

به نام خدا

تقدیم به

خدای زنده

زیرا او نور نورها است

و تنها از نور اوست که

همه نور افشانی می کنند...

هفت عادت مردمان موثر

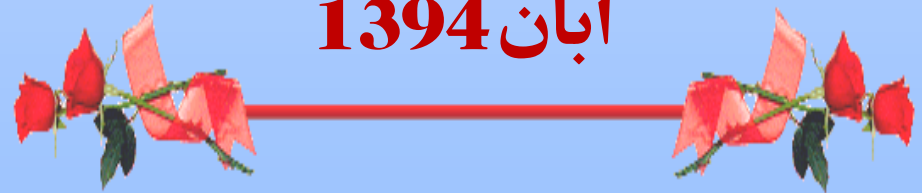
THE 7 HABITS OF HIGHLY EFFECTIVE PEOPLE

❖ نوشته: استفان کاوی

❖ ترجمه: گیتی خوشدل

❖ نشر پیکان، تهران 1384، چاپ چهاردهم

آبان 1394



فهرست



هدف و موضوع کتاب

تأثیر تغییر نگرش

اصل درونی

6 راه بهبود کیفیت هر نوع

رابطه انسانی

3 عادت منش

پیوستار بلوغ

3 عادت شخصیت

منش و شخصیت

عادت 7: اره را تیز کنید

داستان پایانی





➤ برای رهبری و مدیریت موثر ابتدا باید از عهده رهبری و مدیریت **خویشتن** برآمد.

ثمره درونی کردن 7 عادت:

➤ احترام به خود و اعتماد به نفس افزونتر

➤ بهبود روابط با دیگران

➤ ایجاد انگیزه در دیگران

➤ خلاقیت و شادی و هیجان برای آموختن

تأثیر تغییر نگرش

5

✚ اگر میخواهید رفتار کسی را تغییر دهید، **تصویری** که از **نقش** خود دارد را عوض کنید.

✚ هنگامی که با **مشکلات اساسی** روبرو می شویم نمی توانیم از همان **سطح تفکری** که آنها را به وجود آورده ایم ، مشکلات را حل کنیم... انیشتین

