

مهارت‌های تفکر
بکارگیری ذهن شما در عصر اطلاعات

اریک گارنر

مترجم
سید عباس حسینی

پاییز ۱۳۹۱

مهارت‌های تفکر

مترجم: سید عباس حسینی - نویسنده: اریک گارنر
طراح جلد: محسن امانی - صفحه آرایی: فائزه عباسی
ناظر چاپ: مجید مبشری - لیتوگرافی: پارسیان
چاپ: رسام - صحافی: همشهری - چاپ: اول - ۱۳۹۱
تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه - قیمت: ۴۰۰۰ تومان
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۲۵۳۶-۹-۲



انتشارات نوید مهر

نشانی: تهران خیابان شریعتی - خیابان ملک - خیابان زنده
دلان - کوچه منصور غربی - پلاک ۲ - واحد همکف
تلفن: ۷۷۶۴۰۲۶۵ - فکس: ۷۷۵۳۴۴۵۸

www.navidmehr.com info@navidmehr.com

کلیه حقوق برای انتشارات نوید مهر محفوظ است

Garner, Eric

سروشاسه: گارنر، اریک

عنوان و نام پدیدآور: مهارت‌های تفکر: بکارگیری ذهن شما در عصر اطلاعات

اریک گارنر: مترجم سیدعباس حسینی

تهران: نوید مهر، ۱۳۹۱.

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا شابک: 978-600-92536-9-2

عنوان اصلی: Thinking skills: using your brain in the information age

موضوع: ۱- اندیشه و تفکر، ۲- اندیشه و تفکر خلاق

شناسه افزوده: حسینی، عباس، ۱۳۶۲ - مترجم

رده بندی کنگره: ۱۳۹۱ م ۴۲ / BF۴۴۱ رده بندی دیویی: ۱۵۱/۴۲

شماره کتابشناسی ملی: ۲۹۷۸۴۶۴

فهرست

عنوان	صفحه
..... ۱۵	مقدمه
..... ۱۷	آشنایی با نویسنده
..... ۱۹	آشنایی با شرکت Managetraintearn
..... ۲۱	پیشگفتار مترجم
..... ۲۳	فصل اول: مهارت‌های تفکر چه می‌باشند
..... ۲۴	۱-۱ پتانسیل ذهن
..... ۲۴	۲-۱ قدرت ذهن
..... ۲۵	۳-۱ خلق افسانه
..... ۲۶	۴-۱ فعالیت ذهنی
..... ۲۷	۵-۱ ذهن نه بازو
..... ۲۷	۶-۱ تفکر مدیریتی
..... ۲۸	۷-۱ موضوعات تفکر
..... ۳۰	۸-۱ کلمات کلیدی
..... ۳۱	فصل دوم: مثبت اندیشی
..... ۳۱	۱-۲ تفکر بدون تمرین

۲۲	۲-۲ تفکر کج مدار
۲۳	۳-۲ فاجعه سازی
۲۴	۴-۲ سرگردانی
۲۵	۵-۲ حواس پرتی
۲۵	۶-۲ تفکر یویویی
۲۶	۷-۲ خود شناسی
۲۷	۸-۲ بازسازی مثبت
۲۸	۹-۲ در انتظار بهترین ها
۲۹	۱۰-۲ ذهن شما طالب موفقیت است
۴۰	۱۱-۲ کلمات کلیدی
۴۱	فصل سوم: تقویت حافظه
۴۲	۱-۳ سیناستریا
۴۲	۲-۳ نشانه اختصاصی
۴۳	۳-۳ سیستم کششی
۴۴	۴-۳ شعر
۴۴	۵-۳ حفظیات
۴۵	۶-۳ یادآوری نام افراد
۴۶	۷-۳ تکرار
۴۷	۸-۳ نکات کلیدی
۴۹	فصل چهارم: موانع تفکر
۴۹	۱-۴ مفروضات
۵۰	۲-۴ دیدن رویدادها از زاویه‌ای دیگر

