

همراه عزیز سلام

## نکته بسیار مهم :

این اسلاید ها و محتوا جهت یادگیری شما می باشد  
قرار دادن آنها در اختیار دیگران به هر نحوی  
نیاز به هماهنگی و کسب تاییده از آکادمی محیاپور می باشد.

از توجه و اخلاق شما متشکریم

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



MAHIYAPUR  
آکادمی  
مکاپور  
ACADEMY



کارگاه:

هدف گذاری تا رسالت

SETTING GOAL TO MISSION

چه طور در زندگی به خواسته ها و اهداف برسیم؟

مدرس:

روح الله محیاپور متخصص مهارت های ارتباطی و ارائه

WWW.MAHYAPUR.COM

SETTING GOAL TO MISSION

کتابت انوار

آنکه از خرد را توفیق بخواند را  
تلاش کنند خود را مسخر کرده است



امام رضا (ع)  
بحار الانوار، ج ۷۸ ص ۳۵۶

استاد آموز





ماہی پور  
MAHYAPOOR

**نکته!**  
**خواهشاً این کلاس رو جدی بگیرید و**  
**حتماً برایش وقت بگذارید.**









آفا كلا هدف چيه؟



# توضیح مفاهیم

👑 هدف

رسیدن به برنامه ها و خواسته ها

👑 رسالت

اون چیزی که می خواهی توی دنیا باشی ، اثری که می خواهید بگذارید

👑 ارزش

می خواهی توی دنیا چه آدمی باشی و با دیگران چطور رفتار کنی

👑 چشم انداز

جهت گیری زندگی تان ، تصویری از مقصد و آینده شما



# کلید موفقیت فردی و سازمانی

تعیین اهداف به صورت روشن، قابل اندازه‌گیری و چالش‌برانگیز است.

سلامت جسمانی

زندگی هدفمند

رضایت از زندگی

تعطیلی حرف مردم

احتمال موفقیت





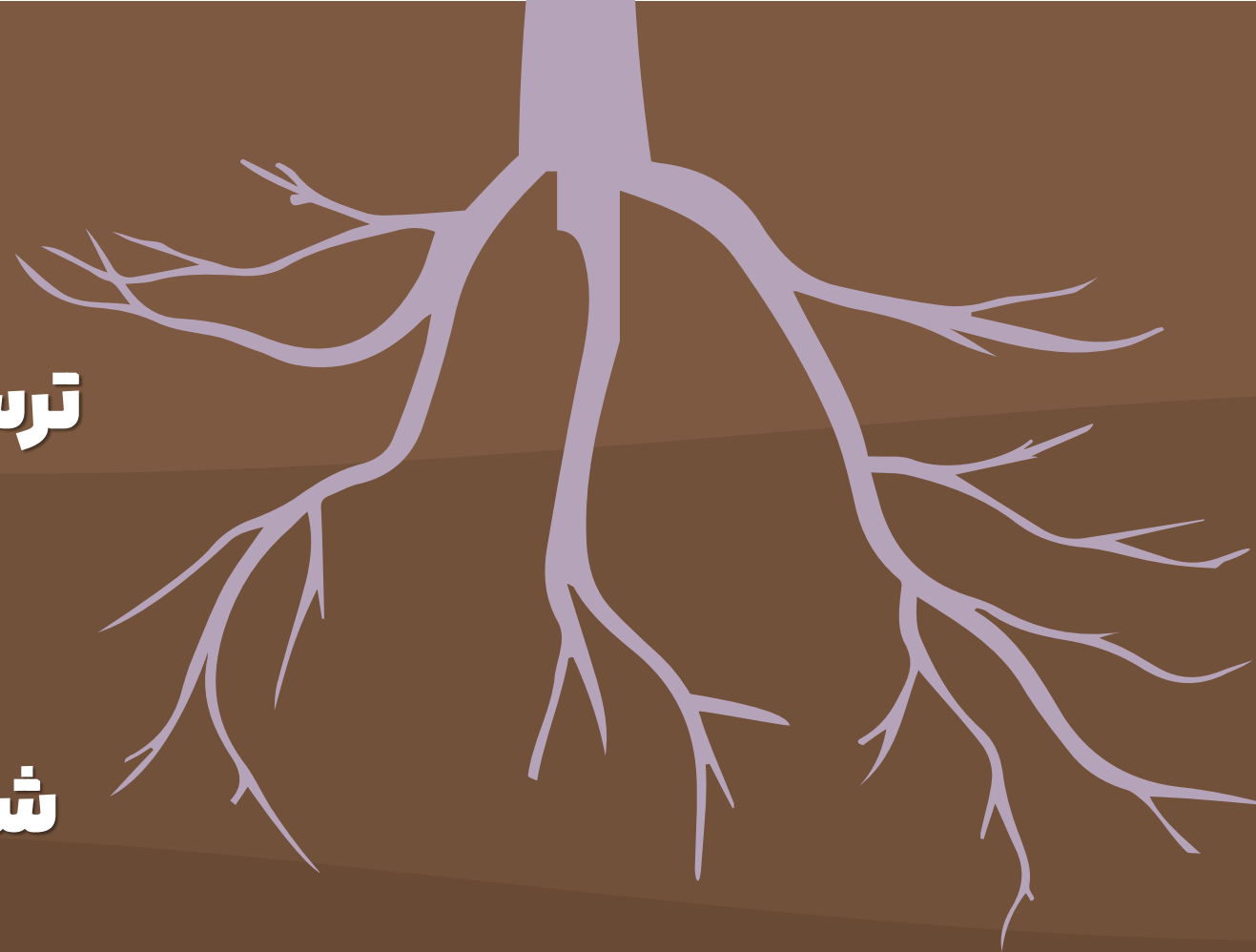
**ترس از شکست**

**بلد نیستم**

**شکست قبلی**

**مهم نیست**

**در کنترل ما نیست**



# دیدگاه قرآنی در هدفگذاری

## 👑 هدایت الهی

وَمَنْ يَهْدِ اللَّهُ فَبِهِدِّ الْمَوْفِقُ - هدایت خدا منجر به موفقیت می‌شود.

## 👑 تلاش و پشتکار

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا - تلاش در راه خدا، هدایت به راه‌های او.

## 👑 صبر و استقامت

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ - یاری جستن از صبر و نماز.



# روایات درباره هدفگذاری

امام علی (ع)

هدایت، چراغ راه انسان در تاریکی دنیاست

امام سجاد (ع)

آنکه اندیشه‌اش به خدا و هدایت او وابسته باشد، در تمامی امور هدفمند است.

امام صادق (ع)

هر کس دانایی در تشخیص هدف داشته باشد، از سختی‌های مسیر می‌گذرد.

امام علی (ع)

شیوه تفکر و برنامه‌ریزی، سلاح پیروزی است.



