

گاهی پیروزی گاهی آموختن

چگونه شکست را به پیروزی تبدیل کنید

برای نوجوان ها

جان سی. ما کسول

مترجم: مریم طالقانی



انتشارات آرامیس

برشنامه: ماکسول، جان سی. ۱۹۴۷ - م.
Maxwell, John C.

عنوان و نام پدیدآور: گاهی پیروزی گاهی آموختن: چگونه شکست را به پیروزی تبدیل کنید برای نوجوانان/ جان سی. ماکسول،
مترجم: مریم طلاتی، ویراستار: محبوبه یزدان صفت.
مشخصات نشر: تهران: انتشارات آرامیس، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری: ۱۵۶ ص، ۵/۱۴ × ۵/۲۱ س.م.
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۵۰۱-۶-۶/۱۶۰۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست نویسی: فیا
یادداشت: عنوان اصلی: Sometimes you win, sometimes you learn for teens: how to turn a loss into a win.
۲۰۱۵.

عنوان دیگر: چگونه شکست را به پیروزی تبدیل کنید برای نوجوانان.

موضوع: شکست (روانشناسی)

موضوع: (Psychology) Failure

موضوع: یادگیری

موضوع: Learning

شناسه افزوده: طلاتی، مریم، ۱۳۶۰ - مترجم

رده بندی کنگره: BF۵۷۵ ۱۳۹۶ م۲۳ش۸

رده بندی دیویی: ۱۵۸

شماره کتابشناسی ملی: ۴۶۸۳۲۵۳

گاهی پیروزی - گاهی آموختن

چگونه شکست را به پیروزی تبدیل کنید

مؤلف: جان سی. ماکسول

مترجم: مریم طلاتی

ویراستار: محبوبه یزدان صفت

ناشر: آرامیس

مدیر فنی: علی گودرزی

صفحه آرا: مهدی گودرزی

طراحی جلد: مریم اکبرزاده

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۱۶۰۰۰ تومان

نوبت چاپ: اول - اردیبهشت ۱۳۹۶

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۵۰۱-۶-۶

مراکز فروش:

انتشارات آرامیس:

تهران، میدان انقلاب، خیابان کارگر جنوبی، خیابان لبافی‌نژاد، پلاک ۲۲۹، طبقه ۴، واحد ۱۹

شماره تماس: ۰۹۱۲ ۵۷۵۵۱۴۸ - ۰۹۱۲ ۸۳۳۳۰۱۹ - ۰۹۱۲ ۸۸۱۴۸۴۴۵ - ۰۲۱ ۶۶۵۶۹۵۸۴ - ۰۲۱



قیمت: ۱۶۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

۷.....	مقدمه نویسنده.....
۱۱.....	هرگاه چیزی از دست می‌دهید، همه چیز آسیب می‌بیند.....
۲۳.....	فروتنی: روح آموختن.....
۳۵.....	حقیقت: بنیان آموختن.....
۴۵.....	مسئولیت پذیری: نخستین گام آموختن.....
۵۵.....	پیشرفت: هدف آموختن.....
۶۷.....	امید: انگیزه‌ی آموختن.....
۸۱.....	قابلیت آموزش پذیری: مسیر آموختن.....
۹۳.....	مَشَقَّت: چاره‌ساز در رَوْنَد آموختن.....
۱۰۳.....	مشکلات: فرصت‌های آموختن.....
۱۱۳.....	تجربه‌های بد: چشم‌انداز آموختن.....
۱۲۳.....	تغییر: بهای آموختن.....
۱۳۵.....	بلوغ: ارزش آموختن.....
۱۴۵.....	بیروزی، همه چیز نیست: ولی آموختن همه چیز است.....

مقدمه نویسنده

آیا تا به حال این احساس را تجربه کرده‌اید که اجازه ندارید شکست بخورید؟ مثلاً در مواقعی که معلم‌ها یا والدینتان از شما توقع دارند که در همه‌ی جنبه‌های زندگی به بالاترین درجه از کمال برسید، حتی اگر به نظر غیرممکن بیاید؟

آیا تا به حال اتفاق افتاده در چیزی که دوست داشتید برنده شوید، شکست بخورید؟ وقتی اشتباه کردید، احساس حماقت کردید؟ آرزو کردید که ای کاش یک فرصت دیگر پیدا می‌کردید؟

و همچنین در مواقع آشوب و سردرگمی، چه اتفاقی می‌افتد؟ آیا چنان احساس ناامیدی می‌کنید که شاید هرگز نتوانید دوباره روی پای خود بایستید؟ اگر پاسخ شما به هر کدام از این پرسش‌ها بلی است، پس این کتاب دقیقاً به درد شما می‌خورد. اگر در حال از دست دادن چیزی هستید یا از دستش داده‌اید - اتفاقی که برای هر کسی ممکن است بیفتد - چرا کمی از وجه منفی آن نگاهیم؟ چگونه با آن کنار بیاییم؟ با آموختن از آن؟! هنگامی که در ازای یک فقدان چیزی می‌آموزید، دیگر آن فقدان آزار دهنده نیست!

