

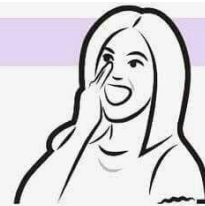
## ۷ عادت کلامی نامطلوب

### ۷ عادت کلامی نامطلوب



۲. قضاوت کردن: اگر صحبت های شما مملو از قضاوتگری باشد، اطرافیان تان را نسبت به اینکه ممکن است آنها هم توسط شما قضاوت شوند نگران می کند و این موجب می شود که در مقابل شما احساس امنیت نکنند و خود واقعی شان را نشان ندهند.

### ۷ عادت کلامی نامطلوب



۱. غیبت کردن: غیبت و بدگویی درباره دیگران تاثیری زنجیروار دارد که در نهایت اثر منفی اش به خود فرد گوینده بر می گردد. فردی که غیبت می کند از خودش تصویری منفی در ذهن دیگران ایجاد می کند و این باعث می شود دیگران هم به خود اجازه غیبت درباره او را بدهند.

### ۷ عادت کلامی نامطلوب



۴. شکایت کردن: شکایت کردن به راحتی عادت می شود و پیش از آنکه متوجه شوید شما را تبدیل به فردی غرغرو درباره زمین و زمان می کند. به این خاطر به آن ویروس بدبختی می گویند.

### ۷ عادت کلامی نامطلوب



۳. منفی گویی: خوش بین بودن و مثبت اندیشی شما را تبدیل به فردی جذاب تر در مکالمات تان می کند. علاوه بر اینکه مثبت اندیشی و خوش بینی برای سلامتی تان نیز مفیدترند.

### ۷ عادت کلامی نامطلوب



۶. اغراق کردن: اغراقگری باعث می شود ارزش کلام ما به تدریج کاهش یابد. مبالغه یا اغراق شکلی از دروغ است و هیچ کس دوست ندارد به افرادی که دروغ می گویند گوش دهد.

### ۷ عادت کلامی نامطلوب



۵. سرزنشگری: برخی افراد با هر شکست یا ناکامی، همه را غیر از خودشان مقصر می دانند و اصلا دائم به دنبال مقصر برای مشکلات شان می گردند. این افراد هم محبوبیت خود را بسیار کم می کنند و هم نمی توانند با مسئولیت پذیری مشکلات و موانع را از مسیرشان بردارند.

### ۷ عادت کلامی نامطلوب



۷. دگم بودن: بسیار خطرناک است که عقاید شخصی مان را با واقعیت ها برابر بشماریم. بدانید که هیچ کس مایل نیست توسط عقاید شخصی شما که به صورت احکام قطعی بیان شان می کنید بمباران شود.