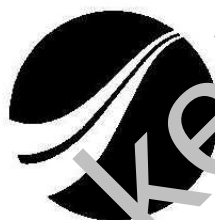


هنر اوج گیری

برنامه ریزی استراتژیک توسعه توانمندی های شخصی

Strategic Planning for Personal Development



دهکده جهانی
دانش و مهارت

GVKS.ir

info@gvks.ir

دکتر سعید سعادت



سرشناسه	معلومات، سعید، ۱۳۳۲ -
عنوان و نام پدیدآور	هنر اوج گیری: برنامه ریزی استراتژیک توسعه توانمندی های شخصی = Personal Development Strategic Planning / سعید سعادت،
مشخصات نشر	تهران: دیباگران تهران، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	۲۴۶ ص.
شابک	978-600-124-842-9
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	کتابنامه.
عنوان دیگر	برنامه ریزی استراتژیک توسعه توانمندی های شخصی.
موضوع	برنامه ریزی راهبردی
موضوع ۱	Strategic planning
موضوع ۲	برنامه ریزی سازمانی
موضوع ۳	Business planning
موضوع ۴	مدیریت -- ارزشیابی
موضوع ۵	Management -- Evaluation
رده بندی کنگر	HD۳۰/۲۸/س۷۵۹ ۱۳۹۶
رده بندی دیویی	۶۵۸/۴۰۰۰
شماره کتابشناسی ملی	۵۱ د ۶۱۱

* عنوان کتاب: هنر اوج گیری

* مؤلف: دکتر سعید سعادت

1397 - Saadat, Saee - Tehran.

* ناشر: مؤسسه فرهنگی هنری دیبگران تهران

* تیراژ: ۳۰۰۰ جلد

* نوبت چاپ: اول

* تاریخ چاپ: فروردین ۱۳۹۷

* قیمت: ۳۰۰۰۰ ریال

* مرکز پخش و فروش: تهران، میدان انقلاب، خیابان دهبان، پلاک ۲۱

* فروردین، کوچه بهشت آئین، پلاک ۲۱، طبقه ۲ غربی

* تلفن: ۰۹۱۲۳۸۰۷۳۲۳ - ۶۶۴۸۰۲۱۱ (۰۲۱)

* فروشگاه اینترنتی: www.dibagaranpakhsh.ir

* نشانی واحد فروش: تهران، میدان انقلاب، خیابان کارگر

* جنوبی، روبه روی پاساژ مهستان، پلاک ۱۲۵۱

* تلفن: ۲۲۰۸۵۱۱۱ - ۶۶۴۱۰۰۴۶ (۰۲۱)

* کدپستی: ۱۳۱۴۹۸۳۱۸۵

www.mftbook.ir

www.mftshop.com



@mftbook



Dibagaran_publishing

* فروشگاه اینترنتی:

۸	مقدمه مؤلف
---	------------

پیشگفتار

۱۵	چرا توانمندسازی شخصی اهمیت دارد؟
----	----------------------------------

بخش اول: مهارت‌های مورد نیاز برنامه‌ریزی استراتژیک

فصل اول

۲۹	قسمت اول: خودآگاهی
----	--------------------

۵۹	قسمت دوم: ابزارهای تحلیلی SWOT و PESTEL
----	---

۷۹	فصل دوم: اعتدال به نفس
----	------------------------

۹۷	فصل سوم: عزت نفس
----	------------------

۱۱۳	فصل چهارم: مثبت‌اندیشی
-----	------------------------

۱۴۱	فصل پنجم: خودانگیزش
-----	---------------------

۱۵۷	فصل ششم: هدف‌گذاری
-----	--------------------

بخش دوم: برنامه‌ریزی استراتژیک

فصل اول

۱۸۷	برنامه‌ریزی استراتژیک توسعه توانمندی‌های شخصی
-----	---

فصل دوم

۲۰۹	تعیین اهداف استراتژیک با استفاده از ابزار تحلیلی TOWS / SWOT
-----	--

بخش سوم: راهنمای عملی

۲۲۱	فصل اول: راهنمای عملی پیاده‌سازی برنامه‌ریزی استراتژیک
-----	--

۲۴۱	فصل دوم: کاربرگ‌ها
-----	--------------------

مقدمه مؤلف

دنیا مملو از افرادی است که از شرایط زندگی یا کسب و کار خود رضایت ندارند و علی رغم تمام تلاشی که می کنند در رسیدن به اهداف خود ناکام می مانند. آنها مسئولیت ناکامی و عدم موفقیت خود را نمی پذیرند و بی هدف و سرگردان، از محدودیت ها و کمبود امکانات شکایت دارند و فرصت اصلاح و بهبود شرایط زندگی را از خود سلب می کنند.

این گروه از افراد با توجیه ناکامی ها و نسبت دادن آنها به دلایل بیرونی، دستیابی به موفقیت را غیر ممکن می پندارند و منتظر معجزه ای برای تغییر شرایط و کسب موفقیت هستند تا یکباره آنها را در جایگاه قدرت قرار دهد. همواره آرزوی آن را داشته اند.

