

چگونه بر قلب‌ها سلطنت کنیم

عبدالرحیم نقاش زاده



سر شناسه	نقاش زاده، عبدالرحیم، ۱۳۳۷ -
عنوان و نام	چگونه بر قلب ها سلطنت کنیم/ عبدالرحیم نقاش زاده.
پدیدآور	
مشخصات نشر	اصفهان: بامداد امید، ۱۳۹۲.
مشخصات	۲۵۸ ص.
قلمی	
شابک	9786009375608 : ۷۵۰۰۰
وضعیت	فیفا
فهرست	
نویسی	
موضوع	ارتباط بین اشخاص -- جنبه های روان شناسی
موضوع	افقاع (روانشناسی)
موضوع	روابط بین اشخاص -- جنبه های روان شناسی.
رده بندی کنگره	BF ۶۳۷ / ۱۳۹۲ ن ۱۴ / ۱۵۸ / ۲
رده بندی	۱۵۸ / ۲
دیویتی	
شماره	۳۱۹۹۷۰۹
کتابشناسی	
مل	



چگونه بر قلب ها سلطنت کنیم

مولف: مهندس عبدالرحیم نقاش زاده

ناشر: بامداد امید

طراحی جلد: مریم شیشه فروش

لیتوگرافی: نگارستان هنر

نظارت و اجرا: مهندس رضا مختاری

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۲

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۳۷۵۶-۰-۸

قیمت: ۷۵۰۰۰ ریال

نشانی الکترونیکی ناشر: bamdadeomidpub@gmail.com

کلیه حقوق این اثر برای مولف و ناشر محفوظ است

تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۳۳۰۴۳۱۰۶

فهرست

۷	سخن اساتید و همکاران ارجمند
۱۱	پیشگفتار
۱۳	مقدمه
۱۵	فصل اول: برای زنان (خود مدیر خوبی هستید؟)
۲۵	فصل دوم: ارتباطات و اصول آرایش
۴۳	فصل سوم: ارتباطات غیر کلامی
۶۱	فصل چهارم: نفوذ در دلها
۸۱	فصل پنجم: مذاکره و آداب سخن گفتن در مذاکره
۹۵	فصل ششم: استفاده از قانون جذب در رسیدن به موفقیت
۱۰۱	فصل هفتم: موفقیت و موانع رسیدن به آن
۱۱۵	فصل هشتم: روانشناسی رنگ‌ها
۱۲۹	فصل نهم: مردان و زنان را بشناسیم
۱۴۵	فصل دهم: انواع تیپ‌های شخصیتی
۱۵۹	فصل یازدهم: همسرداری موفق
۱۶۹	فصل دوازدهم: نکات مهم رابطه جنسی مخصوص (آقایان و خانم‌ها)
۱۷۷	فصل سیزدهم: تست‌های روانشناسی

سخنان اساتید و همکاران ارجمند

بودن برتر از داشتن است و شما هم می‌دانید
کسی که دنبال یادگیری همیشگی است ارزشمند است
و کسی که دنبال بهتر بودن است ارزشمند تر از کسی که مصلحتی دنبال
انسان را می‌داند است
باید چشمهای بینا و گوش شنوای اطرافیان و رهایی از ذهنی که
نمی‌گذارد فراتر از حرفها و پیش قضاوتهایشان واقعیت را ببینند

مهندس وحید جابرانصاری
رئیس هیأت مدیره گروه صنعتی سپاهان



زندگی در قرن حاضر قویترین تحول را دارد. همواره در زمانه ای زندگی
می کنیم که شمایل آن با گذشته تفاوت اساسی بسیاری کرده است. پیشرفت
سریع تکنولوژی سبک زندگی جدیدی را به مردم معرفی می کند. امروزه دیگر
نمی توان زندگی را بر پایه هایی استوار نمود که نقش در آن نقش کمرنگی
داشته باشد. زندگی و کار موفق در عصر کنونی ابزارهایی می طلبد که انسان ها
باید برای حضور و نقش آفرینی موفق به آنها تجهیز باشند. کتاب حاضر حامل
عناوینی است که آگاهی بر آنها می تواند توانمندی های خوبی به شما ببخشد و
شمع تفکر دانش محوری را در زندگی روشن نماید. از همت مهندس مهدی افیونی زاده
در تالیف کتاب حاضر سپاسگذار و مطالعه آن را به همگان توصیه می کنیم.

