

تکنیک‌های روان‌شناسی
ترغیب دیگران در مسیر دلخواه

مؤلف: سنده:

دکتر دیوید ل. رمن

مترجم:

محبوبه رمضان‌زاده



سرشناسه: لیبرمن، دیوید ج Lieberman, David J

عنوان و نام پدیدآور: تکنیک‌های روان‌شناسی: ترغیب دیگران در مسیر دلخواه / نویسنده دیوید لیبرمن؛ مترجم محبوبه رمضان‌زاده

مشخصات نشر: تهران: کتاب‌درمانی

مشخصات ظاهری: ۲۳۲ ص: مصور.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۴۸۳-۲۶-۹

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: Get anyone to do anything and never feel powerless
again: psychological secrets to predict control, and influence every situation

عنوان دیگر: روش‌های جذب و متقاعد کردن دیگران

موضوع: روان‌شناسی عملی

موضوع: Psychology, Applied

شماره افزوده: رمضان‌زاده، محبوبه، ۱۳۵۸ - مترجم

رده‌بندی: شماره: الف ۱۳۹۵ ر ۹۴ / ج ۶۳۶ BF

ردیف دیویدی: ۱۵۸/۲

شماره کتابشناسی: ۴۴۳۹۹۰



تکنیک‌های روان‌شناسی

ترغیب دیگران در مسیر دلخواه

نویسنده: دیوید لیبرمن

مترجم: محبوبه رمضان‌زاده

ویرایش: فرحناز صارم بافنده

چاپ سوم: ۱۳۹۹

تیراژ: ۲۰۰ جلد رقی

بها: ۲۹۹۰۰ تومان

تهران، میدان انقلاب، خیابان کارگر جنوبی، بین جمهوری و آذربایجان، کوچه کامیاب، بن‌بست

۰۶۶۴۲۳۳۷۰ - ۰۶۶۹۲۸۴۲۹

یکم، پلاک ۲

www.Ketabdarmani.com

info@Ketabdarmani.com

کلیه حقوق این اثر متعلق به انتشارات کتاب‌درمانی می‌باشد و هرگونه استفاده تجاری از این اثر
اعم از کپی‌برداری، کتاب‌سازی، ضبط کامپیوتری و یا تکثیر به هر صورت دیگر کلاً و جزاً ممنوع و
قابل پیگرد قانونی است.

فهرست مطالب

۹	 بخش سخن
۱۳	 تکنیک‌های روان‌شناسی و نحوه استفاده از آن‌ها

بخش اول

ترغیب دیگران به درست داشتن، عشق ورزیدن و اعتقاد به مهم بودن شما

۱۹	 فصل ۱: ترغیب دیگران به دوست داشتن
۲۰	 ۱. قانون تداعی، ارتباط و معاشرت
۲۱	 ۲. تکرار ملاقات‌ها
۲۲	 ۳. محبت دوطرفه
۲۳	 ۴. شباهت‌ها
۲۳	 ۵. چه حسی در وی ایجاد می‌کنید
۲۳	 ۶. رابطه دوستانه
۲۴	 ۷. به او کمک کنید
۲۵	 ۸. او هم یک انسان است
۲۶	 ۹. نگرش مثبت

۲۹	 فصل ۲: ترغیب دیگران به جذاب دانستن شما
----	--

۲۹	 ۱. بیداری و برانگیختگی احساسی
۳۰	 ۲. طرز راه رفتن
۳۱	 ۳. به چشمان فرد نگاه کنید
۳۱	 ۴. قانون مغایرت و وابستگی

