

چه هنگام؟

اسرار علمی بهترین زمان برای انجام هر کار

نویسنده: دانیل اچ پینک

مترجمین:

منیر حفاری - مجتبی مرتضوی - برزو ادرخانی

سرشناسه: پینک، داتیل اچ. Pink, Daniel H.

عنوان و نام پدیدآور: چه هنگام؟ اسرار علمی بهترین زمان برای انجام هر کار/نویسنده دانیل اچ پینک

، مترجمین منیر حفاری مجتبی مرتضوی، برزو آرازخانی

مشخصات نشر: قزوین، منیر حفاری ۱۳۹۷

مشخصات ظاهری: ۲۷۱ص، قطع وزیری

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۰۰-۱۲۰۷-۸

عنوان اصلی: When: the scientific secrets of perfect timing, 2018

موضوع: زمان - جنبه های روان شناسی

موضوع: Time—Psychological aspects

موضوع: زمان - ادراک

موضوع: Time perception

شناسه افزوده: حفاری، منیر، ۱۳۶۰، مترجم

شناسه افزوده: مرتضوی، مجتبی، ۱۳۴۱، مترجم

شناسه افزوده: آرازخانی، برزو، ۱۳۶۱، مترجم

رده بندی کنگره: ۱۳۹۷د ۶۸/پ ۶۸BF

رده بندی دیویی: ۱۵۳/۷۵۳

شماره کتابشناسی ملی: ۵۳۵۸۳۳۲

عنوان: چه هنگام؟ اسرار علمی بهترین زمان برای انجام هر کار

نویسنده: دانیل اچ پینک

مترجمین: منیر حفاری - مجتبی مرتضوی - برزو آرازخانی

ناشر: منیر حفاری

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۰۰-۱۲۰۷-۸

تاریخ انتشار: ۱۳۹۷

نوبت چاپ: اول

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

چاپ: ایران دوست ۳۳۳۳۰۵۸۰ - ۰۲۸

قیمت: ۴۰,۰۰۰ تومان

حق چاپ محفوظ

فهرست

درباره کتاب

مقدمه: تصمیم کاپیتان ترنر

بخش اول. روز

فصل ۱ - الگوی پنهان در زندگی روزمره

"در سرتاسر قاب ها و هفتاد و هفت طاق زمانی، به عنوان قابل پیش بینی به عنوان جزر و مد اقیانوس، همان نوسان روزانه بود. بوج قوچ، و بازگشت است."

فصل ۲ - بعد از ظهر و قهوه: قدرت استراحت های کوتاه، وعده ناهار و استراحت

نیمروزی

"علم روزافزون علم روشن می سازد: وعده ها نشانه ای از ترس نیست بلکه نشانه ای از قدرت است."

بخش دوم. نقاط شروع، نقاط پایان و آنچه بین این دو است

فصل ۳ - زمان شروع کار: شروعی درست، شروعی دوباره و همراهی

دیگران

"بسیاری از ما حس می کنیم که ابتکارات قابل توجه است. اکنون علم زمان بندی نشان داده است که آنها حتی قدرت بیشتری نسبت به ما دارند. آغاز با ما دورتر از ما می دانیم؛ اثرات آنها به پایان می رسد"

فصل ۴- نقاط میانی: آنچه شمع های حنوکا و ناخشنودی میانسالی میتواند درباره انگیزه به ما یاد دهد

هنگامی که ما به نقطه اوسط می رسیم، گاهی اوقات افت می کنیم، اما بار دیگر ما پرش می کنیم. یک آژیر روانی به ما هشدار می دهد که ما نیمی از زمان ما را رها کرده ایم

فصل ۵- نقاط پایانی: مسابقه دوی ماراتون ، شکلات و احساس جدایی

با این حال، تنگنای که انتهای به عنوان برجسته شدن - هر زمان که ما سه اثر از هر نوع اعمال کنیم، ما تیز کردن مداد قرمز موجود و خراشیدن هر کسی یا چیزی غیرممکن است

بخش سه. همگامی و تنفس

فصل ۶- هماهنگی با دیگران در زمان بندی گروهی

همگام سازی باعث می شود ما احساس خوبی داشته باشیم و احساس خوب به چرخ های گروهی کمک می کند که هموارتر شوند. هماهنگی با دیگران باعث می شود که ما خوب عمل کنیم و هماهنگ سازی خوبی انجام می شود

فصل ۷- اندیشیدن در قالب زمان ، کلام آخر

بسیاری از زبانهای جهان، با استفاده از زمانها، به ویژه گذشته، حال و آینده، افعال را به صورت افعال علامت گذاری می کنند تا مفاهیم و تفکر را بیان کنند. تقریباً هر عبارت ای که ما می گوییم زمان با رنگ است

یادداشتها