

هفت عادت مردمان مؤثر

درس‌هایی قدرتمند برای تغییر زندگی

■ نویسنده:
استان کوه

■ مترجم:
غلامحسین علی‌مازندرانی

■ ویراستار:
فرگس مساوات



سرشناسه : کاوی، استیون آر. ۱۹۳۲-۲۰۱۲ م. Covey, Stephen R.
 عنوان و نام پدید آور : هفت عادت مردمان مؤثر: درس‌هایی قدرتمند برای تغییر زندگی/ نویسنده
 استفان کاوی؛ مترجم: غلامحسین علی‌مازندرانی، ویراستار نرگس مساوات.
 مشخصات نشر : تهران: آریان، ۱۳۹۷.
 مشخصات ظاهری : ۴۸۴ ص.
 شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۹۸۷۹-۳۶-۶
 وضعیت فهرست نویسی : فیپا.
 یادداشت : عنوان اصلی:
 The 7 habits of highly effective people: restoring character ethic.
 موضوع : موفقیت — جنبه‌های روان‌شناسی. Success—Psychological aspects.
 موضوع : خلق و خو. Character
 افزودن : علی‌مازندرانی، غلامحسین، ۱۳۴۹ -، مترجم.
 شناسه : ۵۰۹ : مساوات، نرگس، ۱۳۶۱ -، ویراستار.
 رده بنی : کنگره : ۱۳۹۷ ک۲۵/م۸ ۶۳۷ BF
 ر. بنی : ۱۲۰ :
 شماره کتابشناسی : ملی ۴۰۵



هفت عادت مردمان مؤثر	نام کتاب
استفان کاوی	نویسنده
غلامحسین علی‌مازندرانی	مترجم
نرگس مساوات	ویراستار
علی غلامی	ناظر چاپ
اول، ۱۳۹۸	نوبت چاپ
۱۰۰۰ نسخه	شمارگان
۵۸۰۰۰ تومان	قیمت
۹۷۸-۶۰۰-۹۸۷۹-۳۶-۶	شابک

تهران: خیابان انقلاب، خیابان فخر رازی، کوچه فاطمی داریان، پلاک ۶، طبقه اول
 تلفن: ۶۶۴۰۰۲۳۵ - ۶۶۹۷۱۳۴۴

پست الکترونیک: info@arayanbook.com سایت: www.arayanbook.com

« حق چاپ و نشر مجدد این اثر (یا بخشی از آن) برای انتشارات آریان محفوظ است. »

فهرست مطالب

عنوان

صفحه

نظر برخی افراد برجسته درباره کتاب.....	۱۱
بخش اول: اصول و چارچوب‌ها	۲۱
از درون به بیرون	۲۳
سیرت و شخصیت	۲۷
منزلت اولیه و منزلت ثانویه	۳۲
نیروی پارادایم (چارچوب کلی یا الگوواره).....	۳۵
قدرت تغییر پارادایم.....	۴۳
دیدن و بودن	۴۷
پارادایم مبتنی بر اصول (اصول محور).....	۴۸
اصول رشد و تغییر	۵۴
مشکلات از نحوه نگرش ما به آن‌ها ناشی می‌شود.....	۶۲
یک سطح جدید تفکر.....	۶۵
نگاهی کلی به عادات هفت‌گانه.....	۶۹
«عادت» چیست.....	۷۱

پیوستار کمال.....	۷۳
تعریف تأثیرگذاری.....	۸۰
ابزار یا دارایی‌های سه‌گانه.....	۸۲
مولدها در سازمان‌ها.....	۸۶
چگونه از این کتاب استفاده کنیم.....	۹۰
چرا انتظار می‌رود از این کتاب داشته باشیم.....	۹۲
بخش دوم: پیروزی شخصی.....	۹۵
عادت شماره یک: خودجوش باشید.....	۹۷
اصول چشم‌پوشی.....	۹۸
بازتاب اجتماع.....	۹۹
بینابین محرک و پاسخ.....	۱۰۲
فعالیت خودجوش.....	۱۰۵
ابتکار عمل را به‌دست بگیرید.....	۱۱۲
مسأله فاعلیت و انفعال.....	۱۱۴
ندای درونمان را بشنویم.....	۱۱۶
حلقه دغدغه، حلقه نفوذ.....	۱۲۱
تسلط مستقیم، تسلط غیرمستقیم، خارج از اختیار.....	۱۲۵
گسترش حلقه نفوذ.....	۱۲۶
«داشتن‌ها» و «بودن‌ها».....	۱۳۰
ابتدا و انتها.....	۱۳۳
تعهد و عمل به آن.....	۱۳۵
آغاز خودجوشی با یک فعالیت سی‌روزه.....	۱۳۶
پیشنهادهای کاربردی.....	۱۳۸
عادت شماره دو: شروع از نقطه پایان ذهنی.....	۱۴۱
نمونه‌ای از رهبری شخصی.....	۱۴۲

