

نموذج تلخيص كتاب في "برنامج بوصلة الطاقات"

إبراهيم خالد حواس الرويلي			الاسم المشارك:
مكتبة جرير	دار النشر	من الذي حرك قطعة الجبن الخاصة بي	عنوان الكتاب
١١٣	عدد الصفحات	سبينسر جونسون	اسم المؤلف
١/٢٩	تاريخ إتمام القراءة	١/٢٩	تاريخ بداية القراءة
إفهام المتلقي بأن إيجاد الحلول يحتاج إلى مواكبة التغيرات			هدف الكتاب العام
أن الكاتب وبصورة لطيفة أوضح للمتلقى عدة معان منها ان الإنسان في هذه الحياة يحتاج إلى ان يكون سريع البداية ولا يكون عنده مقاومة للتغير			ملخص إجمالي للكتاب
١- تجميع الأصدقاء ٢ إيجاد الجبن والاطمئنان به -نفاد الجبن- من واكب التغير- من لم يواكب التغير -محاولة التغلب على الخوف - إيجاد المتعة بعد التغلب على الخوف - الاستمتاع بالتغير			موضوعات الكتاب الرئيسية
أولا ان لا أقاوم التغير ثانيا ان ابذل الجهد لإيجاد أهداف جديدة ثالثا ان أتغلب على خوفي لتحقيق المزيد			خطوات عملية وأدوات تفيدني في مضاعفة إنتاجيتي وتحقيق أهدافي وإدارة أولوياتي

- لا يجب عليك تفسير كل ما يحدث وإنما يجب عليك الاستجابة للتغيرات
- ان كنت تريد حل المشاكل بنفس الطريقة فالأمر لن يتغير
- في بعض الأحيان تتغير الأشياء ولا تعود لطبيعتها ابداً
- إذا لم تتغير من الممكن ان تفنى
- ان لم تكن خائفا ماذا ستفعل
- مواكبة الأحداث الطارئة تسمح لك بالتكيف مع الفرص واستغلالها
- شدة الخوف من دون مبرر تقيدك عن العمل والتصرف
- التغيير لن يكون مفاجئاً إذا أدركنا ما يحدث حولنا
- عندما تتحرك متجاوزاً شعورك بالخوف ستجد لذة الحرية
- عندما تتخيل نفسك تستمتع بلذة النجاح ستستمتع قبل الوصول له
- إذا لم تصبح أسير لخوفك ستصبح سعيد
- ان التطلع لما هو آت ممتع بحد ذاته
- عندما تتغير معتقداتك تتغير تصرفاتك
- ان توقعنا التغير ستستفيد أكثر من مقاومته
- التغييرات البسيطة تجعلك تتأقلم مع التغييرات الجذرية التي تصادفك مستقبلاً
- عدم المبالغة في التعليل وتعقيد الأمور يجعلك تغير من نفسك بسرعة
- الخوف بلا مبرر يمنعك من التقدم والتغيير
-

عبارات وأفكار ملهمة

