

www.ketab.ir

پروفسور گوستاو گاس

گردآوری و تدوین: سید رسول میرفندرسکی

سرشناسه : شنبرگر، آلن

Schneeberger, Allen

عنوان و نام پدیدآور: ۷ پرسش راهبردی، ۴۰ روز تمرین، نگرشی نو

[آلن شنبرگر]، گوستاو گوس؛ گردآوری و تدوین [صحیح: مترجم] سیدرسول میرفندرسکی.

مشخصات نشر: تهران: شهید، ۱۳۹۳.

مشخصات ظاهری: ۳۲۷ ص.

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۷۹۱۳-۵۴-۶

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: ۲۰۱۳، Y strategic questions، through Y - life in ۴۰ days - Get-a

یادداشت: چاپ دوم: درجه، ۱۳۹۲.

عنوان گسترده: هفت پرسش راهبردی، ۴۰ روز تمرین، نگرشی نو.

موضوع: راه و رسم زندگی

موضوع: موفقیت

موضوع: خوشبختی

شناسه افزوده: گوس، گوستاو، ۱۹۶۱ - م.

شناسه افزوده: Gous, Gustav

شناسه افزوده: میرفندرسکی، سیدرسول، ۱۳۶۰ -، مترجم

رده بندی کنگره: ۸۵۵۱۳۹۲ ش ۳۷ BF۶۳۷

رده بندی دیویی: ۱۵۸/۱

شماره کتابشناسی ملی: ۳۷۵۰۸۷۷

جلد اول

انتشارات: موسسه آموزشی فرهنگی شهید

نویسنده: پروفسور گوستاو گاس

مترجم: رسول میرفندرسکی

طراحی صفحه آرای: صالح گورابی

امور چاپ: موسسه آموزشی فرهنگی شهید

ویراستار: منیژه جعفرمنش

شابک: 978-964-7913-54-6

کلیه حقوق مربوط به این اثر محفوظ و متعلق به ناشر می باشد.

چاپ دوم: بهار ۱۳۹۴ / چاپ اول ناشر

شمارگان: ۲۲۰۰ نسخه / قیمت دوجلدی ۱,۲۰۰,۰۰۰ ریال

مرکز پخش: انتشارات موسسه آموزشی فرهنگی شهید

نشانی: تهران، خیابان انقلاب، خیابان ابوریحان، روانمهر غربی، پلاک ۳۳، واحد ۲. تلفن: ۶۶۹۶۸۵۷۶

موسسه آموزشی فرهنگی شهید

ISBN:978-964-7913-54-6



9 789647

913546

روز دوازدهم	۴۲	سخنی با خواننده محترم	۶
پرسش ۲: مدیریت فاجعه	۴۵	روز اول	۹
روز سیزدهم	۴۷	ظرف ۴۰ روز نگرشی نو به زندگی داشته باشید	
پرسش ۳: مدیریت جهت	۴۹	چرا ۷ پرسش راهبردی؟	
روز چهاردهم	۵۱	چرا ۴۰ روز؟ سفر همان مقصد است	
فلسفه زندگی ام را شفاف سازم	۵۳	روز دوم	۱۷
روز پانزدهم	۵۵	عادت های خوبی پیدا کنید	
پرسش ۴: مدیریت هدف	۵۷	برنامه ریزی کنید: دنیای فعلی من	
روز شانزدهم	۵۹	روز سوم	۲۱
استعاره جدیدی برای زندگی ام پیدا می کنم!	۶۱	چرا، به چه مدت، با چه کسی؟ همسفرانم	
روز هفدهم	۶۳	روز چهارم	۲۳
فهرست آرزوهایم	۶۵	متعهد شوید: تعهد من	
گلاژ رویاهای من	۶۷	روز پنجم	۲۴
روز هجدهم	۶۹	چارچوب داشته باشید - برنامه ۴۰ روزه من	
پرسش ۵: مدیریت توازن و تعادل	۷۱	روز ششم	۲۸
روز نوزدهم	۷۳	دیدید پیروزمندانه به زندگی ام	
نقشه زندگی ام	۷۵	روز هفتم	۳۰
روز بیستم	۷۷	نقطه شروعی مشخص کنید	
نقشه زندگی ام	۷۹	روز هشتم	۳۲
روز بیست و یکم	۸۱	یک نقشه زندگی تهیه کنید	
برنامه ده ساله	۸۳	روز نهم	۳۴
روز بیست و دوم	۸۵	نظم و ترتیب دهید	
مدیریت زمان	۸۷	روز دهم	۳۵
روز بیست و سوم	۸۹	۷ پرسش راهبردی را به ترتیب به کار بندید	
یک جهت یاب پیدا کنید (اهداف، اولویت ها و زمان بندی)	۹۱	نظم و ترتیب زمانی درست را پیدا کنید	
روز بیست و چهارم	۹۳	روز یازدهم	۴۰
برای تعیین اهداف مجهز شوید	۹۵	پرسش ۱: مدیریت ترمیم و بهبود	

۱۱۹	روز چهارم
	یک مربی برگزینید / به سمینار بروید / آنلاین شوید (به کارگاه زندگی موفق بروید!) چطور میراثی
	جلد اول
۱۳۱	ماه اول
	چهل و کوشش پروانه‌ها
۱۵۵	ماه دوم
	پارادوکس عصر ما
۱۸۹	ماه سوم
	آزمایش قلب
۲۲۳	ماه چهارم
	داستان دو قلوه سنگ
۲۵۷	ماه پنجم
	صداقت
۲۹۱	ماه ششم
	اسکناس
	جلد دوم
۱۳۱	ماه هفتم
	شیشه مربا و توپهای گلف زندگی
۱۵۵	ماه هشتم
	سرخس و یامو
۱۸۹	ماه نهم
	بیسکویت سوخته
۲۲۳	ماه دهم
	دوی مارتن
۲۵۷	ماه یازدهم
	لیوان آب
۲۹۱	ماه دوازدهم
	داستان خودم

۵۱	روز بیست و پنجم
	اولویت‌ها (جهت‌یاب)
۸۳	روز بیست و ششم
	اولویت‌های نخست من
۹۰	روز بیست و هفتم
	حوزه ۱: جسم و سلامت
۹۱	روز بیست و هشتم
	حوزه ۲: خانه و خانواده
۹۳	روز بیست و نهم
	حوزه ۳: اجتماعی و تفریحی
۹۵	روز سی ام
	حوزه ۴: معنوی و عاطفی (هستی من)
۹۷	روز سی و یکم
	حوزه ۵: فکری و آموزشی
۹۹	روز سی و دوم
	حوزه ۶: حرفه‌ای و شغلی
۱۰۱	روز سی و سوم
	حوزه ۷: امور مالی و ثروت
۱۰۳	روز سی و چهارم
	بودجه‌ای در نظر بگیرید
۱۰۵	روز سی و پنجم
	ترازنامه‌ای درست کنید
۱۰۷	روز سی و ششم
	حوزه ۸: اجتماعی و فرهنگی
۱۰۹	روز سی و هفتم
	خودتان را به زمان‌بندی عادت دهید
	برای مدیریت پروژه مجهز شوید
	مثال‌های کاربردی: صفحه روزانه
۱۱۵	روز سی و هشتم
	پرسش ۷: مدیریت میراث و یادبود:
۱۱۷	روز سی و نهم
	حرکت کنید