| **نموذج تلخيص كتاب في "برنامج بوصلة الطاقات"** | | | |
| --- | --- | --- | --- |
| **فيّ بدر العنزي** | | | **الاسم المشارك:** |
| مكتبة جرير | **دار النشر** | من الذي حرك قطعة الجبن الخاصة بي ؟ | **عنوان الكتاب** |
| 91 | **عدد الصفحات** | سبنسر جونسون | **اسم المؤلف** |
| 23نوڤمبر 4:50م | **تاريخ إتمام القراءة** | 23نوڤمبر ساعه 3:30م | **تاريخ بداية القراءة** |
| كيفيه تقبل التغير والتكيف مع المتغيرات بدلاً من مقاومته وايضاً يشجع على التفكير الابداعي والبحث عن الفرص الجديده  والتركيز على التكيف الشخصي | | | **هدف الكتاب العام** |
| تدور القصة حول أربع شخصيات فأران يدعيان سنيف وسكوري وقزمان صغيران بحجم الفئران يدعيان هيم وهاو. يعيشون جميعًا في متاهة ويبحثون عن الجبن الذي يمثل السعادة والنجاح القصة تستعرض ردود أفعالهم المختلفة عندما ينفد الجبن من موقعه المعتاد؟  سنيف وسكوري: الفأران يتميزان بالاستجابة السريعة للتغيير حيث يبدأان في البحث عن جبن جديد بمجرد نفاده  هيم وهاو: القزمان الصغيران يكافحان لقبول التغيير بينما يرفض هيم التغيير بشدة ويرغب في العودة إلى الوضع القديم،بينما يبدأ هاو في تقبل الواقع الجديد والبحث عن جبن جديد بمرور الوقت  ( تعلم شخصي مستفاد من القصه)  كان الجبن في القصه رمز للأشياء التي نريدها بحياتنا كمثال العلاقات والمال والحب او سلامه ورحه نفسيه  نتعلم من هاو ان التغيرات جزء من الحياة ومن هيم ان لا نتردد في ولا نكثر بتساوؤلاتنا حول المتغيرات كثيراً | | | **ملخص إجمالي للكتاب** |
| * تغيرات الحياة * تعلم التجارب * تفاؤل وايجابيه * البحث عن الفرص * المرونه والتكيف   . | | | **موضوعات الكتاب الرئيسة** |
| التغلب على الخوف والتحرك بسرعه  البحث عن فرص جديده  قبول التغيرات واستعداده | | | **خطوات عملية وأدوات تفيدني في مضاعفة إنتاجيتي وتحقيق أهدافي وإدارة أولوياتي** |
| إذا لم تتغير فقد تفنى تذكرنا هذه العبارة بأهمية التكيف المستمر مع التغيرات من حولنا لضمان النجاح والبقاء  ماذا ستفعل ان لم تكن خائفاً تدفعنا هذه العباره الى التفكير في الافعال التي قد نتخذها اذا تخلصنا من مخاوفنا  الحياة هي عباره عن متاهة مليئة بالجبن وعليك ان تكون دائم البحث عن جبن جديد تشجيع على الاستمرار في البحث عن الفرص الجديده وعدم الوقوف عند العقبات  التغير امر حتمي وطبيعي التغير جزء لايتجزأ من الحياة عليك ان تتوقعه وتستعد له بدلاً من مقاومته  التفكير الايجابي النظره الايجابيه للتغير تساعدك في التكيف بشكل افضل وتحقيق اهدافك | | | **عبارات وأفكار ملهمة** |