

نموذج تلخيص كتاب في " برنامج بوصلة الطاقات "

الاسم المشارك:			مجيد عائد ظاهر العنزي	
عنوان الكتاب	من الذي حرك قطعة الجبن الخاصة بي	دار النشر	الترجمة العربية والنشر محفوظة لمكتبة جرير	
اسم المؤلف	سبنسر جونسون	عدد الصفحات	١١٣	
تاريخ بداية القراءة	١٧ / ٥ / ١٤٤٦ هـ ١٩ / ١١ / ٢٠٢٤ م	تاريخ إتمام القراءة	١٩ / ٥ / ١٤٤٦ هـ ٢١ / ١١ / ٢٠٢٤ م	
هدف الكتاب العام				
تقديم دروس رمزية وبسيطة عن كيفية التعامل مع التغيير في الحياة والعمل. الكتاب يساعد القارئ على فهم أهمية تقبل التغيير والاستعداد له بدلاً من مقاومته، لتحقيق النجاح والسعادة.				
ملخص إجمالي للكتاب				
من الذي حرك قطعة الجبن الخاصة بي؟ هو كتاب رمزي يدور حول أربع شخصيات تعيش في متاهة: فأران يدعيان سنيف وسكوري، وقزمان صغيران يدعيان هيم وهاو. المتاهة تمثل الحياة بمختلف تعقيداتها، بينما يرمز الجبن إلى ما نسعى إليه في حياتنا من أهداف، مثل النجاح، السعادة، أو العلاقات. تبدأ القصة عندما تجد الشخصيات الأربعة مخزوناً من الجبن في موقع معين. جميع الشخصيات تعتاد على وجود الجبن وتعتبره أمراً مسلماً به. لكن فجأة ينفد الجبن. وفي تلك اللحظة، تختلف ردود أفعال الشخصيات: • سنيف وسكوري، الفأران، يتصرفان بغريزتهما فوراً وينطلقان للبحث عن جبن جديد. • هيم، القزم الأول، يرفض التغيير ويشعر بالغضب والإنكار، متشبهاً بالأمل في عودة الجبن إلى مكانه القديم. • هاو، القزم الثاني، يتردد في البداية بسبب الخوف من المجهول، لكنه مع مرور الوقت يدرك أن الجمود لن يفيد، ويبدأ في استكشاف المتاهة بحثاً عن جبن جديد. خلال رحلة هاو في المتاهة، يكتشف أن الخوف من التغيير هو العائق الأكبر. يبدأ في تدوين رسائل على جدران المتاهة تلخص الدروس التي تعلمها، مثل: "إذا لم تتغير، فقد تفنى" والحركة في اتجاه جديد تساعدك في العثور على الجبن الجديد. في نهاية القصة، يجد هاو مخزوناً جديداً من الجبن، ويشعر بالسعادة والفخر لأنه تغلب على مخاوفه، بينما يبقى هيم عالقاً في موقعه القديم. القصة تنتهي بمناقشة بين الأصدقاء الذين سردوا القصة، حيث يتحدثون عن كيفية تطبيق دروس القصة في حياتهم الشخصية والمهنية.				
موضوعات الكتاب الرئيسية				
- أهمية التغيير في الحياة والعمل. - التعامل مع الخوف عند مواجهة التغيير. - اتخاذ المبادرة للتحرك نحو التغيير. - فوائد التكيف مع الواقع الجديد. - الاستمتاع بالمغامرة واستكشاف الفرص.				
خطوات عملية وأدوات تفيدني في مضاعفة إنتاجيتي وتحقيق أهدافي وإدارة أولوياتي				
- تقبل التغيير: أدركت أهمية الابتعاد عن الجمود والمرونة في التفكير. - التحرك بسرعة: اتخذ خطوات سريعة نحو الحلول بدلاً من الانتظار. - إدارة الأولويات: التركيز على البحث عن الفرص بدل مقاومة الظروف. - التغلب على الخوف: استخدمت نصائح الكتاب للتغلب على القلق عند مواجهة مواقف غير متوقعة.				
عبارات وأفكار ملهمة				
إذا لم تتغير، فقد تفنى. هذه العبارة تحمل رسالة قوية بأن الجمود يمكن أن يؤدي إلى التراجع، سواء في الحياة الشخصية أو المهنية. يجب أن يكون التغيير جزءاً من أسلوب حياتنا. • "ما الذي ستفعله إذا لم تكن خائفاً؟" تساءلت مع نفسي مراراً عن القرارات التي كنت سأجرؤ على اتخاذها لو لم أشعر بالخوف. ساعدني هذا السؤال في تقييم قراراتتي بشكل أكثر شجاعة ووضوحاً. • "كلما أسرعت في التخلي عن الجبن القديم، ستجد جبناً جديداً أسرع." يبرز هذا المبدأ أهمية عدم التمسك بالماضي، والبحث عن فرص جديدة بشكل أسرع لتجنب الركود. "الحركة في اتجاه جديد تساعدك في العثور على الجبن الجديد." هذه العبارة تعكس أهمية الخطوة الأولى نحو التغيير، حتى لو لم تكن النتائج مضمونة. • "تخيل نفسك تستمتع بالجبن الجديد حتى قبل أن تجده." التفكير الإيجابي وتخيل النتائج الجيدة يمكن أن يكون دافعاً قوياً للعمل والتحرك للأمام.				