

برنام‌ها

کلیدهای مدیریت زندگی

۵۰ روش برای

ایجاد ارتباط سازنده

چگونه دست از خواستن بکشیم و بخشش را جایگزین کنیم

استیو چاندلر

مترجم: منیره نادری

[www.saberinbooks.ir](http://www.saberinbooks.ir)

## فهرست مطالب

سخن ناشر.....	۹
مقدمه: چگونه زنان را مدیریت کنیم؟.....	۱۱
فصل اول: از عوامل غافلگیرکننده استفاده کنید.....	۱۴
فصل دوم: پرتوهای خود را به درخشش درآورید.....	۱۸
فصل سوم: خود را از خودخواهی رها سازید.....	۲۵
فصل چهارم: همچون فردی خلاق بیندیشید.....	۳۱
فصل پنجم: یورش ببرید.....	۳۷
فصل ششم: خطر کنید و پروانه‌های درونی خود را به پرواز درآورید ..	۴۰
فصل هفتم: مجذوب شوید.....	۴۵
فصل هشتم: دیگران را بخندانید.....	۴۷
فصل نهم: خلق دوستی‌ها.....	۵۰
فصل دهم: سکوت را هدیه دهید.....	۵۶
فصل یازدهم: از خواب غفلت بیدار شوید.....	۵۸
فصل دوازدهم: به دنبال ایجاد تغییر در دیگران نباشید.....	۶۳
فصل سیزدهم: از پیکاسو درس بگیرید.....	۶۹
فصل چهاردهم: شادی را با خود همراه کنید.....	۷۷
فصل پانزدهم: رؤیاها را شکار کنید.....	۸۱

- فصل شانزدهم: هدف درستی را در پیش بگیرید تا بی‌نظمی‌ها از بین بروند. ۸۶
- فصل هفدهم: اشتیاقی عمیق در خود ایجاد کنید. ۹۱
- فصل هجدهم: با پول به آرامش برسید. ۹۶
- فصل نوزدهم: تفکر و تشکر. ۱۰۲
- فصل بیستم: تغییر مسیر دهید. ۱۰۶
- فصل بیست و یکم: از بهترین سلاح خود استفاده کنید. ۱۱۱
- فصل بیست و دوم: خادم دیگران باشید. ۱۱۶
- فصل بیست و سوم: شگفتی بیافرینید. ۱۲۴
- فصل بیست و چهارم: اطمینان ایجاد کنید. ۱۳۰
- فصل بیست و پنجم: سختی‌ها را پشت سر بگذارید. ۱۳۳
- فصل بیست و ششم: با تعهدات و مسئولیت‌های خود آشنا شوید. ۱۴۱
- فصل بیست و هفتم: خودتان، معضل شوید. ۱۴۵
- فصل بیست و هشتم: سبب ارتقای دیگران شوید. ۱۵۱
- فصل بیست و نهم: نقش خود را درست ایفا کنید. ۱۵۵
- فصل سی‌ام: عشق را بسازید. ۱۵۹
- فصل سی و یکم: دست به کار شوید. ۱۶۱
- فصل سی و دوم: تلاش کنید تا دیگران را درک کنید. ۱۶۴
- فصل سی و سوم: دیگران را تحت سلطه خود قرار ندهید. ۱۶۹
- فصل سی و چهارم: استقلال و آزادی خود را گرامی بدارید. ۱۷۳
- فصل سی و پنجم: تغییری ایجاد کنید. ۱۸۰
- فصل سی و ششم: ماهیت خود را آشکار سازید. ۱۹۰
- فصل سی و هفتم: وقت شناس باشید. ۱۹۶
- فصل سی و هشتم: در زندگی عقب‌گرد نداشته باشید، روبه‌جلو حرکت کنید. ۲۰۴
- فصل سی و نهم: بخشندگی عین دارندگی است. ۲۰۸
- فصل چهلم: مهارت فکر کردن. ۲۱۲
- فصل چهلم و یکم: دغدغه خاطر نداشته باشید. ۲۱۵

- فصل چهل و دوم: پیش داوری نکنید ..... ۲۱۸
- فصل چهل و سوم: متعهد باشید ..... ۲۲۲
- فصل چهل و چهارم: خلاقانه گوش دهید ..... ۲۲۶
- فصل چهل و پنجم: راه مستقیم را پیش بگیرید ..... ۲۳۰
- فصل چهل و ششم: اهل عمل باشید ..... ۲۳۴
- فصل چهل و هفتم: خود را بشناسید ..... ۲۳۷
- فصل چهل و هشتم: «نه» گفتن را یاد بگیرید ..... ۲۴۵
- فصل چهل و نهم: خلق آوا ..... ۲۵۱
- فصل پنجاهم: بخشش، برگرفته از روح آدمی است ..... ۲۵۶