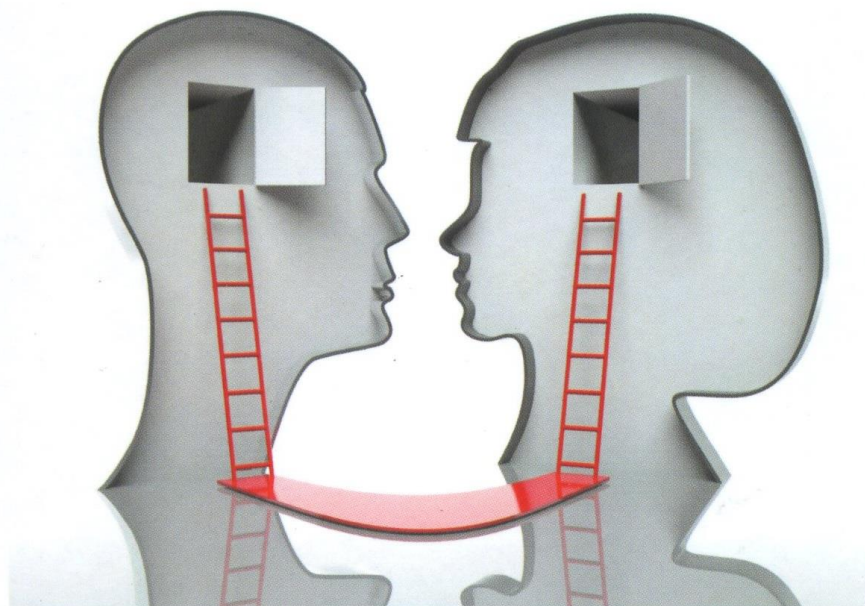


Дуглас Мосс
Алекс Нарбут

БИБЛИОТЕКА
УСПЕШНОГО
ПСИХОЛОГА

ДЕЙЛ КАРНЕГИ

Полный курс
ОБУЧЕНИЯ
ПРИЕМАМ ОБЩЕНИЯ



УДК 159.9
ББК 88.53
М83

*Все права защищены. Никакая часть
данной книги не может быть воспроизведена в какой
бы то ни было форме без письменного разрешения
владельцев авторских прав.*

Мосс, Дуглас.

М83 Дейл Карнеги. Полный курс обучения приемам общения /
Дуглас Мосс, Алекс Нарбут. — Москва : Издательство АСТ,
2018. — 352 с. — (Библиотека успешного психолога).

ISBN 978-5-17-099211-9

В этой книге — все самые важные советы Дейла Карнеги, собранные в 33 урока. Но самое ценное здесь — отличные практические упражнения на отработку принципов Карнеги, подобранные так, чтобы алгоритмы успешного общения «встроились» в вашу речь, в ваше мышление, в ваше поведение.

Также в книге вы найдете множество упражнений на пробуждение творческих способностей, повышение стрессоустойчивости, умение сохранять душевное равновесие в любых обстоятельствах.

Полезная книга для тех, кто хочет не просто знать приемы успеха от Карнеги, а действительно научиться их применять!

12+

Издание для досуга

Дуглас Мосс, Алекс Нарбут

ДЕЙЛ КАРНЕГИ.

Полный курс обучения приемам общения

Подписано в печать 26.03.2018. Формат 84×108/32.

Усл. печ. л. 18,84. Тираж 3000 экз. Заказ № 8370.

Общероссийский классификатор продукции ОК-005-93,
том 2–953000, книги, брошюры.

