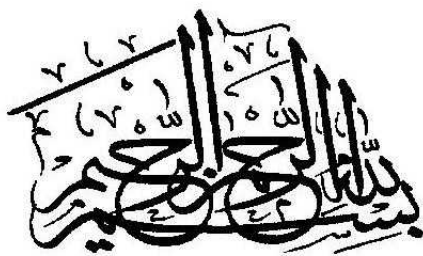


۲۶۲۷۹۷۷
۱۶-۱۲-۱۶



چطور تصمیم بگیریم؟ راهکارهای ساده برای انتخاب های بهتر

مؤلف:

انی دوک

مترجم

دکتر الهام خواجه ابراهیمی

دوک، آنی، ۱۹۶۵ - م.

-Duke, Annie, 1965

چگونه تصمیم بگیریم؟ راهکارهای ساده برای انتخاب های بهتر / مولف: آنی دوک؛

مترجم: الهام خواجه ابراهیمی.

تهران: مرکز آموزش و تحقیقات صنعتی ایران، انتشارات، ۱۴۰۰.

978-600-173-216-4

فیبیا

عنوان اصلی: How to Decide: Simple Tools for Making Better Choices 2020

راهکارهای ساده برای انتخاب های بهتر

هنر تصمیم گیری

Decision making

تصمیم گیری

خواجه ابراهیمی، الهام، ۱۳۶۳ -، مترجم

۱۵۳/۸۳

HD۳۰/۲۳

۸۴۴۵۲۲۳

فیبیا

انتشارات مرکز آموزش و تحقیقات صنعتی ایران

چطور تصمیم بگیریم؟

• مؤلف: آنی دوک

• مترجم: الهام خواجه ابراهیمی

• سال چاپ: ۱۴۰۰

• نوبت چاپ: اول

• تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

• چاپ و صحافی: سپیدار

• قیمت: ۷۵۰۰۰۰ ریال

ISBN : 978-600-173-216-4

• شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۱۷۳-۲۱۶-۴

• پخش:

انتشارات مرکز آموزش و تحقیقات صنعتی ایران

تهران- خیابان ایرانشهر شمالی - شماره ۲۳۳

تلفن: ۸۸۳۰۰۹۷۳ و ۸۸۳۱۰۱۱۳-۲۰ نمابر: ۸۸۳۰۱۲۶۵

حق چاپ محفوظ و مخصوص ناشر است.

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
مقدمه ناشر	۹
سخن مترجم	۱۱
بهترین و بدترین تصمیم شما	۱۵
پیشگفتار	۱۷
فصل اول: استدلال - دستاوردها از آنچه در آینده می‌بینید بزرگتر هستند	۲۵
[۱] امید به یافتن شغل	۲۵
[۲] سایه استدلال	۲۸
[۳] جعبه شانس	۳۲
[۴] زمانی که تصمیمات خوب به شرایط بد منتهی می‌شوند (و برعکس!): جدا کردن	
کیفیت دستاورد از کیفیت تصمیم	۳۶
[۵] دیگر تاثیرات استدلال روی یادگیری: برای یافتن فرصت‌های یادگیری منتظر	
خطاهای تصمیم‌گیری نباشید	۳۸
[۶] بهترین و بدترین تصمیمات خود را بازبینی کنید	۴۱
[۷] خلاصه استدلال	۴۱
چک لیست استدلال	۴۳
فصل دوم: یک ضرب المثل قدیمی می‌گوید: هیچی مثل روز روشن نیست	۴۷
[۱] جاب هوپر ردوکس	۴۷
[۲] نقشه من: تشخیص تعصبات ادراکی خود	۵۱
[۳] چه چیزی را در چه زمانی می‌دانستید؟	۵۴

- ۵۸ [۴] می‌توانید نشانه‌های تعصب ادراکی را همه جا ببینید
- ۶۰ [۵] خلاصه تعصبات ادراکی
- ۶۱ چک لیست تعصب ادراکی
- ۶۵ **فصل سوم: تصمیم چندوجهی**
- ۶۵ [۱] یک ایده احمقانه
- ۶۶ [۲] تناقض تجربه
- ۶۷ [۳] جنگلداری تصمیم: قتل عام ادراکی با اره برقی
- ۷۱ [۴] کنار گذاشتن اره برقی ادراکی: گردآوری دوباره درخت
- ۷۵ [۵] ضد حقیقت‌ها
- ۷۹ [۶] خلاصه تصمیم چندوجهی
- ۸۰ چک لیست تصمیم چندوجهی
- ۸۳ **فصل چهارم: اولویت‌ها، بازدهی‌ها و احتمالات**
- [۱] شش گام برای گرفتن تصمیم بهتر: دیدگاه خود را درباره آینده واضح‌تر
- ۸۳ (شفاف‌تر) کنید
- ۸۵ [۲] نکته: به بزرگترین حیوان آمریکای شمالی طعنه نزنید!
- [۳] بازدهی: گام ۲- شناسایی اولویت‌ها با استفاده از بازدهی هر نتیجه - تا چه حد
- ۸۶ با توجه به ارزش‌هایتان از یک نتیجه رضایت یا نارضایتی دارید؟
- ۹۲ [۴] اهمیت احتمال: گام ۳- تخمین احتمال رویداد هر نتیجه
- ۹۳ [۵] نگرش کماندار: همه حدسیات هوشمندانه هستند
- ۹۹ [۶] فرود خوب روی تفکر احتمالی: استفاده از واژگانی که احتمالات را نشان می‌دهند ...
- ۱۰۶ [۷] اگر سوال نپرسید، پاسخی هم دریافت نمی‌کنید

