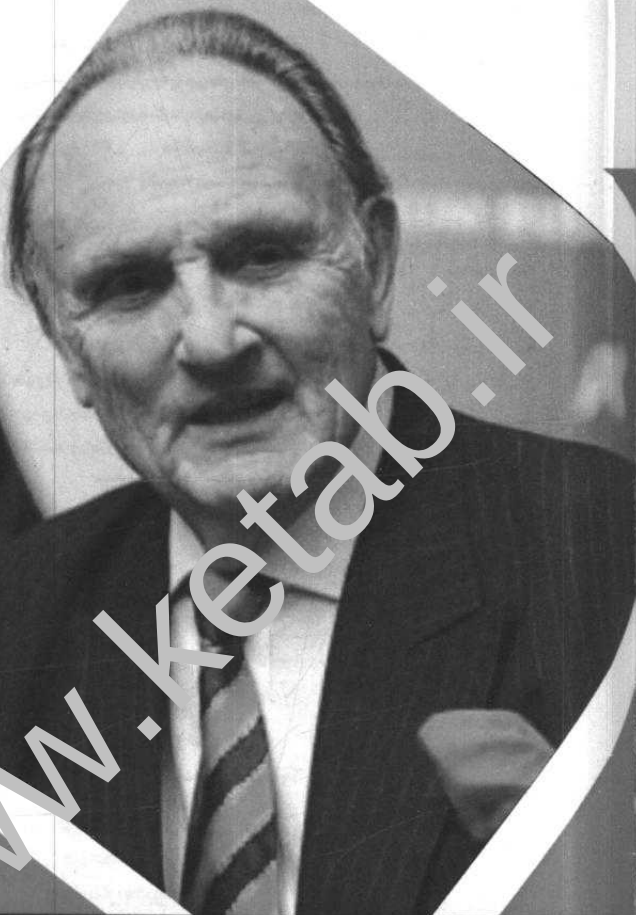


سید محمد



هنر موفق بودن

- به کار گیری توانایی های بالقوه برای رسیدن به موفقیت و کامیابی
- ایجاد طرز فکر مثبت و راهکارهای صحیح برای کسب موفقیت

۲۰۸ ۵۹۹۲

✑ نویسنده: ریچارد دنی

✑ مترجم: مهدی غروری

✑ ویراستار: محبوبه ندیمی

سرشناسه: دنی، ریچارد، ۱۹۴۴-م. Denny, Richard

عنوان و نام پدیدآور: هنرموفق بودن: به کارگیری توانایی های بالقوه برای رسیدن به موفقیت و

کامیابی / ریچارد دنی؛ مترجم مهدی غروی؛ ویراستار محبوبه ندیمی.

مشخصات نشر: تهران: کلک زرین، ۱۳۹۸. مشخصات ظاهری: ۲۴۰ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۵۷۶۶۷-۹ وضعیت فهرست نویسی: فیپا

یادداشت: عنوان اصلی:

Succeed for yourself : [unlock your potential for success and happiness], ۳rd. ed, ۲۰۱۰.

عنوان دیگر: به کارگیری توانایی های بالقوه برای رسیدن به موفقیت و کامیابی.

موضوع: موفقیت

موضوع: Success

موضوع: خودسازی

موضوع: (Self-actualization (Psychology

موضوع: موفقیت در کسب و کار

موضوع: Success in business

ناشر: نشر زوده: غروی، مهدی، ۱۳۳۹-، مترجم

سه افزوده: ندیمی، محبوبه، ویراستار

رده: نشر: ۶۱۳۷ BF

بندی: ۱/۱۵۸

شناسه کتاب: ۶۰۵۲۴۲



هنرموفق بودن

به کارگیری توانایی های بالقوه برای رسیدن به موفقیت و کامیابی

نویسنده: ریچارد دنی

مترجم: مهدی غروی

ویراستار: محبوبه ندیمی

ناشر: کلک زرین

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۹

تیراژ: ۳۲۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۵۷۶-۶۷-۹

آدرس: تهران: میدان انقلاب، خیابان کارگر جنوبی، بین خیابان روان مهر و

لیافی نژاد، بن بست سرود، پلاک ۱۰ طبقه اول، واحد ۴

تلفن تماس: ۰۹۱۲۷۱۷۶۸۳۶-۰۹۱۴۸-۶۶۴۸۶ (۰۲۱)

انتشارات کلک زرین www.kzp.ir

کلیه حقوق چاپ و نشر محفوظ و متعلق به ناشر است.