۳۲.....	۵. اعتماد به نفس و جذابیت
۳۳.....	۶. علاقه‌ی دو طرفه
۳۵.....	فصل ۳: چگونه در اولین ملاقات بهترین تاثیر را بر فرد بگذاریم
۴۱.....	فصل ۴: بزرگترین اشتباهات رایج در رابطه و روش جلوگیری از بروز آن‌ها
۴۲.....	۱. حضور
۴۳.....	۲. دید
۴۳.....	۳. استیلا
۴۵.....	چگونه باید حس لازم را در فرد ایجاد کنید
.....	فصل ۵: فرد را ترغیب کنید تا شما را گوهری ناب ببیند (قانون ارزش نهادن بر خود در هر نقطه از زندگی)
۴۹.....	
۵۳.....	فصل ۶: چگونه در هر موقعیتی آرام، مطمئن و مسئول ظاهر شویم

بخش دوم

هرگز فریب نخورید، به باری تکیه نکنید و احمق به نظر نرسید

۵۹.....	فصل ۷: تست شش ستاره برای تشخیص یک دوست واقعی
۵۹.....	علاقه
۶۰.....	وفاداری
۶۰.....	افتخار
۶۰.....	صداقت
۶۰.....	احترام
۶۱.....	فداکاری
۶۳.....	فصل ۸: چگونه با پرسیدن یک سوال، یک توجیه نادرست را تشخیص دهیم؟
۶۵.....	فصل ۹: چگونه بفهمید که فرد می‌خواهد فریبتان دهد
۶۷.....	فصل ۱۰: اگر فرد در حال بلوف زدن است چه باید بگوییم
.....	فصل ۱۱: چگونه ذهن فرد را بخوانید (تنها در ۲ دقیقه فرد را به فاش کردن تفکرات خود ترغیب کنید)
۷۱.....	

بخش سوم

کنترل موقعیت‌ها و عملکرد دیگران را در دست گیرید

فصل ۱۲: ترغیب فرد به بیان ذهنیتش	۷۷
فصل ۱۳: ترغیب دیگران برای عملکرد سریع در هر موقعیت	۸۱
۱. گزینه‌های انتخابی را محدود کنید	۸۱
۲. مهلت تعیین کنید	۸۲
۳. استفاده از قانون سکون	۸۳
۴. توقع	۸۴
۵. فراهم کردن اطلاعات	۸۵
۶. محرک "به آن‌ها"	۸۶
فصل ۱۴: ترغیب فرد برای پذیرش پیشنهاد شما	۸۹
فصل ۱۵: ترغیب فرد به انجام دادن تعهدش به شما	۹۳
فصل ۱۶: چگونه افراد لجوج را به تعهد رسانان ترغیب کنید	۹۹
فصل ۱۷: ترغیب دیگران به محبت کردن به شما	۱۰۹
فصل ۱۸: مهمترین رازهای روان‌شناسی رهبری: ترغیب دیگران به پیروی از شما)	۱۱۷
فصل ۱۹: ترغیب دیگران برای درک هر چیزی	۱۲۳
فصل ۲۰: ترغیب فرد به روش خود در صورتی که او روش دیگری را برگزیده است	۱۲۵
فصل ۲۱: چگونه گروهی از افراد را به توافق ترغیب کنیم	۱۲۹

بخش چهارم

چگونه در هر رقابتی برنده شویم: شکست دیگران در به دست آوردن شغل،

قرار ملاقات یا بازی

فصل ۲۲: راهکارهایی برای شکست افراد در هر رقابتی	۱۳۵
---	-----

بخش پنجم

زندگی را آسان سازید، یاد بگیرید چگونه فوراً شرایط سخت، عذاب‌آور و آزار دهنده زندگی را تحمل نموده و همواره بر آن غلبه کنید

