

مہارت
کلامی
قدرتمند

زینب عبادی

مؤلف



سرشناسه : عبادی، زینب، ۱۳۶۹ -
 عنوان و نام پدیدآور : مهارت کلامی قدرتمند / مولف زینب عبادی؛
 ویراستار صدیقه ابراهیمی.
 مشخصات نشر : تهران: نشر بید، ۱۴۰۰.
 مشخصات ظاهری : ۱۷۴ ص؛ ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.
 شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۷۶۶۳-۹۸-۳
 وضعیت فهرست نویسی : فیپا
 موضوع : Verbal ability مهارت کلامی
 رفتار کلامی Verbal behavior
 ارتباط گفتاری -- جنبه‌های روان‌شناسی
 Oral communication -- Psychological aspects
 رده بندی کنگره : BF۴۶۳ :
 رده بندی دیویی : ۴۰۱/۹ :
 شماره کتابشناسی ملی : ۸۴۸۴۲۳۱ :
 اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیپا

نام کتاب: مهارت کلامی قدرتمند

مؤلف: زینب عبادی

ناشر: بید

چاپ: مجموعه اهل سخن

ویراستار: صدیقه ابراهیمی

نوبت چاپ: چاپ اول / ۱۴۰۰

شمارگان: ۱۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۶۶۳-۹۸-۳

مبلغ سرمایه‌گذاری: ۸۹ هزار تومان

تهران - میدان انقلاب - خیابان کارگر شمالی - کوچه فروزانفر - پلاک ۲ - واحد ۵

تلفن: ۶۶۹۶۴۸۱۶-۶۶۴۸۱۴۲۳



فهرست مطالب

مقدمه.....	۱۱
تعریف مهارت کلامی.....	۱۳
اهمیت یادگیری مهارت کلامی.....	۱۵
مراحل آغازین ارتباط کلامی.....	۱۹
ادامه گفت‌وگو در ارتباط کلامی.....	۲۱
کاربرد مهارت‌های کلامی در زندگی ما.....	۲۳
ماهیت اعتماد به نفس.....	۲۹
چگونه با اعتماد به نفس صحبت کنیم؟.....	۲۹
اهمیت اعتماد به نفس هنگام صحبت کردن.....	۳۳
راهکارهای افزایش اعتماد به نفس هنگام صحبت کردن.....	۳۷
تأثیر صدا و لحن در موفقیت.....	۴۳
لحن صدا.....	۴۶
لرزش صدا.....	۴۶
چگونه تأثیرگذار و جذاب صحبت کنیم؟.....	۵۱
تمرینی برای شفاف صحبت کردن.....	۵۶
ماهیت صدا.....	۶۱
تکنیک‌هایی برای داشتن صدایی جذاب و زیبا.....	۶۱
فواید تنفس صحیح.....	۶۵
اهمیت مهارت کلامی در بازاریابی شبکه‌ای.....	۷۳
توانایی فن بیان و صحبت کردن با مخاطبان.....	۷۴
اصول پرزنت یا سخنرانی معرفی.....	۷۵
مهارت در پرزنت.....	۷۵
نکات فن بیان در پرزنت کردن.....	۷۷

۷۹.....	نمونه معرفی یا پرزنت
۸۱.....	تأثیر ارتباط کلامی در تقویت صمیمت زوجین
۸۱.....	تأثیر ارتباط کلامی درست روی زندگی مشترک
۸۲.....	آداب گفت و گوی مؤثر با همسر
۸۶.....	دو اصل مهم برای صحبت کردن با همسر
۸۸.....	استراتژی های مؤثر در گفت و گو با همسر
۹۵.....	هنر متقاعدسازی در فن بیان
۹۸.....	انتخاب کلمات درست
۹۹.....	تعریف و تمجید از دیگران
۱۰۱.....	شفاف حرف بزنید
۱۰۲.....	از طرف مقابل سؤال بپرسید
۱۰۲.....	آرامش خود را حفظ کنید
۱۰۳.....	کلمات مناسب انتخاب کنید
۱۰۳.....	هنر گوش دادن
۱۰۴.....	به آنچه می خواهید، باور داشته باشید
۱۰۵.....	کلام ساده و ارزشمند
۱۰۶.....	کلامتان مثبت باشد
۱۰۶.....	به باز خورد دیگران توجه کنید
۱۰۷.....	بهترین ها را برای آخر نگذارید
۱۰۸.....	به زبان بدن خود اهمیت بدهید
۱۱۱.....	مهارت کلامی در مصاحبه شغلی
۱۲۰.....	فکر می کنید نتیجه مصاحبه او چی شد؟
۱۲۱.....	تأثیر مهارت کلامی برای مذاکره حرفه ای

مقدمه

تبدیل شدن به یک انسان تأثیرگذار و جذاب، دغدغه همه ماست. اغلب از اینکه می بینیم افراد زیادی به راحتی در تمامی جوانب زندگی خودشان محبوب، موفق و مؤثر هستند، تعجب می کنیم و یک سؤال بزرگ در ذهن ما ایجاد می شود؛ اینکه چگونه آن ها بدون برخورداری از جذابیت ظاهری خیره کننده یا تحصیلات عالی به این حد از محبوبیت و تأثیرگذاری می رسند؟

شاید برای اینکه به این راز پی ببریم، سعی کرده ایم راهکارهای مختلفی را امتحان کنیم و تغییراتی در ظاهر خود ایجاد نماییم تا به مطلوب خود دست یابیم، ولی پاسخ این سؤال و رمزگشای این راز «مهارت در کلام» است. وقتی شما با کلام معجزه گر خود بتوانید به جا، زیبا و مؤثر صحبت کنید، درواقع کلید دستیابی به صندوقچه موفقیت را به دست آورده اید و در کسب و کار و ارتباطات خودتان عالی و موفق عمل می کنید.