

بنام اچھی نام فریاد



طرز فکر استراتژیک

یک برنامه هفت روزه شناسایی چیزهایی که اهمیت دارند و خلق یک استراتژی کارساز

مؤلف:

تیبو موریس

مترجم:

نیلوفر حدادی

مشخصات کتاب

عنوان و نام پدیدآور: طرز فکر استراتژیک
(یک برنامه هفت روزه شناسایی چیزهایی که اهمیت دارند و خلق یک استراتژی کارساز)
نویسنده: تیبو موریس
مترجم: نیلوفر حدادی
مشخصات نشر: تهران: ادیبان روز، ۱۴۰۲
مشخصات ظاهری: ۸۸ صفحه
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۵۹۲-۷۵-۷
رده بندی کنگره: HD۳۰/۲۸
رده بندی دیویی: ۶۵۸/۴۰۱۲
شماره کتابشناسی ملی: ۹۱۳۲۲۱۰

دست اندرکاران

صفحه‌آرا: فاطمه رحمتی
طراح جلد: رضا رضوانی
شمارگان: ۵۰۰ جلد
قیمت: ۵۸۰۰۰ تومان
تاریخ انتشار: ۱۴۰۲
نویت چاپ: اول
چاپ و صحافی: سرمدی

انتشارات ادیبان روز

ناشر تخصصی کتاب‌های مدیریت،
بازاریابی، کسب و کار و تبلیغات



کلیه حقوق این اثر متعلق به انتشارات ادیبان روز می‌باشد و هرگونه استفاده از این کتاب (کپی، تکثیر، استفاده در کارگاه‌های آموزشی) بدون اجازه ناشر پیگرد قانونی دارد.

آدرس: تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین،
پلاک ۳۰۰، طبقه اول واحد ۴
تلفن ۶۶۹۵۶۸۱۲-۹۵

فهرست

صفحه	عنوان
۷	درباره نویسنده
۹	این کتاب برای چه کسی نوشته شده؟
۱۱	کتاب تمرین مرحله به مرحله رایگان برای شما
۱۳	مقدمه
۱۵	بهره‌وری استراتژیک چیست؟
۱۷	بخش اول: برنامه‌ریزی مؤثر
۲۱	روز اول: برنامه‌ریزی سالانه
۲۳	روز دوم: باعث سقوط دومینوها شوید
۳۳	روز سوم: برنامه‌ریزی ۹۰ روزه
۳۷	بخش دوم: اثربخشی در مقابل کارایی
۳۹	روز چهارم: استراتژیک بودن در طول روز
۴۷	بخش سوم: تفکر هوشمندانه
۴۹	روز پنجم: از خودتان سؤال‌های هوشمندانه بپرسید
۵۵	بخش چهارم: یادگیری مؤثر
۵۷	روز ششم: به‌کارگیری آموخته‌ها با اثربخشی حداکثری
۷۹	بخش پنجم: مدیریت انرژی
۸۱	روز هفتم: انرژی‌تان را به خوبی مدیریت کنید
۸۷	سخن پایانی

درباره نویسنده

تیبو موریس، بلاگر در زمینه پیشرفت شخصی، نویسنده و بنیان‌گذار وب‌سایت whatispersonaldevelopment.org است.

به دلیل وسواس به خودسازی و مجذوب شدن به قدرت مغز، مأموریت شخصی این است که به دیگران کمک کند تا به پتانسیل کامل خود پی ببرند و به سطوح بالاتری از رضایت‌مندی و آگاهی برسند.

او عاشق زبان‌های خارجی است و فرانسوی بود و به انگلیسی می‌نویسد و تقریباً ده سال در ژاپن زندگی کرده است.

اگر می‌خواهید درباره‌ی او بیشتر بدانید، به سایت‌های زیر مراجعه کنید:

amazon.com/author/thibautmeurisse

whatispersonaldevelopment.org

thibaut.meurisse@gmail.com

او را در اینستاگرام دنبال کنید:

https://www.instagram.com/thibaut_meurisse/

این کتاب برای چه کسی نوشته شده است؟

آیا بدون اینکه نتیجه زیادی به دست آورید در تکاپو هستید؟ آیا احساس غرق شدگی می‌کنید و نمی‌دانید مؤثرترین کاری که باید بر آن تمرکز کنید، چیست؟ آیا این افسانه را پذیرفته‌اید که برای موفقیت باید سخت‌کوشانه‌تر کار کنید؟ در حقیقت انجام کار بیشتر، اغلب راه‌حل به حساب نمی‌آید. بدون داشتن یک استراتژی بسیار مؤثر، بهره‌وری بی‌معنی است. به همین دلیل است که باید به تفکر استراتژیک و سواس پیدا کنید. همان‌طور که برای برنده شدن در بازی شطرنج باید به چندین حرکت بعدی فکر کنید، برای برنده شدن در بازی بهره‌وری، باید به ماه‌ها، سال‌ها یا حتی دهه‌های بعدی فکر کنید. با تفکر استراتژیک صحیح، می‌توانید سال‌های زیادی از عمرتان را صرفه‌جویی کنید و به بسیاری از اهدافتان دست پیدا کنید که در غیر این صورت چنین نخواهد شد.