# S M A R T



**Specific**

مشخص



**Measurable**

اندازه گیری

**Attainable**

دست یافتنی



**Relevant**

مرتبط

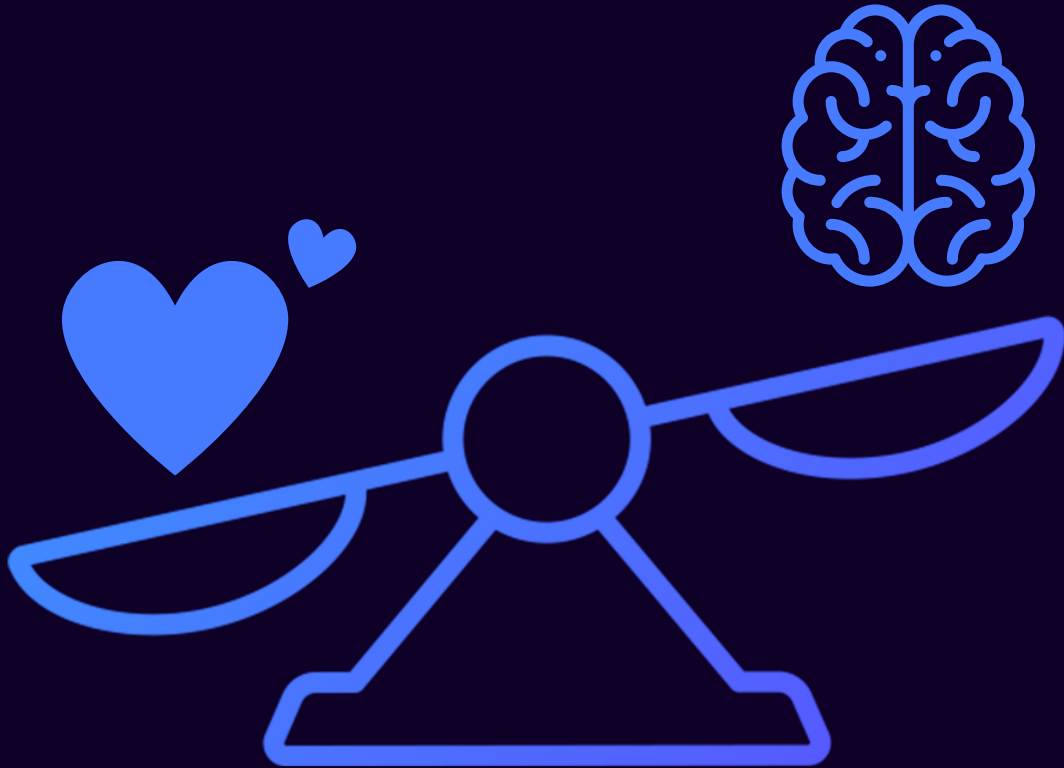


**Time Based**

زمانبندی شده



# انسان منطقی نیست ...

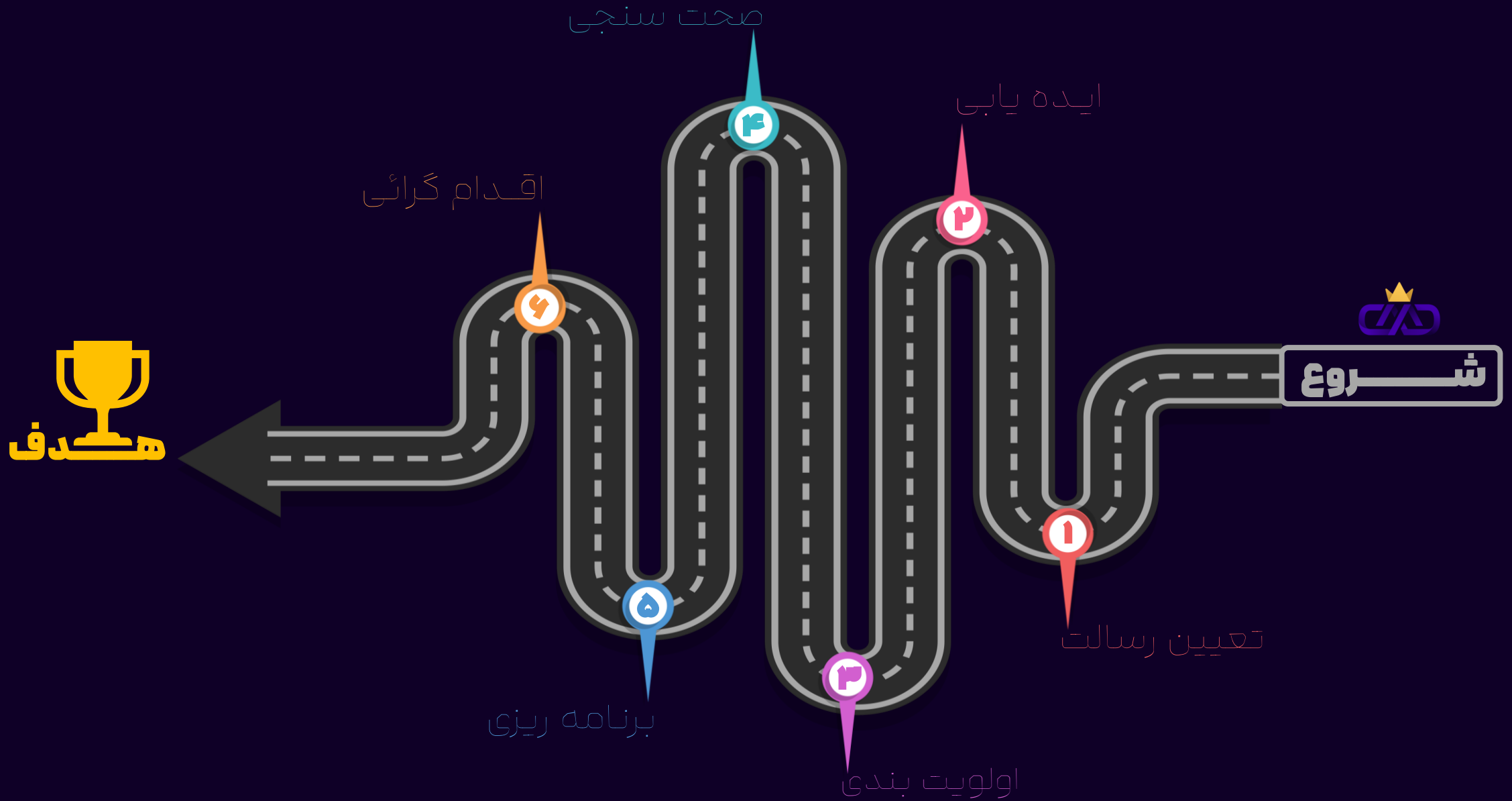




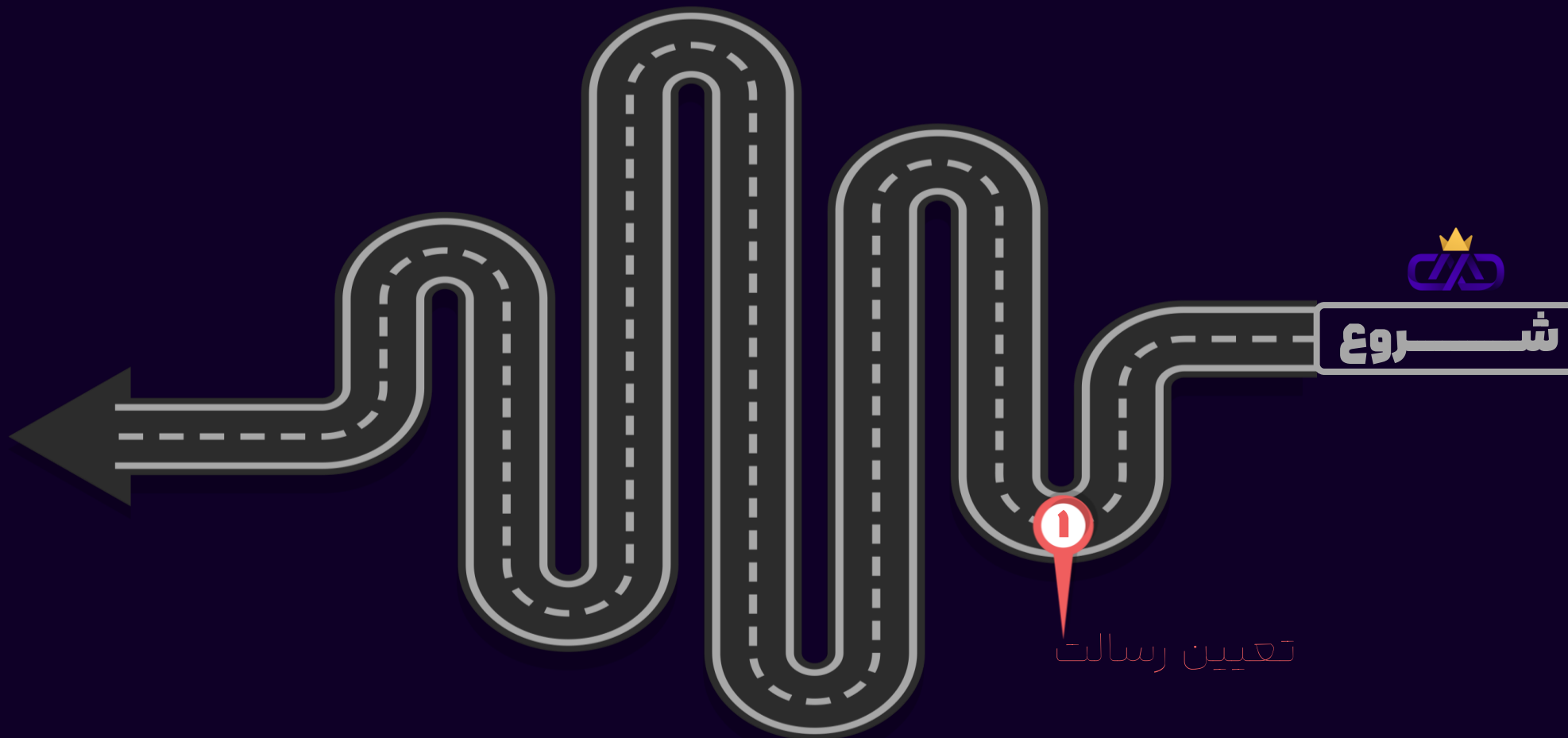
# یه قول مهم!

همراه باشی حتما امروز اهدافت مشخص میشه!









## رسالت رو اشتباه نگیرید با

کار بزرگ کردن

تشویق توسط دیگران

مشهور شدن

موفق شدن

آسان بودن

و...و...



# رسالت

ارزش ها

توانمندی ها

به کجا برسیم؟

علاقه مندی ها



# رسالت باید جوری باشه که دراون غوطه وریشی



Mihaly Csikszentmihalyi

میهای چیک سنت میهای

# سه گام اصلی غوطه وری

اهمیت دادن

03

ذهن آگاهی

02

مهارت داشتن

01

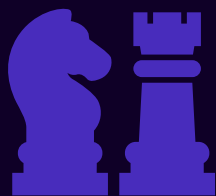






هدف گذاری تا رسالت

# شناخت توانمندی ها



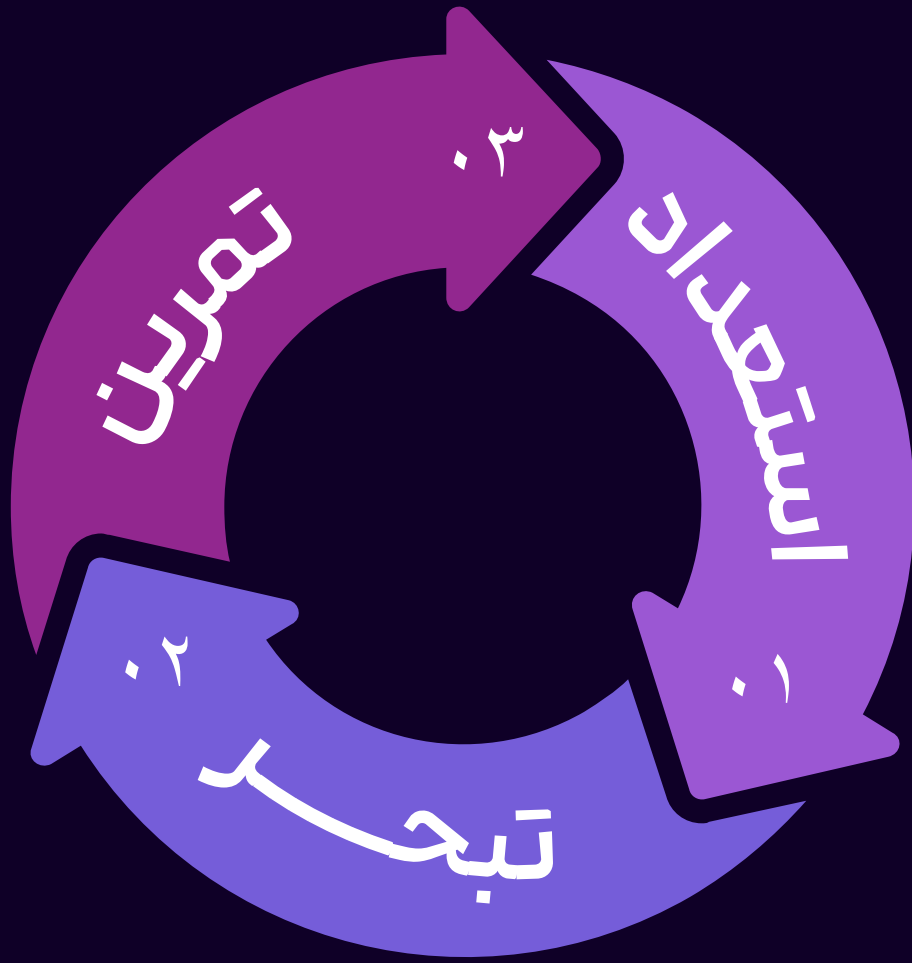
Targeting to  
mission

استعداد + علاقه + مهارت

=

توانمندی

# چرخه استعداد و توانمندی



**آیا همه چیز رو میشه یاد گرفت ؟**

**بله ؛**

**اما مسئله زمان و انرژی محدود ماست!**

# چرا بریم سراغ توانمندی هامون؟

تمايز 🏆

سرعت بالا 🏆

نتیجه بیشتر 🏆



توی چی خیلی خوبی؟





**بقیہ برای چی بہت مراجعہ میکنن؟**



# استعداد یاب کلیفتون



Jim Clifton

جیم کلیفتون

## تاثیر گذاری

### Influencing

|                                |                                 |                         |
|--------------------------------|---------------------------------|-------------------------|
| ارتباطات<br>Communication      | فرمانده<br>Command              | فعال کننده<br>Activator |
| ایمان به خود<br>Self assurance | بیشینه ساز<br>Maximizer         | رقابت جو<br>Competition |
| جذب فوری دیگران<br>WOO         | اهمیت و ارجمندی<br>Significance |                         |

توان تحت تاثیر قرار  
دادن انسان ها

## فعالیت اجرایی

### Executing

|                         |                                 |                                |
|-------------------------|---------------------------------|--------------------------------|
| معتقد به ارزش<br>Belief | سازمانده<br>Arranger            | دستاوردی<br>Achiever           |
| انضباط<br>Discipline    | آگاه و هوشیار<br>Deliberative   | ثبات و یکپارچگی<br>Consistency |
| احیاگر<br>Restorative   | مسئولیت پذیری<br>Responsibility | تمرکز<br>Focus                 |

