



راز ۴۴

دوست یابی

رازهایی که فقط دوستان واقعی به شما می گویند

نویسنده: محمد منشی زاده

سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ الْعَمِيرُ

۴۴ راز دوستیابی

+ یک هدیه ارزشمند

رازهایی که فقط دوستان واقعی، به شما می‌گویند

(برای نوجوانان ۹ تا ۱۹ ساله)

نویسنده: محمد منشی‌زاده

موسسه انتشارات پارسیان البرز

۱۳۹۹

سرشناسه	: منشی زاده، محمد، ۱۳۶۱-
عنوان و نام پدیدآور	: ۴۴ راز دوستیابی ... (برای نوجوانان ۹ تا ۱۹ساله) // نویسنده محمد منشی زاده؛ ویراستار سیدعلی هاشمی عرقلو.
مشخصات نشر	: کرج: پارسیان البرز، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۷۷ ص. ۲۱/۵×۱۴/۵؛ س. م.
شابک	: 978-622-7531-04-6
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
موضوع	: دوستی در نوجوانان
رده بندی کنگره	: BF۷۲۳
رده بندی دیویی	: ۶۲/۱۷۷
شماره کتابشناسی ملی	: ۷۳۷۸۷۱۸

مؤسسه انتشارات پارسیان البرز
 کرج، تقاطع آزادگان، خیابان برغان، کوچه شهید نمی، مجتمع نیلوفر، واحد سه
 پایگاه اینترنتی: Parsianalborz.ir رایانامه: info@parsianalborz.ir
 شماره تلفن: ۳۴۵۲۷۴۱۴-۰۲۶ تلفن پخش: ۹۱۳۲۵۸۸۲۶۳



۴۴ راز دوستیابی

رازهایی که فقط دوستان واقعی، به شما می گویند

نویسنده:	محمد منشی زاده
ویراستار:	سید علی هاشمی عرقلو
ناظر فنی:	مصطفی مهدوی نیا
طراح و صفحه آرا:	یاسر صالحی
نوبت چاپ:	اول / تابستان ۱۳۹۹
شمارگان:	۱۰۰ نسخه
چاپ:	کمال الملک
شابک کتاب:	۹۷۸-۶۲۲-۷۵۳۱-۰۴-۶

ISBN: 978-622-7531-04-6

کلیه حقوق مادی و معنوی این کتاب برای نویسنده محفوظ است.

مبلغ سرمایه گذاری: ۳۸ هزار تومان

این کتاب هدیه‌ای است ارزشمند

برای یک دوست خوب

از طرف:

امیدوارم این کتاب را بخوانی و لذت ببری

با عشق تقدیم به:

«امیرعباس» و «امیرمسین»

فرزندان پرتلاش و امیدوارم

و همسر همیشه همراه و مهربانم

که بهترین دوستان زندگی‌ام هستند.

فهرت مطالب

چطور این کتاب را بخوانیم؟ ۱۴

فصل اول: شروع یک دوستی خوب ۱۷

چرا باید دوست پیدا کنم؟ ۱۹

یک خبر بد، یک خبر خوب! ۲۱

۱. شما شبیه دوستانتان می شوید ۲۱

۲. با خودتان دوست باشید! ۲۳

۳. همه آدم‌ها مثل هم نیستند ۲۵

۴. در مورد علاقه‌های دیگران بپرسید ۲۵

۵. دوست خوب کجاست؟ ۲۷

۶. کجا به دنبال دوست نباشیم؟! ۲۹

۷. یک روش ساده برای آغاز دوستی ۳۰

۸. در اینترنت هم جواب می‌دهد؟ ۳۰

۹. مطمئن‌ترین روش: از دوستان شروع کنید! ۳۱

۱۰. از نقشه طلایی من استفاده کنید ۳۱

۱۱. به یک مهمانی دعوت کنید ۳۲

۱۲. گاهی همه چیز خوب پیش نمی‌رود ۳۳

۱۳. آیا مخفی کردن دوستی بهتر نیست؟ ۳۴
۱۴. انتظارات پدر و مادرتان را می‌شناسید؟ ۳۵
۱۵. تعداد دوستانتان را بشمارید ۳۶
۱۶. می‌ترسم کسی با من دوست نشود ۳۷

