



Дейл Карнеги
Тренинг



ДЕЙЛ КАРНЕГИ

Золотая Книга

www.dalecarnegie.com

ЗОЛОТАЯ КНИГА

Принципы из книги *Как завоевать друзей и оказывать влияние на людей*

Станьте Дружелюбнее

1. Не критикуйте, не осуждайте и не выражайте недовольство.
2. Выражайте подлинную признательность.
3. Пробуждайте в других людях искреннее желание.
4. Искренне интересуйтесь другими людьми.
5. Улыбайтесь.
6. Помните, что имя человека - это самый сладостный и самый важный для него звук на любом языке.
7. Будьте хорошим слушателем. Поощряйте других говорить о себе.
8. Говорите о том, что интересует вашего собеседника.
9. Внушайте вашему собеседнику сознание его значительности и делайте это искренне.

Как склонить людей к вашей точке зрения

10. Единственный способ выиграть спор - это не спорить.
11. Проявляйте уважение к мнению вашего собеседника. Никогда не говорите человеку, что он не прав.
12. Если вы не правы, признайте это быстро и решительно.
13. С самого начала придерживайтесь дружеского тона.
14. Заставьте собеседника сразу же говорить вам «да».
15. Пусть большую часть времени говорит ваш собеседник.
16. Пусть ваш собеседник считает, что данная мысль принадлежит ему.
17. Искренне старайтесь смотреть на вещи с точки зрения вашего собеседника.
18. Относитесь сочувственно к мыслям и желаниям других.
19. Взывайте к наиболее благородным мотивам.
20. Театрализируйте свои идеи, подавайте их эффектно.
21. Бросайте вызов, задевайте за живое.

ЗОЛОТАЯ КНИГА

Принципы из книги *Как завоевать друзей и оказывать влияние на людей*

Будь Лидером

22. Начинайте с похвалы и искреннего признания достоинств собеседника.
23. Указывайте на ошибки других не прямо, а косвенно.
24. Сначала поговорите о собственных ошибках, а затем уж критикуйте своего собеседника.
25. Задавайте собеседнику вопросы, вместо того, чтобы ему что-то приказывать.
26. Давайте людям возможность спасти свой престиж.
27. Выражайте людям одобрение по поводу малейшей их удачи и отмечайте каждый их успех. Будьте «чистосердечны в своей оценке и щедры на похвалу».
28. Создавайте людям хорошую репутацию, которую они будут стараться оправдывать.
29. Прибегайте к поощрению. Создавайте впечатление, что ошибка легко исправима.
30. Добивайтесь, чтобы люди были рады сделать то, что вы предлагаете.

ЗОЛОТАЯ КНИГА

Принципы из книги *Как завоевать друзей и оказывать влияние на людей*

Основные Факты, Которые Необходимо Знать о Беспокойстве

1. Живите в «отсеке» сегодняшнего дня.
2. Как справиться с беспокойством:
 - а. Спросите себя: «Что самое худшее может произойти, если я не решу свою проблему?»
 - б. Подготовьтесь в мыслях в случае необходимости принять самое худшее.
 - в. Попытайтесь продумать меры для улучшения положения, с которыми вы мысленно примирились как с неизбежностью.
3. Помните о невосполнимом вреде, который беспокойство причиняет вашему здоровью.

Основные Методы Анализа Беспокойства

1. Соберите все факты.
2. После скрупулезного анализа фактов примите решение.
3. Как только решение принято, начинайте действовать!
4. Запишите следующие вопросы и ответы на них:
 - а. В чем заключается проблема?
 - б. Чем вызвана проблема?
 - в. Каковы варианты решения?
 - г. Какое решение самое лучшее?

ЗОЛОТАЯ КНИГА

Принципы из книги *Как завоевать друзей и оказывать влияние на людей*

Как Одолеть Привычку Беспокоиться Раньше, Чем Она Одолеет Вас

1. Будьте заняты.
2. Не расстраивайтесь по пустякам.
3. Для изгнания беспокойства из вашей жизни используйте закон больших чисел.
4. Считайтесь с неизбежным.
5. Решите для себя, какого беспокойства заслуживает то или иное событие, - и не беспокойтесь больше этого.
6. Не беспокойтесь о прошлом.

Как Выработать Такое Умонастроение, Которое Принесет Вам Душевное Спокойствие и Счастье

1. Заполните свой ум мыслями о спокойствии, мужестве, здоровье и надежде.
2. Никогда не старайтесь свести счеты с вашими врагами.
3. Будьте готовы к неблагодарности.
4. Подсчитывайте свои удачи, а не свои неприятности.
5. Не подражайте другим.
6. Попытайтесь извлечь пользу из неприятности.
7. Дарите счастье другим людям.

ЗОЛОТАЯ КНИГА

Принципы из книги *Как завоевать друзей и оказывать влияние на людей*

Идеальный Способ Преодолеть Беспокойство

1. Молитесь.

Как Уберечь Себя от Беспокойства из-за Критики

1. Помните, что несправедливая критика часто является замаскированным комплиментом.
2. Делайте все, что в ваших силах.
3. Анализируйте ваши собственные ошибки и критикуйте себя.

Как Предотвратить Усталость и Беспокойство, а Также Поддерживать Хороший Тонус и Хорошее Настроение

1. Отдыхайте, не дожидаясь усталости.
2. Научитесь расслабляться во время работы.
3. Следите за своим здоровьем и внешностью расслабляясь дома.
4. Используйте следующие четыре хороших трудовых навыка:
 - а) Освободите свой письменный стол от всех бумаг, за исключением тех, которые непосредственно касаются решаемой сейчас проблемы.
 - б) Выполняйте дела в порядке их важности.
 - в) Если перед вами встает проблема, решайте ее немедленно, если в вашем распоряжении имеются факты, необходимые для принятия решения.
 - г) Научитесь организовывать работу, делегировать ответственность и производить контроль.
5. Чтобы избежать беспокойства и усталости, старайтесь трудиться с энтузиазмом.
6. Избавьтесь от беспокойства по поводу бессонницы.



Дейл Карнеги

1888-1955

Основатель

Биография

Дейл Карнеги родился в 1888 году в штате Миссури, США и получил образование в Государственном педагогическом колледже в Уоренсбурге. Будучи агентом по продажам и воодушевленным актером, Карнеги приезжал в Нью-Йорк, где начал преподавательскую деятельность для взрослых в Молодежной Христианской Организации. В 1912 был основан всемирно знаменитый авторский курс Дейла Карнеги®.

Он написал несколько бестселлеров, включая *Как Завоевывать Друзей и Оказывать Влияние на Людей*, а также *Как Перестать Беспокоиться и Начать Жить*. Было опубликовано более 50 млн. экземпляров книг Дела Карнеги, которые были изданы на 38 языках мира.

Карнеги был выдающимся лектором своего времени и знаменитым консультантом мировых лидеров.

Он вел колонку в газете и был ведущим регулярной радиопередачи.

Дейл Карнеги основал всемирно известную сеть, в структуре которой насчитывается более 2,800 инструкторов с представительствами более, чем в 75 странах.

Обучающие курсы, основанные в 1912 году Дейлом Карнеги, начинались с веры одного человека в возможность самоусовершенствования, постепенно эволюционировав в школу обучения практическим навыкам с представительствами по всему миру. Основная наша задача предоставить деловым людям возможность отточить свое мастерство и усовершенствовать практические навыки с целью достижения положительных, неизменных и прибыльных результатов.

Авторское право ©2006 Дейл Карнеги энд Ассошиейтс, Инк.