تبدیل ایده به عمل

## تفکر استراتژیک

### Strategic Thinking

|                             |                      |                        |
|-----------------------------|----------------------|------------------------|
| آینده نگر<br>Futuristic     | بستر بین<br>Context  | تحلیلی<br>Analytical   |
| فکر دوست<br>Intellection    | گردآورنده<br>Input   | ایده پرداز<br>Ideation |
| تفکر استراتژیک<br>Strategic | یادگیرنده<br>Learner |                        |

دریافت و تحلیل  
اطلاعات

## ارتباط ساز

### Relationship building

|                           |                            |                                          |
|---------------------------|----------------------------|------------------------------------------|
| توسعه دهنده<br>Developer  | وصل بودن<br>Connecte dness | تطبیق پذیر<br>Adaptability               |
| به حساب آوردن<br>Includer | سازگاری<br>Harmony         | همدلی<br>Empathy                         |
| رابطه عمیق<br>Relator     | مثبت نگری<br>Positivity    | به حساب آوردن فردیت<br>Individualization |

ایجاد و پرورش  
رابطه با دیگران

# Google



استعدادیاب کلیفتون



# استعداد یاب اوگانر

۱۹۲۰ برای جنرال الکترونیک



Johnson O'Connor

جانسون اوگانر

# دوازده ناحیه اوکاتر

تجسم فضایی:  
وسیله ساز و ابزار دوست

استقرا:  
هضم تجربه و تعمیم

ایده پردازی:  
لیست ساز و خلاق

خواندن سریع:  
بررسی فوری اسناد

استدلال و تحلیل:  
کار با اطلاعات فعلی  
دسته بندی کن

کار با اعداد:  
فهم عدد و حساب و  
کتاب و حافظه عددی

یادگیری زبان:  
یادگیری، ریشه یابی،  
ماندگاری

حافظه طراحی:  
به خاطر سپاری و نه خود  
انجامش

تشخیص رنگ :  
فروشنده، نقاش و ....

کار با انگشتان:  
پنجه طلا، جراح تا  
آرایشگر

نگاه آینده نگر:  
مارشملو خور؟ تفکر  
سیستمی

موسیقی و صوت:  
درک و تقلید

# Google



استعدادیاب اوکانر





## سوالات خوب برای یافتن توانمند یها (البته فعالیت فعالانه)

👑 چه کاری هست که حتی اگر تشویق نشوم سراغش میروم؟

👑 انجام چه کاری برایم آسان است؟

👑 بچه که بودم چه کاری رو خوب انجام میدادم؟

👑 در چه کارهایی دیگران می گویند کاش مثل تو بودم؟

👑 چه کاری باعث می شود متوجه گذر زمان نشوم؟

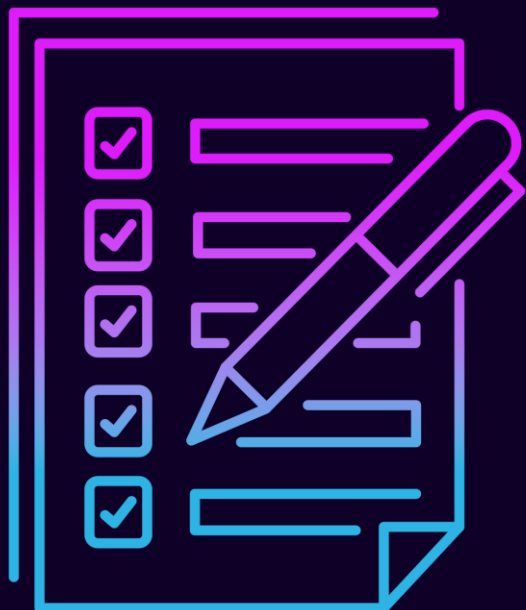
👑 وقتی حالم خوب نیست سراغ چه کاری میروم؟