- فصل ۲۳: اشتباهی که اکثریت افراد در زندگی مرتکب می‌شوند ۱۴۳
- فصل ۲۴: ترغیب دیگران به پاسخ دادن سریع تماس شما ۱۴۵
- فصل ۲۵: چگونه دیگران شما را به راحتی برای هر کاری ببخشند ۱۴۹
- فصل ۲۶: چگونه می‌توان رای شنیدن خبر بد آماده کنیم ۱۵۷
- فصل ۲۷: ترغیب دیگران به برگرداندن امانات خیلی زود و بدون بحث ۱۶۹
- فصل ۲۸: بدون احساس گناه و نا استگی "نه" بگویید ۱۶۹
- فصل ۲۹: چگونه فردی بر ادب و نزاکت انگیز را به بهترین دوست خود تبدیل کنید ۱۷۳
- فصل ۳۰: چگونه یک شایعه را متوقف کنید، قبل از اینکه به شهرت شما آسیب بزند ۱۷۷
- فصل ۳۱: متوقف کردن فوری آزار کلامی از ترغیب افراد به ساکت شدن ۱۸۱
- فصل ۳۲: ترغیب افراد برای صمیمی شدن با شما ۱۸۵
- فصل ۳۳: برخورد سریع و آسان با شکایت‌ها (ترغیب دیگران به توقف شکایت کردن) ۱۸۹
- فصل ۳۴: حسادت را فوراً متوقف کنید ۱۹۳
- فصل ۳۵: چگونه بهترین مشاوره را از هر کسی دریافت کنید ۱۹۷
- فصل ۳۶: ارائه تندترین انتقادات بدون مشکل و دردسر ۲۰۱
- فصل ۳۷: ترغیب دیگران برای اعتماد کردن به شما و اقرار به هر چیزی ۲۰۵
- فصل ۳۸: ترغیب دیگران به عقب نشینی فوری و برنده شدن در هر بحث ۲۱۱
- فصل ۳۹: ویژه والدین: ترغیب کودکان به رفتار درست ۲۱۹
- فصل ۴۰: خلاص شدن از تجاوز فیزیکی و جنسی (زندگی هوشمندانه‌تر برای مردان و زنان) ۲۲۳

پیش سخن

آیا از اینکه نام ورد به استفاده دیگران قرار می‌گیرید خسته شده‌اید؟ آیا گاهی اوقات حس می‌کنید که اندک‌ای که استحقاقش را دارید مورد توجه و احترام قرار نمی‌گیرید؟ اگر می‌نمایید تسخیر گوها و موقعیت‌های زندگی‌تان را تحت کنترل بگیرید، اکنون زمان آن است. جایباید اجازه دهید همیشه دیگران رهبری و هدایت شما را به‌دست گیرند، در حالی که شما با فراگیری بزرگترین رازهای روان‌شناسی، برای ارائه دیدگاه خود، کنترل دیگران بر مسیر داخواه را به‌دست گیرید و حس ناتوانی را تجربه نکنید.

شما به دنیایی وارد می‌شوید که کشف فریاداری، تاثیر نظر افراد یا کنترل یک موقعیت طبق اصول روان‌شناسی امکان‌پذیر است. شما می‌توانید از کامل‌ترین و پیشرفته‌ترین راهکارهای روان‌شناسی برای تبدیل ذهنتان به بزرگ‌ترین سلاح دفاعی خود استفاده کنید. جالب است بدانید ما در مورد حقه و نیرنگ صحبت نمی‌کنیم. این کتاب حاوی تکنیک‌های خاص روان‌شناسی حاکم بر رفتار انسان است که به شما اجازه می‌دهد در مقابل هر کسی، در هر مکان و زمانی زیرک‌تر، منطقی‌تر و موفق‌تر عمل کنید. این تکنیک‌ها می‌توانند در هر موقعیتی به کار گرفته شوند.

تصور کنید که قادر هستید به‌جای نگرانی در مورد آنچه اتفاق خواهد افتاد، نتیجه هر گفت‌وگویی را پیش‌بینی و کنترل نمایید و برای به‌دست آوردن همکاری کامل تمام افراد، در هر موقعیتی از تکنیک‌های تایید شده و کارآمد روان‌شناسی استفاده

نمایید.

