

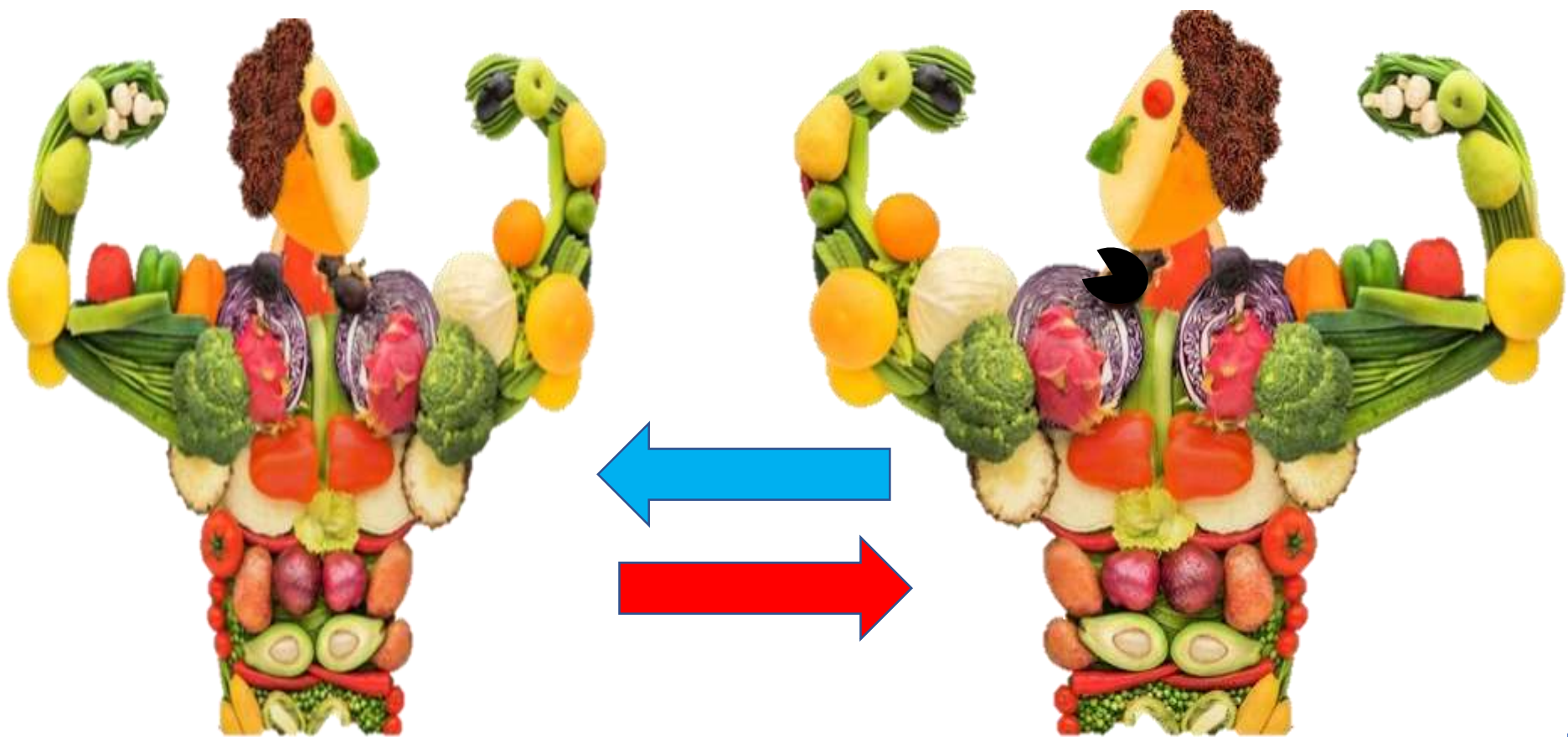


# قراره چی بگیم...؟



- طعم غذای ارتباطی
- قلمرو ارتباطات خانوادگی
- قوانین رژیم غذایی
- آفات رژیم غذایی
- چه باید کرد؟

# ارتباطات ما مانند غذا طعم و خاصیت دارد



# اهمیت و قلمرو غذای ارتباطی در خانوادگی



کمیت ✓  
کیفیت ✓  
گستردهگی ✓



# قوانین یک رژیم غذایی مطلوب



# ١- سلامت مواد اولیه



# مواد اولیه آس رسته ارتباطات

زبان واژه ها

زبان جمله ها

زبان لحن

زبان بدن

زبان موقعیت

زبان سکوت





## ۲- ترکیب و پخت خوبی داشته باشد



# ۳- ظاهری زیبا و دلچسب داشته باشد



سلامت ارتباطی اصل است اما کافی نیست.  
خوراکی های خوشمزه اما ناسالم، بسیار خطرناک اند.





