

الف، ب، سه نقطه

دکتر محمود پایدار، مازیار جلوه

www.ketab0.ir

سرشناسه: پایدار، محمود، ۲۲/۰۲/۱۳۴۸، نویسنده و مولف، دکترای پزشکی
 عنوان و نام پدیدآور: الف، ب، سه نقطه/محمود پایدار، مازیار جلوه.
 مشخصات نشر: تهران: کتاب ابرار، ۱۳۹۵.
 مشخصات ظاهری: ۸۳ص.
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۷۹۰-۱۲-۰ ریا ۵۰۰۰
 وضعیت فهرست نویسی: فیبا
 موضوع: ارتباط — جنبه‌های روان‌شناسی
 موضوع: Communication -- Psychological aspects
 موضوع: ارتباط غیر کلامی
 Nonverbal communication
 موضوع: ارتباط بین اشخاص
 Interpersonal communication
 شناسه افزوده: جلوه، مازیار، ۱۲/۰۲/۱۳۶۲، نویسنده، کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی
 رده بندی کنگره: ۱۳۹۵ ۲۳۶/الف/ BF۶۳۷
 رده بندی دیویی: ۱۵۳/۶
 رده کتابشناسی ملی: ۴۴۳۸۸۰۳

الف، ب، سه نقطه

نویسنده: دکتر محمود پایدار، مازیار جلوه
 ویراستار: مطهر، مانیجی
 ناشر: کتاب ابرار
 صفحه آرا: احسان اصفهانی
 نوبت چاپ: اول/پاییز ۱۴۰۵
 شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه
 شابک: ۷۸-۶۰۰-۷۷۹۰-۱۲-۰
 قیمت: ۵۰۰۰ تومان

حق چاپ و نشر برای ناشر محفوظ است.

تلفن: ۸۹۷۳۱۵۸ - ۶۶۱۵۷۳۳۸

مؤسسه فرهنگی و هنری سیب سرخ نیکان

فروشگاه اینترنتی: www.hypersian.ir



فهرست مطالب

- مقدمه ۹
- داستان الف، ب، سه نقطه ۱۱
- نفس افتد و آه ساس‌ها در فرآیند ارتباط ۱۵
- تعریف ارتباط مؤثر ۲۵
- علائم هشانه‌های سوء تفاهم ۳۳
- چند راهکار پیشگیری از سوء تفاهم ۳۵
- پایان سخن ۴۳
- اهمیت و ضرورت ارتباط مؤثر ۴۷
- نتایج ارتباط غیرمؤثر و نادرست ۵۱
- مدیریت ارتباط ۵۴
- گوش کردن ۶۷
- دلایل گوش نکردن فعال و مؤثر ۷۱
- عناصر گوش کردن فعال ۷۳
- مواردی برای تضمین شکست ارتباط مؤثر ۸۱

مقدمه

سخن جز به آیین ش گوی که نزد شهان باشدت آبروی

به تعبیر ما، زندگی انسان، با حداقلی که برای سه بعد است؛ طول، عرض و ارتفاع، تلاش‌ها و نتایج زحمات جامعه، احترام پزشکی و همکاری‌انشان، در جهت کمک به افزایش طول زندگی انسان‌ها بوده است. طبیعی است بدون طول زندگی، سایر ابعاد بی‌فایده خواهند بود؛ ما به‌این خاطر، صمیمانه از آنان تشکر و قدردانی می‌کنیم. جامعه‌ی محترم روان‌شناسی و همکاری‌انشان نیز، برای بهره‌مندی و افزایش عرض زندگی، نقش بسیار تأثیرگذار و مهمی در یادگیری و به‌کارگیری مهارت‌های زندگی دارند که از آنان نیز صمیمانه متشکریم.

اما ...

برای پرواز، اوج گرفتن، و بالا رفتن در آسمان زندگی (ارتفاع و تعالی زندگی)، انسان باید همه‌ی تلاش خود را به کار گیرد. به یقین می‌دانیم، پرواز در آسمان زندگی، جز با اجازه‌ی صاحب آسمان میسر نخواهد شد و ما امید داریم که همراه با افزایش طول و عرض زندگی، خود را شایسته و آماده‌ی پرواز در آسمان زندگی کنیم.