👑 چه کاری باعث می شود انرژی من بالا بیاید؟

# همین سوالات رو از چند نفر دیگه بپرسید

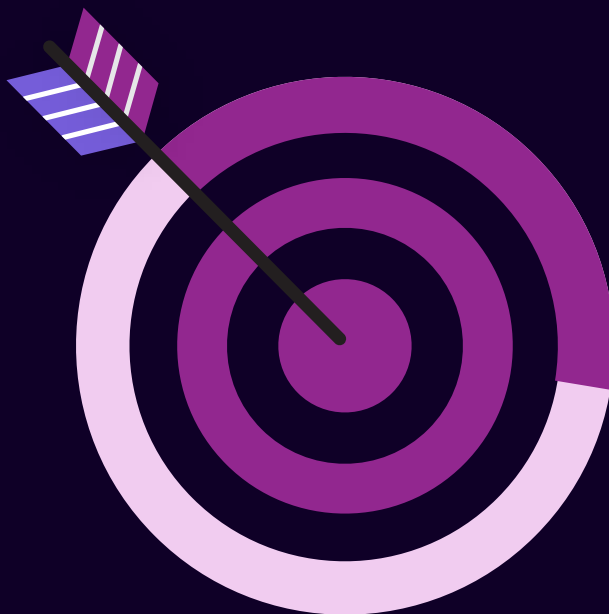


# آویزون تست نباش



# روی نقاط ضعف کار کنیم یا نقاط قوت؟

A



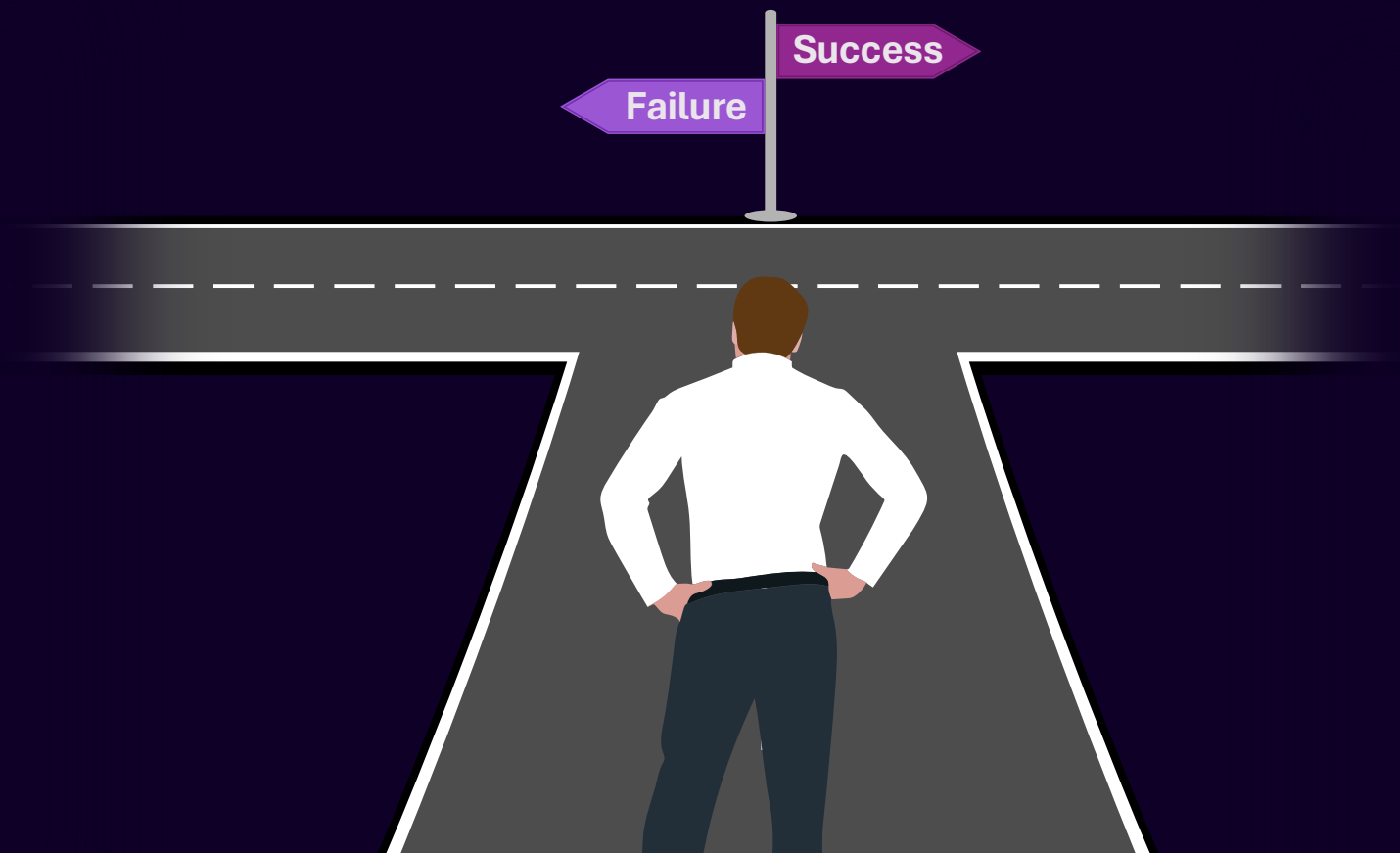
B



# کارهات رو با نقاط قوتت پیش ببر



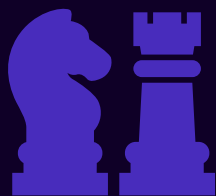
فکر نکن مسیر قطعی وجود داره...





هدف گذاری تا رسالت

# شناخت چشم انداز زندگی



Targeting to  
mission

**ارزش ها میگویند چطور رفتار کن**

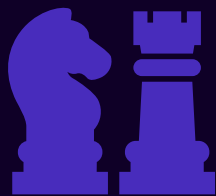
**چشم انداز میگویند به کجا برو؟**





هدف گذاری تا رسالت

حالا جمع بندی



Targeting to  
mission

# رسالت

ارزش ها

توانمندی ها



به کجا برسیم؟

علاقه مندی ها



**شاید ۱۰ تا ۱۵ درصد وقتتون رو بذارید روی تست کردن موارد جدید**

# آخرش به این میرسی

من ..... هستم

و به عنوان ..... سعی می کنم

..... به صورت .....

انجام دهم چون .....







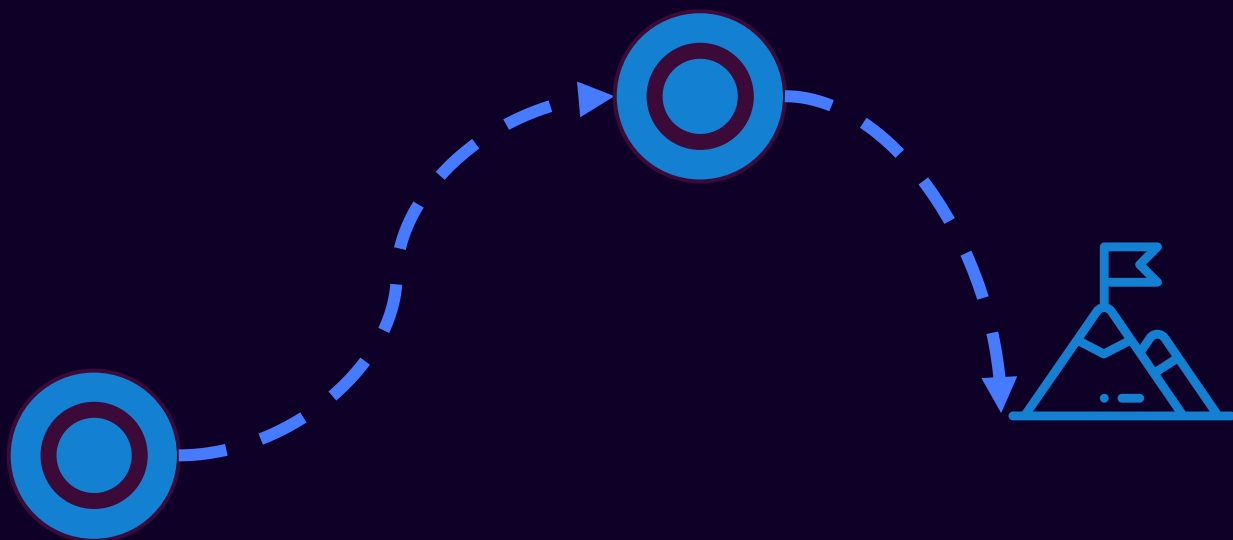
# به جای ساخت رزومه، زندگی ت رو بساز!

ببین می خوای چه مساله ای حل کنی؟



# اگه می خوای تهش رو بدونی بدون اشتباهه

👑 فقط با اشتیاق و کنجکاوی نقاط رو به هم وصل کن



# رسالت که داشته باشی کارت معنا دار میشه...

👑 بازدهی میره بالا

👑 تاب آوری میره بالا

👑 خستگی کمتر میشه

👑 انگیزه بیشتر میشه

👑 شغل رویایی شما....





