

هفت

عادت مردمان موثر

استفان آر کاوی

مترجم: آوا آلوشی



انتشارات نیک فرجام

کاو، استیون آر، ۱۹۳۲ - ۲۰۱۲ م. Covey, Stephen R

هفت عادت مردمان موثر/ استیون آر کاو؛ مترجم زهرا آلوشی

تهران: نیک فرجام، ۱۳۹۹

ص. ۳۲۶

۹۷۸-۶۳۹۵-۶۳۲۲-۷۴-۸

فیفا

عنوان اصلی: 7 habits of highly effective people: powerful lessons in personal change

کتاب حاضر توسط مترجمان و ناشران متفاوت در سالهای مختلف ترجمه و منتشر شده است.

موفقیت - جنبه‌های روان‌شناسی.

آلوشی، زهرا، ۱۳۵۱، مترجم.

BF ۶۳۷

۱۵۸/۱

۶۱۲۵۰۸۵

سرشناسه

عنوان و نام پدیدآور

مشخصات نشر

مشخصات ظاهری

شابک

وضعیت فهرست‌نویسی

یادداشت

یادداشت

موضوع

شناسه افزوده

رده‌بندی کنگره

رده‌بندی دیویی

سماره کتابشناسی ملی



انتشارات نیک فرجام

هفت

عادت مردمان موثر

استیون آر کاو

مترجم: زهرا آلوشی

ناشر: انتشارات نیک فرجام

طرح جلد و صفحه‌آرایی: میروحید ذنوبی

نوبت چاپ اول ۱۳۹۹

تیراژ ۱۰۰۰ نسخه

شابک ۹۷۸ - ۶۳۹۵ - ۶۳۲۲ - ۷۴ - ۸

قیمت: ۷۰۰۰۰ تومان

مرکز پخش: میدان انقلاب، خیابان دانشگاه، کوچه رستمی، پلاک ۶

تلفن: ۶۶۴۹۵۸۸۷ - ۶۶۹۷۲۸۱۷ - ۶۶۹۵۲۳۱۵

فهرست مطالب

۱۱	بخش ۱: اصول و الگوها
۱۳	پیشگفتار: حرکت از نین به بیرون
۱۷	شخصیت منش
۲۲	مفهوم منش
۲۲	ویژگی‌های شخصی
۲۷	قدرت یک الگو
۳۴	نیروی تغییر الگوها
۳۷	دیدن و بودن
۳۸	الگوهای قاعده‌مند
۴۳	قوانین رشد و تغییر
۵۵	هفت عادت
۵۷	عادت‌ها
۵۸	مسیر پیوسته بلوغ
۶۴	تأثیرگذاری
۶۶	سه نوع سرمایه
۷۳	چگونه از این کتاب استفاده کنیم
۷۴	چه انتظاری باید داشت
۷۷	بخش ۲: موفقیت‌های فردی
۷۷	موفقیت‌های فردی
۷۹	عادت ۱: فعال باشید

- ۷۹ قوانین نگرشی شخصی
- ۸۰ آینه اجتماعی
- ۸۵ تعریف فعال بودن
- ۸۹ پیش گام شدن
- ۹۰ خود وارد عمل شوید و گر نه باز بچه‌ی دیگران می‌گردید
- ۹۱ فاعل یا مفعول
- ۹۲ توجه به زبان خویش
- ۹۸ کنترل مستقیم، غیرمستقیم و خارج از کنترل
- ۹۹ بایره اثرگذاری خویش را بزرگ‌تر کنید
- ۱۰۲ شسته‌ها و دارم‌ها
- ۱۰۵ قول داد و وفای عهد
- ۱۰۶ فعال بودن این سیزده
- ۱۰۸ عادت ۲: در ذهن خود اینها به جفا بروید
- ۱۰۸ قواعد تفکر فردی
- ۱۱۲ همه چیز دو بار خلق می‌شود
- ۱۱۴ رهبری و مدیریت آفرینش‌های دوگانه
- ۱۱۸ آنچه محور است
- ۱۱۹ همسر محوری
- ۱۲۰ خانواده محوری
- ۱۲۰ پول محوری
- ۱۲۲ مالکیت محوری
- ۱۲۲ لذت محوری
- ۱۲۴ دوست / دشمن محوری
- ۱۲۵ خودمحوری
- ۱۲۶ قانون محوری
- ۱۳۱ نوشتن و استفاده از یک بیانیه مأموریت نامه
- ۱۳۲ از تمام مغز خود استفاده کنید
- ۱۳۴ دو راهکار برای استفاده از سمت راست مغز
- ۱۳۴ دید خود را گسترش دهید

