

چه گونه جهان درون خود را بسازیم

ماری جی. رایان

مترجم:

هانیه احمدزاده



www.ketab.ir

سرشناسه	: رایان، مری جین، ۱۹۵۲ - م. Ryan, Mary Jane
عنوان و نام پدیدآور	: چه گونه جهان درون خود را بسازیم/ ماری جی. رایان : مترجم هانیه احمدزاده.
مشخصات نشر	: تهران: شایگان کتاب، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری	: ۳۲۸ ص.
شابک	: 978-600-94919-8-8
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
پادداشت	: عنوان اصلی: Adaptability : how to survive change you didn't ask for , c2009.
پادداشت	: چاپ قبلی: تهران: شایگان، ۱۳۹۰.
موضوع	: انطباق پذیری
شناسه افزوده	: احمدزاده، هانیه، ۱۳۶۲ -، مترجم
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۴ ج۸/۲۵۳۲۵BF
رده بندی دیویی	: ۱۵۵/۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۹/۸۳۱۵



انتشارات
شاپیگان کتاب

چه گونه جهان درون خود را بسازیم

نویسنده: ماری جی. رایان

مترجم: مانیه احمدزاده

ناشر: شاپیگان کتاب

ناظر چاپ: حمیدرضا چمن بهار

نوبت چاپ: سوم / ۱۴۰۰

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ و صحافی: منصوری

قیمت: ۷۰۰۰۰ تومان

حق چاپ برای ناشر محفوظ است

ISBN: 978-600-94919-8-8

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۴۹۱۹-۸-۸

آدرس: اتوبان آیت الله سعیدی - چهار دانگه - شهرک صنعتی - سهند - خیابان خلیج فارس - خیابان سهند هشتم - پلاک ۲/۳۱

تلفن همراه: ۰۹۱۲۶۹۶۵۰۶

فکس: ۶۶۹۱۹۹۶۳

تلفن: ۶۶۹۱۹۹۴۶



email: shapigan_pubs@yahoo.com



shapigan ketab publication



۰۹۱۲۶۹۶۵۰۶

فهرست

فصل اول

به آبشارهای دائمی رودخانه زندگی خوش آمدید.....	۹
--	---

فصل دوم

هفت حقیقت درباره تغییر.....	۲۳
حقیقت شماره یک تغییر.....	۲۴
حقیقت شماره دو تغییر.....	۲۷
حقیقت شماره سه تغییر.....	۳۰
حقیقت شماره چهار تغییر.....	۳۵
حقیقت شماره پنج تغییر.....	۳۹
حقیقت شماره شش تغییر.....	۴۳
حقیقت شماره هفت تغییر.....	۴۶

فصل سوم

عملکردهای یک استاد تغییر.....	۵۱
گام اول: پذیرش تغییر.....	۵۱
گام دوم: حق انتخاب تان را بسط دهید.....	۱۲۶
گام سوم: وارد عمل شوید.....	۱۷۹