فصل دوم: هنر دوست خوب بودن ۳۹

۱۷. دوستان را با نام کوچک صدا بزنید ۴۱
۱۸. دوست خوب، دو گوش و یک زبان خوب دارد ۴۲
۱۹. سکوت کردن ۴۳
۲۰. سرزنش و گلایه را فراموش کنید ۴۴
۲۱. بحث کردن، همیشه دو بازنده دارد ۴۵
۲۲. تا می‌توانید از دوستان تعریف کنید ۴۶
۲۳. چرا از همدیگر تعریف نمی‌کنیم؟ ۴۷
۲۴. فرمول تعریف کردن ۴۷
۲۵. اشتباهات دیگران را در چشمشان فرو نکنید! ۴۹
۲۶. آبروی دوست خود را نبرید ۵۰
۲۷. قضاوت زود؟ هرگز! ۵۱
۲۸. چطور انتقاد کنیم؟ ۵۲
۲۹. نقش بازی کردن را فراموش کنید! ۵۳
۳۰. هر سخن جایی و هر نکته مکانی دارد ۵۵
۳۱. دوست خوب باش تا دوست خوب پیدا کنی ۵۶
۳۲. قدرت مهربانی را دست کم نگیرید ۵۷

۳۳. هر جا لبخند باشد، آدم‌ها جمع می‌شوند..... ۵۸
۳۴. راز ماندن دوست‌های خوب..... ۵۹
۳۵. ببینید آن‌ها چه چیزی دوست دارند..... ۶۰
۳۶. دوست دارید چطور با شما رفتار کنند؟..... ۶۱
۳۷. بهترین دوست خوب شما..... ۶۱

فصل سوم: منطقه خطر!..... ۶۳

۳۸. این آدم‌ها دوست شما نیستند!..... ۶۵
۳۹. دوستم این نشانه‌ها را دارد! چه کنم؟..... ۶۶
۴۰. چطور به دوستم اشتباهش را بگویم؟..... ۶۷
۴۱. یک کلمه خطرناک!..... ۶۸
۴۲. دوستان خوب هم اشتباه می‌کنند..... ۶۹
۴۳. در کارهای خوب هم دستور ندهید..... ۷۰
۴۴. با تلویزیون قهر کنید!..... ۷۰
- فوت کوزه‌گری..... ۷۳

مقدمه‌ای برای یک دوست

دوست من، سلام.

من «محمد منشی‌زاده» هستم.

پدرها و مادرها همیشه به ما می‌گویند که دوستان خوب پیدا کنید. در مدرسه و کتاب‌های زیادی در مورد دوستان خوب حرف می‌زنند؛ اما کسی تا حالا به ما نگفته است که چطور باید دوست خوب پیدا کرد. واقعاً چرا؟

من در دوران مدرسه سعی می‌کردم دوستان خیلی خوبی داشته باشم. خودم هم دوست خوبی برای بقیه بودم. همین دوستان خوب باعث شدند بتوانم در زندگی کارهای خوب و پرفایده‌ای انجام دهم؛ مثلاً همین‌که الان می‌توانم این کتاب را برای شما بنویسم. با استفاده از همین رابطه‌های خوب با دوستانم بود که همیشه چند قدم جلوتر از بقیه افرادی بودم که با دیگران دوست نمی‌شدند یا دوستان خوبی نداشتند.

وقتی وارد فضای مجازی و اینستاگرام شدم، یکی‌یکی به فالورها یا همان دنبال‌کنندگان من اضافه می‌شدند. از آنجا که من به خانواده‌ها سواد رسانه‌ای و مهارت‌های زندگی با رسانه را آموزش می‌دهم و این موضوع موردنیاز همه افراد جامعه است، افراد زیادی آموزش‌های

من را دنبال می‌کنند. اوایل کار فکر می‌کردم همه این افراد دوست من هستند؛ اما پس از مدتی فهمیدم آن‌ها فقط می‌خواهند بدانند من چه کار می‌کنم و دوستی داستان دیگری دارد. پس تصمیم گرفتم خیلی به تعداد لایک‌ها و فالورهای داخل اینستاگرام یا شماره‌های داخل موبایلم توجه نکنم. آن‌ها بدجور آدم را گول می‌زنند.

من در کلاس‌ها و سمینارهای آموزشی‌ام متوجه شدم، مشکل خیلی از نوجوانان این است که فکرها و عقاید خیلی خوبی دارند، اما دوستان خوبی ندارند. آن‌ها می‌خواهند کسی در کنارشان باشد که هم‌سن خودشان باشد و حرفشان را بفهمد، اما گاهی نمی‌توانند چنین کسی را پیدا کنند.

من متوجه شدم در بسیاری از خانواده‌ها که در آن‌ها بر سر استفاده از تلفن همراه و شبکه‌های اجتماعی دعوا و ناراحتی وجود دارد، مشکل اصلی را باید در جای دیگری پیدا کرد. به نظر من چیزی که باعث همه این مشکلات می‌شود، نبودن دوستان خوبی است که بتوانیم با آن‌ها درباره علاقه‌هایمان صحبت کنیم و شاد باشیم.

من تلاش خودم را شروع کردم. بهترین کتاب‌ها را خواندم؛ با موفق‌ترین افرادی که دوستان خوبی پیدا کرده بودند صحبت کردم؛ راز داشتن دوستان قدرتمند را از ثروتمندترین مردم ایران و جهان پرسیدم تا به رازهایی برای پیدا کردن دوستان خوب رسیدم.

من معتقدم اگر چیزی می‌تواند دنیا را زیباتر کند، نباید آن را فقط برای خودمان بخواهیم؛ بنابراین تصمیم گرفتم آن را با شما که دوست دارید ثروتمند، مؤثر و موفق باشید در میان بگذارم. اگر شما این کلمات را می‌خوانید؛ یعنی می‌توانید مثل من در پیدا کردن دوستان خوب موفق شوید؛ چون حالا با هم دوست هستیم.

البته در این راه مشکلاتی وجود خواهد داشت. اگر پیدا کردن دوست کار ساده‌ای بود، چه نیازی بود برای آن کتاب بنویسم؟ اما می‌خواهم خیالتان کاملاً راحت باشد؛ چون من تا آخرین قدم همراه شما خواهم بود. دوستان خوب همین‌طور هستند.

به شما قول می‌دهم که اگر تا انتها این کتاب را خوب بخوانید و به آن عمل کنید؛ می‌توانید دوستان خیلی خوبی پیدا کنید. اگر اولین روزی که سوار دوچرخه شدید یا برای شنا به استخر رفتید ناامید می‌شدید، الان نمی‌توانستید این کارها را انجام دهید. تلاش و صبر شما باعث می‌شود، هم خودتان شادتر باشید و هم بقیه از بودن در کنار شما لذت ببرند و بخواهند در کنارشان بمانند.

یک هدیه ارزشمند هم در انتهای این کتاب برای شما آماده کرده‌ام که اگر همراه من باشید دوست دارم به شما تقدیم کنم.

آیا شما هم دلتان می‌خواهد شادتر زندگی کنید؟ دوست دارید ثروتمند باشید؟ دوست دارید یک زندگی پر از آرامش و لحظه‌های پرانرژی داشته باشید؟

آیا تا آخر کتاب همراه من هستید؟ پس شروع می‌کنیم.

دوست جدید شما، محمد منشی‌زاده

چطور این کتاب را بخوانیم؟

نمی‌دانم چقدر اهل کتاب و مطالعه هستید؛ اما کتاب خواندن هم روش خودش را دارد. من پس از خواندن بیش از ۳۰۰ کتاب مختلف و صحبت با دوستان کتاب‌خوانم، فهمیده‌ام اگر به روش خاصی کتاب بخوانیم، خیلی بیشتر از کتاب سود می‌بریم.

کار اصلی من مطالعه و آموزش در زمینه «مهارت‌های زندگی با رسانه‌ها» است. منظورم از رسانه، چیزهایی مثل تلویزیون، اینترنت، کتاب و بازی کامپیوتری است.

وقتی در مطالعاتم درباره رسانه‌ها، کتاب را بررسی می‌کردم، متوجه شدم برای آنکه یک کتاب، ارزش زمانی را که برایش می‌گذاریم داشته باشد، باید راه‌های قدیمی را که در مدرسه یادگرفته‌ایم، فراموش کنیم. فرقی نمی‌کند یک کتاب درسی را می‌خوانیم یا مثل این کتاب، برای یادگرفتن یک مهارت در زندگی و موفق‌تر شدن مطالعه می‌کنیم. این روش برای همه‌جا جواب می‌دهد.

هنگام مطالعه کتاب، گاهی صبر کنید و آنچه را خوانده‌اید دوباره بررسی کنید. از خودتان بپرسید که آیا با این مطالب موافق هستید یا نظر دیگری دارید؟ فکر کنید که چطور و چه زمانی قرار است پیشنهادها کتاب را به کار ببرید. از حاشیه‌های سفید کتاب برای نوشتن با مداد استفاده کنید. آنچه را در ذهنتان می‌گذرد بنویسید. پیشنهاد می‌کنم هر ماه، حداقل یک ساعت برای مطالعه مجدد و مرور کتاب زمان بگذارید. سعی کنید کتاب روی یک میز یا جایی باشد که همیشه آن را ببینید و جلوی چشمتان باشد؛ اگر می‌خواهید واقعاً از زمان مطالعه کتاب بهره ببرید، باید از مطالب آن در زندگی استفاده کنید. هنگام مطالعه کتاب به یاد داشته باشید، شما این

کتاب را برای کسب اطلاعات بیشتر نمی‌خوانید؛ بلکه تلاش می‌کنید عادت‌های کوچک جدیدی ایجاد کنید که به شما در زندگی کمک می‌کنند.

هر هفته یک روز، مثلاً جمعه‌ها، زمانی را به بررسی و مرور کارهای هفته بگذرانید. به این فکر کنید که چه کارهایی را خوب انجام داده‌اید و چه کارهایی را باید بهتر انجام دهید. از خودتان بپرسید، از تجربه‌های هفته گذشته چه درس‌هایی می‌توانید برای هفته آینده بگیرید و چه اشتباهاتی انجام داده‌اید که نباید آن‌ها را تکرار کنید.

قبل از مراجعه به فصل بعد، یک بار خیلی سریع فصل قبل را مرور کنید. در ذهن خود بگویید، نویسنده در این فصل درباره چه موضوعی حرف زد و چه چیزی برای من جذاب‌تر بود. مرور سریع، باعث می‌شود مطالب را از یاد نبرید.

اگر می‌خواهید بیشتر یاد بگیرید، حتماً درباره مطالب کتاب با دیگران حرف بزنید. بعد از اینکه چند صفحه خواندید، سعی کنید برای خانواده یا دوستانتان در مورد آن حرف بزنید. حتی نظرشان را بپرسید و ببینید آیا آن‌ها هم با این کتاب موافق هستند یا نه. هرچه مطالب یک کتاب را با دیگران به اشتراک بگذارید، خودتان بهتر آن‌ها را یاد می‌گیرید.

البته این کتاب همین‌جا تمام نمی‌شود. در سایت «فرزند سبز» برای شما دوست خوبم هدیه‌های ویژه‌ای در نظر گرفته‌ام که فقط برای خوانندگان این کتاب است. برای گرفتن این هدیه باید تا تمام شدن کتاب صبر کنید.

قول می‌دهم اگر کتاب را با این روش بخوانید؛ مثل من از خواندن کتاب لذت خواهید برد و کتاب تبدیل به بهترین دوست شما خواهد شد.



فصل اول:
شروع یک دوستی خوب



چرا باید دوست پیدا کنم؟

سؤال بسیار خوبی است! اصلاً دوستی به چه دردی می‌خورد؟! من هم با شما موافقم که گاهی تنها بودن هم خوب است. زمانی که بتوانیم برای خودمان وقت بگذرانیم؛ اما شما بدون دوست‌های خوب، بالاخره حوصله‌تان سر می‌رود. انگار که یک گم‌شده دارید و در کوچه و خیابان یا در اینترنت به دنبال چیزی می‌گردید که گم کرده‌اید. آدم‌ها برای تنها زندگی کردن آفریده نشده‌اند. دوست خوب می‌تواند، وقتی که نیاز به کمک دارید به شما کمک کند.

اگر یک دوست واقعی داشته باشید، از شما در برابر افرادی که می‌خواهند اذیتتان کنند، دفاع می‌کند. دوست خوب هنگامی که شما شکست خورده‌اید یا ناراحت هستید، در کنار شما می‌ماند و حرف‌های شما را گوش می‌دهد. دوست خوب مانند تابلوهای خیابان، شما را در رسیدن به آرزوهایتان راهنمایی می‌کند.

دوست خوب برای شما مانند یک موشک پرقدرت است که می‌تواند باعث بالارفتن و پیشرفت شما شود.

حتی تحقیقات پزشکی جدید نشان داده است، آدم‌هایی که دوستان خوبی در اطراف خود ندارند، ممکن است زودتر بیمار شوند و بیماری آن‌ها بیشتر طول می‌کشد.

در مقابل، افرادی که دوستان خوبی دارند کمتر نگران می‌شوند و هنگامی که مسئله‌ای در زندگی پیدا می‌کنند سریع‌تر و با آرامش بیشتر به راه‌حل می‌رسند.

حتی شهرت شما، شادی شما و احساس ارزشمندی شما به مهارت شما در رفتار با دوستانتان بستگی دارد.