- ۱۴۳..... «شروع از نقطه پایان ذهنی» به چه معناست؟
- ۱۴۵..... همه چیز دو بار آفریده می شود.
- ۱۴۷..... طرح یا پیش فرض
- ۱۴۸..... رهبری و مدیریت؛ دو سطح مجزا از آفرینشگری
- ۱۵۲..... نسخه ها را بازنویسی کنید و آفریدگار خود باشید
- ۱۵۵..... مرا: امه یا حکم مأموریت شخصی
- ۱۵۹..... د. مرکز
- ۱۶۲..... مؤن: دعائی که در مرکز توجه قرار می گیرند
- ۱۷۴..... آن چه مرکز: وجه د. ست
- ۱۷۴..... اگر بر همسر: متمركز باشید
- ۱۷۵..... اگر بر خانواده متمركز باشید
- ۱۷۶..... اگر بر پول متمركز باشید
- ۱۷۷..... اگر بر شغل متمركز باشید
- ۱۷۷..... اگر بر مالکیت متمركز باشید
- ۱۷۸..... اگر بر تفریح متمركز باشید
- ۱۷۸..... اگر بر دوستان متمركز باشید
- ۱۷۹..... اگر بر دشمن متمركز باشید
- ۱۸۰..... اگر بر کلیسا متمركز باشید
- ۱۸۱..... اگر بر خود متمركز باشید
- ۱۸۲..... تمرکز بر اصول
- ۱۸۵..... اگر بر اصول متمركز باشید
- ۱۹۲..... تدوین مرام نامه و به کارگیری آن
- ۱۹۴..... تمام ظرفیت مغز را به کار بگیرید
- ۱۹۶..... دو روش بهره برداری از نیم کره راست
- ۱۹۶..... گسترش دیدگاه
- ۱۹۸..... تصور و تأکیدات

۲۰۳	تعیین نقش‌ها و اهداف
۲۱۶	پیشنهادهای کاربردی
۲۱۷	عادت شماره سه: مهم‌ترین کار را اول انجام دهید
۲۱۸	اصول مدیریت شخصی
۲۲۰	نیروی اراده مستقل
۲۲۲	هارنس مدیریت زمان
۲۲۵	ح. دو
۲۳۲	چگونه «بم‌پ»
۲۳۶	حرکت «م. دو»
۲۳۹	ابزار مربع دو
۲۴۲	با اتکا به مربع دوم. مدیر و پشت‌باشید
۲۴۹	با این برنامه زندگی کنید
۲۵۲	پیشرفت‌های نسل چهارم
۲۵۴	واگذاری: افزایش محصول و ظرفیت م
۲۵۶	واگذاری محدود
۲۵۷	واگذاری گسترده
۲۶۶	پارادایم مربع دو
۲۶۸	پیشنهادهای کاربردی
۲۷۱	بخش سوم: پیروزی جمعی
۲۷۳	پارادایم‌های بینافردی
۲۷۸	پس‌انداز عاطفی
۲۸۲	شش سپرده اصلی
۳۰۵	عادت شماره چهار: تفکر برد/برد
۳۰۶	اصول رهبری بینافردی

شش پارادایم حاکم بر روابط انسانی.....	۳۰۹
بهترین انتخاب کدام است؟.....	۳۱۷
ابعاد پنجگانه برد/ برد.....	۳۲۵
توافقات اجرایی رویکرد برد/ برد.....	۳۴۱
فرایندها.....	۳۵۰
پیش هادهای کاربردی.....	۳۵۲
عاشق ره پنج: نخست درک کنید، سپس شما را درک خواهند کرد.....	۳۵۵
اصول ارتباط دلتانه.....	۳۵۶
سیرت و ارتباط.....	۳۵۸
شنیدن همدلانه.....	۳۶۰
قبل از تجویز تشخیص دهید.....	۳۶۶
چهار پاسخ مبتنی بر تجربیات زنده می.....	۳۶۹
درک و دریافت.....	۳۸۳
یک به یک.....	۳۸۹
پیشنهادهای کاربردی.....	۳۹۳
عادت شماره شش: تشریک مساعی.....	۳۹۵
اصول همکاری خلاق.....	۳۹۶
روابط مبتنی بر تشریک مساعی.....	۳۹۸
تشریک مساعی در کلاس درس.....	۴۰۰
تشریک مساعی در کسب و کار.....	۴۰۴
تشریک مساعی و ارتباطات.....	۴۰۷
صید گزینه سوم.....	۴۱۰
تشریک مساعی منفی.....	۴۱۵
برای تفاوتها ارزش قایل شوید.....	۴۱۹
تحلیل میدان نیرو.....	۴۲۳

۴۳۰	تمام طبیعت در حال تشریک مساعی است.....
۴۳۲	پیشنهادهای کاربردی:.....
۴۳۳	بخش چهارم: بازسازی.....
۴۳۵	عادت شماره هفت: اره را تیز کنید.....
۴۳۶	امول بازسازی متوازن.....
۴۳۷	هار جنبه بازسازی.....
۴۳۹	جنبه جسمی.....
۴۴۳	جنبه روحی.....
۴۴۸	جنبه ذهنی.....
۴۵۲	جنبه اجتماعی: ناطق.....
۴۶۰	توازن در بازسازی.....
۴۶۲	تشریک مساعی در بازسازی.....
۴۶۴	مارپیچ صاعد.....
۴۶۷	پیشنهادهای کاربردی:.....
۴۶۹	باز هم از درون به بیرون.....
۴۷۷	زندگی در طول نسل‌ها.....
۴۸۰	انتقال‌دهنده باشید.....
۴۸۳	یادداشت شخصی.....