مهدی افیونی زاده

روان شناس و مدیرعامل موسسه علمی، پژوهشی پرواز بر فراز

pbf.ir

استاد پیشکسوت و با سابقه بازهم سلسه سوابق علمی و عملی خود را با زیبایی خاص سبک خودش به رشته تحریر در آورد و سعی در بالا بردن علم جامعه ایرانی دارد. مهندس نقاش زاده انسانی فروتن، مهربان و با مناعت طبع است که هرگز از آموختن و آموزش دست برنمی دارد این کتاب را به همه دوستان توصیه میکنم چون نثر روان و سلسه مباحث کاربردی آنرا بسیار برای همه گان جذاب و آموزنده یافت. رای این مرد بزرگ از خداوند سلامتی و طول عمر را مسئلت می نمایم.

مازیار میر

مدیر کلینیک کسب و کار در مناطق ۲۲ گانه تهران



همین که تصدیق میکنیم زندگی بهتری داشته باشید اولین قدم برای دستیابی به آنچه لیاقتش را دارید محسوب می شود، مطالعه این کتاب بدون شک قدم دیگری در همین استقامت، با حاشیه مفقوده را فراموش نکنید، منظورم تبدیل دانسته ها به مهارت‌هاست، هرچه بیشتر می آموزید با به کار بستن به مهارت بدل کنید، به گونه ای که به صورت عملی در زندگی شما در آید ، آنگاه می توانید موفقیت را با تمام وجود در آغوش بکشید پس همین الان آغاز کنید.

سعید وفائی

مستران ال پی

سخنران و مدرس در زمینه توانمند سازی فردی و سازمانی

www.saeedvafae.com



رابطه در متن است نه در حاشیه

کل زندگی ما در واقعیت، یک رشته انتخابی ست.

روزانه تعداد زیادی از مردم را می بینیم که در دام عاداتهای روزانه‌شان

افتاده‌اند، آنها گیج و هراسان و آشفته به نظر می‌آیند.

برای یک زندگی بهتر، باید شیوه زندگی و رفتارمان را انتخاب و در روابط خود با خدا، خود با خود، و خود با دیگران تغییر ایجاد کنیم. مهم‌ترین چیز تلاش و کوشش در جهت حفظ ارتباط مؤثر در اعمال و رفتارمان است.

راز زندگی و وجود ما به این امر بستگی دارد.

فقه اخلاق در اعمالمان به روابط و زندگی‌مان زیبایی و بزرگی می‌بخشد

مطالعه این کتاب برای رسیدن به شیوه زندگی بهتر و ارتباط مؤثر در جهت تحقق اهداف زندگی بسیار سود و اثر بخش است.

مهندس قاسمیان

مدیر مسئول و دبیر امتیاز کانون آگهی نگاه برتر

مدیر آموزش و دبیر اجرایی سمینار و همایش‌ها

www.bit.ir



موفقیت حرفه‌ای یا اجتماعی به شناخت روابط و نگرشها و نفوذ در دیگران بستگی تام دارد و یکی از راههای متقاعد ساختن نفوذ در افراد این است که بدانیم بدن ما چگونه پیامهای ضمیر ناخودآگاهمان را منتقل میکند و ما چطور میتوانیم به رموز پنهان در ضمیر ناخودآگاه دیگران دست پیدا کنیم و از آن به نفع استقرار روابطی سالم تر استفاده کنیم.

و این کتاب در این راستا و آشنایی با رفتار غیرکلامی و مباحثه برقرار ارتباط مؤثر برای خواننده مؤثر می‌باشد.

خانم ندا قهرمان نژاد

استاد دوره‌های ارتباطات و زبان بدن

www.qhahremanlearning.com

صداقت دوستت را در هنگامی آزمایش کن که راستگویی اش به ضررش باشد.
این کتاب می تواند منبع الهام بخشی برای نفوذ در قلب دیگران باشد زیرا با
زبان دل با شما سخن می گوید.