۵۱	۴-۳ تفکر و عمل
۵۲	۴-۴ از شر عادات تفکرات منفی خلاص شوید
۵۳	۴-۵ مانند کودک فکر کنید
۵۴	۴-۶ جزئیات را مانند یک تصویر بزرگ ببینید
۵۵	۴-۷ برای خودتان فکر کنید
۵۶	۴-۸ زمانی برای تفکر
۵۸	۴-۹ کلمات کلیدی
۵۹	فصل پنجم: تفکر منطقی
۵۹	۵-۱ تفکر سمت چپ مغز
۶۱	۵-۲ تفکر نیمه راست مغز
۶۱	۵-۳ تفکرات مدیریتی
۶۲	۵-۴ تفکر منطقی
۶۳	۵-۵ اهداف SMART
۶۴	۵-۶ برنامه ریزی سیستمی
۶۴	۵-۷ بکارگیری اطلاعات
۶۵	۵-۸ محدودیت‌های اطلاعات
۶۵	۵-۸-۱ اطلاعات زیادی در دسترس است
۶۶	۵-۸-۲ اطلاعات به راحتی تحریف می‌گردد
۶۶	۵-۸-۳ اطلاعات کامل نیستند
۶۷	۵-۸-۴ اطلاعات به سرعت منسوخ می‌گردد
۶۷	۵-۸-۵ ذهن خودآگاه ما فقط می‌تواند حجم محدودی از اطلاعات را حفظ کند

۶۸	۹-۵ نکات کلیدی.....
۷۱	فصل ششم: تفکر خلاق.....
۷۱	۱-۶ مانند یک کودک فکر کنیم.....
۷۲	۲-۶ کنجکاوتر باشید.....
۷۴	۳-۶ با ایده‌ها بازی کنید.....
۷۵	۴-۶ ارتباطات جدید ایجاد کنید.....
۷۶	۵-۶ کمی غیر منطقی باشید.....
۷۷	۶-۶ بیشتر بخندید.....
۷۸	۷-۶ خارج از محدوده‌هایتان فکر کنید.....
۸۰	۸-۶ نکات کلیدی.....
۸۱	فصل هفتم: طوفان ذهنی.....
۸۲	۱-۷ طوفان ذهنی.....
۸۲	۲-۷ یک جلسه طوفان ذهنی.....
۸۳	۱-۲-۷ جرقه زدن.....
۸۴	۲-۲-۷ خیالات متناقض یا پارادوکسی.....
۸۵	۳-۲-۷ پروراندن ذهن.....
۸۶	۴-۲-۷ جمله پردازی.....
۸۷	۳-۷ یک مثال از طوفان ذهنی: ظرف غسل.....
۸۸	۴-۷ یادداشت‌های ذهنی یا مغز نوشتاری.....
۸۹	۵-۷ نکات کلیدی.....
۹۱	فصل هشتم: تصمیم‌گیری.....
۹۲	۱-۸ بازه زمانی.....

- ۱-۱-۸ بدانید که چه زمانی ضربه بزنید..... ۹۲
- ۲-۸ هم ترازوی ۹۳
- ۳-۸ متوازن بودن ۹۴
- ۴-۸ وقتی لازم است عمل کنید ۹۴
- ۵-۸ از یک مدل تصمیم‌گیری استفاده کنید ۹۵
- ۱-۵-۸ درخت‌های تصمیم‌گیری ۹۵
- ۲-۵-۸ مقایسه مثبت و منفی ۹۶
- ۳-۵-۸ سکه انداختن (شیر یا خط) ۹۷
- ۴-۵-۸ گلدان مشابه و چرخه احتمالات ۹۷
- ۵-۵-۸ والدین بزرگسالان، کودکان ۹۸
- ۶-۵-۸ شش کلاه فکر کردنی ۹۹
- ۷-۵-۸ شش کفش فکر کردنی ۱۰۰
- ۸-۵-۸ Noisiced ۱۰۱
- ۹-۵-۸ روی سم اسب ۱۰۲
- ۶-۸ غریزه ۱۰۳
- ۷-۸ تصمیمی نگیرید که به آن عمل نمی‌کنید ۱۰۴
- ۸-۸ تصمیم خود را مورد بازنگری قرار دهید ۱۰۵
- ۹-۸ نکات کلیدی ۱۰۶
- فصل نهم: حل مسئله ۱۰۷
- ۱-۹ مسئله‌ای با چندین زیر مسئله ۱۰۷
- ۲-۹ رویکرد کلاسیک ۱۰۹
- ۳-۹ هیچ کاری نکنید ۱۱۰

