

نموذج تلخيص كتاب في "برنامج بوصلة الطاقات"

أبرار مساعد العنزي			الاسم المشارك:
مكتبة جرير	دار النشر	كتاب من الذي حرك قطعة الجبن الخاصة بي	عنوان الكتاب
96	عدد الصفحات	سبنسر جونسون	اسم المؤلف
21/11/2024	تاريخ إتمام القراءة	21/11/2024	تاريخ بداية القراءة
يهدف الكتاب إلى توضيح أهمية التكيف مع التغيير في الحياة الشخصية والمهنية وكيفية التعامل معه بشكل إيجابي وتشجيع على مواجهة المخاوف والتحديات من أجل تحقيق الأهداف			هدف الكتاب العام
الكتاب يحكي قصة رمزية عن فأرين وقزمين يبحثون عن الجبن في متاهة ، حيث يمثل الجبن الأهداف والطموحات والمتاهة تمثل الحياة والعقبات التي تواجهها ، يبرز الكتاب كيفية التكيف مع التغيير والحش من فرص جديدة بدلاً من التمسك بالقديم أو الخوف من المستقبل.			ملخص إجمالي للكتاب
حتمية التغيير: يركز الكتاب على أن التغيير جزء لا يتجزأ من الحياة، ويجب تقبله بدلاً من مقاومته. التكيف مع المتغيرات: يبرز أهمية التكيف بسرعة مع التغيرات لتحقيق النجاح. الخوف من التغيير: يناقش الكتاب كيفية تجاوز المخاوف المرتبطة بالتغيير والتحرر من التردد. البحث عن فرص جديدة: يشجع القارئ على السعي الدائم لتحقيق أهداف جديدة بدلاً من التمسك بالماضي.			موضوعات الكتاب الرئيسية
تقبل وتوقع التغيير واستعد له بدلاً من مقاومته. ركز على البحث عن الفرص بدلاً من الانشغال بالماضي. قم بمراجعة أهدافك بانتظام لتواكب ظروفك الحالية. تحرك بسرعة عند مواجهة التحديات ولا تنتظر طويلاً تقسيم الأهداف الكبيرة إلى خطوات صغيرة حتى يمكن تحقيقها بسهولة وانتظام التخلص من الخوف بدلا من القلق بشأن المستقبل أو الفشل المرونة في التنفيذ			خطوات عملية وأدوات تفيدني في مضاعفة إنتاجيتي وتحقيق أهدافي وإدارة أولوياتي
استخدم قوائم المهام المهمة لتحديد الأولويات. إذا لم تتغير، فقد تفتى. - يذكرنا بأن التغيير ضرورة للنمو والبقاء. "كلما تركت الجبن القديم بسرعة، وجدت الجبن الجديد أسرع." - دع الماضي وراءك وابحث عن فرص جديدة. "ما تخاف منه ليس سيئاً كما تظن." - مواجهة الخوف خطوة أساسية لتحقيق التقدم. "الحركة في اتجاه جديد تساعدك على العثور على النجاح." - لا تخف من الخروج من منطقة الراحة. "الوقت، التغير، يمكن مستعداً للتكيف معه." - النجاح يعتمد على معانٍ متقبل.			عبارات وأفكار ملهمة