

لوسیر، مایکل، ۱۹۶۲ - / Losier, Michael J

قانون ارتباط

تهران: نسل نواندیش، ۱۳۹۴.

۱۸۴ ص.:

۹۷۸-۹۶۴-۲۳۶-۶۶۸-۲

فیبای مختصر

فهرست نویسی کامل این اثر در نشانی: <http://opac.nlai.ir> قابل دسترسی است

عنوان اصلی: Law of connection

باغستانی، فاطمه، ۱۳۵۵ -

۳۸۳۸۰

قانون ارتباط

نویسنده: مایکل لوسیر

مترجم: فاطمه باغستانی

ویراستار: معصومه امیرخانی

صفحه آرا: الهه ایمنی

طراح جلد: ندا ایمنی

ناشر: نسل نواندیش

شمارگان: ۲۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول

سال چاپ: ۱۳۹۴

قیمت: ۱۰۹۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۳۶-۶۶۸-۲

ISBN: 978-964-236-668-2

کتاب‌های مورد نیاز خود را از فروشگاه انتشارات نسل نواندیش تهیه فرمایید.

نشانی فروشگاه نسل نواندیش: میدان ولیعصر - ابتدای کریمخان - پلاک ۳۰۸

تلفن: ۸۸۹۴۲۲۴۷ - ۹

www.naslenowandish.com

info@naslenowandish.com



naslenowandish

انتشارات نسل نواندیش

فهرست مطالب

چرا این کتاب را نوشتم؟.....	۱۱
این کتاب چگونه روابط شما را بهبود می بخشد.....	۱۵
روش استفاده از این کتاب.....	۱۷
چرا می گوئیم «قانون» ارتباط؟.....	۱۹
فصل اول. سه شرط لازم برای برقراری ارتباط مؤثر.....	۲۱
شرط اول: تفاهم.....	۲۳
شرط دوم- واسنجی و انطباق پذیری.....	۲۴
شرط سوم- شناخت سبک های ارتباطی.....	۲۸
فصل دوم. خودسنجی سبک ارتباطی براساس برنامه ریزی عصبی کلامی.....	۲۹
پرسش نامه ی خودسنجی.....	۳۱
شناخت روابط خود با دیگران.....	۳۷
اکنون که امتیازات خود را می دانی؛ گام بعدی کدام است؟.....	۳۸
فصل سوم. چهار سبک ارتباطی براساس برنامه ریزی عصبی کلامی.....	۳۹
چرا شناخت سبک ارتباطی خود و دیگران تا این حد اهمیت دارد؟.....	۴۱
فرد دیداری.....	۴۴
ضعف ها و قوت های سبک دیداری.....	۴۸
فرد شنیداری.....	۵۴
افراد دارای سبک رفتاری لمسی.....	۶۶
فرد دیجیتالی.....	۷۷
فصل چهارم. سازگار کردن گفتگوها.....	۸۷
سازگار کردن روابط.....	۸۹
آلن شنیداری با نامزدش به تفاهم نمی رسد.....	۹۵
کلی لمسی با همکارش ارتباط برقرار می کند.....	۹۹
دان دیجیتالی در انجام تکالیف مدرسه به فرزندش کمک می کند.....	۱۰۴
فصل پنجم. چهار روش آسان برای ایجاد ارتباط بهتر.....	۱۰۹

- ۱۱۱ چارچوب‌بندی مجدد، خوش‌بینی به آینده، القا کردن، فرضیه‌پردازی مثبت
- ۱۱۲ چارچوب‌بندی مجدد
- ۱۱۵ خوش‌بینی نسبت به آینده
- ۱۱۸ القا کردن
- ۱۲۱ فرضیه‌پردازی مثبت
- ۱۲۵ فصل ششم. برقراری ارتباط در تمامی ابعاد زندگی**
- ۱۲۷ ایجاد روابط مثبت
- ۱۲۹ همسران و نامزدها
- ۱۳۳ والدین و کودکان
- ۱۳۷ مربیان، مشاوران و مراجعان آن‌ها
- ۱۴۱ معلمان و دانش‌آموزان آن‌ها
- ۱۴۲ ویژگی‌های هر شبکه ارتباطی را به خاطر بسپارید
- ۱۴۵ سرپرستان و کارمندان
- ۱۵۰ فروشندگان و مشتریان
- ۱۵۳ صاحبان وبسایت و بازدیدکنندگان آن‌ها
- ۱۵۷ فصل هفتم. ده تکنیک ویژه**
- ۱۵۹ راهکارها و آنچه انجام می‌دهند
- ۱۶۳ درخواست پاسخ‌های کوتاه با صدای بلند
- ۱۶۵ تاکید بر گرفتن پاسخ
- ۱۶۷ بیان جمله‌ی «بعد از من تکرار کنید»
- ۱۶۹ درخواست از دانش‌آموزان برای پرکردن قسمت‌های خالی کاربرگ‌ها
- ۱۷۱ بیان جمله‌ی «این نکته مهم است، آن را یادداشت کنید»
- ۱۷۳ تغییر انرژی داخل کلاس
- ۱۷۵ تبادل اطلاعات دانش‌آموز با دانش‌آموز کناری
- ۱۷۷ تبادل اطلاعات و آموزه‌ها در گروه‌های کوچک
- ۱۷۹ جمع‌بندی گروهی
- ۱۸۳ درباره‌ی نویسنده

