|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **نموذج تلخيص كتاب في "برنامج بوصلة الطاقات"** | | | |
| **رغد بندر هدمول العنزي** | | | **الاسم المشارك:** |
| مكتبة جرير | **دار النشر** | من الذي حرك قطعة الجبن الخاصة بي؟ | **عنوان الكتاب** |
| ٩٦ صفحه | **عدد الصفحات** | **المؤلف:**[سبنسر جونسون](https://www.google.com/search?client=safari&sca_esv=332c1457e26e21ac&hl=ar-sa&sxsrf=ADLYWIJiTUKHSNtyXdwE2azmCliRdFKuoQ:1732278567037&q=%D8%B3%D8%A8%D9%86%D8%B3%D8%B1+%D8%AC%D9%88%D9%86%D8%B3%D9%88%D9%86&si=ACC90ny8E30vD16OoPAAI4cStfcliGy35W8UAhb0TsHNc_ISQbaGV3Pu0BqZuj4RpB6bl9Ws6vdQnjtkpt5rMKFSCZseA4rao_OVQRLfQ4bRz_cmFVJZ9CxAz3kkM2cBfGF-V1XvTrgXItljbfFs7MjBTuTirVbasFH571P2QKwmDRYelJ1FnzUaGuMWuyobMw4shzxoPrYT4Om6E3EuDBWinPWR_iFd4A%3D%3D&sa=X&ved=2ahUKEwjXnY_F-O-JAxWG9AIHHagPIZsQmxMoAHoECD0QAg) | **اسم المؤلف** |
| ٢٢نوفمبر | **تاريخ إتمام القراءة** | ٢١ نوفمبر | **تاريخ بداية القراءة** |
| ينبغي لنا أن نكون مُستعدين للتغييرات التي قد تحدث. | | | **هدف الكتاب العام** |
| قصة الكتاب قصة خيالية رمزية الغرض منها توضيح كيف أن التغيير أمر حتمى  فى الحياة فى كل شىء ، وكيف أن التكيف مع التغيير هو أفضل خيار يمكنك أن  تتخذه  شخصيات القصة الفأر سنيف والفأر سكورى والقزم هيم والقزم هاو فأران ورجلان يعيشان فى متاهة ويمثل الجبن ( الذى لا يظل فى مكان واحد دائماً ) قوام حياتهما فى هذه المتاهة ، والمتاهة هى الحياة ، والجبن هو كل ما يحقق السعادة فى حياتك عموماً ، وما يحقق السعادة لا تجده متاحاً دائماً ، بل يتغير على الدوام ، وليس أمامك إلا مواكبة تغيرات الحياة | | | **ملخص إجمالي للكتاب** |
| اشتمل الكتاب على عدة موضوعات حاولت معالجة الأحداث الطارئة التي تحدث في حياة الإنسان؛ وذلك من خلال سرد القصص والمقارنة بين أنماط الشخصيات | | | **موضوعات الكتاب الرئيسة** |
| بالنسبة إليّ، إحدى نقاط قُوّة الكتاب تكمن في قُدرته على توصيل أفكار مُعقّدة عن طريق قصة مُشوقة ومُفيدة، ما يجعله مفيدًا لأيّ شخص يسعى لتحسين قُدرته على التكيّف مع التغيير واستقباله بروح إيجابية يحث الكتاب على التركيز على الإيجابيات بدلاً من السلبيات في مواجهة التحديات والتغييرات. يمكن أن يساعدنا التفكير في الفرص والنجاحات الماضية في التعامل مع المواقف الصعبة بشكل أفضل. | | | **خطوات عملية وأدوات تفيدني في مضاعفة إنتاجيتي وتحقيق أهدافي وإدارة أولوياتي** |
| الإنسان يسعى فى الدنيا للاستقرار الاستقرار فى الحياة  بجميع أنشطتها وصورها وأطوارها ومراحلها ولا عيب في ذلك ، وإنما العيب هو مصادمة التغيير ومقاومته عندما يأتى  ينبغي لنا أن نتوقّع هذه التغييرات ونتأقلّم معها بإيجابيّة، ونستمر في البحث عن الفُرص الجديدة. ينبغي لنا أيضًا أن نُلاحظ كل التفاصيل الصغيرة ونكون على استعداد لتكييف أنفسنا مع التغيّرات التي قد تطرأ. | | | **عبارات وأفكار ملهمة** |