البته که به این سادگی‌ها نیست. صحنه‌ای از یک کمدی محبوب تلویزیونی به نام «بادام زمینی»^۱ چارلی براون^۲ را در حال دور شدن از لوسی بعد از یک بازی بیس‌بال نشان می‌دهد با سری پایین و کاملاً درهم شکسته، او در حال آه و ناله کردن است: لعنتی! دوباره باختم! لعنت به این شانس! دیگه خسته شدم از باختن! هر کاری می‌کنم شکست می‌خورم! لوسی در پاسخ می‌گوید: «چارلی براون! با

1- Peanuts

2- Charlie Brown

این زاویه نگاه کن که ما بیشتر از باختن یاد می‌گیریم تا از پیروز شدن! و دوباره چارلی جواب می‌دهد: «پس من الان باهوش‌ترین فرد دنیا هستم.» نصیحت لوسی بسیار بامعناست، ولی هرکسی قادر نیست از شکست‌هایش بیاموزد. شکست‌ها خودبه‌خود به درس تبدیل نمی‌شوند، مگر آنکه ما با تلاش سخت آنها را به مسائل آموزنده تبدیل کنیم. شکست‌ها به ما شانس آموختن می‌دهند، ولی خیلی از مردم این فرصت‌ها را در نمی‌یابند و در چنین مواقعی است که شکست بسیار دردناک می‌شود. وقتی احساس شکست می‌کنیم، بسیار سخت است که بیاموزیم، زیرا باید کارهای غیرطبیعی انجام دهیم. لبخند در مواقعی که خوشحال نیستیم بسیار سخت و ناممکن است یا مثلاً هنگامی که از غم شکست، بی‌حس و فلج شده‌ایم، با نگرش مثبت و خوش‌بینانه عکس‌العمل نشان دهیم. وقتی که تحقیر شده‌ایم، چگونه با دیگران روبه‌رو می‌شویم؟ چگونه پس از زمین خوردن‌های متوالی دوباره روی پای خود بایستیم؟ اگر واقعاً می‌خواهید بیاموزید، باید نوع نگرش خود را به شکست‌ها و اشتباهات تغییر دهید و ویژگی‌های مهمی را در خود پرورش دهید که به شما کمک کند در چنین مواقعی به طور صحیح واکنش نشان دهید. امیدوارم با مطالعه‌ی این کتاب، چگونگی آموختن از شکست‌ها را بیاموزید. بیشتر ما به دوستی نیاز داریم که به ما کمک کند تا در چنین مواقعی به درستی عمل کنیم. من معتقدم با پرورش خصوصیات زیر در خود و تمرین روزمره‌ی آنها در زندگی، به خوبی می‌آموزید که از اشتباهات خود عبور کنید و از هر آنچه آموخته‌اید برای رشد و موفقیت خود بهره‌گیری.

فروتنی: روح آموختن

حقیقت: بنیان آموختن

مسئولیت‌پذیری: نخستین گام آموختن

پیشرفت: هدف آموختن

امید: انگیزه‌ی آموختن

قابلیت آموزش‌پذیری: مسیر آموختن

مشقت: چاره‌ساز در آموختن

مشکلات: فرصت‌های آموختن

تجربه‌های بد: چشم‌انداز آموختن

تغییر: بهای آموختن

بلوغ: ارزش آموختن

سنت ایگناتیوس لویولا^۱، یکی از بزرگ‌ترین آموزگاران جهان، گفته است: «فقط هنگامی می‌آموزیم که آماده‌ی آموختنیم.» از طرفی، ایمت فاکس^۲، پیشوای روحانی قرن بیستم نیز معتقد بوده است که مصائب درست در زمانی به شما هجوم می‌آورند که به شما کمک کنند تا رشد کنید و با غلبه بر آنها به سمت تعالی حرکت کنید. این پیشوای بزرگ بینش خود را این‌گونه بیان می‌کند: «بدبختی و مصیبت واقعی زمانی است که بدون آموختن درسی از دشواری‌ها، بیهوده رنج بکشیم.» اگر شما هم مانند اکثریت مردم هستید، پس از ناکامی‌هایتان در زندگی بسیار رنج برده‌اید. آیا آماده هستید که از آنها بیاموزید؟ امیدوارم شما هم در این مسیر به من بپیوندید و بنگرید که چگونه می‌توان شکست‌ها را به فرصت‌ها تبدیل کرد و چگونه می‌توان به ناکامی‌ها از دیدگاه‌های متفاوت نگریست. ایده‌های این کتاب هم اکنون و نیز همچنان که به سمت بزرگسالی رشد می‌کنید به شما یاری می‌رساند. هر انسانی روزی آشفته و پریشان‌حال می‌شود، مهم آن است که چگونه بتوانید از آن به سلامتی عبور کنید.

جان. سی. ماکسول