چرا این کتاب را نوشتم؟

پس از چاپ و انتشار اولین کتابم «قانون جذب»، از هزاران خواننده، پیام‌هایی دریافت کردم مبنی بر این که آن کتاب توانسته به نحو خارق‌العاده‌ای به آن‌ها کمک کند تا به شناسایی و جذب خواسته‌ها و آرزوهایی که در زندگی فردی و اجتماعی داشته‌اند، بپردازند.

اما آن‌ها به دنبال چیز دیگری نیز بودند؛ می‌خواستند بدانند چگونه می‌توانند با افرادی که ارتباط شخصی یا حرفه‌ای دارند، رابطه‌ای کارآمدتر داشته باشند. در راستای این نیاز، بهتر دانستم که کتاب «قانون ارتباط» را بنویسم تا مهارت‌های ایجاد رابطه‌ی مؤثر با دیگران را به آن‌ها بیاموزم.

دو کتاب «قانون جذب» و «قانون ارتباط» در مورد کسب مهارت در اصول ساده‌ای هستند که کمک می‌کند زندگی کامل‌تر، روبه‌رشدتر و معنادارتری را تجربه کنیم. لزومی ندارد که برای درک بهتر و کامل‌تر یکی از این کتاب‌ها، دیگری را نیز بخوانید. هر یک از این کتاب‌ها قوانین مخصوص به خود و امتیازاتی منحصر به فرد دارند.

طی سال‌هایی که به آموزش قانون جذب پرداخته‌ام، دانشی را که به صورت کتاب در اختیار شما قرار می‌دهم، در همه‌ی گردهمایی‌های

آموزشی، مصاحبه‌ها و آموزش‌های خصوصی و عمومی با گزارشگران، شنوندگان و مهمانان برنامه‌های تلویزیونی و حتی افرادی که روزانه با آن‌ها تعامل داشته‌ام، درمیان گذاشته‌ام.

یکی از موضوعاتی که شنوندگان برنامه‌هایم همواره برای آن از من قدردانی کرده‌اند، این است که مطالب پیچیده و دشوار را به روشی ساده آموزش داده‌ام. این ویژگی را مرهون دوره‌های برنامه‌ریزی عصبی کلامی و فنون تسریع یادگیری هستم. این روش‌ها طوری طراحی شده‌اند که افراد تمام شیوه‌های ارتباطی را جذب می‌کنند. برای مثال:

♦ شاید برخی از شما خوانندگان از فضای خالی بین پاراگراف‌ها خوشتان بیاید و برخی دیگر نه!

♦ برخی از شما از وجود تصاویر لذت می‌برید و بعضی دیگر به آن‌ها اهمیت نمی‌دهید.

♦ برخی از شما کاربرگ‌ها و خلاصه‌نویسی‌های کتاب و بررسی‌های موردی آن‌را می‌پسندید.

در این کتاب از تمامی این روش‌ها بهره گرفتم تا همه با هر طرز فکری بتوانند قوانین آن‌را به‌آسانی بیاموزند.

هدف من این است که شما عزیزان بتوانید در هر موقعیتی، قانون ارتباط را مرور کنید و با انتخاب کلمات و عباراتی که می‌توان در آن موقعیت به کار گرفت، در ارتباطات خود به‌نحوی شایسته رفتار کنید.

امیدوارم از سادگی کتاب لذت ببرید، مطالب آن را با اعضای خانواده‌ی خود درمیان بگذارید و آن را به دوستان و همکاران خود معرفی کنید تا شاهد پیامدهای خوب ارتباط مؤثر باشید.

مایکل لوسیر

www.LawofConnectionBook.com

www.ketab.ir

این کتاب چگونه روابط شما را بهبود می بخشد

اگر از آن دسته افرادی نیستید که از وجود تضاد در ارتباط‌هایشان شکایت می‌کنند، به احتمال زیاد کسانی را می‌شناسید که زمان زیادی را صرف شکایت از اختلاف‌نظرهای خود با همکاران، دوستان، همسر یا اعضای خانواده می‌کنند. هر جا می‌رویم این حرف‌ها را می‌شنویم؛ در خانه، محل کار، تاکسی و ...

اختلاف‌نظر، همه جا و بین همه وجود دارد:

زن و شوهرها

نامزدها

والدین و فرزندان

معلم‌ان و دانش‌آموزان

همکاران

مدیران و کارمندان

این کتاب حاوی فنون و اطلاعاتی است که برای بهبود روابط یا خلق روابط سالم و خوب به آن‌ها نیاز دارید.