خانم دکتر ندافی

مدیر مسئول شرکت مهندسی مروج سپاهان
و برترین برگزار کننده دوره های کار آفرینی در استان اصفهان



این کتاب است جمع آوری استادانه از همه مهارت‌هایی است که به آنها نیازمندیم
تا پربارتر زندگی کنیم. امیدوارم خواندن این کتاب، فرایندی را در قلبهایمان
جاری کند.

مهندس رضا مختاری

مدیر عامل موسسه نگارستان هنر

و صنایع شیمیایی BON TEX

پیشگفتار

آیا تا به حال با افرادی بر خورد کرده‌اید که شخصیتشان، شما را مانند یک مغناطیس به خود جلب کرده باشد؟

در این سری از مهارت‌های موفقیت، شما عزیزان را با راهکارهایی آشنا خواهیم کرد که با کمی توجه و دقت در اصولی ساده و ابتدایی بیاموزید چگونه با توجه به شخصیت و تفاوت‌های فردی افراد در هر شرایطی که قرار دارید و با هر کسی که روبرو هستید، در دیگران نفوذ کنید و تفکر و احساساتشان را به شکل دلخواه شکل دهید و آنان را به خواست‌های خود متوجه سازید... پس با ما همراه باشید.

ارتباطات

ارتباطات مجموعه‌ای از مهارت‌هاست، اما مهمترین آنها درک نقطه نظرات طرف مقابل، و تفهیم نظرهای خردمندانه است. برای درک دیگران به مهارت دقیقی که همانا خوب گوش کردن است نیاز دارید. چرا که بسیاری از مشکلات می‌شود پیش از نیمی از پیام از دست برود. زبان تنها وسیله ارتباطی نیست چرا که پیامهای انسان بخصوص پیامهای احساسی، هیجانی از عواطف سرچشمه می‌گیرند و تنها یک نگاه، لحن صدا و یا حرکت حاوی آن پیام نهفته در روز نیست که معنای ارتباط را مشخص می‌کند پس ارتباطات تاثیر ژرف و عمیق در تمام کیفیات زندگی و روابط دارد.

همه کارهای ما نوعی ارتباط است و ما هر روز به گونه‌های مختلف با هم در ارتباطیم تا اندیشه و تمایلات خود را منتقل کنیم یک ارتباط ساده با یک مجموعه ارتباطات یکی از ابزارهای کلیدی ارضای نیازها و تحقق بخشیدن به رویاهای ما است.

▪ ما ارتباط برقرار می‌کنیم تا:

▪ ترغیب و تشویق کنیم

▪ گپ بزنیم

▪ اطمینان حاصل کنیم

▪ دیگران را فریب دهیم

- افزایش توانایی و اعتماد به نفس داشته باشیم
- سبب جلب احترام و قدردانی دیگران نسبت به ما گردد
- مسئولیت‌هایمان بیشتر شده و اجرا گردد
- به آرزوها و خواسته‌های خود با کمک دیگران برسیم
- و...

پس مهارت در ایجاد رابطه مناسب با دیگران اولین ثمره‌اش افزایش توانایی‌ها و اعتماد به نفس ما می‌باشد که بدین وسیله سبب جلب احترام و قدردانی دیگران نسبت به ما می‌شود و هر چه با دیگران بیشتر ارتباط برقرار کنیم مسئولیت‌هایمان و احترام آن بیشتر می‌شود و موفق‌تر خواهیم بود. طی تحقیقات انجام شده حدود ۷۰٪ از خطاهای ارتباطی ناشی از ارتباط ناموفق می‌باشد. و این عدم موفقیت در ایجاد ارتباط پیامی از سوی انجیل:

- از دست دادن کار
 - عدم ایجاد تفاهم
 - کاهش خلاقیت
 - روحیه ضعیف
- و دیگر موارد را شامل می‌شود که مسلمانی کدام از ما نه می‌خواهیم و نه می‌توانیم این عواقب سنگین را تحمل کنیم.
- در انتها لازم می‌دانم از دوست محترم جناب آقای رضی ختاری در رابطه با همفکری‌های مفید در زمینه چاپ و همچنین دخترم سرکار خانم ناک نقاش زاده در زمینه تهیه مطالب کتاب، تشکر و قدردانی نمایم.

