|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **نموذج تلخيص كتاب في "برنامج بوصلة الطاقات"** | | | |
| **المظفر فواز البشري** | | | **الاسم المشارك:** |
| -Putnam Adult .أبناء ج. ب. بتنام  -مكتبه جرير | **دار النشر** | من الذي حرك قطعة الجبن الخاصة بي؟ | **عنوان الكتاب** |
| 96 | **عدد الصفحات** | سبنسر جونسون | **اسم المؤلف** |
| 25/1/2025 | **تاريخ إتمام القراءة** | 25/1/2025 | **تاريخ بداية القراءة** |
| يهدف الكتاب إلى مساعدة القارئ على التكيف مع التغيير، وتطوير استراتيجيات للتعامل مع التحولات المفاجئة في الحياة والعمل. | | | **هدف الكتاب العام** |
| الكتاب يقدم قصة رمزية تدور حول أربعة شخصيات تبحث عن “قطعة الجبن” التي ترمز إلى الأهداف والطموحات. عندما تختفي الجبن، يتصرف كل شخصية بطريقة مختلفة، مما يعكس مواقف متنوعة تجاه التغيير. من خلال القصة، يتعلم القارئ أن التغيير أمر لا مفر منه، وأن التكيف معه هو المفتاح للنجاح والنمو. | | | **ملخص إجمالي للكتاب** |
| • مواجهة التغيير وكيفية التعامل معه.  • التكيف مع الظروف الجديدة.  • اتخاذ خطوات استباقية بدلاً من مقاومة التغيير.  • أهمية الصمود والإيجابية عند حدوث تحولات غير متوقعة. | | | **موضوعات الكتاب الرئيسة** |
| 1. استشعار التغيير مبكرًا ومحاولة التكيف بسرعة.  2. تجاوز الخوف من المجهول واحتضان الفرص الجديدة.  3. ترك السلوكيات السلبية مثل التردد والانتظار المفرط.  4. التفكير الإيجابي والنظر إلى التحولات كفرص للنمو. | | | **خطوات عملية وأدوات تفيدني في مضاعفة إنتاجيتي وتحقيق أهدافي وإدارة أولوياتي** |
| • “التغيير أمر لا مفر منه، لكن التكيف معه اختيار.”  • “الخوف من التغيير يعوق النمو.”  • “المرونة والفضول هما مفتاح النجاح في مواجهة التحولات. | | | **عبارات وأفكار ملهمة** |