حقیقت ماجرا این است که هیچ نجی و معجزه ای به جز خود شما وجود ندارد. اگر خودتان نتوانید شرایط خود را تغییر دهید، هیچ کس دیگری قادر

به این کار نخواهد بود. روش دستیابی به موفقیت

برای هر فرد، منحصر به خود اوست و هرگز نسخه

یکسان دستیابی به موفقیت برای همه افراد تجویز

نمی شود. هیچ کس جز خودتان نمی تواند تصویری

صحیح از توانایی های فردی شما ارائه دهد. این

شما هستید که می توانید با تلاش برای شناختن خود،

ارزش ها، نقاط ضعف و قوت، فرصت ها و تهدیدهای

محیط پیرامونتان، چرایی هستی،

مأموریت خود در زندگی و چشم انداز

مطلوبتان را ترسیم کرده و برای

موفقیت خود برنامه ریزی کنید.

چ کس جز خودتان نمی تواند
تصویری صحیح از توانایی های
فردی شما ارائه دهد. این شما
هستید که می توانید با تلاش
برای شناختن خود، ارزش ها،
نقاط ضعف و قوت، فرصت ها
و تهدیدهای محیط پیرامونتان،
چرایی هستی، مأموریت
خود در زندگی و چشم انداز
مطلوبتان را ترسیم کرده و
برای موفقیت خود برنامه ریزی
کنید.

در دنیای امروز که رقابت، ریسک و تغییرات پرشتاب تکنولوژی و محیط پیرامون جزء لاینفک زندگی افراد و سازمان‌ها شده است برای دستیابی به موفقیت در زندگی و کار، هیچ راهی به جز بهبود مستمر و توانمند شدن پیش روی ما نیست.

روشن است که هدف نهایی انسان در زندگی رسیدن به خوشبختی و احساس آرامش است. اما باید بدانیم که هر کس آرامش و احساس رضایت در زندگی را از مسیری متفاوت و به شیوه‌های خاص خود خواهد یافت که متأثر از نگرش، باورها و ارزش‌های فردی و اجتماعی اوست.

پیش از هر چیز، به توانایی‌های خود ایمان داشته باشید و خود را لایق موفقیت بدانید. آرامش نکنید بسیاری از افراد موفق که امروز تصویرشان روی جلد مجرت‌ها به عینیت نقش بسته است، سردرگمی‌ها، شکست‌ها و ناکامی‌های بسیاری را پشت سر گذاشته‌اند.

در دنیای امروز که رقابت، ریسک، تغییرات پرشتاب فناوری و محیط کسب و کار، جزء لاینفک زندگی افراد و سازمان‌ها شده است، برای دستیابی به موفقیت در زندگی شخصی و شغلی، هیچ راهی به جز بهبود مستمر و توانمند شدن پیش روی ما نیست.

از این رو دیگر تدوین استراتژی، بهره‌گیری از تکنیک‌های تجزیه و تحلیل نقاط ضعف و قوت و تهدیدها و فرصت‌های محیطی مانند SWOT و PESTEL و در یک کلام برنامه‌ریزی برای توسعه، فقط یک روش مدیریتی مختص رهبران سازمان‌ها و شرکت‌های بزرگ نیست، بلکه ضرورتی جدی و حیاتی برای تک تک افراد جامعه با هر سطح دانش و مهارت در تمام حوزه‌های کسب و کار است. با برنامه‌ریزی استراتژیک توسعه توانمندی‌های شخصی، نه تنها می‌توانیم از حداکثر ظرفیت‌های

رشد و توسعه فردی بهره‌مند شویم و آینده زیباتری برای خود بیافرینیم، بلکه در محیط کار و در ارتباطات شخصی و خانوادگی نیز توانمندتر و موفق‌تر خواهیم بود.

تعیین ارزش‌ها و خودشناسی از طریق شناخت نقاط ضعف و قوت فردی و فرصت‌ها و تهدیدهای محیطی، گام نخست برای تعیین استراتژی‌ها و اهداف کلان ماست که با ارائه راهکارهای عملیاتی منطبق با واقعیت، هنر «درست انتخاب کردن» و برنامه‌ریزی استراتژیک در مسیر توسعه فردی را به ما می‌آموزد.

ما در این کتاب می‌خواهیم به شما کمک کنیم تا با استفاده از تکنیک‌ها و ابزارهای مدیریت استراتژیک فردی، خود را بهتر بشناسید، اهدافی واقع‌بینانه برای زندگی، شغلی خود تعیین کنید و در نهایت، با برنامه‌ریزی برای توسعه مهارت‌ها و توانمندی‌ها، بر محدودیت‌ها و کمبودهای خود غلبه کرده و بتوانید از طریق مدیریت شش‌مدرانه نقاط قوت، نقاط ضعف، تهدیدها و فرصت‌های پیرامون، بهترین نسخه از خودتان را خلق کنید.

