



آکادمی آموزشی میلاد پرنده

خلاصه کتاب آیین دوست یابی

کتاب آیین دوست یابی

نام انگلیسی :

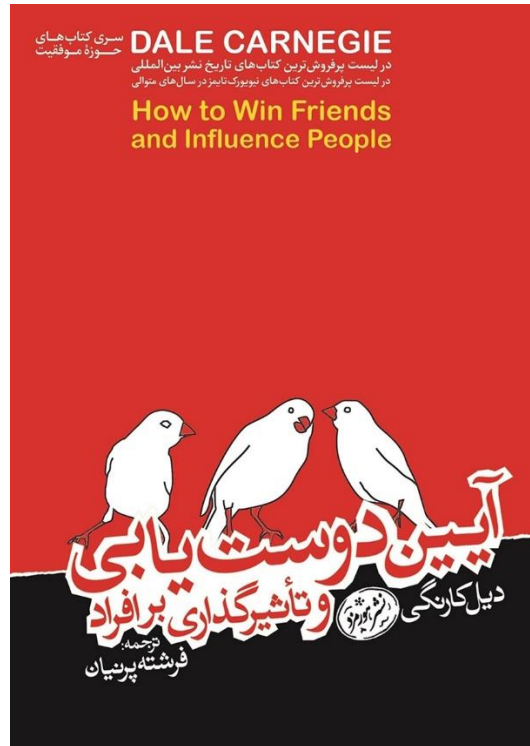
How to win friends and influence people

نویسنده : دیل کارنگی

تعداد صفحه: ۱۶۶

موضوع : روانشناسی و موفقیت

این کتاب یک منبع عالی برای یادگیری مهارت های ارتباطی ، اصول سخن گفتن و هنر نفوذ در دیگران است .



آنچه با خواندن این کتاب می آموزید :

این کتاب می تواند فرآیند ارتباط شما با دیگران را دگرگون کند و به شما کمک میکند میزان اعتماد به نفس ، نفوذ و تاثیرگذاری تان را بالا ببرید . همچنین با خواندن این کتاب یاد خواهید گرفت که چگونه دیگران را وادار کنید در کنار شما کار کنند ، بدون اینکه مانع حرکت آنها در مسیر خودشان شوید .

دیل کارنگی ، پیش از نوشتن این کتاب متوجه شد افرادی که در کسب و کار و دوست یابی موفق هستند ، لزوماً علم بالایی درباره ی آن موضوع ندارند ، بلکه روابط عمومی بالای آن هاست که سبب موفقیت در کارهایشان

می شود .



آکادمی آموزشی میلاد پرزنده

کتاب "آیین دوست یابی" نوشته دیل کارنگی، با هدف بهبود روابط انسانی و افزایش نفوذ کلام، به دایره تحریر در آمده و در این فایل به بررسی نکات کلیدی این کتاب می پردازیم:

تکنیک های اساسی در برخورد با افراد یا اصول اساسی برای دوست داشتن مردم به شرح زیر است.

اصول اساسی:

❖ اهمیت رفتار خوشایند :

- با لبخند، رفتار صمیمانه و برخورد خوش ، دیگران را به خود جذب کنید.

❖ به دیگران علاقه نشان دهید:

- واقعا صادقانه به افراد و علایقشان توجه نشان دهید.
- بر اساس علایق طرف مقابل صحبت کنید.

❖ افراد را به نامشان خطاب قرار دهید:

- به خاطر سپردن و استفاده از نام افراد، احساس ارزشمندی به آنها القا می کند.
- به یاد داشته باشید که نام یک شخص، برای آن شخص، شیرین ترین صدا در هر زبانی است.

❖ شنونده خوبی باشید :

- با دقت به حرف های دیگران گوش دهید و تمایل واقعی به شنیدن نشان دهید.
- دیگران را تشویق کنید تا در مورد خودشان صحبت کنند.