به عبارت دیگر شما باید آنچه را که من «بهره‌وری استراتژیک» می‌نامم توسعه دهید. هر حرکتی که انجام می‌دهید باید مؤثر باشد و باید دائم به دنبال حرکتی باشید که می‌تواند موفقیت شما را جهش دهد و زندگی شما را به میزان زیادی بهبود بخشد. بنابراین آیا علاقه دارید که درباره بهره‌وری استراتژیک چیزهای بیشتری یاد بگیرید؟ این کتاب برای شماست اگر شما:

- بدون اینکه به نتایج دلخواهتان برسید، در تکاپو هستید،
- احساس غرق شدگی می‌کنید و نمی‌دانید برای رسیدن به اهدافتان باید بر چه چیزی تمرکز کنید،
- درباره اهدافتان شفافیت کافی ندارید، یا
- همچنان بیشتر مطالعه می‌کنید، اما در انجام اقدام واقعی و کافی شکست می‌خورید.

اگر هریک از موارد بالا برایتان آشنا به نظر می‌رسد و می‌خواهید یاد بگیرید چگونه به یک سازنده استراتژیک تبدیل شوید، به خواندن این کتاب ادامه دهید.

کتاب تمرین مرحله به مرحله رایگان برای شما

به منظور توسعه یک استراتژی بسیار مؤثر جهت دستیابی به اهدافتان، یک کتاب تمرین درست کرده‌ام که مانند یک راهنمای همراه این کتاب است. می‌توانید از لینک زیر، از دانلود آن مطمئن شوید:

<https://whatispersonaldevelopment.org/strategic-mindset>

اگر مشکلی در دانلود این کتاب تمرین دارید، از طریق آدرس زیر با من در تماس باشید:
thibaut.meurisse@gmail.com

و من این کتاب را در اولین فرصت برایتان ارسال می‌کنم.

اکنون بهره‌وری خود را با سری کتاب‌های بهره‌وری افزایش دهید:

کتاب حاضر، چهارمین کتاب از سری پکیج ۴ جلدی بهره‌وری است. عناوین دیگر

این پکیج شامل:

- سم‌زدایی دوپامین
- اقدام فوری
- تمرکز قدرتمند

مقدمه

در جامعه امروز، همه وسواس زیادی برای انجام کارهای بیشتر دارند. مشغله داشتن تبدیل به نشان افتخار شده است. می‌خواهیم به اطرفیانمان نشان دهیم که چقدر بهره‌ور هستیم. می‌خواهیم همسایه‌هایمان ببینند که ما چقدر پرمشغله‌تر از دیگران هستیم.

با این حال بسیاری از ما درک درستی از بهره‌وری نداریم. درحالی که ممکن است در ظاهر پرمشغله باشیم، اغلب دستاوردهای بسیار کمی داریم. افزودن کارهای بیشتر به فهرست کارهای بی‌پایان ما، لزوماً ما را بهره‌ورتر نمی‌کند. در برخی موارد حتی اثر معکوس دارد. استفاده از جدیدترین برنامه‌های موبایلی در زمینه بهره‌وری نیز کمک چندانی نمی‌کند. درحالی که تکنولوژی‌هایی مانند اینترنت، منبع شگفت‌انگیزی از اطلاعات یا راهی برای یادگیری مهارت‌های جدید هستند، اما برای اینکه مؤثر باشند باید از آن‌ها به صورت ماهرانه استفاده کرد.

افرادی مانند بنجامین فرانکلین یا لئوناردو داوینچی همه ابزارهای بهره‌وری که ما هم‌اکنون داریم را نداشتند، با این حال بسیار بهره‌ورتر از اکثر مردم امروزی بودند. این موضوع درباره بهره‌وری که این روزها شاهد آن هستیم چه می‌گوید؟

در این کتاب، بهره‌وری را تعریف می‌کنیم و خواهیم دید چگونه می‌توانید در زمان کمتر به دستاوردهای بیشتری برسید. هدف این است که فقط در هفت روز شما را به یک سازنده استراتژیک تبدیل کنیم. برای کمک به شما در رسیدن به این هدف، هرروز از شما خواسته می‌شود به سؤال‌هایی پاسخ دهید و تمرین‌های ساده‌ای را به انجام رسانید.

