

لیست کلمات محترمانه را مطالعه کردید؟
دقت کردید بعضی افراد چقدر دلنشین صحبت می کنند؟
وقتی کسی اینگونه جذاب صحبت می کند اصلا آدم نمی خواهد صحبتشان به پایان برسد.
یا برعکس تا به حال با کسانی که اصلا بلد نیستند صحبت کنند هم کلام شدید؟
دقت کردین که چقدر صحبت کردن با چنین افرادی کلافه کننده است؟

اصولا کسانی که از کلمات محترمانه در صحبت هایشان استفاده می کنند،
دلنشین تر و زیباتر حرف می زنند نسبت به کسانی که بلد نیستند از کلمات،
به درستی استفاده کنند یا حتی بدتر از آن از کلماتی که مودبانه نیستند در کلامشان استفاده می کنند.

در رفتار هم محترم باش

اما لازم است بدانیم که محترمانه صحبت کردن نیاز به تمرین دارد ولی،
زمانی قابل باور می شود که ما در رفتار هم محترمانه برخورد کنیم.
اصولا [زبان بدن](#) بخش مهم و اعظمی از منظور ما را به طرف دیگر منتقل می کند،
پس آگاه بودن نسبت به زبان بدن و کنترل آن،
همچنین استفاده به جا و درست از زبان می تواند در روابط ما بسیار موثر عمل کند.

برای اینکه بتوانید در رفتارتان محترمانه برخورد کنید نیاز است که خوشرو باشید،
وقتی در حال صحبت هستید لبخند به لب داشته باشید،
صادقانه برخورد کنید، امیدبخش باشید و از کلمات مثبت استفاده کنید،
به چشم های طرف مقابل خود نگاه کنید، خوب و با دقت گوش بدهید و...
البته شناخت آدم ها کار بسیار ساده ای است و در این راستا می توانید از،
مقاله [شخصیت شناسی دیسک](#) یا [نحوه احوالپرسی](#) کمک بگیرید.

روان صحبت کنید

گاهی ممکن است در شرایطی قرار بگیریم که با توجه به آن شرایط و موقعیت بهتر است
از کلمات قلمبه سلمبه استفاده کنیم اما اصولاً افراد ترجیح می دهند،
روان صحبت کنند و حرف هایی هم که می شنوند روان باشد که نیاز به تحلیل نداشته باشد.

به طور کلی غالب افراد دوست دارند با دیگران راحت و روان صحبت کنند و اگر،
دقت کرده باشید معمولاً کسانی که دلنشین صحبت می کنند هم روان حرف می زنند.
پس ترجیحاً از کلمات سخت، سنگین و تخصصی در کلام خود استفاده نکنید،
مگر اینکه در شرایط ویژه ای باشید که نیاز به استفاده از این نوع کلمات باشد.

برای آگاهی از لیست کلمات محترمانه مطالعه کنید

استفاده و یادگیری کلمات محترمانه تا حدودی با خواندن چنین مطالبی امکان پذیر است اما،
برای اینکه بتوانید تمام اصول محترمانه صحبت کردن را بیاموزید،
نیاز است که کتاب بخوانید، پادکست بشنوید، رادیو گوش بدهید، برنامه های گفتگو محور را ببینید و...
تمام این اقدامات به خصوص کتاب خواندن موجب می شود با،
دریای بی کران و بی انتهایی از واژگان روبرو شوید و حتی به درستی می فهمید که،
از کلماتی در چه زمان ها و مکان هایی می توان استفاده کرد.
شما زمانی می توانید موفق باشید که بتوانید به درستی با دیگران ارتباط برقرار کنید و،
یکی از شروط ارتباط با دیگران استفاده درست و به جا از کلمات مناسب است.