۱۳۵	تصویرسازی و تثبیت
۱۳۹	شناسایی نقش‌ها و اهداف
۱۵۱	عادت ۳: اول امور مهم‌تر
۱۵۱	قوانین مدیریت فردی
۱۵۳	قدرت اراده‌ی مستقل
۱۵۵	چهار نسل مدیریت زمان
۱۶۰	چگونه می‌توان «نه» گفت
۱۶۸	انتخاب اهداف
۱۶۹	برنامه‌ریزی
۱۷۰	تطبیق هزینه
۱۷۳	واگذاری امور تعادل P و PC
۱۷۵	نتایج مطلوب
۱۷۵	راهبردها
۱۷۶	منابع
۱۷۶	ارائه‌ی گزارش
۱۷۶	پیامدها
۱۸۵	بخش ۳: پیروزی‌های جمعی
۱۸۷	الگو یا وابستگی متقابل
۱۹۰	حساب بانکی احساسی
۱۹۳	شش سپرده‌ی مهم
۱۹۳	۱. درک افراد
۱۹۶	۲. توجه به چیزهای کوچک
۱۹۷	۳. وفای به عهد
۱۹۷	۴. شفاف‌سازی انتظارات
۱۹۹	۵. درست‌کاری فردی
۲۰۴	۶. قوانین عشق، قوانین زندگی
۲۱۰	عادت ۴: برد - برد فکر کنید
۲۱۰	قواعد رهبری بین فردی

۲۱۲	شش الگو در تعاملات انسانی
۲۱۲	برد - برد
۲۱۲	برنده - بازنده
۲۱۵	بازنده - برنده
۲۱۶	بازنده - بازنده
۲۱۷	برنده
۲۲۰	برنده - برنده یا هیچ
۲۲۳	ابعاد پنج گانه برنده - برنده
۲۲۵	شخصیت
۲۲۵	درستکاری و صداقت
۲۲۵	لغو
۲۲۷	منافع طلب
۲۲۹	روابط
۲۳۱	توافقی‌ها
۲۳۳	آموزش مدیریت برنده - برنده
۲۳۵	توافق عملکرد برنده - برنده
۲۴۴	عادت ۵: اول به دنبال درک کردن باشد بعد درک شدن
۲۴۴	قواعد ارتباطات همدلانه
۲۵۳	تشخیص قبل از تجویز
۲۵۵	چهار نوع واکنش بر اساس فرافکنی زندگی خویش
۲۷۴	عادت ۶: تشریک‌مساعی
۲۷۴	قواعد مشارکت خلاقانه
۲۷۷	تشریک‌مساعی در کلاس درس
۲۸۰	تشریک‌مساعی در کار
۲۸۲	تشریک‌مساعی و ارتباط
۲۸۸	تشریک‌مساعی منفی
۲۹۱	احترام به تفاوت‌ها
۲۹۸	طبیعت یکپارچه تشریک‌مساعی است

- شش سپرده گذاری بزرگ برای ساخت حساب بانکی عاطفی ۳۰۰
۱. درک کردن دیگران ۳۰۰
۲. به چیزهای کوچک اهمیت دهید ۳۰۰
۳. وفادار بودن به قول و تعهدات ۳۰۰
۴. شفاف سازی انتظارات ۳۰۱
۵. درستکاری خود را نشان دهید ۳۰۱
۶. قوانین عشق و قوانین دیگر ۳۰۱
- بخش ۴: رسازی ۳۰۳
- عادت ۷: قواعد نه سازی متعادل خویشتن ۳۰۵
- الگوی وا ستگی م ۳۰۵
- چهار ابعاد بو ری ۳۰۶
- بعد فیزیکی ۳۰۷
- بعد روحی ۳۱۰
- بعد ذهنی ۳۱۳
- بعد اجتماعی - عاطفی ۳۱۶
- نسخه های دیگران ۳۱۹
- تعادل در نوسازی ۳۲۱
- تشریک مساعی در نوسازی ۳۲۲
- حرکت به سوی جلو ۳۲۳
- دوباره از درون به بیرون ۳۲۵