

خلاصه کتاب

هفت عادت مردمان موثر

نویسنده: استفان کاوی

خلاصه شده توسط:

تهیه شده توسط تیم آموزشی رایبیز



تشخیص قبل از تجویز را بیان میکند. هرچند این عمل مخاطره آمیز و سخت است ولی در قدم اول تلاش کنید که بفهمید و سپس منظورتان را بیان کنید.

عادت ششم: همکاری خلاق ایجاد کنید

کاوی این عادت را همکاری خلاقانه مینامد

با در نظر گرفتن تمام ملاحظات میتوان گفت سینرژی عالی‌ترین ویژگی زندگی بشر به شمار می‌آید. سینرژی یعنی ارزیابی واقعی همه ویژگی‌ها و عادات آدمی و پس از آن ترکیب یا تلفیق همه آنها باهم

سینرژی: یعنی کل بزرگتر از مجموع اجزا خودش است. سینرژی اساس یک رهبری اصول مدار است. ارزش دادن به تفاوت‌ها جوهر سینرژی یا ایجاد انرژی گروهی است کلید ارزش دادن به تفاوت‌ها این مطلب است که همه‌ی مردم، جهان را نه آنگونه که هست بلکه آنگونه که خود هستند می‌بینند.

این عادت چالشی برای دیدن خوبی‌ها و پتانسیل‌های موجود در اشخاص مقابل را ایجاد میکند.

عادت هفتم: اره را تیز کن

این ویژگی در برگیرنده تمام ویژگی‌های گفته شده قبلی است. در این بخش به بررسی چهار بعد انسانی میپردازیم:

- معنوی
- جسمی
- ذهنی
- اجتماعی/عاطفی

منظور از اره را تیز کن این است که از تمام این چهار بعد انگیزشی استفاده کنید. به عبارت دیگر باید از تمام این چهار بعد طبیعتمان به طور منظم و پیاپی استفاده کنیم کاملاً متوازن و عاقلانه به آنها را در زندگی به کار ببندیم.

بعد اول جسمی

با ورزش کردن و تغذیه سالم میتوانید از این بعد مراقبت کنید: استقامت - انعطاف پذیری - درک نیرو

این بعد شامل استقامت، انعطاف پذیری و درک نیرو است.

بعد دوم معنوی

این بعد هسته مرکزی و کانون وجودتان است و با تعهدات شما نسبت به سیستم ارزش‌هایی که در درونتان انتخاب کردید ارتباط دارد.

بعد سوم ذهنی

برای هر کدام از ما ضروری است که ذهن خود را طوری پرورش دهیم که به عنوان یک عامل نظارت کننده از برنامه‌های زندگی ما مراقبت کند. این موضوع میتواند تعریف آموزش و پرورش آزاد را بدهد.

بعد چهارم بعد عاطفی-اجتماعی

این بعد از درون بهم گره خورده است زیرا مسائل عاطفی ما از همان ابتدا از طریق ارتباط با دیگران شکل می‌گیرد. اگر احساس امنیت خاطر درونی ما از منابع فکری خودمان سرچشمه بگیرد آنگاه بر روی ویژگی‌های پیروزی عمومی توانایی ممارست و عمل داریم.

انسانی در راه موفقیت است که هر چهاربخش را تغذیه و رشد بدهد. هرگاه زندگی را بر مبنای اصول اخلاقی پایه ریزی کنید و میان کاری که انجام می‌دهید با توانایی انجام آن کار توازن برقرار کنید به طور حتم به یک زندگی مطلوب خواهید رسید