۱۱۰	 [۸] خلاصه اولویت‌ها، بازدهی‌ها و احتمالات
۱۱۲	 چک لیست اولویت‌ها، بازدهی‌ها و احتمالات
۱۱۵	 فصل پنجم: هدف مُرده در آینده: قدرت دقت
	[۱] گم‌شده در تفاسیر: اکنون خبرهای بدی در مورد استفاده از واژگانِ بیان‌کننده
۱۱۵	 احتمال دارم
۱۲۳	 [۲] اهمیت دقت: مرکز هدف را با حدس‌های هوشمندانه به درستی تعریف کنید ...
۱۲۶	 [۳] در خانه و در محدوده
۱۳۴	 [۴] خلاصه هدف‌گیری مُرده
۱۳۶	 چک لیست هدف‌گیری مُرده
۱۳۹	 فصل ششم: وارونه کردن تصمیمات
۱۳۹	 [۱] چرنوبیل ارتباطی
۱۴۱	 [۲] دیدگاه درونی در برابر دیدگاه خارجی
۱۴۷	 [۳] چگونه منفورترین مهمان یک مراسم عروسی شویم
۱۴۹	 [۴] یک ازدواج واقعاً موفق: یکپارچگی دیدگاه درونی و خارجی
۱۶۱	 [۵] خلاصه وارونگی تصمیمات
۱۶۲	 چک لیست وارونگی تصمیمات
۱۶۵	 فصل هفتم: فرار از فلج تحلیلی: هوشمندانه‌تر تصمیم بگیرید
۱۶۸	 [۱] آزمون خوشبختی: زمانی که تصمیم شما کم‌تأثیر باشد
۱۷۲	 [۲] چرخش آزاد: تصمیم‌گیری سریع زمانی که بار منفی ناچیز است
	[۳] میشی در لباس گرگ: شرط‌بندی‌های بزرگ، تماس‌های نزدیک، تصمیمات
۱۷۷	 سریع

مقدمه ناشر

انسان یک موجود تصمیم گیر است. آیا تاکنون از این بُعد به خودتان نگاه کرده‌اید؟! اینکه شما هر روز صدها تصمیم گوناگون و بزرگ و کوچک می‌گیرید و دائم در حال تصمیم‌گیری و در معرض تبعات تصمیمات خود هستید.

گاهی افراد بهای بسیار گزافی را برای تصمیمات قبلی خود می‌پردازند؛ گاهی در تصمیم‌گیری دچار تردید یا اشتباه می‌شوند و گاهی اصلاً نمی‌دانند چگونه باید تصمیم بگیرند. حتماً در اطراف خود کسانی را می‌شناسید که دچار این مشکلات باشند. ممکن است یکی از آن‌ها خود شما باشید! همه این موارد نشان می‌دهد که چقدر نیاز به آموختن مهارت تصمیم‌گیری دارید. به مهارت! امروزه تصمیم‌گیری به‌عنوان یکی از مهارت‌های به اصطلاح نرم زندگی شناخته می‌شود که هر کسی باید آن را آموخته و درست انجام دهد. به همین منظور هر سال تحقیقاتی در خصوص تصمیم‌گیری انجام می‌شود و در کارگاه‌های آموزشی و مشاوره‌ها به افراد کمک می‌شود که در زمینه تصمیم‌گیری، آگاهی و مهارت خود را ارتقاء دهند. قطعاً اگر کیفیت تصمیم‌گیری‌های شما متحول و اصلاح شود، زندگی‌تان نیز بهبود پیدا می‌کند؛ زیرا مجبور نخواهید بود پیوسته بهای تصمیمات اشتباه خود را بپردازید یا نتایج آن‌ها را تا مدت‌ها تحمل کنید. برای رسیدن به این هدف، باید مهارت تصمیم‌گیری را به‌خوبی بیاموزید و با خطاهای رایج در تصمیم‌گیری آشنا شوید. البته قدم بعدی پس از تصمیم‌گیری درست، اقدام کردن است که در بسیاری از موارد افراد از این مرحله جا می‌مانند.

کتابی که در دست دارید، درباره‌ی همه این موارد با شما سخن می‌گوید و کمک می‌کند مهارت تصمیم‌گیری را به‌خوبی آموخته و در زندگی خود اجرا کنید.

نویسنده در این کتاب، تصمیم‌گیری حرفه‌ای را کامل و مرحله به مرحله به شما می‌آموزد که چطور با کمترین خطا از پس تصمیمات مهم زندگی‌تان برآیید. تصمیم نادرست در

بسیاری از موارد برخاسته از عدم تحقیق کافی و نداشتن اطلاعات از خطاها و ابزارهای تصمیم‌گیری می‌باشد. در کنار آشنایی با این خطاها و ابزارها شما یاد می‌گیرید که ذهن‌تان را برای تصمیم‌گیری‌های مهم آماده کنید.

در پایان از زحمات مترجم کتاب سرکار خانم الهام خواجه‌ابراهیمی تشکر و قدردانی می‌نماید.

انتشارات

مرکز آموزش و تحقیقات صنعتی ایران

www.ketab.ir