

شیوه های جدید مدیریت زمان

نویسندگان: محمد صابری، فرهاد رحیمی

www.ketab.ir

شیوه های جدید مدیریت زمان

سرشناسه	:	صابری، محمد، ۱۳۶۷ تیر -
عنوان و نام پدیدآوران	:	شیوه های جدید مدیریت زمان / نویسندگان محمد صابری، فرهاد رحیمی
مشخصات نشر	:	تهران: چشم ساعی، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	:	۸۵ص: ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.
شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۷۵۵۷-۵۹-۶
وضعیت فهرست نویسی	:	فیبا
موضوع	:	مدیریت زمان
موضوع	:	Time management
شناسه افزوده	:	رحیمی، فرهاد، ۱۳۶۴ فروردین -
رده بندی کنگره	:	HD۶۹
رده بندی دیویی	:	۶۵۰/۱
شماره کتابشناسی ملی	:	۸۵۴۴۵۹۸
اطلاعات رکورد کتابشناسی	:	فیبا
تلفن	:	۰۲۱ - ۲۸۲۳۵۵۶
تلفن	:	۰۲۱ - ۲۸۵۴۶۹۹
همراه	:	۰۹۹۰۱۶۸۷۳۷۹
وب	:	www.nashr1.com
ایمیل	:	Email:cheshm.sae@gmail.com
انتشارات چشم ساعی: تهران، تجریش، خیابان امیر ابراهیم دربندی، خیابان پهلوان تختی		
ارتباط با نویسنده: ۰۹۱۳۴۳۳۹۰۰۷	mdsc12011@gmail.com	پیامک: ۱۰۰۰۱۱۳۱۱۳



عنوان کتاب	:	شیوه های جدید مدیریت زمان
مؤلفین	:	محمد صابری، فرهاد رحیمی
ناشر	:	انتشارات چشم ساعی
ناظرین فنی چاپ و تولید	:	الهام السادات سلجوقیان، علیرضا بوستانی
طراح جلد و صفحه آرا	:	رضا ابراهیمی
نوبت چاپ	:	اول
شمارگان	:	۱۰۰۰
قیمت	:	۳۵۰۰۰ ریال
شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۷۵۵۷-۵۹-۶

فهرست

شرحی بر معضل فراگیر و خطرناک کمبود وقت.....	۷
کمبود وقت یک واقعیت یا یک توهم.....	۱۲
دلایل کمبود زمان در عصر حاضر.....	۱۶
* سخت شدن رقابت‌ها در ابعاد مختلف.....	۱۶
* بروز و تشدید مشکلات اقتصادی.....	۱۹
* افزایش شدید نیازها و خواسته‌های مردم در زندگی مدرن.....	۱۹
* پیچیده شدن امور.....	۲۱
* گسترش ضد فرهنگ‌های تجمل‌گرایی و مصرف‌گرایی.....	۲۲
* تحمیل شرایط ناگوار و غیر عادلانه کاری به مردم.....	۲۳
* درگیری شدید با انواع امور بیهوده اما جذاب.....	۲۴
روش‌های اصیل و سنتی مدیریت زمان.....	۲۶
۱- پرهیز از کارهای زمان اضافه و بی‌ثمر:.....	۲۷
۲- الویت‌بندی امور:.....	۳۲
۳- برنامه‌ریزی:.....	۳۸
۴- ترکیب و هوشمندسازی مدیریت امور مختلف.....	۴۵

شیوه های جدید مدیریت زمان

- ۴۷ ۵- تقسیم کار درست و منطقی:
- ۴۸ ۶- واسپاری هوشمندانه و اقتصادی امور:
- ۵۱ ۷- انجام گروهی کارها:
- ۵۳ ۸- بهینه سازی اجرای امور (از طریق مشورت و کسب آگاهی):
- ۵۸ تکنیک های مدرن و روزآمد مدیریت زمان
- ۵۹ ۱- تکنیک آخرین فرصت:
- ۶۸ ۲- توجه به امر پیش تولید:
- ۷۴ ۳- تکنیک عادت سازی (با بهره گیری از ناخودآگاه):
- ۸۰ ۴- تکنیک رزرو زمان: