

✓ کارنیل، بزرگترین شبکه موفقیت ایرانیان می باشد، که افرادی زیادی توانسته اند با آن به موفقیت برسند، فاطمه رتبه ۱۱ کنکور کارشناسی، محمد حسین رتبه ۶۸ کنکور کارشناسی، سپیده رتبه ۳ کنکور ارشد، مریم و همسرش راه اندازی تولیدی مانتو، امیر راه اندازی فروشگاه اینترنتی، کیوان پیوستن به تیم تراکتور سازی تبریز، میلاد پیوستن به تیم صبا، مهسا تحصیل در ایتالیا، و..... این موارد گوشه از افرادی بودند که با کارنیل به موفقیت رسیده اند،

شما هم می توانید موفقیت خود را با کارنیل شروع کنید. برای پیوستن به تیم کارنیلی های موفق روی

لینک زیر کلیک کنید.

[www.karnil.com](http://www.karnil.com)

WWW.KARNIL.COM

## ۱۰۱ نکته کاربردی در توسعه ی مهارت های NLP

- ۱- مطمئن باشید، که فقط خود شما می توانید، نتایج کاری را بهبود بخشید.
- ۲- دریابید که هوش احساسی، می تواند عملکرد و مسیر شغلی تان را تغییر شکل دهد.
- ۳- NLP بر روی عوامل موثر، تمرکز می کند.
- ۴- عملکرد خود را بررسی و هر گونه مشکل را شناسایی کنید.
- ۵- دریابید، که می توانید به آسانی ایجاد اعتماد به نفس را فراگیرید.
- ۶- از سرزنش خودتان به خاطر مشکلات اجتناب کنید، چرا که باعث کاهش اعتماد به نفس می گردد.
- ۷- تصور کردن خود در انجام موفق یک وظیفه را تمرین کنید، مثل ارائه ی پاسخ های دریافتی سازنده و کارآمد.
- ۸- تجارب بالاترین حد اعتماد به نفس تان را همیشه به خاطر داشته باشید.
- ۹- به حفظ یک تصویر ذهنی مثبت از خودتان در آینده ادامه دهید.
- ۱۰- اهداف و پیامدهای مشخصی را برای دستیابی به نتایج مورد نظرتان تعیین کنید.
- ۱۱- به خاطر داشته باشید که در صورت هدف گذاری به نتایج بیشتری دست پیدا می کنید.
- ۱۲- عادت تفکر درباره ی پیامدها را تقویت کنید.

- ۱۳- تصور کنید که چگونه یک شخص مورد احترام، مشکل را بررسی می‌کند.
- ۱۴- نسبت به دیگران انعطاف پذیر باشید.
- ۱۵- خود را برای همسانی با افراد خاص، تطبیق دهید.
- ۱۶- به طور کامل درباره ی رویکردهای احتمالی بیندیشید، تا بهترین گزینه را بیابید و سپس برای کار بعدی اقدام کنید.
- ۱۷- در مورد عملکرد خود مسئول باشید، تا قادر به بهبود آن باشید.
- ۱۸- با توسعه مهارت‌هایتان برای موفقیت‌های آتی، سرمایه گذاری کنید.
- ۱۹- دریابید، که مهارت‌های مدیریت با استفاده از مهارت‌های NLP بهتر توسعه می‌یابند.
- ۲۰- پاسخ‌ها را به طور ذهنی تمرین کنید تا پاسخ جدید را به خاطر بیاورید و بدون اشتباه تکرار کنید. به مرور زمان این کار به یک عادت طبیعی در وجود شما تبدیل می‌شود.
- ۲۱- به خاطر داشته باشید، که می‌توانید پاسخ خود به موقعیت‌ها را تغییر دهید.
- ۲۲- حالات احساسی تان را به طور مداوم شناسایی کنید.
- ۲۳- فقط زمانی که دارای احساس مثبتی هستید، تصمیم گیری کنید.
- ۲۴- نحوه ی سخن گفتن با خود را بهبود بخشید، تا بتوانید عملکردتان را ارتقاء دهید.
- ۲۵- اطمینان حاصل کنید، که خودتان را به طور مکرر ترغیب و تشویق می‌کنید.

- ۲۶- توجه کنید، که چه زمانی، گفت و گوی درونی تان مضر می‌شود.
- ۲۷- به جای انتظار همیشگی برای بدترین، به جنبه ی درخشان موضوع نظر کنید.
- ۲۸- قبل از انجام یک رویکرد، مطمئن باشید، که با آن راحت هستید.
- ۲۹- تصویرسازی را به طور منظم تمرین کنید.
- ۳۰- تصویرسازی رویدادها را در تعدادی از روش‌های متفاوت، تمرین نمایید.
- ۳۱- تصورات دیداری خود را تغییر دهید تا بتوانید حالت احساسی تان را تغییر دهید.
- ۳۲- روش‌های متفاوت پاسخ گویی به یک وضعیت مشکل را متصور شوید، تا از قبل برای مواجه با آن آماده باشید.
- ۳۳- از تجسم وضعیت به شکل رویا اجتناب کنید.
- ۳۴- انعطاف پذیری فردی را با تمرین ذهنی حق انتخابها، ایجاد کنید.
- ۳۵- از رویکردهای منفی خودآگاه باشید و آن را تغییر دهید.
- ۳۶- رنجش را، به کار برای درک کامل فرصت‌های توسعه ی خویش تغییر دهید.
- ۳۷- در مورد سودمندترین و سازنده ترین روش‌های برخورد با وضعیت‌های متفاوت تصمیم گیری کنید.
- ۳۸- قبل از اقدام به یک عمل، هر گونه تردید را برطرف کنید.
- ۳۹- خود را در یک فیلم ویدئویی تماشا کنید و در جست و جوی علائم عدم اطمینان جسمی تان باشید.

- ۴۰- فهرستی از هر گونه علایق تعارض برانگیز در محیط کاری را تهیه کنید.
- ۴۱- از چگونگی شناسایی و تغییر عادات محدود کننده ی اثربخشی آگاه باشید.
- ۴۲- دریابید که آگاهی از عادت بد، اولین گام برای تغییر آن است.
- ۴۳- به خاطر داشته باشید، که تمام افرادی که عملکرد خوب دارند، سالیانی را برای ایجاد عادت‌های موفق، سپری کرده اند.
- ۴۴- سطحی از یک مشکل را که نیاز به یافتن راه حلی برای حل آن وجود دارد، شناسایی کنید.
- ۴۵- از متمرکز شدن بر روی یک نقطه نظر محدود، اجتناب کنید.
- ۴۶- مشکلات را به عنوان معماهایی، که نیاز به کار جهت حل آن‌ها دارید، در نظر بگیرید.
- ۴۷- اطمینان حاصل کنید، که هر روز زمان زیادی را برای تمرکز بر روی اولویت‌ها، صرف می‌کنید.
- ۴۸- به کارکنان، تفاوت بین نکات مهم و نکات تنها فوری را خاطر نشان کنید.
- ۴۹- درک آن چه را که برایتان مهم است، فراگیرید تا بیشتر در کار خود، برانگیخته شوید.
- ۵۰- یاد بگیریم رفتار خود را از چشم دیگران ببینیم.
- ۵۱- به خاطر داشته باشید، که علاوه بر محتوای سخنان، نحوه ی بیان آن‌ها نیز مهم است.

- ۵۲- همیشه تأکید بر بهترین کیفیات دیگران را هدف خود قرار دهید.
- ۵۳- گوش فرا دادن به معیارهای شخصی افراد را در تمام موقعیت‌ها، فراگیرید.
- ۵۴- بر روی مسائلی که به طور مستقیم بر روی عملکرد موثر هستند، تمرکز کنید.
- ۵۵- یادداشتی از اولویت‌های اصلی فکری تان را حفظ کنید.
- ۵۶- تشریح دقیق نکات مهم را در هر وضعیت، برای تیم کاری تان حفظ کنید.
- ۵۷- با درک الگوهای رفتاری همکاران، از بروز مشکلات جلوگیری کنید.
- ۵۸- شناسایی الگوهای رفتاری خود را به اندازه‌ی دیگران فرا گیرید.
- ۵۹- بررسی کنید، که چگونه یک عادت ذهنی و روانی می‌تواند به عنوان یک نقطه‌ی قوت باشد.
- ۶۰- اطمینان حاصل کنید که ترجیحات ذاتی مربوط به شخصیت افراد، به خوبی با وظایفی که انجام می‌دهند هماهنگ است.
- ۶۱- با علایق دیگران، همانند احترامی که برای علایق خود در نظر می‌گیرید، با احترام برخورد کنید.
- ۶۲- آگاه باشید، که شما فقط به اندازه‌ی ضعیف‌ترین اقدامات خود، قوی هستید.
- ۶۳- برای دستیابی به یک مذاکره‌ی خوب برای هر دو طرف، تلاش کنید.
- ۶۴- دریابید که هر مشکل فقط یک راه حل برای مشکل دیگر است.
- ۶۵- به خاطر داشته باشید، که جلوگیری از بروز مشکلات نسبت به منتظر ماندن، تا زمان وقوع آن‌ها بسیار از نظر هزینه‌ی کارآمدتر است.

- ۶۶- به خلاصه سازی ماحصل جلسه و نتایج جاری آن مبادرت ورزید.
- ۶۷- اهداف حاصله را خلاصه و بر روی هدف بعدی، دوباره تمرکز کنید.
- ۶۸- گام‌های اقدام بعدی و اقدام کنندگان را شناسایی کنید.
- ۶۹- دریابید، نقشی که شما در کمک به همکاران ایفا می‌کنید در دستیابی به نتایج، موثر است.
- ۷۰- برای نقطه نظرهای کارکنان ارزش قائل شوید.
- ۷۱- توجه کنید که کارکنان، بیشتر بر روی روابط تمرکز می‌کنند یا وظایف.
- ۷۲- به لغات یا عبارات مبتنی بر سبک‌های احساسی، تصویری و شنیداری توجه کنید.
- ۷۳- شناسایی علائم راهنما، ناشی از حرکات چشم را فراگیرید.
- ۷۴- استراتژی اندیشیدن را تشخیص دهید، تا بتوانید به بهترین نتایج از کارکنان و سازمان دست یابید.
- ۷۵- دریابید که با طرح سؤالات، می‌توانید گفت و گو را هدایت کنید.
- ۷۶- به هنگام اطلاع رسانی به کارکنان، آگاه باشید، که آنان می‌توانند به لغات مشابه به طور متفاوتی واکنش نشان دهند.
- ۷۷- از زبان هوشمندانه و عالمانه استفاده کنید.
- ۷۸- به هنگام سخن گفتن، درک پاسخ‌های اشخاص را فراگیرید.
- ۷۹- طرح سؤالات دقیق و واضح را به خود و کارکنان‌تان آموزش دهید.

- ۸۰- امور و اختیارات را به کارکنان واگذار کنید و آن‌ها را در مزایای حاصل از نتایج خوب، سهم سازید.
- ۸۱- در جست و جوی لحظاتی باشید، که در آن زبان مبهم به طور هنرمندانه ای سودمند است.
- ۸۲- بپذیرید که دستیابی به یک عقیده ی موفق، نیاز به بررسی عقاید بسیاری دارد.
- ۸۳- کارکنان را برای ارائه ی پیشنهادهایی در مورد اصلاحات احتمالی، ترغیب کنید.
- ۸۴- بررسی کنید، که یک عقیده واقع بینانه و قابل وصول است.
- ۸۵- یک تیم کاری را تشکیل دهید، که اعضای آن نقاط قوت یکدیگر را تکمیل و نقاط ضعف همدیگر را پوشش دهند.
- ۸۶- یک برنامه ی کاری را تهیه کنید، تا از تلاش خود در راستای اهدافتان اطمینان حاصل کنید.
- ۸۷- قدرت ذهن ناخودآگاه را دریابید، چرا که آن، منبع خلاقیت شما است.
- ۸۸- روش‌های حمایت حرفه ای و شخصی‌تان را توسعه دهید.
- ۸۹- نقاط ضعف خود را شناسایی کنید تا قادر به اصلاح آن‌ها باشید.
- ۹۰- عادت آموختن از دیگران را در خود ایجاد کنید.



- ۹۱- حداقل یک کتاب در هر ماه بخوانید و کتابخانه ای را برای خودتان تهیه کنید تا بتوانید در آینده به آن مراجعه کنید.
- ۹۲- مشکلات را به عنوان فرصت‌هایی برای تمرکز بر روی توسعه‌ی خویشتن در نظر بگیرید.
- ۹۳- از زمان هدایت و آموزش، به عنوان فرصتی برای بهبود روابط خود با کارکنان استفاده کنید.
- ۹۴- همیشه حمایت از آموزش گیرنده و ترغیب وی را به خاطر داشته باشید.
- ۹۵- جلسه‌ی مربی‌گری (هدایت و آموزش) دیگران را برای بازنگری اقدامات انجام شده، برگزار کنید.
- ۹۶- دریابید که عملکرد خوب، ترکیبی از شایستگی‌هاست.
- ۹۷- برای بهبود سطح عملکرد خود، از مهارت‌های افراد دارای عملکرد عالی، الگوبرداری کنید.
- ۹۸- دریابید، که چگونه رقابت (چشم و هم‌چشمی) با دیگران در کودکی به شما آموخته شده است.
- ۹۹- به خاطر داشته باشید، در صورتی که در حال حرکت رو به جلو هستید، یادگیری مستمر حیاتی است.
- ۱۰۰- نقش یا وظیفه‌ی الگوها را بیابید، تا به بهبود توانایی‌های خود به عنوان یک رهبر ادامه دهید.

۱۰۱- بر روی توسعه ی مهارت‌های رهبری خود تمرکز کنید، تا قادر به ایفای

نقش، به عنوان یک مدیر بسیار موفق باشید.

منبع: توسعه مهارت‌های NLP

نویسنده: موی علی

مترجم: کاظم بنی‌هاشمی

گردآوری و تدوین: محمد افشار

وبلاگ گروه فروش ۵۲۵۱۱

وبلاگ جامع بازاریابی، فروش، مدیریت، موفقیت، کارآفرینی و تبلیغات

[www.52511.mihanblog.com](http://www.52511.mihanblog.com)



در کانال تلگرام کارنیل هر روز انگیزه خود را شارژ کنید 😊

<https://telegram.me/karnil>

 @karnil