

مدیریت زمان

مؤلف:

بدین زیدی

مترجم:

فرزام حبیبی اصفهانی

سرشناسه	:	تریسی، برایان، ۱۹۴۴ - م.
عنوان و نام پدیدآور	:	مدیریت زمان/مؤلف بریان تریسی ؛ مترجم فرزاد حبیبی اصفهانی.
مشخصات نشر	:	تهران: برات علم، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	:	۳۹۶ ص.
شابک	:	978-600-98060-5-8
وضعیت فهرست نویسی	:	فیا
یادداشت	:	عنوان اصلی: [2014]. Time management
یادداشت	:	کتاب حاضر در سالهای مختلف توسط مترجمان و ناشران متفاوت ترجمه و منتشر شده است.
موضوع	:	مدیریت زمان
موضوع	:	Time management
شناسه افزوده	:	حبیبی اصفهانی، فرزاد، ۱۳۳۲ - ، مترجم
رده بندی کنگره	:	۷۷۳۸۱۱/و HD۶۹
رده بندی دیویی	:	۶۵۰/۱۱
شماره کتابشناسی ملی	:	۶۵۰/۱۱

انتشارات برات علم

مدیریت زمان

مؤلف: بریان تریسی

مترجم: فرزاد حبیبی اصفهانی

ناشر: برات علم

چاپ اول: ۱۳۹۷

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۸۰۶۰-۵-۸

قیمت: ۴۸۰۰۰ تومان

آدرس پخش: تهران - میدان انقلاب - خ ۱۲ فروردین - خ شهدای ژاندارمری - پلاک

۱۲۶ - انتشارات برات

تلفن: ۰۲۱-۶۶۹۷۵۵۰۱ - ۰۲۱-۶۶۴۹۸۹۷۵ تلفکس: ۰۹۱۲۴۸۰۷۱۱۴

نشر قلم و اندیشه: ۶۶۴۸۴۰۷۰ پخش کتاب منیر: ۰۹۱۲۸۲۰۰۰۷۶

حق چاپ برای ناشر محفوظ است

فهرست

پیشگفتار	۷
فصل ۱: روان‌شناسی مدیریت زمان	۱۳
فصل ۲: هدف‌های روشن دستیابی به آن	۴۳
فصل ۳: برنامه‌ریزی کنید	۷۷
فصل ۴: کارهایتان را اولویت‌بندی کنید	۱۰۵
فصل ۵: انجام دادن کارها	۱۵۱
فصل ۶: مدیریت حرفه‌های چندگانه	۱۷۵
فصل ۷: روش‌های صرفه‌جویی در وقت	۱۹۹
فصل ۸: با تنبلی مقابله کنید	۲۲۹
فصل ۹: پیش بروید	۲۵۱
فصل ۱۰: صرفه‌جویی در وقت در ارتباط با دیگران	۲۸۵
فصل ۱۱: مدیریت زمان و فروشندگان	۳۲۱
فصل ۱۲: فلسفه‌ی مدیریت زمان	۳۵۳

پیشگفتار

شتاب بیشتری به کارهایمان بخشید آن چه که نیاز دارید، موفقیت تمام و کمال در انجام کار است که سرگرم انجامش هستید، کاری که آرزوی انجامش را دارید.

ویلفرد آرلو پیترسون^۱

نویسنده‌ی آمریکایی

متشکرم که این کتاب را برای مطالعه برگزیده‌ای می‌دانم که چه قدر گرفتاری داشتید و زمان برای مطالعه‌ی این کتاب بسیار اندک و بنابراین کاملاً طبیعی است که حتی به ذهن‌تان خطور نکند که کتاب را برای مطالعه برگزینید که روش صحیح مدیریت زمان و استفاده از نیروی آن را به شما بیاموزد. اما به شما قول می‌دهم که اگر این کتاب را بخوانید، شیوه‌ها و ایده‌هایی جدید خواهید یافت که برای‌تان کاملاً جدید و قابل

استفاده است. با بهره‌گیری از راهکارهای ارائه شده در این کتاب، درمی‌یابید که چه‌گونه می‌توانید زندگی‌تان را در هر موردی بهتر از گذشته کنید.

این پرسش، در تمام طول تاریخ ذهن نوع بشر را به خود مشغول کرده: "چه‌گونه باید زندگی کنیم تا به سعادت دست یابیم؟" ریگموند فروید پدر علم روان‌شناسی مدرن می‌گوید که مهم‌ترین دغدغه ذهن بشر، دستیابی به سعادت و هر کار که می‌کند، تلاشی برای دستیابی به روشنی برای آسوده زیستن است. خواسته‌ی زانی ما دستیابی به سعادت است و به همین دلیل در تمام طول عمر در پی یافتن راه هستیم که ما را خوشحال کند. این روش می‌تواند ورزش کردن، مطالعه، انداختن سرگرمی یا هر چیز دیگر باشد. کتابی که در دست دارید حاوی مطالب فراوانی است که بهترین شیوه‌ی دستیابی به سعادت را به شما نشان خواهد داد. شیوه‌هایی که بدون تردید برای‌تان تازگی خواهد داشت.