

آنچه درباره

خود مدیریتی

باید بدانید

مؤلف:

سارا دماوندی

سرشناسه : دماوندی، سارا، ۱۳۶۵ -
 عنوان و نام پدیدآور : آنچه درباره خود مدیریتی باید بدانید / مولف سارا دماوندی.
 مشخصات نشر : تهران: جاجر می، ۱۳۹۷.
 مشخصات ظاهری : ۹۲ ص: ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.
 شابک : 978-600-8631-08-8
 وضعیت فهرست نویسی : فیبا
 موضوع : موفقیت
 موضوع : Success
 موضوع : خود راهبری
 موضوع : Self-management (Psychology
 موضوع : خودشناسی
 موضوع : Self-perception
 موضوع : موفقیت شغلی
 موضوع : Career development
 رده : ۶۳۷ ۱۳۹۷ ۸۸۸/۴



خیابان انقلاب - خیابان ابوریحان - خیابان وحید نظر - پلاک ۳۰ - طبقه همکف

تلفن: ۶۶۹۷ ۳۸۲۱ - ۶۶۹۷ ۳۸۲۰ - ۶۶۹۷ ۱۵۰۲ ، تلفکس: ۶۶۷۸ ۶۶۴۶

□ آنچه درباره خود مدیریتی باید بدانید □

مولف: سارا دماوندی

ناشر: انتشارات جاجر می

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۶

تیراژ: ۵۰ جلد

قیمت: ۱۴۰۰۰ تومان

شابک: ۸-۰۸-۸۶۳۱-۶۰۰-۹۷۸ *** 978-600-8631-08-8 ISBN

فهرست مطالب

۷.....	مقدمه
۹.....	پیشگفتار
۱۱.....	فصل اول: کلیات
۱۱.....	۱-۱- خود مدیریتی چیست؟
۱۲.....	۱-۲- هدف و ضرورت خود مدیریتی
۱۳.....	۱-۳- مهارت خود آگاهی چیست؟
۱۸.....	فصل دوم: اصول خود مدیریتی
۱۸.....	۲-۱- خودشناسی
۲۵.....	۲-۲- چه چیز برای ما مهم است
۳۵.....	۲-۳- ضرورت انجام کار های مهم
۳۹.....	۲-۴- اهمیت نگاه وسیع تر
۵۰.....	فصل سوم: رسیدن به خود مدیریتی
۵۰.....	۳-۱- ده مرحله برای رسیدن به خود مدیریتی
۵۷.....	۳-۲- تمرکز بر نقاط قوت و ضعف از مزایای خود مدیریتی است
۵۸.....	۳-۳- تقویت مهارت خود مدیریتی

فصل چهارم : مدیریت خود و استراتژی فردی ۶۳

۴-۱- مدیریت خود و استراتژی فردی برای موفقیت ۶۳

۴-۲- ده نکته برای مدیریت خود ۶۵

۴-۳- اهمیت و ضرورت مدیریت بر خود ۷۰

۴-۴- خراپند مدیریت بر خود ۷۳

۴-۵- فواید مدیریت بر خود ۷۵

۴-۶- مدیریت بر خود نه روایت پتر دراگر ۷۶

فصل پنجم : خود مدیریتی در محیط کار ۷۸

۵-۱- مدیریت افراد ناسازگار در محیط کار ۷۸

۵-۲- کارمندان استثنایی چه ویژگی هایی دارند ۸۳

۵-۳- چگونه یک کارمند استثنایی باشیم ؟ ۸۴

۵-۴- شش مهارت برای موفقیت شغلی که همیشه به کارتان می آید ۸۶

فصل ششم: نتیجه گیری و پیشنهادات ۸۸

۶-۱- نتیجه گیری و پیشنهادات کاربردی ۸۸

منابع فارسی ۹۰

منابع لاتین ۹۱

مقدمه

همه مدیران با مفاهیم مدیریت و چگونگی کاربرد و نحوه استفاده از آن آشنایی دارند. درباره تعریف مدیریت نظریات متفاوتی وجود دارد. طیف گسترده‌ای از تعاریف مدیریت بسیار وسیع است. با پیشرفت‌های علمی و تکنولوژیک قرن بیستم و ابتدای قرن بیست و یکم شامل مدیریت می‌شود و شامل بتوان گفت که آهنگ پیشرفت تکنیک‌های مدیریت نسبت به سایر علوم سریع‌تر بوده است. می‌دانیم که یکی از شاخصه‌های معرف مدیریت، بهره‌وری استفاده صحیح و مطلوب از منابع در اختیار، به عنوان ورودی برای سازمان است. این منابع شامل نیروی انسانی، مواد، ماشین‌آلات، پول، دانش، تکنولوژی، اطلاعات، بازار و ... می‌گردد ولی آنچه که در میان این عوامل به عنوان حلقه مفقوده قلمداد می‌گردد، مدیریت بر خود یا خود مست که غالباً به فراموشی سپرده می‌شود ما اغلب این بزرگ‌ترین و مهم‌ترین سرمایه زندگی مان را، که همان خودمان هستیم، به دست فراموشی سپرده‌ایم از آن غفلت کرده ایم. خود مدیریتی به دنبال تغییر نگرش و شخصیت نیست بلکه میخواهد رفتار را تحت کنترل در بیاورد و اگر لازم باشد تغییراتی را در آن ایجاد کند، به عبارت دیگر خود مدیریتی از معرفت پذیری اجتماعی نشأت میگیرد. خود مدیریتی موضوعی است که اخیراً در ادبیات مدیریت مدنظر علمای این رشته قرار گرفته است. نقطه قوت

این سبک مدیریتی، خود انسان است که می خواهد مدیریت کردن را از خودش شروع و در جامعه به اوج برساند. یقیناً راز موفقیت انسانها در پیچیدگی های هزاره سوم خود مدیریتی خواهد بود. حفظ ارزشها و آزادی های فردی و تحصیل و استقلال فردی مهمترین نتیجه است که انسان ها از فعالیت های خود انتظار دارند. در واقع خود مدیریتی مقوله ایست که در ایجاد قدرت افراد برای مدیریت بر رفتار و عملکردشان در حیطه فردی و سازمانی و در جهت ارتقای بهره وری نقش مهمی را ایفا می کند. در این کتاب سعی شده اهمیت مدیریت بر خود بیان و اصول و روش های اعمال و اجرا آنکه از شناخت خود، مدیریت بر خود و تحقق آرمان ها و هر آنچه که بایست در مورد مدیریت خود و خود مدیریتی، افراد باید بدانند به نگرش بر آمده است