

از سری مقالات وبسایت امیرمصطفی دات کام

قدرت کلام



نویسنده: امیر مصطفی



www.AmirMostafa.com



info@amirmostafa.com

گروه آموزشی امیر مصطفی

آموزش سخنرانی، فن بیان و مذاکره



قدرت کلمات

همان را که میگویید، به دست می‌آورید. همان‌طور که افکارمان روی شرایط تاثیر می‌گذارند، کلماتی که به زبان می‌آوریم نیز همین گونه هستند.

کلمات، نگرش ما را تشکیل می‌دهند و آنچه را که تجربه و جذب خواهیم کرد نیز تعیین می‌کنند.

وقتی که خوشبخت بودن را جدی می‌گیریم، باید مراقب صحبت کردنمان باشیم.

ما عمداً درباره خودمان به‌طور مثبت صحبت می‌کنیم و از تحقیر خود اجتناب می‌کنیم، این بدان معنا نیست که وانمود کنیم ما عالی و بدون نقص هستیم، بلکه بخشی از فهمیدن این مطلب است که با شکایت کردن از خودتان نمی‌توانید احساس خوبی درمورد خودتان، شغلتان، دوستانتان، خانواده و اطرافیانتان داشته باشید.

یکی از دوستان اخیراً نزد من آمد و گفت: «من از بدبختی و ناامیدی خسته شده‌ام، من از اینکه باری بر دوش خانواده‌ام باشم خسته شده‌ام. می‌خواهم خوشبخت باشم!» چگونه این کار را انجام دهم؟



گفتم: «اولین کاری که می‌توانی انجام دهی این است که فقط زمانی که حرف مثبت و سازنده‌ای داری دهانت را باز کنی. این تغییر را تو و خانواده‌ات تعیین خواهید کرد!»

یک هفته بعد او را دیدم که هنوز داشت نق می‌زد.



او به من گفت: «می‌خواهم خوشبخت باشم و نیستم. چگونه می‌توانم این کار را انجام دهم؟»

گفتم: «هفته قبل بهترین نصیحت را به تو کردم»



او گفت: «هنوز هم خوشبخت نیستم».

جواب دادم: میدانم، این بدان علت است که تو درباره این موضوع هنوز به قدر کافی جدی نیستی!

وقتی واقعا جدی شدی، واقعا خوشبخت خواهی شد.

من هنوز نمی‌دانم که آیا متوجه منظور من شده است یا نه. او باید تشخیص دهد که مسئول حرف‌های خودش است. بالاخره او مجبور خواهد شد که مسئولیت افکار خودش را بپذیرد. او مجبور خواهد شد که در مورد آنچه که در سر دارد جدی فکر کند.

مطالب بسیار ساده است. هنگامی که کسی واقعا از بدبخت بودن خسته شده باشد، نگرش خود را عوض می‌کند و روش صحبت کردنش را تغییر می‌دهد. این کار نیاز به انضباط و تلاش دارد، اما باز هم بسیار ساده است.

نظم بخشیدن به آنچه که به خودمان اجازه می‌دهیم فکر کنیم و بگوییم، ما را ملزم می‌کند که با مردم عادی تفاوت داشته باشیم و برتری همیشه مستلزم این تفاوت است.

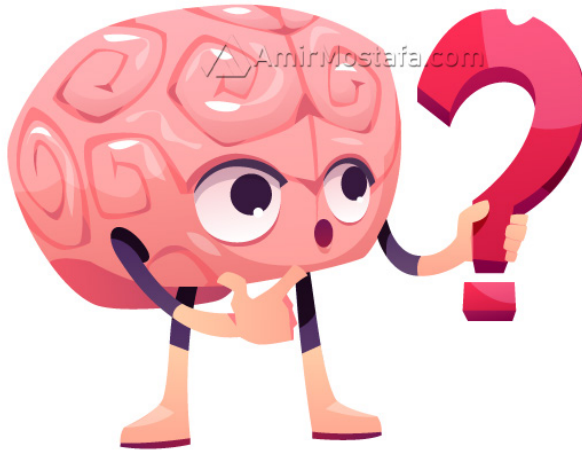
بعضی‌ها این نگرش را بر می‌گزینند: «برای خوشبخت‌تر بودن هر



کاری را انجام خواهم داد، به شرطی که هیچ تغییری را در خودم ایجاد نکنم».

متأسفانه این نگرش معمولاً برای متعهد شدن، برای پیشرفت، آن قدر مهم نیست.

در اکثر مواقع، مسئله سلامت ذهن، بغرنج می‌شود.



 AmirMostafa.com

بیماران به پزشک یا روانشناس مراجعه کرده و برای وضعیت خود عنوانی به دست می‌آورند. اکنون آن‌ها چیزی به نام وضعیت دارند تا آن را مقصر قلمداد کنند. هیولایی وجود دارد که تقریباً زندگی مستقل

خودش را دارد، یعنی «بیماری آن‌ها».

بیمار ممکن است ضربه روحی وارد آمده را و سرماخوردگی را بسیار تجربه کرده باشد. بدون تردید آن شخص سزاوار عشق و حمایت و همدردی است. اما محبت‌آمیزترین کاری که هرکسی می‌تواند در حق این افراد بکند این است که به آن‌ها کمک کند تا مسئولیت خودشان را تشخیص دهند.

کلمات روی قدرت شخصی شما اثر می‌گذارند.

کلماتی که استفاده می‌کنیم، همیشه از صافی عبور کرده و وارد ذهن نیمه هوشیار ما می‌شوند و جزئی از شخصیت و ساختار ما می‌شوند. آن‌ها به دیگران می‌گویند که دقیقا چقدر در رسیدن به نتایج دلخواه، جدی و متعهد هستیم.

