

تیر و قمان
خود ساخته

قله

رمزگشایی از
تحقیقات

جدید

برای

متخصص شدن

در هر کاری

اندرسر

اریکسون

مقدمه و ترجمه:

پیام بهرام پور

سرشناسه : اریکسون، اندرس، ۱۹۴۷-م.
Ericsson, Anders, ۱۹۴۷-

عنوان و نام پدیدآور : قله : رمز‌گشایی از تحقیقات جدید برای متخصص شدن در هر کاری/اندرس اریکسون، رابرت پول ؛ مقدمه و ترجمه پیام بهرام‌پور ؛ ویراستار حسین یاغچی.
مشخصات نشر : تهران: نگاه نوین : بیشتر از یک نفر، ۱۳۹۹.

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۸۹۱۳۴۲-۹

یادداشت : عنوان اصلی: Peak : secrets from the new science of expertise.

عنوان دیگر : رمز‌گشایی از تحقیقات جدید برای متخصص شدن در هر کاری.

موضوع : تخصص

موضوع : استعداد

موضوع : عملکرد -- جنبه‌های روان‌شناسی

شناسه افزوده : پول، رابرت

شناسه افزوده : بهرام‌پور، پیام، ۱۳۷۱- مترجم

رده بندی کنگره : BF۳۷۱

رده بندی دیویی : ۱۵۳/۹

شماره کتابشناسی ملی: ۶۱۰۸۹۵

قله

رمز‌گشایی از تحقیقات جدید برای متخصص شدن در هر کاری

نویسندگان: اندرس اریکسون، رابرت پول

ترجمه: پیام بهرام‌پور

ویراستار: حسین یاغچی

انتشارات: نگاه نوین (با همکاری انتشارات بیش‌تر از یک نفر)

(مجموعه کتاب‌های ثروتمندان خودساخته)

تلفن: ۸۶۰۲۳۷۱۱

شابک: 978-600-8913-42-9

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۹

چاپ و صحافی: نینوا

قیمت: ۵۰ هزار تومان

فهرست

۷	پیش‌گفتار مترجم
۱۱	یادداشت نویسندگان
۱۳	مقدمه: استعداد
۲۹	یک: قدرت همین هدفمند
۶۱	دو: بهره‌برداری از باقی‌مانده
۹۱	سه: نمودهای ذهنی
۱۳۳	چهار: استاندارد طلایی
۱۷۱	پنج: اصول تمرین آگاهانه در محل کار
۲۰۹	شش: اصول تمرین آگاهانه در زندگی روزمره
۲۵۳	هفت: مسیر رسیدن به شگفتی
۲۸۷	هشت: ولی در مورد استعداد ذاتی چطور؟
۳۳۳	نه: قدم بعدی چیست؟

پیش‌گفتار مترجم

لعنت به کلمه‌ی استعداد! در بیش از پانصد سمینار و سخنرانی که در نقاط مختلف کشورمان برگزار کرده‌ام، ارها این کلمه را شنیده‌ام و به جرات می‌گویم که تقریباً هر پره انسان‌های معمولی بابت معمولی بودن زندگی‌شان می‌کشند، زیر سر این کلمه است! متأسفانه اکثر افراد بدون این‌که اطلاعی داشته باشند استعداد را صورت علمی چیست با گفتن استعدادش را ندارم، خودشان را راحت می‌کنند و تمام!

همه‌ی این مشکلات و بی اطلاعی‌ها باعث شده که تصمیم بگیرم به صورت کاملاً علمی این موضوع را به مخاطبان فارسی‌زبان معرفی کنم و چه کتابی بهتر از کتاب قله!

بعد از این که تصمیم به ترجمه‌ی این کتاب گرفتم، دست‌و‌گویی با دکتر «اندرس اریکسون» عزیز، نویسنده‌ی این کتاب متوجه شدم که ایشان از این موضوع استقبال کرده‌اند و با خوشحالی راهنمای ادامه‌ی مسیر برای ترجمه بودند. خوب حالا همه چیز آماده است تا شما با خواندن کتاب قله فرصتی جدید و متفاوت برای زندگی به خودتان بدهید. کتاب قله مبتنی بر تحقیقات علمی به شما خواهد گفت که برای

این که استعداد واقعی خود را «بسازید»، باید چه کار کنید و چطور با تمرین آگاهانه کارهایی را انجام بدهید که از زندگی خود حداکثر بهره را ببرید.

در بعضی قسمت‌های کتاب ممکن است مثال‌هایی از رشته‌های ورزشی (مثل بیسبال) ببینید که اصلاً متوجه نشوید چه هستند! در جاهایی با پاوقی کمک‌تان کرده‌ایم که این موضوع راحت‌تر اتفاق بیفتد. ولی نصرت کلی مثال‌ها و وقفه‌ای در فرآیند یادگیری ایجاد نخواهند کرد! پس خیالتان راحت!

در ضمن برای درک بهتر، هدایایی برای شما در نظر گرفته شده است تا بتوانید استفاده از آن بهترین استفاده را از کتاب ببرید. و در انتها به بیان دانشجوی علوم مغز و اعصاب یکی از بهترین دانشگاه‌های دنیا باید به شما بگویم که همه‌ی ما استعداد کافی برای تبدیل شدن به یک نابغه را داریم! و آن استعدادی به نام انعطاف‌پذیری عصبی یا neuroplasticity است. مغر شما آماده است که بر اساس تمریناتی که به آن می‌دهید، تغییر کند و استعداد و توان واقعی‌تان را شکوفا کند.

پیام بهرام‌پور

دانلود هدایا:

مترجم این کتاب برای یادگیری بهتر شما هدایایی را آماده کرده است که مطمئنم از آن شگفت‌زده خواهید شد.

۱. دانلود فیلم سمینار هدف‌گذاری (بر اساس آموزه‌های این کتاب، هدف‌گذاری خود را انجام دهید).

۲. دانلود فایل آموزشی روش‌هایی برای مطالعه‌ی این کتاب (تکنیک‌هایی کاربردی برای استفاده‌ی بهتر از این کتاب).

۳. خلاصه‌ی تصویری کتاب (چه لذتی بالاتر از این که در چند دقیقه کل داستان کتاب را بدانید و بعد با آگاهی کامل مطالعه را تمام کنید).

۴. در کتاب، به بخشی از تحقیق «دنیل سایمونز» اشاره می‌شود که فیلم آن را برای شما قرار دادیم.

۵. تخفیفاتی برای تهیه‌ی آموزش‌های حرفه‌ای‌تر.

۶. و...

برای دانلود این هدایا کافی‌ست به این صفحه مراجعه کنید و هدایای

خود را دانلود کنید: Yek.be/peak

www.ketab.ir