بی معنی

معنا دار

بازدهی بالا

حمالی

شکوفایی

بازدهی پایین

علافی

رضایت

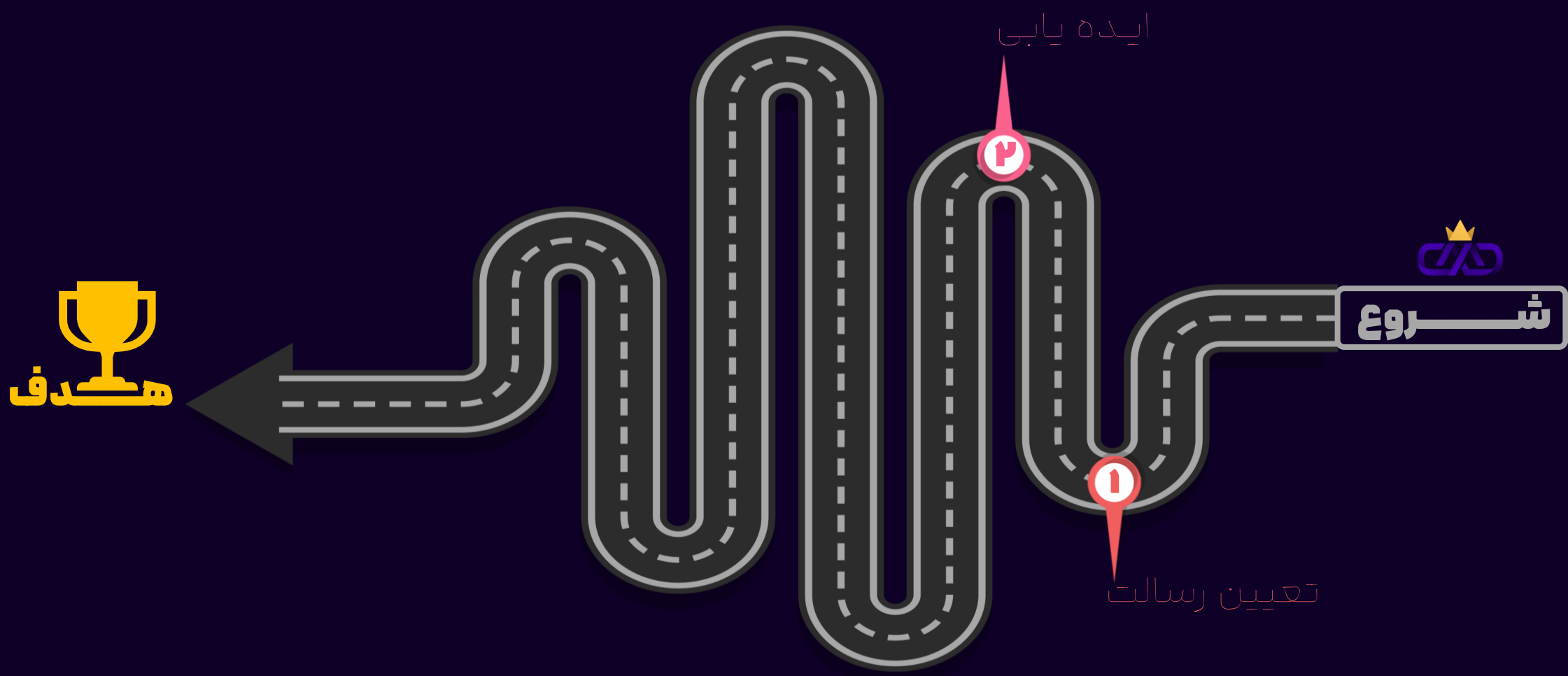
MAHYAPUR  
اکادمی  
مہاپور  
ACADEMY



## خب؛ تا حالا چی یاد گرفتیم؟

یادآوری:

- تکرار؛ تثبیت دانش است
- الان زمان تمرین است !