بعضی از کلمات وجود دارند که معمولا پیشرفت شما را کند می‌کنند.

هر بار که از کلمه «سعی» استفاده می‌کنیم، نشان می‌دهیم که بر خودمان تسلط نداریم. اگر «سعی» خواهید کرد تا کاری را به نحوه احسن انجام دهید، مثلا «سعی» کنید سر وقت درجایی حاضر شوید، «سعی» کنید خوشبخت شوید، این مطالب را القا می‌کنید که شاید



کاری را انجام دهید و شاید آن کار را انجام ندهید.

استفاده از کلمه «خواهم» بجای «سعی می‌کنم» یعنی چالش و مواجهه، و نتایج بسیار بهتری را برایمان به وجود خواهد آورد.

یا اگر به کسی می‌خواهی قول دهی، به جای اینکه بگوید من سعی می‌کنم آن کار را محقق کنم، بهتر است بگوید من آن کار را انجام می‌دهم.

این نکته شاید به نظر بی اهمیت جلوه کند، اما با این وجود در شکل دادن به نوع تلقی ما و دیگران از خودمان اهمیت بسزایی دارد.

بکار بردن کلمات «من نمی‌توانم» نیز قدرت شخصی شما را تضعیف می‌کند. گفتن «نخواهم» بجای «نمی‌توانم» معمولاً به حقیقت نزدیک‌تر است، مثلاً «فردا شما را نخواهم دید» نشان می‌دهد که شما بر خودتان مسلط هستید و تصمیم خود را گرفته‌اید.

«من نمی‌خواهم شما را یاد بگیرم» به این معناست که شما آمادگی این تلاش را ندارید، اما اگر از صمیم قلب بخواهید این کار را انجام دهید، می‌توانید!



آنچه همراه با کلمات به خود و دیگران می‌گوید باید با توجه، احترام، ملامت، تشویق و تواضع همراه باشد.

آگاهی از لحظه‌ای که در آن به سر می‌بریم و مناسبت داشتن آنچه می‌گوییم با موقعیت، اهمیتی کلیدی دارد. کلمات قدرت تغییر همه چیز را دارند. پیش از بیان هر کلمه لحظه‌ای درنگ کنید و به آن واژه و نحوه‌ی بیان آن فکر کنید؛ همچنان که اثر کلام‌تان را بر شنونده یا شنندگان مدنظر قرار می‌دهید.

با همه مهربان سخن بگویید و کلماتی را به کار ببرید که مانند چراغ هدایت‌گر به سوی الهام، اشتیاق و دلگرمی رهنمون شوند. کلماتی که باملاحظه بیان می‌شوند همانند موسیقی، گوش جان شنندگان را نوازش خواهند داد.

خیلی مهمه که در موقعیت‌های اجتماعی گوناگون از کلمات مناسب آن موقعیت یا آن جمع استفاده کنیم تا آن واژه و جمله تاثیر بیشتری داشته باشد.

قدرت کلمات شما باید خیلی بالا باشد تا در آن فرد نفوذ کند و دیگران مجذوب و شیفته کلام شما شوند.



خلاصه

کلمات ما روی چگونه فکر کردن و احساس کردن ما تاثیر می‌گذارند. آنچه فکر می‌کنیم روی آنچه می‌گوییم موثر است. به این ترتیب یک دور باطل داریم.

اگر افسرده باشیم، تغییر دادن آنچه می‌گوییم آسان‌تر است از آنچه فکر و احساس می‌کنیم.

آسان‌ترین کار این است که به وسیله کنترل کردن آنچه می‌گوییم، به خودمان شروعی تازه را ارزانی کنیم.

بی درنگ آنچه می‌گوییم به تدریج تاثیر مثبتی روی افکار و احساسات ما خواهد گذاشت، سپس ما این دور باطل را خواهیم شکست و در مسیری خواهیم بود تا درباره همه چیز احساس بهتری داشته باشیم.

روزگارتان زیبا و در پناه خدا باشید

موسی فخیره



جهت دریافت دوره رایگان به آدرس زیر مراجعه کنید:

www.AmirMostafa.com/fanebayan



هدیه ویژه

رایگان

دوره چگونه فن بیان خوبی داشته باشیم؟



اطلاعات بیشتر و دانلود <



راه‌های ارتباط با ما

گروه آموزشی امیر مصطفی

آموزش سخنرانی، فن بیان و مذاکره



تماس با ما

www.AmirMostafa.com

وبسایت

info@amirmostafa.com

ایمیل

۰۲۱-۸۸۸۸ ۶۹۶۹

تلفن

شبکه‌های اجتماعی ما

می‌توانید ما را در شبکه‌های اجتماعی زیر دنبال کنید.



/AmirMostafaCom

درباره نویسنده

امیر مصطفی هستم، مربی و مدرس سخنرانی، فن بیان و مهارت‌های ارتباطی. من قصد دارم در سایت امیرمصطفی‌دات‌کام به روزترین و کاربردی‌ترین مطالب روز دنیا را در این زمینه با شما به اشتراک بگذارم تا در هنگام تعامل با دوستان، آشنایان، مشتریان، همکاران و دیگر افراد بصورت کاملاً حرفه ای ظاهر شوید. من با برگزاری کارگاه‌های آموزشی، همایش‌ها، تالیف کتاب و محصولات آموزشی در کنارتان هستم تا مهارت های خودتان را افزایش دهید.



گروه آموزشی امیر مصطفی

آموزش سخنرانی، فن بیان و مذاکره



www.AmirMostafa.com