



لطفاً فقط زنده نباشید

کمی هم زندگی بکنید

((تحول و تغییر نگرش در موضوعات کیفیت زندگی))

(از سلسله مقالات تحول و تغییر نگرش)



مؤلف: محسن ویرمایی

سرشناسه: ورشابی، محسن، ۱۳۵۰ -

عنوان و نام پدیدآور: لطفاً فقط زنده نباشید کمی هم زندگی بکنید: تحول و

تغییر نگرش در موضوعات کیفیت زندگی / مولف محسن ورشابی.

مشخصات نشر: تهران: آیسو، ۱۳۹۷.

مشخصات ظاهری: ۸۹ ص. ۵/۱۴×۲۱/۵ س.م.

فروست: ... سلسله مباحث تحول و تغییر نگرش.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۳۸۲-۰۱-۴

وضعیت فهرست نویسی: فیفا

توان دیدار: تحول و تغییر نگرش در موضوعات کیفیت زندگی.

موضوع: نگرش (روا شناسی)- کیفیت زندگی- موفقیت در کسب و کار

موضوع: نگرش (روا شناسی) -- تغییر- راه و رسم زندگی

موضوع: (Attitude change-Quality of life- Attitude (Psychology)

موضوع: Conduct of life-Success in business

رده بندی کنگره: ۱۳۹۷/۴۶/۳۲۷ B

رده بندی دیویی: ۱۵۸/۱

شماره کتابشناسی ملی: ۵۴۶۷۵۵۵

فیفا

عنوان: لطفاً فقط زنده نباشید کمی هم زندگی بکنید

عنوان فرعی: ((تحول و تغییر نگرش در موضوعات کیفیت زندگی))

نویسنده: محسن ورشابی

نوبت چاپ: اول- ۱۳۹۷

شناسنامه انتشارات: آیسو

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۳۸۲-۰۱-۴

قیمت: ۱۱۰۰۰ تومان

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد



۷.....	مقدمه:
۱۲.....	فصل ۱: زمان و مدیریت آن
۲۲.....	فصل ۲: تغییر نگرش
۳۲.....	فصل ۳: اندکی تأمل
۳۶.....	فصل ۴: مقدمه‌ای بر آینده پژوهی
۴۱.....	فصل ۵: ارزش، فعالیت‌ها و عملکردها
۵۲.....	فصل ۶: ممانعت
۵۶.....	فصل ۷: استریزی
۶۲.....	فصل ۸: تحول در کیفیت زندگی
۷۴.....	فصل ۹: آموزش حساسیت
۸۲.....	فصل ۱۰: خلاقیت
۸۶.....	فصل ۱۱: نکته‌های متفرقه برای تحول در کیفیت زندگی

مقدمه:

تبیین این نوشتار هم، به موضوع کیفیت زندگی شغلی (سازمانی) و هم به موضوع کیفیت زندگی شخصی (خانوادگی) پرداخته است.

برای رسیدن به کیفیت زندگی بهتر (اعم از کیفیت زندگی شخصی و یا کیفیت زندگی شغلی و سازمانی) نیاز به داشتن خطاکش‌ها و شاخص‌هایی می‌باشیم، که سعی شده در این کتاب به آن‌ها اشاره شود.

متأسفانه بسیاری از مردم مشغول بودن را با موثر بودن اشتباه گرفته‌اند ما در این کتاب سعی می‌کنیم که فقط اندکی راجع به الفبای کیفیت زندگی گفتگو کنیم.