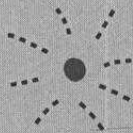


تغییری کوچک

تحوّلی شگرف

www.ketab.ir



سرناسمه: هادفیلد، سو، ۱۹۵۱ - م. Hadfield, Sue

عنوان و نام پدیدآور: تغییر کوچکی تحولی شگرف: با ایجاد تغییری جزئی به استقبال شادی و موفقیت بیشتر بروید / سو هادفیلد؛ برگردان دکتر احمد روستا، محمدرضا ابراهیمی.

مشخصات نشر: تهران: آوند دانش، ۱۳۹۴.

مشخصات ظاهری: ۱۸۴ ص: مصور (بخشی رنگی).

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۰۲۲-۵۴-۲

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی:

Change one thing: make one change and embrace a happier, more successful you [2014].

موضوع: انگیزش

موضوع: خود یاری

موضوع: موفقیت

شناسه‌ی افزوده: روستا، احمد، ۱۳۲۷ - [دکتر] مترجم

شناسه‌ی افزوده: ابراهیمی، محمدرضا، ۱۳۶۱ - [دکتر] مترجم

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۴ BV ۵۰۳ / ۵۴

رده‌بندی دیویی: ۱۵۲/۸

شماره‌ی کتاب‌شناسی ملی: ۳۹۳۵۷۲



آوند دانش

تغییری کوچک تحولی شگرف

برگردان: دکتر احمد روستا، دکتر محمدرضا ابراهیمی

تاریخ انتشار: سال ۱۴۰۰ - چاپ دوم

لینوگرافی، چاپ و صحافی: پادچاپ

نوشته‌ی سو هادفیلد

طراحی گرافیک: استودیو آوند دانش

شمارگان: ۱۰۰ جلد

نشانی دفتر نشر و مرکز پخش: ابتدای خیابان پاسداران، خیابان گل نبی، خیابان ناطق نوری، پینست طلایی، پلاک ۴

تلفن: ۲۲۸۷۱۵۲۲، ۲۲۸۹۳۹۸۸، نمابر: ۲۲۸۷۱۵۲۲

فروشگاه: ضلع جنوبی پارک قیطریه، خیابان روشنایی، خیابان شهاب، نبش روشنندان، پلاک ۲۵، تلفن: ۲۲۳۹۵۲۹۳

صندوق پستی: ۱۹۵۸۵/۶۷۳

قیمت: ۵۰۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۰۲۲-۵۴-۲

کلیه حقوق این کتاب نزد ناشر محفوظ است

محدودیت مسئولیت / سلب مسئولیت از ایجاد ضمانت: هیچ مسئولیت یا ضمانتی متوجهی ناشر یا نویسنده در قبال دقت یا کامل بودن متن این اثر نیست و صریحاً از تمامی ضمانت‌ها، شامل و نه محدود به، ضمانت مناسب بودن برای هدفی خاص، سلب مسئولیت می‌کنند. به واسطه‌ی فروش یا مواد تبلیغاتی هیچ ضمانتی ایجاد نخواهد شد یا تعمیم نخواهد یافت. توصیه‌ها و راهکارهای ارائه شده در این اثر ممکن است برای هر موقعیتی مناسب نباشند این اثر با استناد بر این تفاهم فروخته می‌شود که ناشر درگیر هیچ گونه کار حقوقی، حسابداری یا هرگونه خدمات حرفه‌ای دیگر نمی‌شود. چنانچه مشاوره‌ی حرفه‌ای مورد نیاز باشد، از خدمات یک فرد حرفه‌ای باید بهره گرفته شود. نه ناشر و نه نویسنده نباید در قبال صدماتی که از این ناحیه حادث می‌گردد مسئول باشند این مطلب که به سازمانی یا وبسایتی در این اثر ارجاع داده و/ یا به عنوان منبع احتمالی اطلاعاتی بیشتر معرفی می‌شود نباید به منزله‌ی آن باشد که ناشر یا نویسنده اطلاعات یا توصیه‌هایی را که سازمان یا وبسایت ارائه می‌کنند صحت می‌گذارد. علاوه بر این، خوانندگان باید از این مطلب آگاه باشند که وبسایت‌های اینترنتی که در این اثر فهرست شده‌اند ممکن است در حفاصلی که این اثر نوشته شده است تا زمانی که خوانده می‌شود، تغییر کنند یا محو شوند.

سخنی با خوانندگان

کتابی که پیش رو دارید یکی از عناوین مجموعه‌ی جدید راه نیکروزی از انتشارات آوند دانش است. همان‌طور که از عنوان عمومی این مجموعه پیداست، موضوع کتاب‌های مذکور آموزش روش‌های عملی و در عین حال ساده به عموم مردم است تا با کسب بینش‌ها و مهارت‌های لازم، درصدد آسیب‌شناسی سبک زندگی خود برآیند و پس از کشف علل واقعی عقب‌ماندگی‌ها، ناکامی‌ها یا بی‌تصمیمی‌های گذشته‌شان و به مدد عزت نفس بازیافته برای رفع فوری و کارآمد گره‌های کهنه، کابوس‌های همیشگی، چیرگی بر موانع به‌ظاهر ترسناک و بازگشت به جاده‌ی نیکروزی، کامروایی، پیشرفت و شادکامی کمر همت ببندند. نسخه‌ی اصلی کتاب‌های خواندنی و رنگارنگ این مجموعه را که همگی به زبان انگلیسی‌اند، انتشارات معروف کپستون (Capstone) که از زیرمجموعه‌های انتشارات معظم و کهنه‌کار جان وایلی (John Wiley) است، منتشر می‌کند و از این رهگذر به شهرت و موفقیت کم‌نظیری در بازار جهانی دست یافته است. نویسندگان این آثار همگی از چهره‌های پیشرو و تأثیرگذار در حوزه‌ی مدیریت زندگی هستند. این آثار به زبانی آسان‌یاب و همه‌فهم نگاشته شده و به انواع نوآوری‌های طراوت‌تصویری آراسته گشته‌اند تا انگیزه‌ی «فلک را سقف بشکافتی» و «طرحی نو در انداختن» را از همان صفحه‌ی نخست هر کتاب به جان و جهان تمام خوانندگان خود بازگردانند! پیش از آن که ورود شما را به دنیای طراوت‌بخش و شورآفرین راه نیکروزی خوش‌آمد بگویم و به مطالعه‌ی کتاب حاضر دعوت‌تان کنم، ذکر این واپسین نکته را نیز غنیمت می‌دانم که انتشارات آوند دانش نماینده‌ی انحصاری انتشارات جان وایلی و به تبع آن، انتشارات کپستون و دیگر ناشران زیرمجموعه‌ی جان وایلی در ایران است و آثاری را که تا کنون به زبان فارسی نشر داده، با رعایت حقوق مالکیت معنوی صاحب اصلی اثر یعنی انتشارات جان وایلی بوده است. بیاییم با تغییری کوچک در زندگی‌مان، تا آن روز تحولی شگرف به نفع خود و جامعه‌ی خود بیافرینیم!

مهدی عمرانلو

مدیر مسئول

فهرست



انگیزه

مابقی عمرتان پیش روی شماست

۷

تعیین هویت

خود را بشناسید و بدانید که چه می خواهید

۲۵

تشخیص

نیاز به هدف و معنا

۴۵

فردافکنی

چه چیزی متوقفتان می کند؟

۶۹