

نموذج تلخيص كتاب في "برنامج بوصلة الطاقات"

دينا محمد حمد الزيدان.			الاسم المشارك:
مكتبة جرير	دار النشر	من الذي حرك قطعة الجبن الخاصة بي؟	عنوان الكتاب
113	عدد الصفحات	سبنسر جونسون	اسم المؤلف
20/11/2024	تاريخ إتمام القراءة	20/11/2024	تاريخ بداية القراءة
كتاب يهدف الى توضيح أهمية التكيف مع التغييرات وأن موقفنا من التغيير يمكن أن يحدد مصيرنا.			هدف الكتاب العام
لا يجب أن ننتظر حتى تحدث التغييرات، بل يجب أن نبادر بالبحث عن جبن جديد و بدلاً من مقاومة التغيير نحاول أن نتقبل التغيير وانه فرصة يمكن أن تحسن حياتك.			ملخص إجمالي للكتاب
- أن التغيير جزء لا يتجزأ من الحياة. -كيف نتعامل مع التغيير. -تعلم كيفية تجاوز المخاوف. - التعلم من التجارب السابقة.			موضوعات الكتاب الرئيسية
أكون على استعداد لحدوث تغييرات. يجب ان أكون مرناً وقادراً على التكيف بسرعة. احدد اهدافي بشكل واضح. اتعاون مع الآخرين. احافظ على عقلية إيجابية تجاه التغيير.			خطوات عملية وأدوات تفيدني في مضاعفة إنتاجيتي وتحقيق أهدافي وإدارة أولوياتي
"إذا لم تتغير فمن الممكن ان تفنى" " عندما تتحرك متجاوزاً شعورك بالخوف، ستشعر بالحرية" التغيير بإمكانه حقاً ان يؤدي بك الى مكان جديد افضل ، على الرغم من تخوفك من كونه في غير اوانه. التغيير يحدث سواء أحببته ام لا . التكيف هو مفتاح النجاح. كل تغيير يحمل في طياته فرصة جديدة. لا تسمح للخوف ان يعيقك.			عبارات وأفكار ملهمة