درست گوش کنید

علاوه بر اینکه خوب گوش دادن تاثیر بسیار زیادی در بهبود روابط با دیگران دارد،
موجب می شود از صحبت های طرف مقابل خود، کلمات محترمانه را بیاموزید.
در واقع خوب گوش دادن باعث می شود طرف دیگر،
به هم کلام شدن با شما علاقه مند شود چراکه با این کار به او احترام میگذارید و ارزش قائل می شوید.
سعی کنید هیچگاه وسط صحبت کسی نپرید و حرف کسی را قطع نکنید.

تمرین کنید

شاید با خواندن همین مطلب یا مطالبی از این قبیل حتی شده به اندازه چند نکته کوچک، پیاموزید اما اگر از آن ها استفاده نکنید به زودی فراموششان خواهید کرد. پس برای هر کاری باید تمرین داشت و با تمرین است که می توانید محترمانه صحبت کردن را در خود نهادینه کنید.

به یاد دارم چندسال پیش ضرب المثلی شنیدم که هم تا آنموقع نشنیده بودم و هم خیلی از آن خوشم آمد، اولین کاری که کردم این بود که آن ضرب المثل را برای خودم یادداشت کردم و مدام تکرار کردم که فراموش نکنم. بعد به این فکر کردم که چه زمانی می توان از آن استفاده کرد و سعی کردم، حواسم جمع باشد که هر وقت زمانش بود، از آن استفاده کنم.

بنابراین اگر می خواهید لیست کلمات محترمانه را بشناسید و محترمانه صحبت کنید باید آن را تمرین کنید. جمله ها و کلمات محترمانه را یادداشت کنید و جلوی آینه با خودتان تکرار کنید. سپس سعی کنید از همان جملات و کلمات در مواجهه با دیگران، (راننده آژانس، همکار، خواهر، برادر، دوست و...) استفاده کنید. تکرار این کار موجب می شود کم کم این سبک صحبت کردن در شما نهادینه شود.

هیجانات خود را کنترل کنید

اگر خیلی خوشحالید، عصبانی هستید، خشم دارید، ناراحت و غمگین هستید و... نباید در مکالمه با دیگران این احساسات را نشان و بروز بدهید. حتی اگر وسط مکالمه با شخصی عصبانی می شوید، باید خودتان را کنترل کنید و احساسات تان را بروز ندهید.

اگر نتوانید احساسات خود را مدیریت کنید پس منش محترمانه هم نخواهید داشت و برعکس، اگر زمانی که اینگونه احساسات سراغتان می آید، بتوانید خودتان را کنترل کنید به شخصی متشخص و محترم تبدیل خواهید شد.

لیست کلمات محترمانه

به جای خدافظ بگویید: خدانگهدار
به جای گرفتارم بگویید: در فرصت مناسب خدمت می رسم/ در زمان دیگری می بینمتان
به جای خدا بد نده بگویید: خدا سلامتی بدهد/ تنتان سالم باشد
به جای زشته بگویید: زیبا نیست/ قشنگ تر هم می توانیم پیدا کنیم

به جای دروغ نگو بگویند: راست می گویی؟/ جدا؟/ واقعا؟
به جای شکست خوردم بگویند: تجربه بیشتری به دست آوردم
به جای بیخشید مزاحم شدم بگویند: ممنونم که وقت تان را در اختیارم قرار دادید
به جای قابل نداره بگویند: هدیه ای برای شما/ این هدیه از طرف من برای شماست امیدوارم خوشتان بیاید

به جای سراغتو می گرفتم بگویند: جویای احوالتان بودم
به جای خسته نباشی بگویند: خدا قوت/ پر انرژی باشید
به جای دخالت نکن بگویند: اجازه بدهید خودم به تنهایی تصمیم بگیرم
به جای گروه بگویند: مقرون به صرفه نیست/ دنبال مورد ارزان تری هستم

به جای بد نیستم بگویند: خدا روشکر خوبم/ عالیم/ خیلی حالم خوبه
به جای به درد من نمی خورد بگویند: برای من مناسب نیست
به جای چه کار داری بگویند: بفرمایید/ چه کاری از دستم برمی آید؟
به جای له تو ربطی نداره بگویند: خودم این موضوع را حل می کنم