدراسة :

تعاني فنون التواصل البناء من تحديات كبيرة تعيق بناء علاقات مستدامة حيث يظهر الحوار الراقى وتقبل الاختلاف بصفة محدودة والفجوات في التواصل تؤثر سلبا علي التفاهم المتبادل وتشكل عقبة أمام تطوير علاقات إيجابية وتشمل هذه المشكلة عوامل إجتماعية وثقافية تعزز التحفظ وتصعب تفاعل الأفراد بشكل فعال .

والصعوبات في التسامح مع الاختلافات تضعف قدرة المجتمعات علي بناء روابط قائمة على التعاون والإحترام المتبادل مما يستدعي التدخل والتحليل العميق لتحديد استراتيجيات تتبني فعالية فنون التواصل البناء .

## أهمية الدراسة :

تندرج دراسة فنون التواصل البناء ضمن سياق أوسع يعنى بتطوير الإنسان وتحسين جودة حياته الشخصية والاجتماعية. إن فهم كيفية التواصل بشكل فعال ليس مجرد مهارة فنية، بل هو فضاء يتيح للأفراد التعبير عن أنفسهم بوضوح وفهم الآخرين بشكل صحيح.

على المستوى الشخصي، تتيح دراسة فنون التواصل البناء للفرد تطوير مهاراته الشخصية وتعزيز قدرته على التعامل مع التحديات اليومية. فهي تمكنه من التعبير عن أفكاره ومشاعره بطريقة تجذب الاهتمام وتفهمها بشكل صحيح.

من ناحية أخرى، تلعب فنون التواصل البناء دوراً كبيراً في بناء علاقات اجتماعية قوية ومستدامة. إذ يمكن للأفراد الذين يتقنون فنون التواصل أن يكونوا عوناً للآخرين ويسهمون في خلق بيئة إيجابية حولهم. تتيح لهم هذه المهارات التواصل بفعالية مع مجموعة متنوعة من الأشخاص، سواء كان ذلك في العمل أو في الحياة الشخصية.

على المستوى المهني، تعتبر فنون التواصل البناء أداة حيوية لتحقيق النجاح والتميز. القدرة على التواصل بفعالية تساهم في بناء فرق العمل الفعالة وتعزز التفاهم في بيئات العمل المتنوعة.

بشكل عام، تعتبر دراسة فنون التواصل البناء فرصة للارتقاء بالفرد والمجتمع، حيث تمنح الأفراد

القدرة على التأثير الإيجابي وتحقيق التناغم في العلاقات الإنسانية.

## أهداف الدراسة :

- إلقاء الضوء علي تحديات فنون التواصل البناء .
- إلقاء الضوء علي تجاوز هذه المشكلة لتحليل الصعوبات والعوامل المعيقة لإقامة علاقات مستدامة .
- إلقاء الضوء علي امكانية تطوير استراتيجيات وحلول مبتكرة تعزز فنون التواصل الفعال
- إلقاء الضوء علي فهم اعمق للتحويلات الاجتماعية والثقافية وتأثيرها علي قدرة الافراد علي التعامل بفاعلية مع التنوع .
- محاولة توفير اطار نظري شامل يمكن ان يساهم في بناء مجتمعات تعتمد علي التسامح والحوار الراقى البناء .
- تعزيز التواصل الفعال بين أفراد المجتمع و للعمل علي تنميته .

## فروض وتساؤلات الدراسة :

- توجد علاقة إيجابية بين استخدام فنون التواصل البناء (كالحوار والإصغاء والتعاطف) وإقامة علاقات مستدامة .

- توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين ممارسة الإصغاء النشط (كالتواصل البصري وطرح الأسئلة) ومستوى الرضا عن الصداقات.

- يزيد استخدام مهارات التعاطف (كالتقمص الوجداني والدعم العاطفي) من احتمال استمرار العلاقات العاطفية.

### تساؤلات الدراسة

- هل توجد علاقة إيجابية بين استخدام فنون التواصل البناء (كالحوار والإصغاء والتعاطف) وإقامة علاقات مستدامة ؟

- هل توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين ممارسة الإصغاء النشط (كالتواصل البصري وطرح الأسئلة) ومستوى الرضا عن الصداقات ؟

- هل يزيد استخدام مهارات التعاطف (كالتقمص الوجداني والدعم العاطفي) من احتمال استمرار العلاقات العاطفية ؟

## منهج الدراسة :

تم استخدام المنهج التحليلي الوصفي لمعرفة " دور فنون التواصل البناء في إقامة علاقات

مستدامة " .

حدود الدراسة :

الحدود المكانية : جمهورية مصر العربية .

الحدود الزمانية : ٢٠٠٠-٢٠٢٤ .