ООО «Издательство АСТ»

129085, г. Москва, Звездный бульвар, д. 21, стр. 1, комн. 39

Макет подготовлен редакцией ПРАЙМ



Отпечатано в ОАО «Можайский полиграфический комбинат»
143200, г. Можайск, ул. Мира, 93.

www.oaompk.ru, www.oaompk.pf тел.: (495) 745-84-28, (49638) 20-685

ISBN 978-5-17-099211-9

© Мосс Д., 2016

© Нарбут А., 2016

© ООО «Издательство АСТ», 2018

СОДЕРЖАНИЕ

Введение. Что такое «качество жизни» и от чего оно зависит?	7
Закладываем фундамент правильного общения	14
Урок первый Самое сладкое слово для каждого человека. Обращайтесь к собеседнику по имени!	14
Урок второй Что стоит дешевле всего и ценится всего дороже? Улыбка — ключ к расположению.	22
Урок третий Развивайте доброжелательность!	31
Урок четвертый Как вызвать чужой интерес? Проявляйте интерес к людям!	36
Урок пятый Чтобы увлечь собеседника, говорите о том, что интересно ему	47
«Нельзя» и «Следует» в общении	56
Урок шестой Как склонить собеседника к своей точке зрения. Никогда ничего не доказывайте!	56
Урок седьмой Лучший путь избежать упреков. Признавайте свою неправоту	72

Урок восьмой.

Как сохранить мир в отношениях.

Забудьте о приказном тоне и начните сотрудничать . . . 81

Критика. Как делать это правильно 91**Урок девятый.**

Как удержаться от осуждения.

Заменяем критику похвалой 91

Урок десятый.

Искренне одобряйте людей и делайте им

комплименты 110

Урок одиннадцатый.

Дайте людям возможность самостоятельно

исправлять свои ошибки. 119

Урок двенадцатый.

Как простить чужое несовершенство.

Не бойтесь говорить о своих недостатках! 126

Если вам нужно согласие человека 132**Урок тринадцатый.**

Как подвести человека к согласию.

Заставьте его говорить «да, да, да». 132

Урок четырнадцатый.

Как заставить другого сделать то, что хотите вы.

Давайте людям то, что они хотят получить 140

Урок пятнадцатый.

Как направить человека на нужный вам путь.

Позвольте ему присвоить вашу идею! 157

Инвестиции в общение, которые сделают вас богаче и счастливее 163**Урок шестнадцатый.**

Кратчайший путь к изменению других.

Создайте человеку доброе имя 163

Урок семнадцатый. Как найти отклик в каждой душе. Взывайте к благородным побуждениям	172
Если в вашей жизни нет просвета. Путь к счастью и спокойствию	180
Урок восемнадцатый. Как не увязнуть в неприятностях. Не давайте пустякам выбить вас из седла	181
Урок девятнадцатый. Как не беспокоиться о том, что будет завтра. Живите в рамках сегодняшнего дня.	192
Урок двадцатый. Как избавиться от страха перед будущим. Подготовьтесь к худшему и живите спокойно	200
Урок двадцать первый. Первый шаг к преодолению несчастья. Примиритесь с неизбежным	213
Урок двадцать второй. Прошное не вернешь. Не пытайтесь пилить опилки	222
Урок двадцать третий. Секрет, помогающий избавиться даже от тревоги по серьезному поводу.	235
Оградительные барьеры для вашего счастья	252
Урок двадцать четвертый. Как сохранить энергию счастья. Не тратьте силы на врагов	252
Урок двадцать пятый. Как не чувствовать себя обделенным. Считайте благодати, а не несчастья	261

Урок двадцать шестой

Как не стать посредственностью.

Всегда и везде будьте самим собой 275

Урок двадцать седьмой

Как не свернуть с правильного пути.

Учитесь быть ответственным 292

Урок двадцать восьмой

Если вас критикуют, значит, вы чего-то стоите.

Как не расстраиваться из-за критики 303

**Инвестиции в счастье, которые позволят
вам жить долго и радостно 314****Урок двадцать девятый**

Заманчивое предложение: хотите избавиться

от пятидесяти процентов своего беспокойства?! 314

Урок тридцатый

Сложное простое «спасибо» 323

Урок тридцать первый

Девять слов, которые помогут

преобразить вашу жизнь 328

Урок тридцать второй

Как работать с полной отдачей и сохранить силы.

Отдыхайте правильно 336

Урок тридцать третий

Как сделать любое занятие увлекательным.

Используйте творческий подход. 346