



DrWays.com

چجوری خودمون رو

تو چل

بقیه جا کنیم؟



نسخه صوتی این کتاب به شما به عنوان هدیه تحویل داده میشود

به نام دهنده بی‌هنت

چجوری خودمون رو تو دل بقیه جا کنیم؟

ناشر : موسسه توسعه کسب و کار دکتر ویز

نویسنده : دکتر پدram شهدوست ، نسرین نیکنژاد

قیمت : ۹۸۰۰۰ تومان

سال انتشار : ۱۴۰۱



دکتر ویز پیشرو در خدمات و مشاوره کسب و کار و زندگی

حقوق معنوی

تمامی حقوق مادی و معنوی این کتاب و فایل صوتی آن
متعلق به مؤسسه توسعه کسب و کار دکترویز است



شما میتوانید این کتاب را برای استفاده خود چاپ کنید

یا آن را در موبایل و لپتاب خود نگه داری کنید

اما نمیتوانید:

این کتاب را بفروشید

محتوای کتاب را تغییر دهید

همه ما از صبح تا شب با آدم‌های مختلفی سروکار داریم، یکی از راه‌های صمیمیت بیشتر با آدم‌های دوروبرمون، تشکر کردن به خاطر کارهای کوچک و بزرگی که برامون انجام میدند. تشکر کردن باعث احساس خوبی در افراد میشه و به نوعی اون‌ها رو تشویق به کارهای خوبشون می‌کنه و به قول شاعر، **شکر نعمت، نعمت**

افزون کند!

سعی کنیم با تشکر کردن حتی به خاطر کارهای خیلی کوچک، بذر عشق رو با کلماتمون تو دل اطرافیانمون بکاریم و با روش‌های خلاقانه در جواب تشکر اونو آبیاری کنیم.

فهرست



فهرست هوشمند (قابل کلیک) 

- فصل دوم: در جواب تشکر چه بگوییم؟ ۶
- فصل سوم: جواب تشکر دوستانه ۱۳
- فصل چهارم: ترفندهای خلاقانه برای جواب تشکر ۲۲
- فصل پنجم: روش‌هایی برای تشکر زیاد ۳۲
- فصل ششم: ۷ مزیت علمی تشکر کردن ۳۸
- فصل هفتم: روش‌های تشکر در موقعیت‌های مختلف ۴۳

مقدمه





مقدمه

تشکر کردن، احساس قدردانی است که در ازای کارهایی که برای فردی انجام داده می‌شود، بیان می‌شود. قدردانی نه تنها به عنوان یک کاتالیزور برای روابط بین فردی عمل می‌کند، بلکه در سطح شخصی نیز مزایایی دارد. سپاسگزار بودن برای همه چیزهای کوچک در زندگی به شما این امکان را می‌دهد تا بر روی احساسات خوب تمرکز کنید، خوش بینی را تقویت کنید، شادی، لذت و سایر احساسات مثبت را در خود ایجاد کنید.

علاوه بر این، با تشکر کردن می‌توان بر سلامت بدن نیز تأثیر گذاشت. یک چارچوب ذهنی مثبت اغلب منجر به سلامتی بیشتر می‌شود. افرادی که در روابط خود ابراز قدردانی می‌کنند، احساس رضایت و آرامش بیشتری دارند. تشکر کردن به افراد کمک



مقدمه

می‌کند تا پیوندهای عاطفی قوی‌تری بین افراد ایجاد کند. براساس تحقیقاتی، نشان داده شد که ابراز قدردانی نه تنها بر شخص سپاسگزار بلکه بر هر کسی که شاهد آن است نیز تأثیر می‌گذارد.

سپاسگزاری و ابراز آن به دیگران برای سلامتی و شادی بسیار مفید است و نه تنها احساس خوبی دارد، بلکه به ما کمک می‌کند تا اعتماد و پیوندهای نزدیک‌تری با افراد اطرافمان ایجاد کنیم.

فصل ۱

چگونه تشکر کنیم؟





چگونه تشکر کنیم؟

خوشبختانه، تشکر کردن هیچ کار سختی نیست، اگر از همین لحظه شروع کنید در حالی که دارید این کتاب را می‌خوانید، احتمالاً چایی می‌نوشید که توسط مادرتان آماده شده است و یا همین کتاب که می‌خوانید را دوستی برایتان ارسال کرده است. پس اگر بخواهیم به اطرافمان دقت کنیم، می‌بینیم هزاران مورد برای تشکر کردن وجود دارد.

تشکر کردن کلامی ساده‌ترین راه برای نشان دادن رضایتمندی ما از کار اطرافیانمان است که معمولاً با واژه‌هایی مانند «ممنونم» همراه می‌شود.

فصل ۲

در جواب تشکر چه بگوییم؟





در جواب تشکر چه بگوییم؟

ممکن است به نظر برسد که «خواهش می‌کنم» تنها جواب خوب برای زمانی است که کسی از شما تشکر می‌کند، اما در واقع کلمات و راه‌های زیادی وجود دارد که می‌توانید در جواب تشکر بگویید.

فرقی ندارد که به دنبال جواب‌های رسمی برای استفاده در محل کار باشید و یا به دنبال پاسخ‌های معمولی برای دوستان و خانواده باشید، به هر حال شما گزینه‌های عالی زیادی برای جواب تشکر دارید.