قیمت: ۴۸۰۰۰ تومان

۷	درباره نویسنده
۷	پیشگفتار
۸	مقدمه
۹	موفقیت چیست؟
۱۱	راه موفقیت
۱۳	شادی چیست؟
۱۳	انتظار چیزی خوب را داشتن
۱۴	مشارکت کردن
۱۵	دوری خوشحال کردن
۱۶	جستجو در مسیر هیچ
۱۸	شادی در نتیجه کوشش شما
۱۹	نیروی امید
۲۰	پول را با موفقیت خوب به شما آورید
۲۰	به دیگران و خودتان کمک کنید
۲۳	ارزشمندترین دارایی شما
۲۵	دارایی های ملموس
۲۷	جستجوی موفقیت
۲۹	آنچه را که دارید، ارزیابی کنید
۲۹	تمرکز بر روی نتایج دلخواه
۳۱	ورزش برای مغز
۳۱	منطق و خلاقیت
۳۳	سرمایه گذاری روی خودتان
۳۵	خودتان را باور کنید
۳۶	خویشتن بینی
۳۸	ایجاد اعتماد به نفس
۳۹	در مغز شما چه می گذرد؟
۴۲	مغز شما از چه چیز پر شده است؟
۴۲	چگونه شرطی می شوید
۴۳	کودکی
۴۴	محیط - با چه کسانی معاشرت می کنیم
۴۶	تجربیات گذشته
۴۸	چگونه خویشتن بینی خود را بسازیم
۵۵	چگونه خوش اقبال شوید

هنر موفق بودن

۵۵	تجارت اقبال
۵۶	بین شانس و بخت تمایز بگذارید
۵۷	شانس
۵۸	اصل اقبال
۵۸	کار
۵۸	دانش صحیح
۶۲	زمان: ارزشمندترین منبع شما
۶۳	فشار روانی
۶۴	علت‌های استرس
۶۵	فعال و کایابی
۶۷	یک سیستم ساده مدیریت زمان
۷۱	استراحت و زمان تفریح
۷۱	صرفه‌جویی در زمان
۷۱	تعطل کردن
۷۶	مدیریت خود
۷۸	روش‌های خود مدیریتی
۷۹	تغییر عادات و رویه‌ها
۸۰	ضعف‌های خود را قبول کنید
۸۱	ده مرحله برای رسیدن به خود مدیریت
۸۷	اهداف: هدف زندگی
۹۰	بازنشستگی
۹۲	تعیین اهداف مثبت
۹۳	آموزش و دانش
۹۳	آموزش چقدر اهمیت دارد؟
۹۴	کاربردی کردن دانش
۹۵	اهمیت تعیین هدف‌ها
۹۷	چگونه هدف‌ها را ابداع کنیم
۱۰۱	نوشتن هدف‌ها
۱۰۱	هدف‌های من
۱۰۳	برنامه‌ریزی شخصی
۱۰۴	انسان‌های با هدف
۱۰۴	اولویت‌بندی
۱۰۶	خلق برنامه اصلی
۱۱۱	نمونه‌ای از یک برنامه
۱۱۴	استفاده از تصویرسازی
۱۱۵	روش‌های تصویرسازی

۱۱۵	راهکارهای عملی
۱۱۹	تأییدات
۱۲۲	تمرین ذهنی
۱۲۴	منش موفقیت
۱۲۴	روحیه مثبت
۱۲۶	خود را خوشحال کنید
۱۲۶	حقیقت و صداقت
۱۲۷	شجاعت اخلاقی
۱۳۶	غلبه بر موانع
۱۳۷	ضایعات
۱۳۷	علت بی‌عدم شادمانی
۱۳۸	حسادت
۱۳۸	تلخی و انتقام
۱۳۹	افسردگی
۱۳۹	سوگواری
۱۴۰	گناه و جرم
۱۴۰	مشکلات خانوادگی
۱۴۱	شادمانی ما
۱۴۱	غلبه بر شکست‌ها و موانع
۱۴۱	اشتباهات
۱۴۴	موقعیت‌ها و چالش‌ها
۱۴۷	مدیریت ترس
۱۴۸	مواجهه با نگرانی
۱۵۰	نگرانی‌های خود را بنویسید
۱۵۲	روبرو شدن با عدم پذیرش
۱۵۲	غلبه بر عدم پذیرش
۱۵۲	ترس از کلمه «نه»
۱۵۳	دیدگاهی دیگر به کلمه «نه»
۱۵۴	پرسیدن ضرری ندارد
۱۵۵	«نه» را به شخص خود نگیرید
۱۵۵	پشتکار
۱۵۷	تسلیم شدن
۱۶۰	منفی‌گرایی: منهدم‌کننده موفقیت
۱۶۰	چگونه منفی می‌گردیم؟
۱۶۱	خطرات منفی‌گرایی
۱۶۲	تفکر منفی و ارتباطات