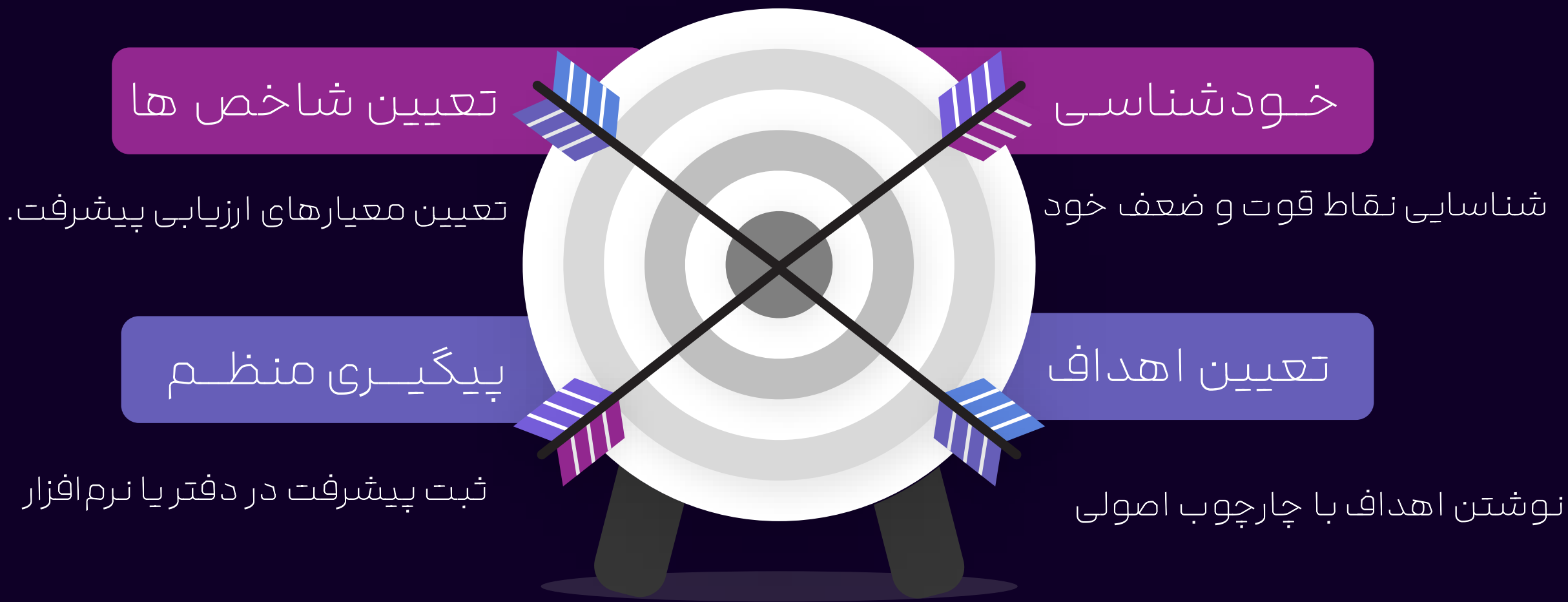


Goal setting to mission



**ایده از کجا میاد؟**

# تدوین اهداف شخصی



# مهرم نیازهای مازلو



# تحلیل SWOT در هدفگذاری

S

نقاط قوت

نقاط ضعف

W

O

فرصت ها

تهدید ها

T



نقاط ضعف

W

نقاط قوت

S

WO

به حداقل رساندن ضعف ها با استفاده از فرصت ها

SO

تقویت فرصت ها با استفاده از نقاط قوت

O

فرصت ها

WT

به حداقل رساندن ضعف ها برای جلوگیری از تهدید های احتمالی

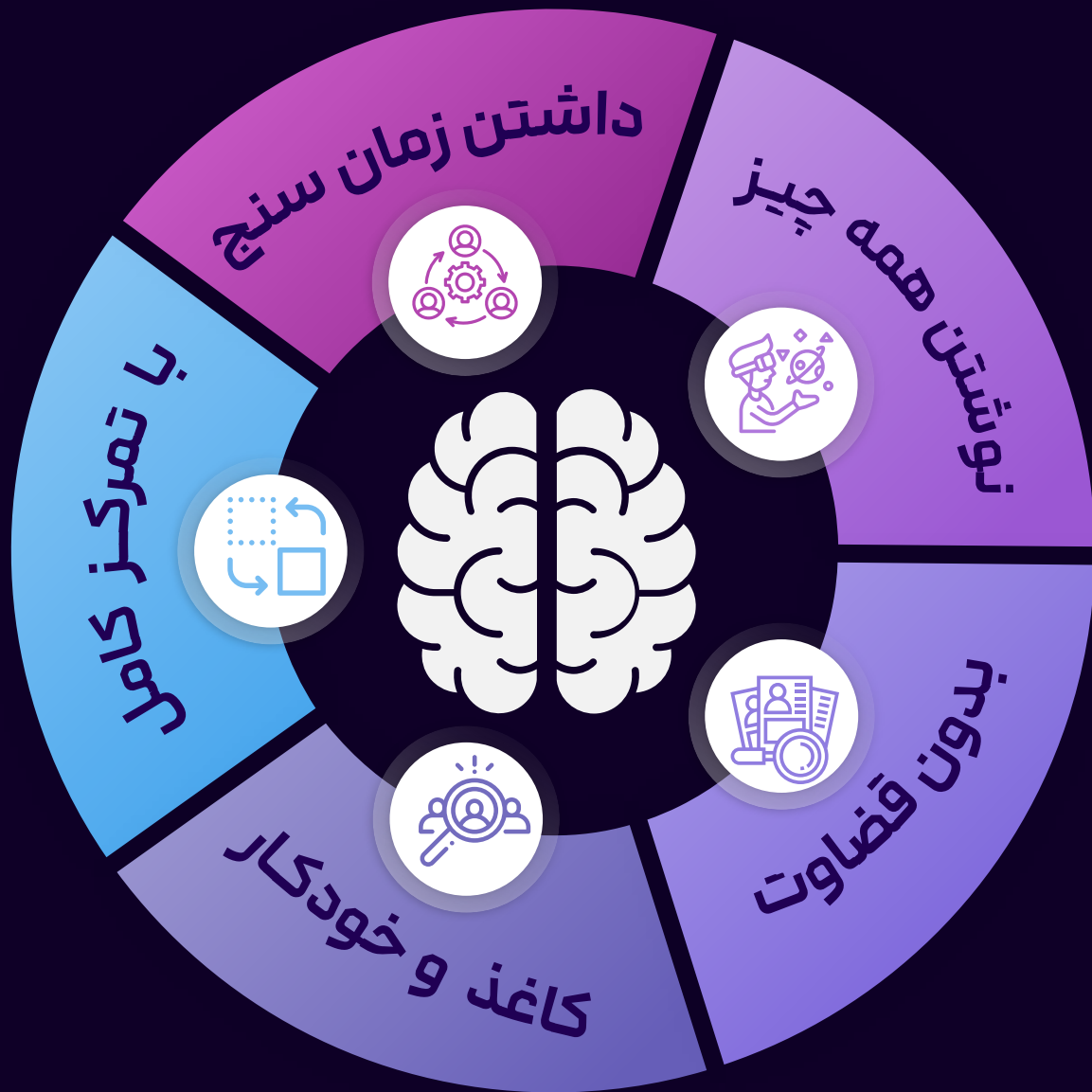
ST

به حداقل رساندن تهدید ها با استفاده از نقاط قوت

T

تهدیدها

# قوانین بارش فکری



# سوال‌های خوب برای ایده‌های هدف

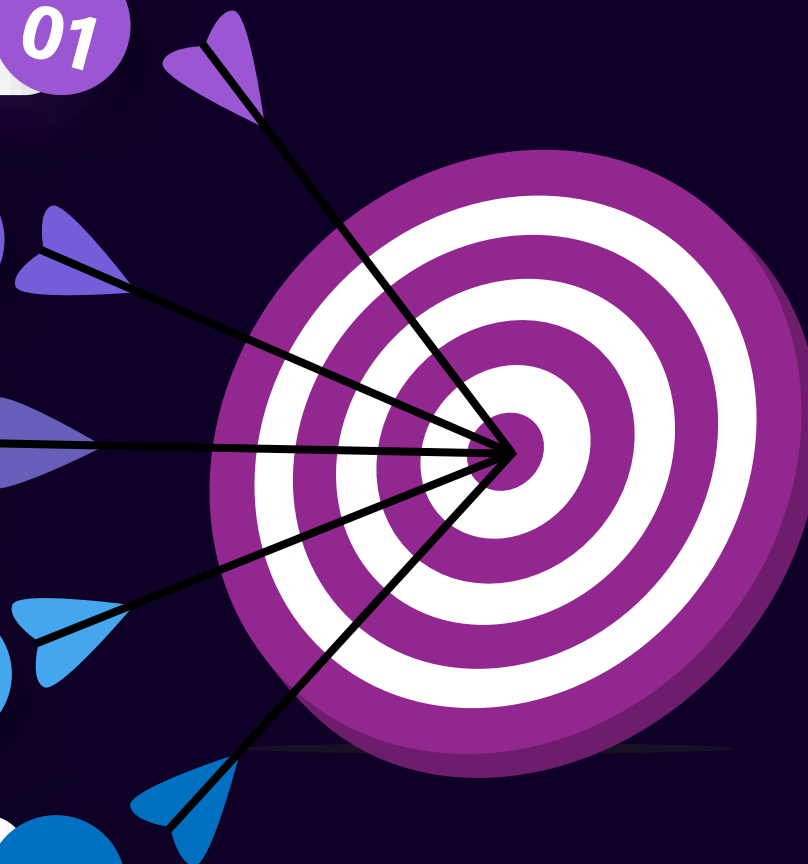
01 اگه یک غول چراغ جادو داشتم ...

02 اگه می دونستم شکست نمی‌خورم ...

03 اگه یک میلیارد ( یا ... ) پول داشتم ...

04 اگه فقط شش ماه زنده بودم ...

05 اگه الان ده سال بعد بود ...





حتی می توانید از مشکلاتی

که دارید شروع کنید!