## ۴- مصرف به موقع





# ۵- مصرف به اندازه



# ۶- مصرف تدریجی



# ٧- مصرف مستمر





# آفات رژیم غذایی ارتباطات در خانواده





**خب!... حالا چکار کنیم**



# ارتباطات خود را سالم و جذاب کنیم



مهارت خود میزانی ...

# بين مواد اوليه ارتباط هماهنگي ايجاد ڪنيم





تلخی های گذشته را جبران کنیم





# به کار بردن واژه های **دل انگیز**



تمرین..... یعنی از واژه های زیبا تهیه و آنها را تکرار کنید

# جملاتی توصیفی به جای دستوری



• به جای جملات دستوری

(تحریمی و تجویزی)

از جمله های:

پرسشی

خبری

و توصیفی

استفاده کنید

# سیرین کاری و تنوع در ارتباطات



- هدیه دادن
- غافلگیری

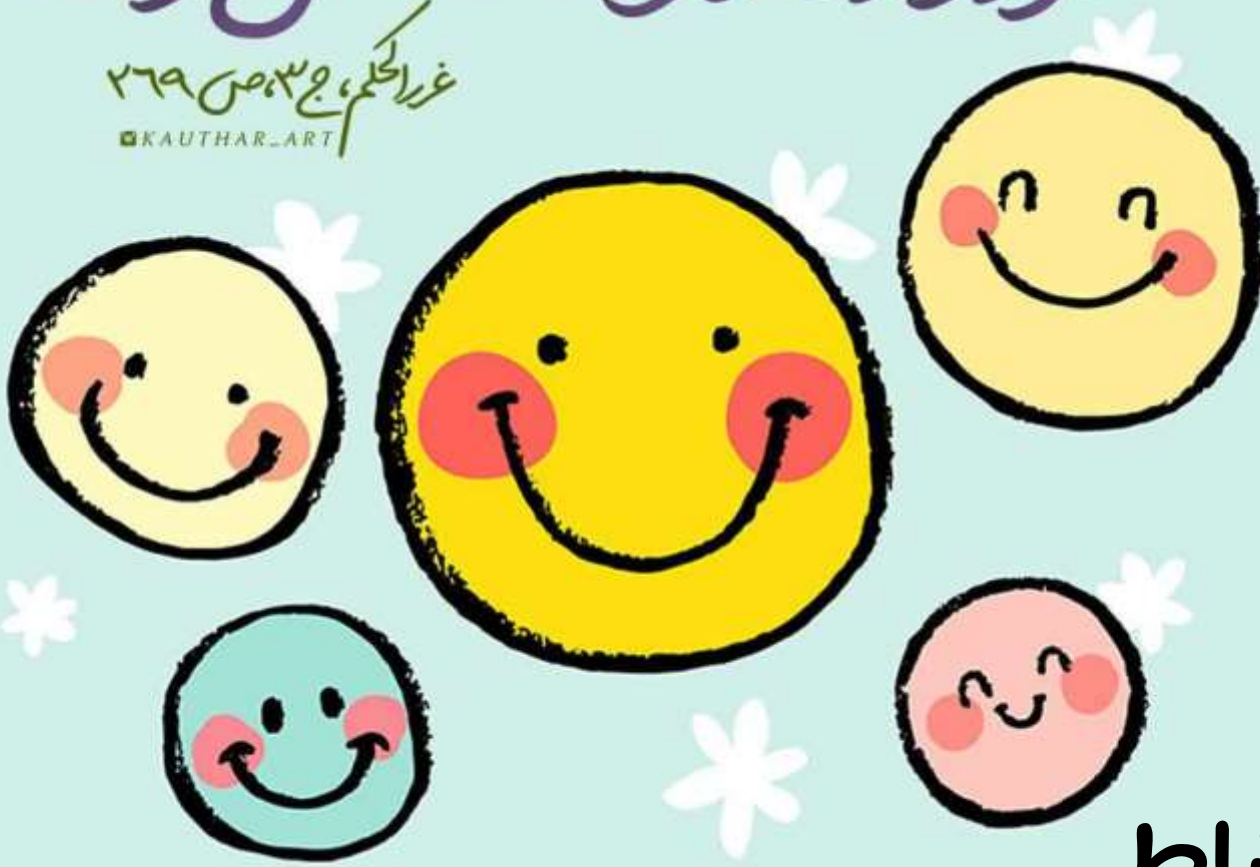


امیر المؤمنین علیہ السلام

گُسادہ روی کا تو، نسا نگر

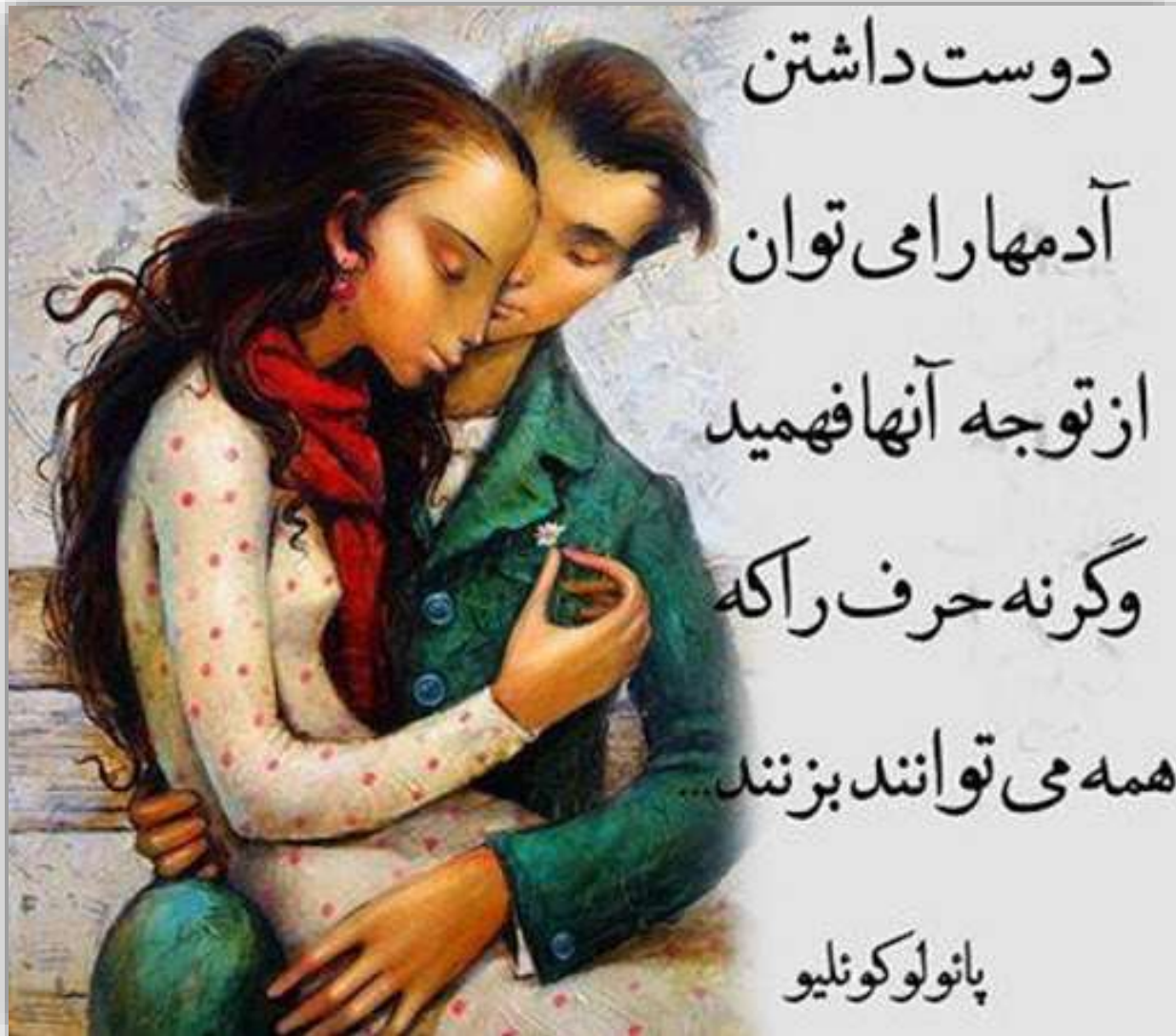
بزرگواری کا وارامت نفس تو بہت

غیر اکلم، وج ۳، ص ۲۶۹  
KAUTHAR-ART



گُسادہ روی و نسا نگر

# به همسرتان توجه و او را گوش کنید



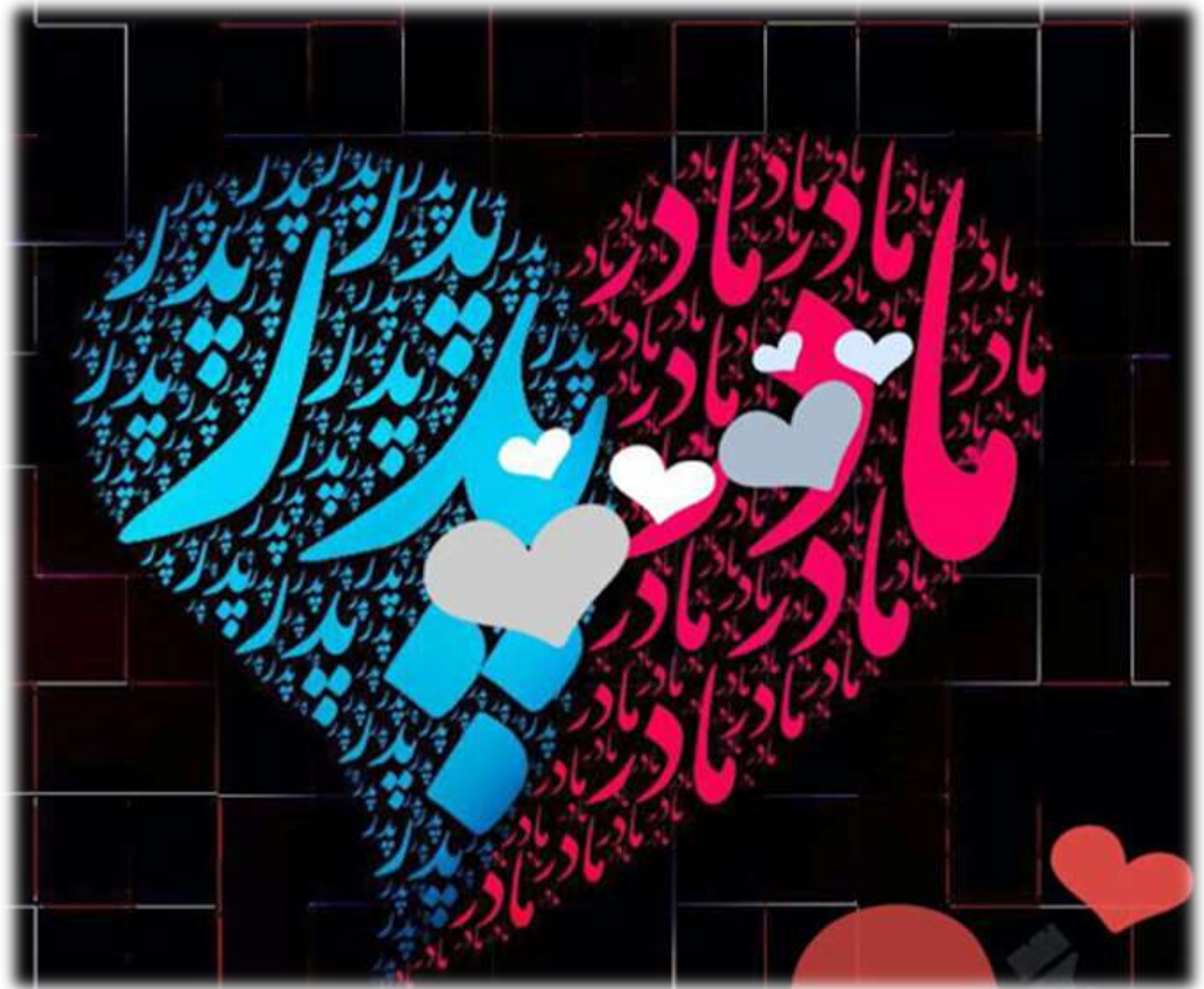
برای یکدیگر موقعیت های جذاب ایجاد کنیم



به سادگی و با کمترین هزینه



# احترام به خانواده همسر





# راههای ارتباطی

ایمیل:

hojat.bayat@gmail.com

سایت:

<https://ofoghezendegi.ir> ✓

همراه: ۰۹۳۳۰۹۱۱۰۹۰

# به امید موفقیت بیشتر خانواده‌ها





## و لله الاسمه الحسنی فادعوه بها

ای مربی ما! تو بر همه امور ظاهری و باطنی  
ما آگاهی پس، چنانچه بین ما کدورتی  
پیش آمد / قبل از آن که به جدایی  
عاطفیمان بینجامد / برای حل به موقع آن  
ما را موفق گردان .

ای مربی ما! ما مصمیم با تو گل بر تو / و  
بهره گیری از توانمندی هایی که به ما  
عطا کرده ای / مشکلات  
خانوادگیمان را اصلاح کنیم / پس ما را  
برای این مهم موفق گردان .  
آمین یا رب العالمین!