- ۹-۴ زمان خود را صرف کنید..... ۱۱۰
- ۹-۵ تمرکز کنید..... ۱۱۱
- ۹-۶ به مشکل حمله کنید..... ۱۱۲
- ۷-۹ دو ذهن بهتر از یکی است..... ۱۱۲
- ۹-۸ ریش تراش اکام و ۵ چرا..... ۱۱۳
- ۹-۹ نکات کلیدی..... ۱۱۶
- فصل دهم: نوآوری**..... ۱۱۹
- ۱۰-۱ یک فضای نوآور را خلق کنید..... ۱۲۰
- ۱۰-۲ چشم‌هایتان را باز نگه دارید..... ۱۲۰
- ۱۰-۳ خواب‌ها و رویاها..... ۱۲۱
- ۱۰-۴ توسعه خلاقیت شش‌گانه..... ۱۲۲
- ۱۰-۵ ارتباطات جدیدی ایجاد کنید..... ۱۲۳
- ۱۰-۶ نیاز ما در نوآوری است..... ۱۲۴
- ۱۰-۷ تست، تست، تست..... ۱۲۵
- ۱۰-۸ قبول و سازگاری (انطباق)..... ۱۲۵
- ۱۰-۹ از طبیعت درس بگیرید..... ۱۲۶
- ۱۰-۱۰ نکات کلیدی..... ۱۲۷

مقدمه

معرفی کتاب مهارت‌های تفکر

مهارت‌های تفکر قسمتی از ارزشمندترین مهارت‌هایی هستند که امروزه می‌توانید فرا بگیرید. علت آن ساده است. در گذشته افراد با نیروی دست خود کار می‌کردند. اما امروزه آن‌ها به خاطر مهارت‌های ذهنی‌شان استخدام می‌شوند. ما در عصر اطلاعات زندگی می‌کنیم نه در عصر صنعتی زیرا مغز جای بازو را گرفته و قدرت تفکر توانسته جای قدرت ماهیچه را بگیرد. مهم نیست که در چه صنعتی کار می‌کنید یا چه نوع کاری انجام می‌دهید. امروزه انتظار می‌رود که شما دارای یک سری از توانایی‌های ذهنی برای پستی که احراز کرده‌اید، باشید. این شامل استفاده شما از قضاوت، جمع‌آوری، بکارگیری و آنالیز اطلاعات، همکاری با دیگران برای حل مسئله، تصمیم‌گیری به جای دیگران، همفکری در ایده‌ها جهت نوآوری و تغییر و خلاقیت می‌گردد تا در نحوه کارکرد شما بهبود حاصل شود.

این کتاب چاپ سال ۲۰۱۲ میلادی بوده و شامل تمامی این مهارت‌ها می‌باشد و به شما نشان می‌دهد که می‌توانید با توانایی ذهنی‌تان به هر چیزی بیندیشید، یا اینکه سطح IQ یا سطح تحصیلات شما هر چه باشد، در هر حال مغز قویترین ارگان است که شما مالک آن هستید. مغز ابزاری است که اگر ماهرانه استفاده شود می‌تواند به شما در فعالیت بهتر در شغل، در تیم یا در سازمان کمک کند. توسعه مهارت‌های فکری، موفقیت شما را در مواجهه با دنیای مدرن تضمین می‌کند.

آشنایی با نویسنده

اریک گارنر یک استاد با تجربه علم مدیریت است که دارای استعداد در ساختن بهترین ها از افراد و تیم ها می باشد. او علم "تربیت مدیران" را در سال ۱۹۹۵ پایه گذاری کرد. در آن زمان شرکت وی در بریتانیا بر روی ۲۰ نوع مهارت که افراد برای موفقیت شخصی و حرفه ای نیاز داشتند، مطالعه می کرد. از سال ۲۰۰۲ این علم "تربیت مدیران" به عنوان یک بازیگر مهم در بازار آموزش الکترونیک نقش نمایی می کند. اریک یک مأموریت ساده دارد و آن این است که شرکت "آموزش تربیت مدیران" را به بهترین شرکت در تولید و توسعه محصولات مدیریت آنلاین با کیفیت در جهان تبدیل نماید.