۱۶۲	عادت تفکر منفی
۱۶۴	مواجهه با ارتباطات منفی
۱۶۴	انتقاد
۱۶۴	محکوم کردن و شکایت کردن
۱۶۵	زندگی در محیطی منفی
۱۶۵	مقابله با گذشته
۱۶۷	حذف منفی گرایی
۱۷۲	مواجهه با منفی گرایی دیگران
۱۷۶	اشتیاق غیر قابل مقاومت
۱۷۶	شود اشتیاق
۱۸۴	خرد - انبساطی خستگی
۱۸۴	درد و لذت
۱۸۵	تغییر رفتار
۱۸۵	سطوح انگیزش
۱۹۵	ارتباطات
۱۹۵	چگونه ارتباط برقرار کنیم
۱۹۸	اهمیت گوش دادن
۱۹۹	بهبود ارتباطات
۲۰۳	ارتباطات نوشتاری
۲۰۴	به دیگران اهمیت بدهید
۲۰۴	زیان بدن
۲۰۵	احساسات دیگران را در نظر بگیرید
۲۰۸	موفقیت در خانه
۲۰۹	مزایای خانواده
۲۱۱	بستگان و خانواده
۲۱۱	ازدواج
۲۲۴	موفقیت مالی
۲۲۴	پول در برابر شادی
۲۲۶	چه مقدار پول نیاز دارید؟
۲۲۸	مصرف پول
۲۲۹	کسب ثروت
۲۲۹	ایجاد طرز فکر مثبت برای کسب پول
۲۳۲	غلبه بر موانع برای پول در آوردن
۲۳۵	راهکارهای صحیح برای کسب پول

درباره نویسنده

ریچارد دنی^۱ بازرگانی بسیار موفق است. او رئیس گروه ریچارد دنی و مؤلف کتاب‌های پر فروش: فروش موفق، هنر ایجاد انگیزه و هنر ارتباط موفق است که به وسیله مؤسسه انتشارات کوگان پیچ و در ایران توسط انتشارات آزادمهر چاپ شده است.

ریچارد در طی ۲۵ سال اخیر، ایده‌ها و نظرات خود درباره موفقیت و کامیابی را در سرتاسر جهان عرضه کرده است. او سخنرانی محبوب همگان است که به واقع به هزاران نفر در جهان برای رسیدن به موفقیت کمک کرده است. وی مؤلف و صاحب چهار فرزند است و در گلستر شایر^۲ انگلستان زندگی می‌کند.

پیشگفتار

این کتاب برای تمام کسانی نوشته شده است که خواهان رسیدن به موفقیت در زندگی خودشان هستند و یکی از این افراد باید شما باشید.

هر ایده و نظری که در این کتاب با شما در میان می‌گذارم بر پایه تجربیات خودم می‌باشد و به شما اطمینان می‌دهم که اندک زمانی که برای من پیشنهاد کرده‌ام، مؤثر هستند.

شما ضمانت شخصی من را خواهید داشت که اصولی که بیان کرده‌ام، موفقیت و شادی را برای من و خانواده‌ام و نیز بی‌شمار افرادی که سعادت ملاقات با آنان را داشته‌ام، فراهم کرده است.

1- Richard Denny

2- Gloucestershire

اکنون مایلم که شما نیز به همین موفقیت برسید. بر اساس مطالبی که می‌خوانید، عمل کنید تا شما نیز بتوانید توانایی بالقوه خود برای رسیدن به موفقیت و شادمانی را آزاد کنید.

مقدمه

یکی از دشوارترین مفهوم‌ها برای تعریف کردن، مفهوم موفقیت است. موفقیت برای افراد مختلف معانی گوناگون دارد. اما هر معنی که موفقیت برای شما داشته باشد، این کتاب به شما نشان می‌دهد که چگونه به نهایت خواسته‌های خود برسید تا با معیارهای خودتان، آدمی موفق باشید.

متأسفانه تصور موفقیت به وسیله رسانه‌ها و از طریق عطش مداوم آنها برای هیجان و دلفریب، دگرگون شده است. اکثر ما چنین شرطی شده‌ایم تا باور کنیم که موفقیت کاملاً در ارتقاء پاهل است. داشتن میلیون‌ها پوند پول و به دام انداختن چیزهایی که نه‌آنچه نیست است همچون ماشین رویز رویس، هواپیمای جت و تعطیلات در جزایر شامی، درک رایج ما از محتوای موفقیت است.

گذشته از این، موفقیت را محدود به کسانی می‌نهند که به قله ورزش خود دست یافته‌اند و یا کسانی که در سیاست، صنعت و تجارت به قدرت رسیده‌اند. اما والدینی که فرزندان خود را در خانه‌ای شاد، تربیت کرده‌اند و مدیرانی که به کارمندان خود کمک کرده‌اند تا به دست آورند و ماداهای بالاتری دست پیدا کنند، اغلب نادیده گرفته می‌شوند.