## خطة الدراسة :

سوف تنتظم خطة الدراسة على النحو التالي عدة فصول و عدة مباحث  
ومطالب وخاتمة كما يلي

الفصل الأول: الاطار النظرى والمفاهيم العلمية .

المبحث الأول: فنون التواصل البناء .

أولاً: مفهوم فنون التواصل البناء ومكوناته .

ثانياً: خطوات عملية الاتصال :

ثالثاً: معوقات الاتصال بالآخرين .

رابعاً: أدوات ومهارات فنون التواصل البناء .

المبحث الثاني: العلاقات المستدامة .

أولاً: مفهوم العلاقات المستدامة .

ثانياً: خصائص العلاقات المستدامة .

ثالثاً: مقومات استمرار العلاقات .

الفصل الثاني: دور فنون التواصل البناء في العلاقات المستدامة .

المبحث الأول: دور الحوار في العلاقات المستدامة .

أولاً: أهمية الحوار الفعال في العلاقات .

ثانياً: تأثير أساليب الحوار على استمرار العلاقات .

ثالثاً: كيفية تطوير مهارات الحوار لتعزيز العلاقات .

المبحث الثاني: دور الإصغاء والتعاطف في العلاقات المستدامة .

أولاً: أثر الإصغاء النشط على توطيد العلاقات .

ثانياً: كيف يسهم التعاطف في المحافظة على العلاقات .

ثالثاً: تنمية مهارات الإصغاء والتعاطف لبناء علاقات صحية .

المبحث الثالث : دور تقبل الرأي الآخر في تكوين العلاقات المستدامة العلاقات

المستدامة .

أولاً: أهمية تقبل الرأي الآخر .

ثانياً: طرق تنمية القدرة على تقبل الرأي الآخر .

المبحث الرابع : تأثير فنون التواصل في العلاقات الشخصية .

أولاً: بناء الثقة والصدقة .

ثانياً: تحسين العلاقات العائلية .

ثالثاً: تحقيق التوازن في العلاقات .

## الخاتمة :

في ختام هذه الدراسة المختصة بدور فنون التواصل البناء في بناء علاقات مستدامة، يظهر بوضوح أن هذا المجال يشكل جزءاً أساسياً من تحسين التواصل بين الأفراد في مختلف السياقات.

يمكن استخلاص بعض النقاط الرئيسية التي تعكس أهمية هذه الدراسة:

أولاً، أظهرت الدراسة أن فنون التواصل البناء تسهم بشكل فعال في تعزيز التفاهم المتبادل بين

الأفراد. فهي تمكنهم من فهم الرسائل بشكل أفضل وبناء جسور من التواصل الفعال.

ثانياً، أبرزت الدراسة أهمية تطبيق فنون التواصل البناء في بناء علاقات اجتماعية مستدامة.

إذ أظهرت أن الأفراد الذين يتقنون هذا الفن يكونون قادرين على بناء علاقات قائمة على الثقة

والاحترام المتبادل.

وفي الختام، يمكن القول إن فنون التواصل البناء تعد أداة قوية لتحقيق التواصل الإيجابي

والفعال. إن تطوير هذه المهارات يلعب دوراً حيوياً في تعزيز التفاهم وبناء علاقات تستمر طويلاً.

ومن هنا، يستحق مجال فنون التواصل البناء اهتماماً واسعاً لضمان تحسين جودة الحياة

الاجتماعية والنجاح في مختلف المجالات.

## النتائج :

- توجد علاقة إيجابية بين استخدام فنون التواصل البناء (كالحوار والإصغاء والتعاطف) وإقامة علاقات مستدامة .
- توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين ممارسة الإصغاء النشط (كالتواصل البصري وطرح الأسئلة) ومستوى الرضا عن الصداقات.
- يزيد استخدام مهارات التعاطف (كالتقمص الوجداني والدعم العاطفي) من احتمال استمرار العلاقات العاطفية.

## التوصيات :

بناءً على النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة حول دور فنون التواصل البناء في بناء علاقات مستدامة، يمكن تقديم توصيات تسليط الضوء على بعض الجوانب الهامة التي يمكن تحسينها وتطويرها.

إليك بعض التوصيات:

١. تكثيف التدريب على مهارات التواصل:

- يُفضل تكثيف البرامج التدريبية التي تهدف إلى تعزيز مهارات التواصل البناء، سواء في السياقات الشخصية أو الاحترافية.

٢. تطوير برامج تعليمية في المدارس:

- يُشجع على تطوير برامج تعليمية تركز على تنمية مهارات التواصل لدى الطلاب، مما يساهم في بناء أسس قوية للتواصل الفعال في المستقبل.

٣. تكامل فنون التواصل البناء في بيئات العمل:

- يجب على المؤسسات والشركات تكامل مفاهيم فنون التواصل البناء في ثقافتها التنظيمية

وتشجيع الموظفين على تطبيقها في بيئات العمل.