✚ **تغییر نگرش...**



اصل درونی

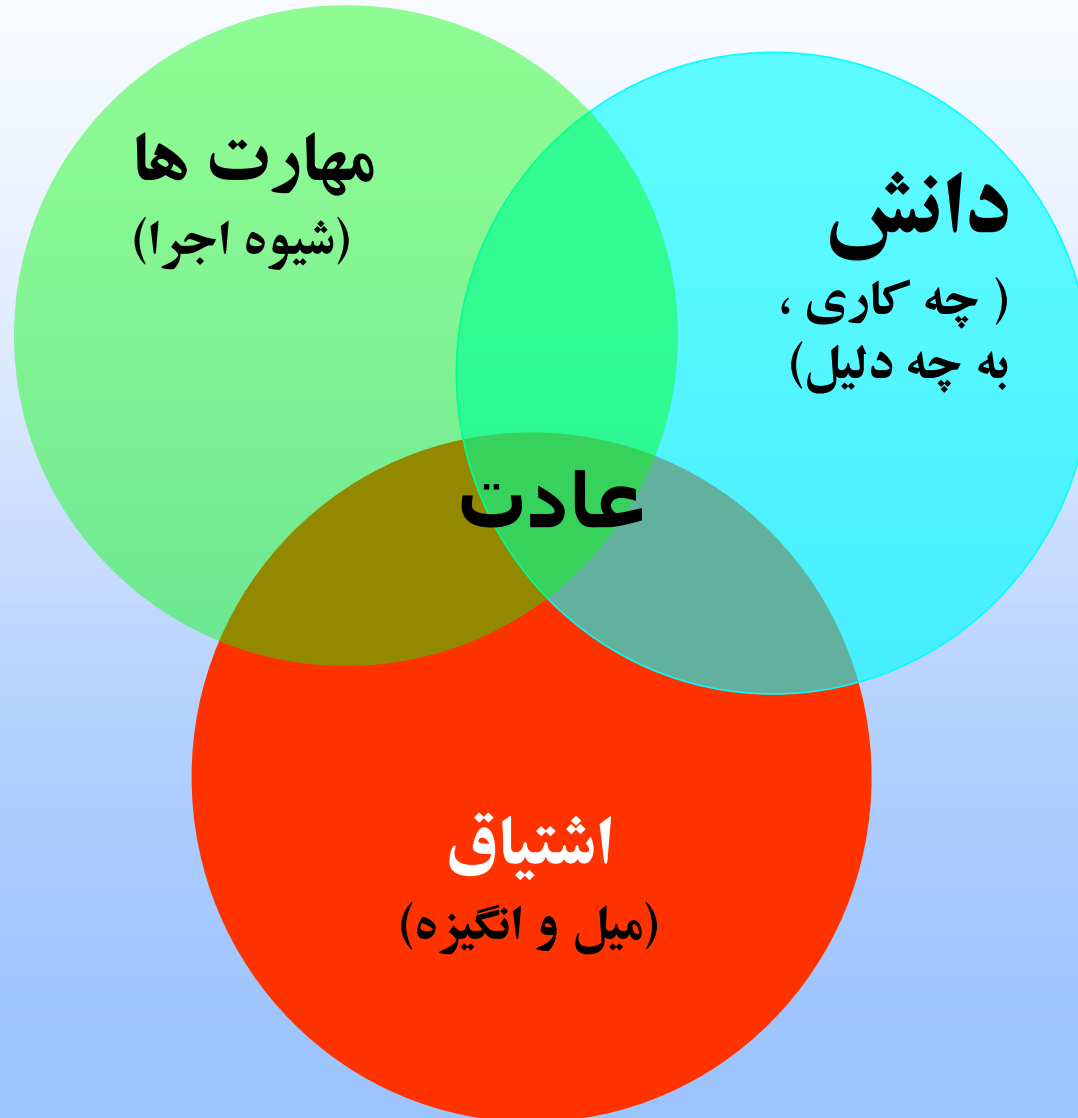


Internalized Principle ✚

✚ عادت درونی، اصل درونی

مهمترین دارایی ما قابلیت تولید ماست..

p. c. → **p.**



6 راه بهبود کیفیت هر

نوع رابطه انسانی



1. مهربانی های ساده و کوچک
2. صداقت
3. تصریح و تشریح توقعات
4. وفاداری و غیبت نکردن پشت سر دوستان
5. تمامیت وجود: تطابق اندیشه، گفتار و کردار
6. صمیمانه پوزش خواستن در مورد نقض موارد بالا



ترس و خشم

اتکای متقابل

5- نخست گوش فرا دهید
و سپس بخواهید به شما
گوش کنند

6- سینرژی ایجاد
کنید

پیروزی
عمومی

4- برنده-برنده
بیاندیشید

شخصیت
(ظاهر)

استقلال

3- نخست امور
نخست را قرار دهید

پیروزی
شخصی

2- ذهناً از
پایان آغاز کنید

1- عامل باشید

منش
(باطن)

اتکا

اندیشه ای بکار تا عملی درو کنی

عملی بکار تا عادتی درو کنی

عادتی بکار تا منشی درو کنی

منشی بکار تا تقدیری درو کنی



1- اختیار دار سرنوشت خود باشید be proactive

- آگاهانه عمل کردن
- توانایی پاسخگویی: مسئولیت کامل اعمال خود را
پذیر **responsibility : response ability**
- **اختیار:** زاینده شرایط و محیط
- **آزادی:** بدون انسان و قدرت او در بکارگیری
انتخاب



2- به طور ذهنی از پایان آغاز کنید

- نقشه بکشید
- دو بار اندازه بگیرید و یک بار ببرید...
- مدیریت انجام امور درست است و رهبری انجام درست امور درست



3- نخست امور نخست را قرار دهید

مدیریت زمان	فعالیت اضطراری	غیر اضطراری
مهم	بحران ها	پیشگیری، استحکام روابط ، امور p.c
بی اهمیت	برخی جلسات، تلفن ها، نامه ها و مناسک اجتماعی ...	مشغله کم اهمیت، اطلاق وقت و سرگرمی ها



4 - تفکر برنده - برنده



5- نخست گوش فرا دهید و سپس بخوابید به شما گوش کنند



7- اره را تیز کنید... بازسازی خویشتن



معنوی

ذهنی

جسمانی

اجتماعی-
عاطفی

هرگز خود را آنقدر مشغول نکنید که عادت 7 را از دست بدهید...

ناخدا و فانوس دریایی



اصول مانند فانوس دریایی اند
تکان نمی خورند
نمی توانیم آنها را بشکنیم
اما می توانیم آنها را بیاموزیم، به کار ببندیم و بابت آنها
شکرگزار باشیم



هرگز از تلاش باز نمی‌ایستیم
و پایان تلاشمان این خواهد بود
که به نقطه آغاز برسیم، تا برای
نخستین بار آن را بشناسیم...



با نشکر از نوجه شما