مؤلف

مهندس عبدالرحیم نقاش زاده

www.naghashkarafarin.ir

جهانی را که ما در آن زندگی می‌کنیم جهان ارتباطات نام نهاده‌اند. ارتباطات باعث ایجاد دگرگونی‌هایی در (دانش، نگرش، رفتار) روابط می‌گردد.

انتقال اطلاعات مستلزم شناخت ارتباطات و مکانیزم‌های برقراری آن می‌باشد. پس در هر سیستمی بایستی الگوی ارتباطی دقیق و مناسبی ایجاد گردد تا اطلاعات بصورت مداوم بین افراد و اعضای سازمان تبادل گردیده و منجر به تصمیم‌گیری به موقع و مناسب توسط افراد گردد.

ارتباطات به عنوان پیوند دهنده تار و پود سازمان به یکدیگر می‌باشد.

اصول شش مرحله‌ای ارتباطات

رعایت شش اصل اساسی زیر شما را یاری می‌کند که در ارتباط با دیگران از لحاظ مسائل مختلف موفق باشید.

۱. همه کارهای ما نویی ارسال است.

تمام لحظات زندگی ما آکنده از پیام‌ها، شنبلی و غیرشفاهی است. لباسی که ما هر روز می‌پوشیم پیام آور تصویری است که از خود در ذهن داریم و نمایانگر ارج و حرمتی است که برای خود قائلیم خانه‌ای که در آن زندگی می‌کنیم و... حتی وضعیت نشستن و راه رفتن ما حاکی از احساسات و گرایش‌های ماست و همگی این پیام را به دیگران منتقل می‌کند که ما چه احساسی به خود داریم و انتظار داریم دیگران با ما چگونه رفتار کنند.

۲. چگونگی ارسال یک پیام، چگونگی دریافت آن را مشخص می‌کند.

همه کلماتی را که بر زبان می‌آوریم، بسیار بیشتر از تصور ما حاکی از پیام هستند. حجم و آهنگ کلام، صدا، نوع نگاه کردن، نحوه خم شدن سر، همه به شنونده کمک می‌کند تا کلمات ما را تفسیر کنند پس باید متوجه باشیم که در هر حالت شیوه دریافت و برداشت از یک پیام به شیوه ابراز آن بر می‌گردد. و این امر توجه و دقت ما را در رفتارهای اعمال شده بالا می‌برد.

۳. آنچه اهمیت دارد، دریافت پیام است و نه ارسال آن.

در موارد بسیاری دیده شده است که پیام کاملاً با دریافت ما مغایر است یعنی آنچه مخاطب دریافت می‌کند آن مفهومی و تصویری نیست که گوینده داشته است پس صرفاً حسن نیت ما در ارسال پیام کافی نیست بلکه بیان ما نیت اصلی ما را منتقل می‌کند.

چگونگی آغاز پیام، اغلب حاصل ارتباط را تعیین می‌کند.

همه ما بارها این احساس را تجربه کرده ایم که به علت استنباط نادرست در آغاز پیام، منجر به سوء تفاهد شده و کج فهمیده‌ایم به همین دلیل بخشی از موفقیت در هر ارتباط به کم و کفی آغاز سخنان بستگی دارد. پس در شروع سخن خود دقت کنیم.

۵. ارتباط بین پیام و پیام‌رسان دو طرفه است.

در یک ارتباط خوب و عامل دخالت ندارند: ارسال درست پیام، دریافت درست پیام. به این ترتیب هر دو باید رابطه شما به موفقیت و کامیابی بیانجامد باید نقطه نظرهای طرف مقابل را بشوید به روشنی درک کنید.

۶. ارتباط یک رقص است

آیا تا به حال این حالت را تجربه کرده‌اید شما به سهولت با افرادی ارتباط برقرار می‌کنید اما وقتی همین موارد را برای دیگری مطرح می‌کنید احساس می‌کنید که نمی‌توانید نقطه نظرات خود را به روشنی شرح دهید علت این امر فعل و انفعالات ارتباطی است که بین شما و طرف مقابل برقرار است و این است مفهوم رقص انتظار.

این اصول و اصول ساده کتاب به شما می‌آموزد که برای ارتباطی مفید و ثمر بخش با مردم چگونه باید رفتار کنید؟