گاهی فقط تغییر چند کلمه می‌تواند همه‌چیز را تحت‌تأثیر قرار دهد. گاهی هم این تأثیر مثبت به تغییراتی بیش از کلام نیاز دارد. مهم این است که با خواندن و به‌کار بستن مفاهیم این کتاب، روابط شما بهبود خواهند یافت.

فنون این کتاب، بسیار ساده هستند، به طوری که شاید با خود بگویید: «این کتاب ساده تر از آن است که بتواند تغییری ایجاد کند» یا از خود بپرسید: «غیرمنطقی است! مگر می شود کاری به این پیچیدگی، تا این حد آسان باشد؟»

از سال ۱۹۹۹، راهکارهای رابطه‌ی موفق را به همسران، دانشجویان، معلمان، مربیان، مشاوران و سایرین آموزش داده‌ام؛ حال می‌خواهم این مهارت را به شما نیز بیاموزم.

پس از یادگیری این مهارت‌ها اوقات خوشی خواهید داشت. کافیست آن‌ها را به کار ببرید، بعد آرام بنشینید و نظاره‌گر بهبود روابط خود باشید. روابط شما با دیگران به تدریج بهتر و اختلاف‌هایتان محو خواهند شد.

www.ketabi.ir

روش استفاده از این کتاب

می‌توانید این کتاب را در چند ساعت بخوانید، اما قبل از هر کاری آن را از ابتدا تا انتها بخوانید تا تصویری کلی از آن در ذهن‌تان نقش ببندد.

سپس دوباره آن را بخوانید. این بار کاربرگ‌ها و صفحات مربوط به «خودسنجی سبک ارتباطی» را تکمیل کنید. این کار کمک می‌کند اطلاعات را خوب بفهمید، آن‌ها را در وجود خود نهادینه کنید و به تدریج در زندگی روزمره‌تان به کار ببرید.

اگر می‌توانید اعضای خانواده‌ی خود را نیز ترغیب کنید که صفحه‌ی خودسنجی سبک ارتباطی را تکمیل کنند. مشاهده می‌کنید که استفاده از مهارت‌هایی که در مورد سبک ارتباطی یاد گرفته‌اید، چقدر جذاب هستند. این کتاب و مفاهیم آن را به یکی از کارهای خانوادگی خود تبدیل کنید و آن‌ها را به همکاران‌تان نیز یاد دهید.

پس از تسلط یافتن بر مطالب کتاب می‌توانید آن‌ها را به دیگران بیاموزید تا مهارت‌های ارتباطی خود را بهبود بخشند.

برگه‌های خودسنجی و کاربرگ‌های بیشتر در وب‌سایت

www.lawofconnectionbook.com

در دسترس شما هستند.

چرا می‌گوییم «قانون» ارتباط؟

همه‌ی ما می‌توانیم مواقعی را به یاد بیاوریم که توانسته‌ایم با فردی ارتباط برقرار کنیم یا در برقراری ارتباط، موفق عمل نکرده‌ایم.

قانون ارتباط می‌گوید وقتی دو نفر با هم تفاهم دارند، رابطه‌ی بهتری برقرار می‌کنند. این جریان را به این دلیل قانون می‌نامیم که از قانونی ساده تبعیت می‌کند.

این قانون ساده می‌گوید: هرچه تفاهم ما با دیگری بیشتر باشد، ارتباط غنی‌تری با او برقرار خواهیم کرد. هرچه تفاهم کمتری داشته باشیم، این ارتباط ضعیف‌تر خواهد شد و با محو شدن تفاهم، ارتباط نیز قطع خواهد شد.

سازگاری و ارتباط مناسب نتیجه‌ی سبک‌های ارتباطی ماست. این کتاب کمک می‌کند که درمورد سبک ارتباطی خود، شناختی عالی کسب کنید و نقاط ضعف و قوت هر سبک را بیابید. از همه مهم‌تر این که کمک می‌کند روش‌های ارتباطی دیگران، نقاط ضعف و مثبت آن‌ها را نیز به خوبی درک کنید و با مشاهده و تمرین به فردی تبدیل شوید که می‌تواند به شیوه‌ای مؤثر و انعطاف‌پذیر با همه ارتباط برقرار کند.

کلید ایجاد ارتباط مؤثر، حفظ انعطاف‌پذیری است. وجود سازگاری برای هر رابطه‌ای ضروریست. درحقیقت انعطاف‌پذیری را می‌توان به دانستن زبان خارجی تشبیه کرد. وقتی به کشور دیگری می‌روید، اگر زبان آن را

به خوبی بدانید، بسیار راحت تر و سریع تر ارتباط برقرار می کنید. کسب مهارت انعطاف پذیری نیز همین کارایی را دارد.

www.ketab.ir