



کنترل زندگی خود را در دست بگیرید

Take control of your life

www.ketabonline.ir

تالیف : فروزان نظارتی زاده

- سرشناسه : نظارتی زاده، فروزان، ۱۳۶۵.
- عنوان و نام پدیدآور : کنترل زندگی خود را در دست بگیرید/تالیف
فروزان نظارتی زاده.
- مشخصات نشر : اصفهان: فروزان نظارتی زاده، ۱۳۹۱.
- مشخصات ظاهری : ۴۰ص.
- شابک : ۸-۹۲۵۹-۰۴-۹۶۴-۹۷۸-۲۵۰۰۰۰ ریال
- وضعیت فهرست نویسی : فیبا
- موضوع : موفقیت-جنبه های روانشناسی
- موضوع : راه و رسم زندگی-جنبه های روانشناسی
- رده بندی کنگره : BF۶۳۷/م۸ن۶۴۱۳۹۱
- رده بندی دیویی : ۱۵۸/۱
- شماره کتابشناسی ملی : ۳۰۶۸۱۱۳

نام کتاب : کنترل زندگی خود را در دست بگیرید

مؤلف: فروزان نظارتی زاده

نوبت چاپ : اول ۱۳۹۱

تیراژ : ۱۰۰۰ جلد

قیمت : ۲۵۰۰۰ ریال

فهرست

۴	مقدمه
۵	قدم اول
۶	توس
۹	عدم اعتماد به نفس
۱۲	اضطراب
۱۵	ریسک پذیری
۱۸	شانس یا معجزه
۲۰	تلاش و پشتکار
۲۳	بها بپردازید
۲۵	خواستن
۲۷	روشن بودن
۲۹	توانایی های فردی و اجتماعی را خوب بشناسید
۳۱	شرایط اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی محیط
۳۳	بذل و بخشش
۳۵	ذکاوت اجتماعی
۳۷	توجه بیش از اندازه به افکار و حرفهای دیگران
۳۹	از انجام کارهایتان لذت ببرید
۴۰	فهرست منابع و مآخذ

به نام خدا

دوستان عزیز، سلام. قبل از هر چیز باید بگوییم شما با خرید این کتاب اولین قدم را برای تغییر انجام داده اید. به شما تبریک می گوئیم زیرا اولین قدم سخت ترین کاری که هر کسی انجام می دهد. من هم تمام سعی خود را به کار برده ام تا بتوانم شما را در این مهم یاری رسانم. در اینجا از بحث های پیچیده ی و تخصصی روانشناسی خبری نیست. من طرفدار سر سخت روش های روشن و ساده هستم.

مطالب بسیار ساده و در عین حال تأثیر گذار هستند فقط باید "شما" بخوانید. اگر می خواهید بعد از خواندن چند صفحه نخستین آن را کنار بگذارید، به شما توصیه می کنم همین لحظه این کتاب را کنار بگذارید. این کتاب مفید و مختصر است و ارزش یکبار خواندن را دارد. تصمیم گیرنده ی نهایی شما هستید.