در کتابی نوشته بود که حتی در رشته‌های تخصصی مانند مهندسی هم، بیش از ۸۰ درصد موفقیت مالی افراد، به علت مهارت ارتباط با دیگران و یک رابطه دوستانه است.

در حقیقت کسانی که به دوستانشان انگیزه می‌دهند و توانایی بیان کردن خواسته‌هایشان را به روش درست دارند، قدرت بیشتری هم در کسب درآمد و پول دارند.

وقتی نظر بسیاری از افراد را در مورد چیزهایی مهم در زندگی‌شان پرسیده‌اند، اغلب افراد بعد از سلامتی که خیلی هم مهم است، گفته‌اند که دومین چیز مهم در زندگی، داشتن روابط خوب با دیگران و دوستان خوب است.

حتماً اگر دوست خوبی داشته‌اید، حرف‌های من را تأیید می‌کنید. دوست خوب مانند یک گنج باارزش است و هیچ گنجی نیست که رسیدن به آن آسان باشد.

یک خبر بد، یک خبر خوب!

خبر بد این است که پیدا کردن دوست خوب به این آسانی‌ها هم نیست! اگر آسان بود دیگر این قدر مهم نبود و ارزش نداشت.

اگر خوب نگاه کنید، هر چیزی که در دنیا زیاد پیدا شود، قیمت چندانی نخواهد داشت؛ مثلاً آن قدر ریگ‌های بیابان زیاد هستند که قیمت بسیار پایینی دارند، اما از آن طرف وقتی چیزی کمیاب باشد ارزشمند می‌شود؛ مثل طلا، مثل وقت، مثل پدر و مادری که فقط یکی هستند.

دوست خوب هم کمیاب است. دوست خوبی که بتوانید مانند زنجیر به همدیگر متصل باشید و به هم کمک کنید تا راحت‌تر زندگی کنید.

برای همین است که باید به دنبال یک روش برای پیدا کردن دوستان خوب باشیم. اگر راهی برای رسیدن به این گنج وجود داشته باشد هزاران تومان ارزش خواهد داشت؛ چون می‌تواند زندگی ما را کاملاً تغییر دهد.

اما یک خبر خوب!

من راه را بلد هستم و آن را به شما می‌گویم.

۱. شما شبیه دوستانتان می‌شوید

این را نه فقط من، بلکه موفق‌ترین آدم‌های جهان می‌گویند. از شما می‌خواهم یک لحظه خوب نگاه کنید که در یک روز یا یک هفته بیشترین زمان خود را با چه کسانی می‌گذرانید. خیلی جالب است که کم‌کم حتی نوع لباس پوشیدن شما، راه رفتن، حرف زدن و حتی علاقه‌های شما پس از مدتی شبیه به هم می‌شود. پس اگر

دوست دارید انسان موفق، شاد و سالمی باشید، باید دوستانتان هم همین‌طور باشند.

نام ۵ دوستی که بیشترین زمان را با هم می‌گذرانید، بنویسید:

.....

چه رفتارهای مشابهی دارید؟ حرف زدن، تکیه‌کلام‌ها، لباس پوشیدن و...

.....

لازم نیست دوستانتان مثل شما باشند. فقط به این فکر کنید که دوست دارید چگونه آدمی باشید؟ آیا دوست دارید انسان سالم و ورزشکاری باشید؟ آیا دوست دارید بتوانید با شجاعت و انگیزه و انرژی حرف بزنید و به بقیه کمک کنید؟ آیا می‌خواهید هر روز پیشرفت کنید و مطالب بیشتری یاد بگیرید؟ پس خیلی باید در انتخاب دوستانتان دقت کنید.

خودتان را تصور کنید که هیچ محدودیتی از نظر پول و وقت ندارید و هر کاری دلتان بخواهد می‌توانید بکنید. اصلاً یک چوب جادویی دارید که زندگی‌تان را هرطور که بخواهید تغییر می‌دهد. حالا روزتان را چطور می‌گذرانید؟ از لحاظ جسمی چطور هستید؟ با چه افرادی ارتباط دارید؟ چطور حرف می‌زنید؟

شما چه ویژگی‌ها و رفتارهایی دارید که به آن‌ها افتخار می‌کنید؟

چه ویژگی‌هایی دارید که می‌خواهید آن‌ها را کنار بگذارید؟

هرچه بهتر خودتان را بشناسید، میزان موفقیت شما در پیدا کردن دوستان خوب بیشتر است.