٤. دعم الأبحاث والدراسات المستقبلية:

- يُنصح بدعم الأبحاث القادمة التي تستكشف تأثير فنون التواصل البناء على مجموعة متنوعة

من السياقات والثقافات.

٥. تشجيع المشاركة في ورش العمل والفعاليات:

- يمكن تعزيز التواصل البناء من خلال تنظيم ورش العمل وفعاليات تشجع على التفاعل وتطوير

مهارات التواصل.

٦. اعتماد أساليب التقييم الفعال:

- يُنصح بتطوير أساليب تقييم فعالة لقياس تأثير فنون التواصل البناء على جودة العلاقات

والتفاهم المتبادل.

٧. تشجيع التواصل البناء في وسائل الإعلام:

- يمكن تعزيز تواصل بناء من خلال تشجيع ودعم المحتوى الإعلامي والبرامج التي تعكس قيم

ومفاهيم فنون التواصل البناء.

باعتبارها هذه التوصيات جزءاً من الجهود الشاملة، يمكن تحقيق تأثير إيجابي يعزز التواصل

الفعال وبناء علاقات مستدامة في مجتمعاتنا.

## المراجع :

١. الإدارة التربوية في ضوء الفكر المعاصر، عودة أحمد سليمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ٢٠٠٠
٢. أساسيات المناهج وتنظيماتها، عدس عبد الرحمن، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ١٩٩٠
٣. الذكاء الوجداني والتفكير، الشربيني زكريا، دار الفكر العربي، ٢٠١٠
٤. وسائل الاتصال والتكنولوجيا في التعليم، اللقاني أحمد حسين، عالم الكتب، ٢٠٠٣
٥. الإبداع الإداري، الكبيسي صالح مهدي، دار وائل للنشر، ٢٠٠٠
٦. التربية بين الواقع والمستقبل، مجيد سوزان، دار الكتاب الجديدة المتحدة، ٢٠٠٤
٧. جودة التعليم الجامعي، الدويك أمل صالح، دار وائل للنشر، ٢٠٠٩
٨. الابتكار التربوي ومعوقاته، شحاته حسن، الدار المصرية اللبنانية، ١٩٩٨
٩. المدرسة الذكية، اليوسف يعقوب، دار النهضة العربية، ٢٠٠٠

١٠ . الجودة الشاملة في التعليم، الهواري سعيد حسن، دار الكتاب الجامعي، ٢٠٠٥

١١ . أساسيات تصميم التدريس، كمال زيتون، دار الشروق، ٢٠٠٢

١٢ . التكنولوجيا الحديثة في التعليم، الدريج محمد، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع،

٢٠٠١

١٣ . تنمية مهارات التفكير، بدر حمدي البديري، دار البديري للنشر والتوزيع، ٢٠١٧

١٤ . أصول التربية الإسلامية، الأنصاري عبد العزيز سالم، دار ابن حزم، ٢٠٠٣

١٥ . مداخل استراتيجية في تدريس اللغة العربية، سعاد عبد الكريم الوائلي، دار المسيرة للنشر

والتوزيع والطباعة، ٢٠١٠

١٦ . الإدارة بالذكاءات، السالم مؤيد سعيد، الوراق للنشر والتوزيع، ٢٠٠٨

١٧ . التفكير النظمي في إدارة المنظمات، هيجان عبد الرحمن أحمد، دار المريخ للنشر،

٢٠٠٢

١٨ . فن التدريس الفعال، اللقاني أحمد حسين، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ٢٠٠٩

١٩. إدارة التميز والجودة الشاملة، الزعبي حسن علي، دار وائل للطباعة والنشر، ٢٠٠٥

٢٠. المؤسسة التعليمية المتميزة، الغنام هاني عبد الرحمن، دار المناهج للنشر والتوزيع،

٢٠١٠

٢١. القيادة الإبداعية، الكبيسي صالح مهدي، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، ١٩٩٩

٢٢. ثقافة المدرسة بين النظرية والتطبيق، زيتون حسن حسين، عالم الكتب الحديث، ٢٠١٧

٢٣. القيادة المدرسية الفعالة، الطويل هاني عبد الرحمن، دار الشروق للنشر والتوزيع،

٢٠٠٠

٢٤. تنمية مهارات التدريس، الأغبري سالم سعد، دار ابن الجوزي، ٢٠١٢

٢٥. الإدارة التعليمية والمدرسية الحديثة، موسى عبد الله آل محمود، دار المسيرة للنشر

والتوزيع والطباعة، ٢٠٠٩

٢٦. المناخ التنظيمي وإدارة الصراع، الجنابي عادل حسين، دار اليازوري العلمية للنشر

والتوزيع، ٢٠١٧

٢٧. مهارات الاتصال للقادة والمدراء، الجنابي عادل حسين، دار اليازوري العلمية للنشر