در این کتاب سعی بر این است که تکنیک‌ها و ابزارهای مدیریت استراتژیک و برنامه‌ریزی توسعه توانمندی‌های شخصی را با زبان ساده و در قالب دستورالعملی کاملاً کاربردی شرح دهیم؛ به نحوی که برای تمام افراد در همه سطوح جامعه مفید باشد. پس اگر شما هم از شرایط زندگی خصوصی یا بی‌رونق بودن کسب و کار خود رضایت کافی ندارید و تاکنون

گر شما هم از شرایط زندگی خصوصی یا بی‌رونق بودن کسب و کار خود شکایت دارید احساس می‌کنید تاکنون راه اشتباه رفته‌اید یا بارها شکست خورده‌اید، از همین امروز با به کارگیری تکنیک‌هایی که در این کتاب می‌آموزید می‌توانید استراتژی شخصی منحصر به خود را تدوین کنید و با توسعه مهارت‌های شخصی برای خروج از بحران‌ها و محدودیت‌های زندگی، راه موفقیت خود را بیابید.

این کتاب با استفاده از شیوه‌های کاملاً کاربردی به شما می‌آموزد که چگونه زندگی بهتری داشته باشید. کافی است بخواهید و باور کنید که شما هم می‌توانید و حق دارید به آنچه شایسته آن هستید دست یابید. هیچ گاه برای شروع دیر نیست.

راه را اشتباه رفته‌اید یا بارها شکست را تجربه کرده‌اید، از همین حالا با به کارگیری تکنیک‌هایی که در این کتاب می‌آموزید می‌توانید استراتژی شخصی منحصر به خود را تدوین کنید و با توسعه مهارت‌های شخصی برای خروج از حرازها و محدودیت‌های زندگی، راه موفقیت را پیدا کنید.

نگارنده توان مدیر عامل مجتمع فنی تهران، پس از چهار دهه ارتباط نزدیک با جوانان، کارکنان، مدیران سازمان‌ها و افرادی که از سطوح مختلف اجتماعی از صادی و حوزه‌های گوناگون کسب و کار به دنبال مهارت‌آموزی و مسیری شریف به دهاند، دریافته است که بسیاری از این افراد با درک نادرست از توانمندی‌ها، ملاحظات و شرایط محیطی خود شغل، رشته تحصیلی و مسیر اشتباهی را انتخاب کرده‌اند.

بسیاری از این افراد شناخت دقیقی از نقاط قوت و ضعف خود ندارند. صدها راه نادرست را امتحان کرده‌اند و به شایسته‌ترین و بالاترین و اگرها و ای‌کاش‌ها دلخوش هستند و صد افسوس که روزها و عمر خود را با حسرت می‌گذرانند و با آزمون و خطا تلف می‌کنند.

همواره در این اندیشه بوده‌ام که چگونه می‌توان با استفاده از ابزارهای مدیریتی و برنامه‌ریزی استراتژیک - که بیش از یک دهه در مجموعه تحت مدیریت خود دغدغه جدی آن را داشته‌ام و درگیر تدوین، اجرا و ارزیابی آن به عنوان نقشه توسعه و تعالی بوده‌ام - راهی برای تحول زندگی شخصی مردمان سرزمینم باز کنم تا مسیر موفقیت و شادمانی خود را بیابند و با افزایش توانمندی‌ها و مهارت‌ها، برای رسیدن به اهداف و آرمان‌های خود برنامه‌ریزی کنند.

این کتاب با استفاده از شیوه‌های کاملاً کاربردی به شما می‌آموزد که چگونه بهتر زندگی کنید. کافی است بخواهید و باور کنید که شما هم می‌توانید و حق دارید به آنچه شایسته شماست دست یابید. هیچ‌گاه برای شروع دیر نیست.

درست است که نمی‌توان به گذشته بازگشت و آن را تغییر داد، اما می‌توان در همین حالا شروع کرد و پایانی جدید و آینده‌ای مطلوب را رقم زد. در پایان شایسته است از همکاران گرامی سرکار خانم لیلا ابزاری، سرکار خانم ژیلای غلامی، آقای مهندس مرتضی متواضع و فرزند عزیزم سامان سعادت که در تألیف یا تهیه مثال‌های کاربردی این اثر، اینجانب را یاری رسانده‌اند، سرکار خانم سارا بکایی که طراحی گرافیکی زیبایی حکایت‌های مدیریت را انجام داده‌اند، خانم‌ها هانیه رضایی و عطیه ریواز که تایپ این اثر حاصل رحمت الهی است، خانم شیوا غمگسار و خانم دکتر بهناز دهکردی و آقای دکتر محمد فقیری که ویراستاری کتاب را انجام داده‌اند و خانم مریم غریبان که صفحه‌آرایی کتاب را به عهده داشتند، صمیمانه سپاسگزاری کرده و این اثر را به کسانی که مصداق این بیت زیبای «ابن یمین» شاعر بزرگ قرن هشتم هجری هستند، تقدیم می‌کنم:

آن کس که بداند و بخواهد که بداند

خود را به بلندی سعادت برساند

درست است که
نمی‌توان به گذشته باز
گشت و آن را تغییر
داد، اما می‌توان
همین حالا شروع کرد و
پایانی جدید و آینده‌ای
مطلوب را رقم زد.

«با آرزوی موفقیت»

سعید سعادت