بنابراین خیلی مهم است که هم خودمان را خوب بشناسیم و هم بدانیم دوستان ما چه کسانی هستند؛ چون آن‌ها تأثیر بسیار زیادی در زندگی امروز و فردای ما دارند.

۲. با خودتان دوست باشید!

این اولین قدم است! هیچ فرقی نمی‌کند. اگر می‌خواهید دوست خوب پیدا کنید یا اگر می‌خواهید برای دیگران دوست خوبی باشید، باید اول با خودتان دوست باشید. آن هم یک دوست خوب و مهربان. به دوست‌های خوب نگاه کنید. اگر یکی از آن‌ها کار اشتباهی انجام دهد، دوست دیگر چطور با او صحبت می‌کند؟ احتمالاً او را دلداری می‌دهد و می‌گوید اشکالی ندارد، درستش می‌کنیم، هوای تو را دارم، نباید به خاطر یک اشتباه ناراحت باشی، حتماً تو می‌توانی این کار اشتباه را جبران کنی.

اگر بهترین دوستان یادش رفته باشد که دفتر یا خودکارش را در کیف بگذارد، آیا او را سرزنش می‌کنید؟ او را به خاطر این فراموشی مسخره می‌کنید؟

حالا زمانی را به خاطر بیاورید که خودتان یک اشتباه انجام می‌دهید؛ مثلاً یک لیوان از دستتان می‌افتد و می‌شکند. با خودتان چطور حرف می‌زنید؟ آیا به خودتان حرف‌های بد می‌زنید؟ آیا به خودتان می‌گویید که عرضه انجام دادن یک کار ساده را ندارید؟ آیا تا چند ساعت یک کنار می‌نشینید و به اشتباهتان فکر می‌کنید؟ همه این‌ها نشانه‌های دوست نبودن با خودمان است.

سعی کنید همان‌طور که با دیگران مهربان هستید، با خودتان هم مهربان باشید. اشتباهات خودتان را بزرگ نکنید. وقتی اشتباهی می‌کنید، به خودتان بگویید از این به بعد باید کاری کنم که دوباره این اشتباه را تکرار نکنم. بگویید که من می‌توانم این اشتباه را جبران کنم. من در زندگی کارهای خیلی خوبی انجام داده‌ام و فقط باید حواسم را دوباره جمع کنم.

شاید این حرف‌ها را به زبان نیاورید؛ ولی همین‌که به آن فکر می‌کنید خوب است. اگر با خودتان دوست باشید، با بقیه آدم‌ها هم مهربان‌تر خواهید بود. بقیه افراد هم می‌فهمند کسی که با خودش این‌قدر خوب رفتار می‌کند، حتماً با دیگران هم خوب رفتار می‌کند. به همین سادگی، از طریق دوست شدن با خودتان، دوستان خوبی پیدا خواهید کرد.

اولین قدم برای یک دوست خوب بودن، این است که با خودمان رفیق باشیم.

دای نوجوانان

یک هدیه ارزشمند

برای دریافت کتاب کامل

به سایت فرزند سبز مراجعه کنید

www.FarzandeSabz.com

یا به نشانی اینستاگرام زیر پیام بدهید

Monshizade_ir

دوست یابی

رازهایی که فقط دوستان واقعی به شما می گویند

نویسنده: محمد منشی زاده

ثروت واقعی مادر زندگی، دوستان و ارتباطاتی است که با دیگران می‌سازیم. پس از سال‌ها تدریس در حوزه مهارت‌های ارتباطی با اطمینان می‌گویم کتاب «۴۴ راز دوست‌یابی» پر از نکته‌هایی است که در بهترین کتاب‌های دنیای می‌توان یافت.

«محمد منشی زاده» نویسنده و سخنرانی‌خلاق است که در این کتاب، چکیده ده‌ها ساعت سخنرانی و کتاب را جمع‌آوری کرده و با زبانی شیرین و ساده، راه کارهای عملی و کاربردی برای پیدا کردن دوست و داشتن ارتباط عالی با دیگران به شما ارائه می‌دهد. او با تخصص خودش در زمینه سواد رسانه و فضای مجازی این کتاب را کامل کرده است. مطالعه این کتاب زندگی‌ساز و ثروت‌آفرین را به همه خانواده‌ها مخصوصاً نوجوانان توصیه می‌کنم.

پیام بهرام‌پور

مدرس مهارت‌های ارتباطی و نویسنده
بیش از ۱۵ جلد کتاب



انتشارات پارسی‌البرز