

نموذج تلخيص كتاب في "برنامج بوصلة الطاقات"

رند جمعان العنزي			الاسم المشارك:
مكتبة جرير	دار النشر	من الذي حرّك قطعة الجبن الخاصة بي	عنوان الكتاب
صفحة 96	عدد الصفحات	سبنسر جونسون	اسم المؤلف
23 November 2024	تاريخ إتمام القراءة	23 November 2024	تاريخ بداية القراءة
توجيه القارئ لفهم طبيعة التغيير في الحياة والعمل ، وتعلم كيف اتقبل التغيير بدل أن أخشى منه			هدف الكتاب العام
يتحدث الكتاب عن حكاية رمزية قصيرة ، تدور في متاهة تمثل الحياة ، حيث يبحث شخصان صغيران (هيم،هاو) وفاران(سنيّف،سكوري) عن الجبن الذي يرمز لأحلامهم وأهدافهم وجدوا جميعاً محطة الجبن التي يبحثون عنها وظلوا يأتونها بشكل يومي ليتناولوا الجبن منها، لاحظ الفاران أن الجبن يقل تدريجياً بينما الشخصان اعتقدوا أبدية وجود الجبن عندما يختفي الجبن الذي اعتادوا عليه، يواجه كل منهما الموقف بطريقته : -الفاران كانا مستعدان للتغيير ، يتحركان بلا تردد لاستكشاف محطه جديدة. -بينما يظل الشخصان عالقين بين الإنكار والخوف ،(هاو) الذي استغرق وقتاً لإقناع نفسه بضرورة التكيف مع التغيير والبحث عن فرصه جديده ، و(هيم) الذي بقي في مكانه خوفاً من فكرة التغيير			ملخص إجمالي للكتاب
. يناقش الكاتب موضوعات أساسيه تبدو بسيطة في ظاهرها لكنها تحمل عمقاً كبيراً في داخلها، أهمية التغيير كجزء أساسي من الحياة ، ويبرز كيف أن التكيف السريع والإبداع مع التحولات يمكن أن يفتح فرصاً جديدة ، بينما يؤدي التردد والتمسك بالماضي إلى التراجع ، يشجع الكتاب على مواجهة الخوف المرتبط بالتغيير، ورؤية التحديات كفرص للنمو ، مع تبسيط التعامل معها بدلاً من تعقيدها			موضوعات الكتاب الرئيسية
١-استوعب أن التغيير جزء من النجاح : أتوقف عن مقاومة التغيير وأركز على التكيف معاه بسرعه. ٢-كن مستعداً دائماً : لا أعتد على منطقة راحة واحده ، أخطط للمستقبل وأكون جاهزاً للانتقال لخيارات أخرى. ٣-أخذ خطوات عمليه : لا تنتظر الظروف المثالية ، أبدأ الآن بخطوات صغيره وثابته نحو هدفي. ٤-تعامل مع الفشل كفرصة تعلم : أقيم تجاربي واستفيد من الأخطاء لتحسين خططي. ٥-أركز على المستقبل : أتذكر أن "الجبن" (هدفي) قد يتحرك ، لذلك لا بد أن أكون دائم البحث عن فرص جديدة			خطوات عملية وأدوات تفيدني في مضاعفة إنتاجيتي وتحقيق أهدافي وإدارة أولوياتي
١-التغيير حتمي ، فكن مستعداً له : "لا شيء يبقى على حاله للأبد، ومن يتأخر عن التغيير يخسر فرصته" ، تعلم أن التغيير قد يكون المفتاح الذي يفتح لك أبواباً جديدة لم تكن تتوقعها. ٢-لا تنتظر طويلاً ، التحرك هو الحل : "البحث عن الجبن الجديد يبدأ بخطوه صغيره"، التردد يستهلك الوقت والطاقة. ٣-راقب المواقف بوعي : "الجبن لا ينفذ فجأه ، هناك إشارات انتبه لها" ، المراقبه المستمره والتكيف المبكر هما سر التقدم قبل أن تصبح مضطراً له. ٤-الخوف عائق وهمي : "ماتخشاها قد يكون أبسط مما تتصوره"، غالباً ، الخوف ليس في التغيير نفسه بل في تخيلاتنا عنه ٥-المرونه تصنع الفرق : "التشبث بالجبن القديم لن يعيده" ، التغيير يحتاج عقلية مرنه تتقبل الواقع وتبحث عن الحلول. ٦-السعي المستمر هو مفتاح النجاح : "المكان الذي وجدت فيه الجبن من قبل قد لا يكون مكانه الآن" ، لا تعتمد على نجاحات الماضي؛ بل ابحت دائماً عن فرص جديدة وطرق مبتكرة. ٧-التعلم من التغيير يوسع الأفق : "كل مره تتحرك فيها نحو التغيير ، تكتسب خبرة تجعلك أقوى"، التغيير لا يعني فقط الوصول الى هدف جديد ، بل بناء مهارات تجعلك مستعداً لما هو قادم.			عبارات وأفكار ملهمة