آیا تا به حال برایتان پیش آمده که از کسی کمک بخواهید و در کمال تعجب ببینید که وی با خوشحالی می‌پذیرد؟ یا بخواهید بر روی فردی تاثیر مثبتی بگذارید و فرد مقابل شما را کاملاً جذاب و متقاعد کننده بیابد؟ در این لحظات شاید فکر کنید که این اتفاق، شانس است یا مربوط به خلق و خوی فرد یا شرایط می‌باشد، در حالی که در واقع شما اصولی را به کار گرفته‌اید که ناخودآگاه رفتار دیگران را کنترل می‌کنند.

برای یادگیری آسان‌تر نحوه‌ی استفاده از رازهای روان‌شناسی، این کتاب به ۴۰ فصل کوچک تقسیم شده است که هر کدام به یکی از موقعیت‌های مختلف زندگی واقعی می‌پردازد. اما این که، پس از یادگیری و آشنایی با این اصول روان‌شناسی، متوجه خواهید شد که می‌توانید در هر زمان و شرایطی آن‌ها را به کار گیرید. با خواندن این کتاب، خود را برای تجربه یک زندگی آسان و دلخواه آماده سازید و هرگز احساس ناتوانی و ضعف را تجربه نکنید.

همچنین کتاب حاضر راه‌حل‌های روان‌شناسی را برای حل مشکلات، نه اصلاح افراد پیشنهاد می‌دهد. برای نمونه اگر شما خودتان را در یک رابطه شیاوانه یافتید، به شما کمک خواهد کرد تا موقعیت‌های پر گزند را کنار بکشید و اگر دیگران شما را فریب می‌دهند، متوجه فریب کاری آن‌ها شوید. به علاوه، اگر با این فکر عمل کرده‌اید و نیاز دارید به خاطر خطای خود بخشیده شوید، افراد راحت‌تر شما را بابتشند. اگر خود را در کنار همسر یا دوستی حسود یافتید، با یک تکنیک روان‌شناسی که ثانیه طول می‌کشد، به آسانی حسادت او را برطرف سازید.

این تکنیک‌ها زندگی‌تان را آسان‌تر می‌سازند و شما با استفاده از آن‌ها مشکلاتتان را حل می‌کنید. ولی اگر بارها خود را در این شرایط دشوار یافتید، به شما توصیه می‌کنم تا بیشتر به انتخاب‌های خود در زندگی دقت کنید.

به تدریج متوجه خواهید شد که نسبت به خود و زندگی‌تان حس بهتری خواهید داشت، زیرا بیشتر آسفتگی و پریشانی درونی افراد ناشی از ناتوانی آن‌ها در ارتباط مؤثر با دیگران و کنترل شرایط سخت و کشمکش‌ها می‌باشد. بنابراین، با بکار بردن این

تکنیک‌ها، خواهید دید که درهای جدیدی به سوی‌تان باز می‌شوند و به هویت خود و کارهای‌تان، حس بهتری خواهید داشت. این تصویر ذهنی جدید از خودتان در شکل‌گیری آینده و انتخاب هر چیزی می‌تواند به شما کمک کند. به جای قربانی بودن، قادر خواهید بود که سرنوشتان را مشخص کنید و مزایا و برتری‌های زیادی کسب نمایید.

این کتاب برای کمک به کسب حس قدرت و کنترل بر زندگی‌تان نوشته شده است. با این کنترل، یک فرصت فوق‌العاده و باور نکردنی به‌دست می‌آورید. اگر اجازه دهید، این تکنیک‌ها می‌توانند منافع زیادی برایتان به همراه داشته باشند. وقتی اوضاع زندگی بر حق مراد نباشد، کمک کردن به دیگران سخت است. وقتی همه چیز را تحت کنترل داشته باشید، حس عظیمی در مورد خود و زندگی‌تان به‌دست می‌آورید. قدرت دادن به دیگران، به شما اجازه می‌دهد تا رشد شخصی خود را به سطح جدیدی ارتقا بخشید و از زندگی جدید خود لذت ببرید.