والتوزيع، ٢٠٢٠

٢٨. التغيير التنظيمي، سلطان ماجدة الفرحان، دار المنهل الأردنية، ٢٠١٠

٢٩. التطوير التنظيمي، السكارنة بلال خلف، دار المستقبل للنشر والتوزيع، ٢٠١٢

٣٠. الأداء التنظيمي المتميز، الصرن رعد حسن، دار المناهج للنشر والتوزيع، ٢٠١٠

٣٢. تطوير المنظمات، الساعدي مؤيد، دار وائل للنشر، ٢٠٠٥

٣٣. إدارة التغيير والتحديث التربوي، ماهر أحمد، دار المسيرة للنشر والتوزيع، ٢٠٢٠

٣٤. الريادة والابتكار في منظمات الأعمال، المرسي جمال الدين محمد، المجموعة العربية

للتدريب والنشر، ٢٠٠٠

٣٥. تحليل السياسات التعليمية، أبو العلا سعد علي، مكتبة الإشعاع الفنية، ٢٠٠٠

٣٦. التطوير التربوي.. رؤى مستقبلية، الشريفين علي فالح، دار المسيرة للنشر والتوزيع

والطباعة، ٢٠٢٢

٣٧. تنمية مهارات العاملين، السكارنة بلال خلف، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة،

٢٠١٥

٣٨. التميز الإداري لمديري المدارس، الرفاعي إسماعيل محمد، دار الثقافة للنشر والتوزيع،

٢٠٢١

٣٩. التجديد والإبداع الإداري في المؤسسة التربوية، الكبيسي صالح مهدي، مؤسسة الوراق

للنشر والتوزيع، ٢٠٠٧

٤٠. الإبداع الإداري في مؤسسات التعليم العالي، العمرات محمد حسن، دار جليس الزمان

للنشر والتوزيع، ٢٠٠١

٤١. التفكير الإبداعي، الإبراهيم عبد الحميد محمد، دار الكتاب الحديث، ٢٠٠٣

٤٢. تكنولوجيا التعليم بين النظرية والتطبيق، موسى عبد الله آل محمود، الجامعة الأردنية،

٢٠٠٤

٤٣. الميزة التنافسية في مجال الأعمال، بكر أحمد علي، دار اليازوري العلمية للنشر

والتوزيع، ٢٠١٨

٤٤ . تكنولوجيا المعلومات، المدهون محمد صابر، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع،

٢٠٢٠

٤٥ . السلوك التنظيمي المعاصر، الجنابي عادل حسين، مكتبة المجتمع العربي للنشر

والتوزيع، ٢٠٢٢

٤٦ . إدارة العمليات وسلسلة الإمداد، حنفي محمود عوض، مكتبة المجتمع العربي للنشر

والتوزيع، ٢٠٢١

٤٧ . التخطيط الاستراتيجي، السكارنة بلال خلف، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة،

٢٠١٨

٤٨ . الأداء المتميز لمنظمات الأعمال، الصيرفي محمد، الآن ناشرون وموزعون، ٢٠١٧

٤٩ . مبادئ الإدارة الحديثة، الشماع خليل محمد، دار زهران للنشر والتوزيع، ٢٠١٥

٥٠ . الموسوعة العلمية في القيادة التربوية، عياصرة علي عبدالفتاح، عالم الكتب الحديثة،

. ٢٠٢١

- 1 .Dillard, J. P., & Pfau, M. (2002). The persuasion handbook. Developments in theory and practice. Sage Publications.
- 2 .Gudykunst, W. B., & Ting-Toomey, S. (1988). Culture and interpersonal communication. Sage Publications.
- 3 .Littlejohn, S. W., & Foss, K. A. (2008). Encyclopedia of communication theory. Sage Publications.
- 4 .Putnam, R. D. (2000). Bowling alone: The collapse and revival of American community. Simon & Schuster.
- 5 .Trenholm, S., & Jensen, A. (2013). Interpersonal communication. Oxford University Press.
- 6 .Fisher, R., & Ury, W. (2011). Getting to yes: Negotiating agreement without giving in. Penguin.

7 .Greene, J. O., & Burleson, B. R. (Eds.). (2003). Handbook of communication and social interaction skills. Psychology Press.

8 .Hargie, O. (2011). Skilled interpersonal communication: Research, theory, and practice. Routledge.

9 .Knapp, M. L., & Daly, J. A. (2011). The Sage handbook of interpersonal communication. Sage Publications.

10 .McCornack, S. A. (2014). Reflect & relate: An introduction to interpersonal communication. Bedford/St. Martin's.