به‌طور ویژه در این کتاب درمیابید که چگونه:

- از قدرت تفکر بلندمدت برای دستیابی به اهدافی فراتر از تصوراتتان استفاده کنید،
 - مهارت‌های مناسب را بیاموزید و استعدادهایتان را در مسیر صحیح پرورش دهید،
 - سالتان را برای اثربخشی حداکثری برنامه‌ریزی کنید،
 - کارآمد بودن را متوقف کنید و در عوض مؤثر باشید (و چرا این موضوع اهمیت دارد)،
 - هوشمندانه فکر کنید تا هر اقدامی که انجام می‌دهید مؤثر باشد، و
 - اطلاعات صحیح را بیابید و سریع‌تر و بهتر از همه اطرافیان‌تان یاد بگیرید.
- اگر به هریک از موارد بالا علاقه دارید، ادامه مطلب را بخوانید.

بهره‌وری استراتژیک چیست؟

در تمام این کتاب از عبارت‌های «بهره‌وری استراتژیک» و «سازنده استراتژیک» استفاده خواهیم کرد. قبل از اینکه شروع کنیم بیایید آن‌ها را به طور خلاصه تعریف کنیم. بهره‌وری استراتژیک به این معنی است که از زمانتان به گونه‌ای استفاده کنید که با حداقل تلاش به حداکثر نتایج دست پیدا کنید. این موضوع به این معناست که مطمئن شوید که در هر لحظه هر چیزی که روی آن کار می‌کنید، به چشم انداز کلی شما مرتبط است. هیچ چیز بیهوده‌تر از این نیست که وقتتان را صرف انجام کاری کنید که از ابتدا نیازی به انجام آن نبوده است. به این ترتیب برای تبدیل شدن به یک سازنده استراتژیک باید:

- درباره چشم‌انداز بلندمدتان شفاف باشید،
 - در سریع‌ترین و مؤثرترین زمان ممکن، بهترین استراتژی را برای دستیابی به اهدافتان شناسایی کنید،
 - توانایی پرسیدن سؤال‌های درست از خودتان را افزایش دهید،
 - توانایی تمرکز و اجتناب از پریدن از چیزی به چیز دیگر را در خودتان پرورش دهید، و
 - یاد بگیرید که برای انجام هر کاری از مؤثرترین رویکرد ممکن استفاده کنید.
- در این کتاب، موارد زیر را پوشش خواهیم داد:

در بخش اول (برنامه‌ریزی مؤثر): خواهیم دید که چگونه به طور مؤثر برنامه‌ریزی کنیم و چگونه کارهای کلیدی‌ای را شناسایی کنیم که برای افزایش بهره‌وری باید بر آن‌ها تمرکز کنیم. در روز اول یاد می‌گیرید که سالتان را برای اثربخشی حداکثری برنامه‌ریزی کنید. در روز دوم، بر روی شناسایی

مؤثرترین اقدامات تمرکز خواهید کرد. و در روز سوم، برنامه ۹۰ روز آینده را با جزئیات مشخص خواهید کرد.

در بخش دوم (اثر بخشی در مقابل کارایی): پی می‌بریم که چگونه هر روز واقعاً مؤثر باشیم و با یک فرایند هفت مرحله‌ای قدرتمند آشنا می‌شوید که به شما اطمینان می‌دهد هر کاری را با رویکرد صحیح انجام دهید تا به نتایج ملموس دست پیدا کنید (روز چهارم).

در بخش سوم (تفکر هوشمندانه): یاد می‌گیرید که چگونه طرز تفکر تان را بهبود بخشید تا تمرکز تان را بالا ببرید و از هر اقدامی که انجام می‌دهید بیشترین بهره را ببرید. همان‌طور که تفکر استراتژیک تر را تمرین می‌کنید، نتایج کلی تان را به میزان قابل توجهی بهبود خواهید داد (روز پنجم).

در بخش چهارم (یادگیری مؤثر): پی خواهید برد که چگونه می‌توانید اطلاعات مناسب را پیدا کنید و آن‌ها را در سریع‌ترین و مؤثرترین زمان ممکن جذب کنید. همچنین اشتباهات رایج یادگیری و نحوه اجتناب از آن‌ها را خواهید آموخت (روز ششم).

در نهایت، در بخش پنجم (مدیریت انرژی): درباره نحوه استفاده حداکثری از انرژی روزانه در دسترس بحث خواهیم کرد و خواهیم دید که چگونه می‌توانیم از حداکثر انرژی مان برای دستیابی به نتایج بیشتر استفاده کنیم و چگونه روزمان را برای کسب نتایج بهینه بخش‌بندی کنیم (روز هفتم).

آیا آماده هستید؟