❖ تشویق و قدردانی :

- از موفقیت ها و کارهای خوب دیگران به طور صادقانه تعریف و تمجید کنید.
- کاری کنید که طرف مقابل احساس مهم بودن کند و این کار را صادقانه انجام دهید.



آکادمی آموزشی میلاد پرزنده

تکنیک های کاربردی:

چگونه مردم را به طرز فکر خود جذب کنید:

- ❖ تنها راه برای به دست آوردن بهترین استدلال، اجتناب از آن است.
- ❖ به نظرات طرف مقابل احترام بگذارید. هرگز نگویید "اشتباه می کنید."
- ❖ اگر اشتباه می کنید سریع و قاطعانه بپذیرید. پذیرش اشتباهات خود را و مسئولیت اشتباهات را پذیرفتن به شدت به شما در داشتن شخصیتی والا و جذاب کمک میکند.
- ❖ دوستانه شروع کنید.
- ❖ از طرف مقابل بخواهید بلافاصله بگوید "بله، بله."
- ❖ بگذارید طرف مقابل احساس کند که این ایده متعلق به اوست و ایده های او ارزشمند هستند.
- ❖ سعی کنید صادقانه مسائل را از دید طرف مقابل ببینید و از دیدگاه دیگران نیز مسائل را بررسی کنید.
- ❖ با عقاید و خواسته های طرف مقابل همدردی کنید.
- ❖ توسل به انگیزه های شریف تر.
- ❖ ایده های خود را دراماتیک کنید.
- ❖ انتقاد را به طور غیرمستقیم و با لحنی ملایم مطرح کنید.
- ❖ چالش را کنار بگذارید و به جای سرزنش کردن، راه حل های مفیدی ارائه دهید.



آکادمی آموزشی میلاد پرزنده

رهبر باشید:

چگونه افراد را بدون توهین یا برانگیختن خشم تغییر دهیم:

- ❖ با تمجید و قدردانی صادقانه شروع کنید.
- ❖ به اشتباهات افراد به طور غیر مستقیم توجه کنید.
- ❖ قبل از انتقاد از طرف مقابل در مورد اشتباهات خود صحبت کنید.
- ❖ به جای دستور مستقیم سوال بپرسید.
- ❖ اجازه دهید طرف مقابل چهره خود را حفظ کند.
- ❖ کوچکترین پیشرفت را تحسین کنید «در تأیید خود دلسوز باشید و در ستایش تجمل کنید.»
- ❖ به طرف مقابل شهرت خوبی بدهید تا با آن زندگی کند مثلاً فلان فرد به شدت قابل اعتماد است.
- ❖ از تشویق استفاده کنید تا تصحیح عیب آسان به نظر برسد.
- ❖ طرف مقابل را از انجام کاری که شما پیشنهاد می کنید خوشحال کنید.

این اصول بر درک دیگران، علاقه واقعی به آنها و رفتار با احترام و مهربانی با آنها تأکید دارد. استفاده از این تکنیک ها می تواند به شما کمک کند تا روابط قوی تری ایجاد کنید و بر دیگران تأثیر مثبت بگذارید.



آکادمی آموزشی میلاد پرزنده

نکات مهم:

- از جاه طلبی و خودمحوری پرهیزید.
- از انتقاد، محکوم کردن و شکایت کردن خودداری کنید.
- به عقاید و احساسات دیگران احترام بگذارید.
- با اشتیاق و شور و حرارت صحبت کنید.
- ایده ها و پیشنهادات خود را به طور واضح و مختصر بیان کنید.
- صادقانه و صمیمانه قدردانی کنید.
- در برابر افراد هیجانی و مشتاق با انگیزه و با انرژی برخورد کنید.

توجه داشته باشید که این خلاصه، تنها بخش کوچکی از آموزه های ارزشمند کتاب "آیین دوست یابی" است. برای درک عمیق تر مفاهیم و بهره مندی کامل از راهکارهای ارائه شده، مطالعه کل کتاب توصیه می شود.