

۱۲۶۵۵۸۲

چگونه فردی موفق باشیم

مولفان

میروس آقایار

مجدد هوشمند

حسین باغی

۱۳۹۲



سرشناسه: عنوان و نام پدیدآور:
 مشخصات نشر: مشخصات ظاهری:
 شابک: وضعیت فهرست نویسی:
 یادداشت: یادداشت:
 موضوع: موضوع:
 شناسه افزوده: شناسه افزوده:
 رده بندی کنگره: رده بندی کنگره:
 رده بندی دیویی: رده بندی دیویی:
 شماره کتابشناسی ملی: شماره کتابشناسی ملی:

آقايار، سيروس، ۱۳۳۳ -
 چگونه فردی موفق باشیم / مولفان سيروس آقايار، مجيد هوشمند، حسين لطيفي.
 تهران: ارشد سپاهان، ۱۳۹۲.
 ۱۶۰ ص: ۲۱×۵/۱۴/م. ۹-۳۰-۷۸۷۹-۹۶۴-۹۷۸
 فيا
 واژه نامه.
 کتابنامه: ص: ۱۵۳.
 موفقیت
 راه و رسم زندگی
 هوشمند، مجيد
 لطيفي، حسين
 ۱۳۹۲ ۸۱۷/م BF۶۳۷
 ۱۵۸/۱
 ۳۳۹۱۷۵



کلیه حقوق برای انتشارات ارشد سپاهان محفوظ است و هرگونه نسخه برداری،
 تهیه راهنما، تهیه پاسخ نامه، ترجمه متن، تهیه واژه نامه و هرگونه استفاده دیگر
 از متن کتاب ممنوع بوده و متخلف تحت دادرسی قرار خواهد گرفت.

چگونه فردی موفق باشیم

مؤلفان: سيروس آقايار
 مجيد هوشمند
 حسين لطيفي
 نوبت چاپ: اول
 شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه
 لیتوگرافی: ايران اسکنر
 چاپ - صحافی: فردا - سپاهان
 قیمت: ۷۰۰۰ تومان
 شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۷۸۷۹-۳۰-۹

نشانی: تهران، خیابان انقلاب، خیابان منیری جاوید، پلاک ۷۰
 تلفن: ۰۹۱۳۱۱۴۸۷۷۶ همراه: ۰۶۶۴۰۹۷۲۹-۳۰ ، ۰۹۱۲۵۱۶۶۹۳۳

فهرست

فصل اول: کلیات

- ۸ موفقیت چیست؟
- ۱۰ موفقیت در کلام امام علی (ع)
- ۱۲ تغییر نگرش راهی به سوی موفقیت
- ۲۰ چرا افراد خواهان موفقیت هستند؟
- ۲۳ چگونه رویای خودمان را به واقعیت تبدیل کنیم؟
- ۲۸ ویژگی‌های افراد موفق
- ۳۸ پرسشنامه موفقیت

فصل دوم: مهارت‌های درون فردی موفقیت

- ۴۴ اعتماد به نفس
- ۴۹ خود ارزیابی صحیح
- ۵۵ خود کنترل هیجانی

۶۲..... خلاقیت

۶۸..... خودآگاهی هیجانی

۷۴..... خوش بینی

۸۱..... نادرستی

۸۹..... همدلی

فصل سوم. مهارت های میان فردی موفقیت

۱۰۴..... تصمیم گیری

۱۱۰..... مدیریت زمان

۱۱۶..... ارتباط

۱۲۶..... تعارض

۱۳۸..... کار تیمی

۱۴۴..... واژه نامه

۱۵۳..... کتابنامه

راه موفقیت همیشه در حال ساخت است.

موفقیت پیش رفتن است،

نه به نقطه پایان رسیدن.

آنتونی رابینز

مقدمه

صرف نظر از اینکه چند سال دارید و ادر کجا زندگی می کنید و یا چه هدفی را دنبال می کنید، خواسته های ارزوی همه افراد این است که در زندگی شغلی موفق باشند. طبق تحقیقات انجام یافته، فقط ۵٪ مردم در زندگی احساس موفقیت می نمایند و ۹۵٪ افراد بامع خواهان دستیابی به موفقیت هستند. حرف زدن در مورد موفقیت آسان تر از عمل کردن است و دستیابی به آن حاصل تلاش با برنامه و پشتکار است. شاید در نگاه اول بر این باور باشید که موفقیت در زندگی و کار فقط شامل محدود افای است که دارای ویژگی های خاصی بوده و یا به نوعی موفق به دنیا آمده اند. این در حالی است که با مطالعه زندگی بزرگان علم و دانش و افراد موفق در عرصه های مختلف دوخته شده، یا گیاهی که در سرزمین های دیگر بروید و یا بارانی که تنها در فصل بهار ببارد. انسان ها، هر کسی هستند و در هر

کجا و در هر شرایطی که زندگی و فعالیت می کنند می توانند موفق بوده و به خواسته های ارزشمند خود دست یابند، با این پیش شرط و آگاهی که موفقیت آسان به دست نمی آید، بلکه محصول کوشش و تلاش بوده و عوامل دیگری از قبیل هوش، موقعیت اجتماعی و خانوادگی، سن، جنس و... در حاشیه قرار دارند.

باید... این برای رسیدن به قله موفقیت هیچ آسانسوری وجود ندارد، بلکه لازم است با صبر و حوصله و به آرامی از نردبان موفقیت بالا روید. می گویند اگر با موفقیت مانند یک دوست رفتار کنید، آن هم مانند یک سگ وفادار همیشه به دنبال شما خواهد بود. یادگیری مهارت های لازم برای رسیدن به موفقیت موجب ارتقای اعتماد به نفس و عزت نفس افراد گشته و آنان را در کسب موفقیت های بیشتر تشویق می کند. مباحث این کتاب درباره موفقیت و مهارت های لازم برای رسیدن به آن با هدف توانمندسازی افراد در عرصه های مختلف زندگی و شغل بوده که امید است مورد توجه و استفاده خوانندگان محترم قرار گرفته و نقطه نظری ارزشمند آنان را ما در گام های بعدی راهنمایی نماید.