# در چه حیطه هایی؟

خانواده

مالی

رشد معنوی

رشد فردی

تحصیل

سبک زندگی

سلامت جسمانی









# چطور از حالا بیشترین لذت و تفریح را داشته باشیم؟



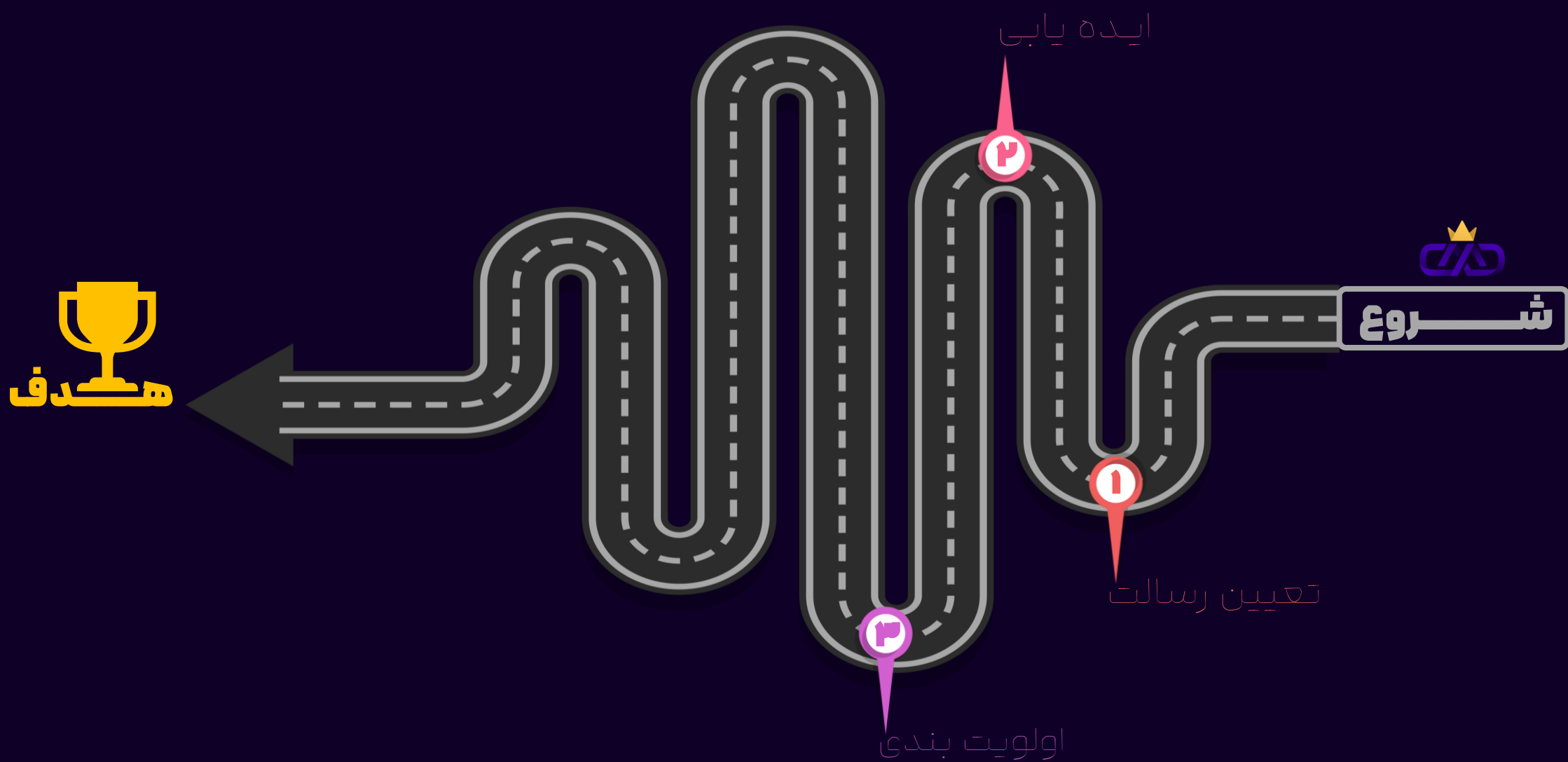






# اهدافتون رو بنویسید

MAHYAPUR  
اکادمی  
مہاپور  
ACADEMY



Goal setting to mission

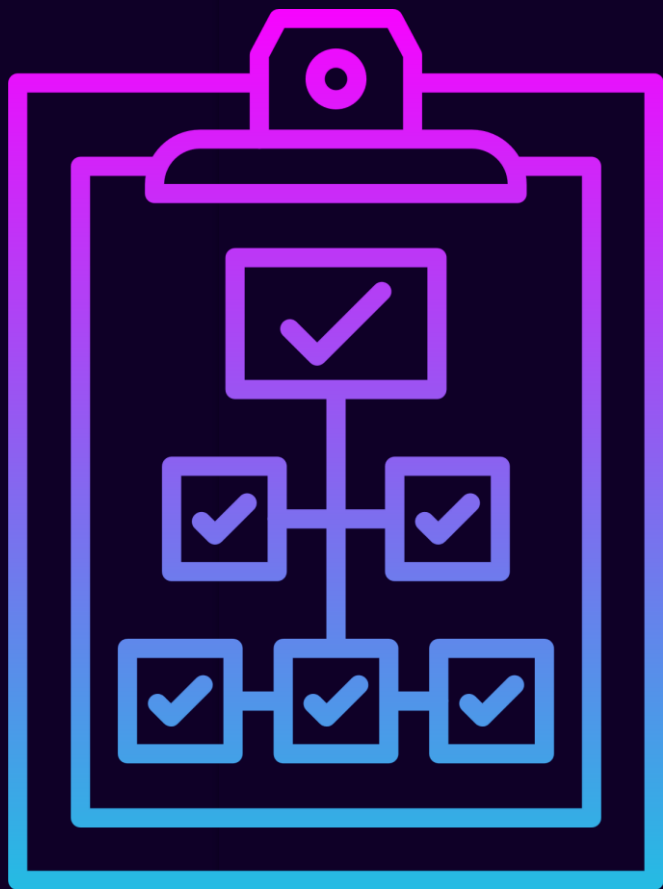
# یه کاسه کردن

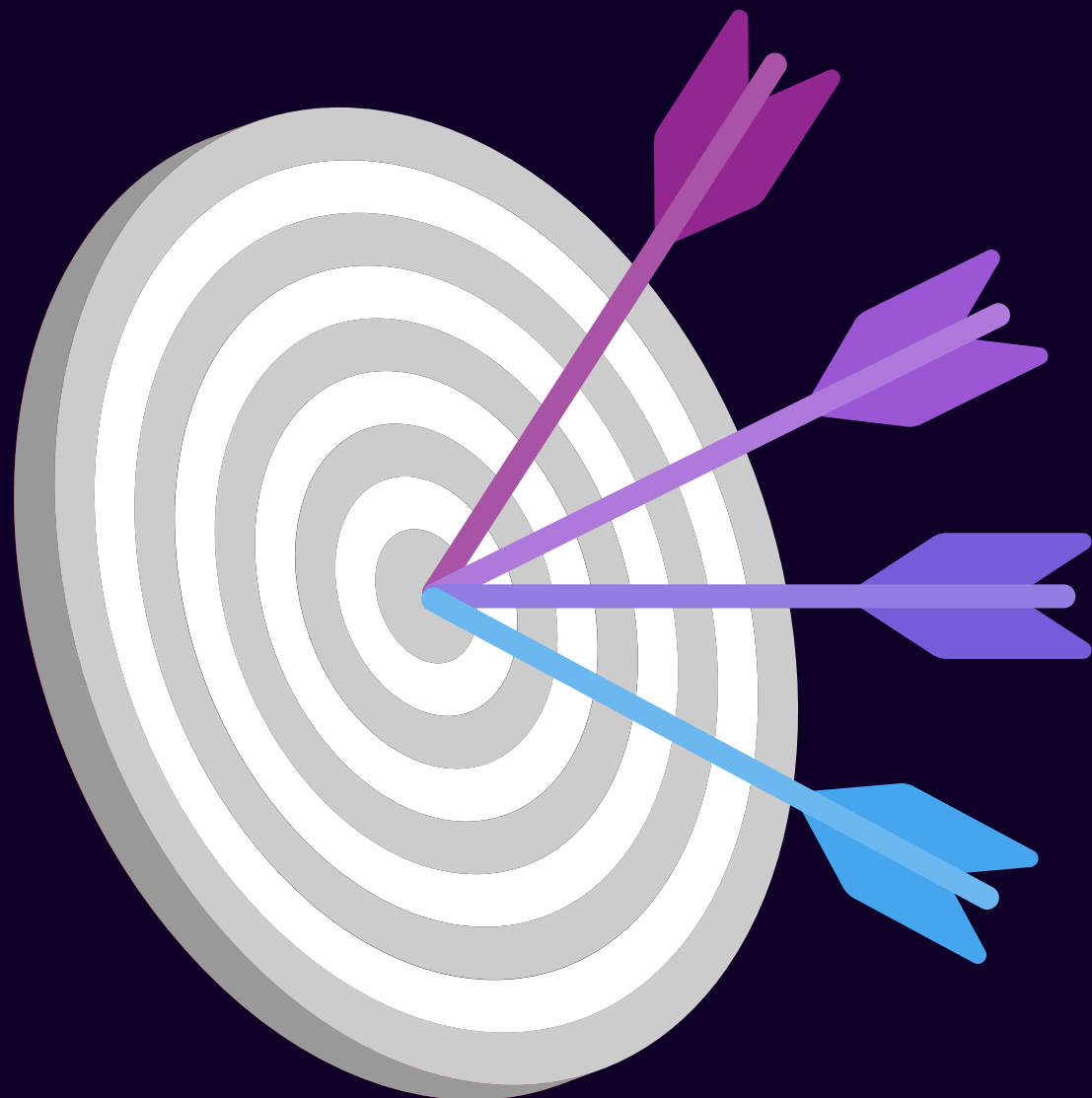


# اولویت بندی

👑 هدف اصلی

👑 زیر هدف





بلند مدت

۳ ساله

میان مدت

۱ ساله

کوتاه مدت

۹۰ روزه



# هفتگی برنامه

اگر فرصت شد انجام می‌دهم

|                          |   |
|--------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> | ۱ |
| <input type="checkbox"/> | ۲ |
| <input type="checkbox"/> | ۳ |
| <input type="checkbox"/> | ۴ |
| <input type="checkbox"/> | ۵ |
| <input type="checkbox"/> | ۶ |
| <input type="checkbox"/> | ۷ |
| <input type="checkbox"/> | ۸ |

کارهایی که انجام می‌دهم

|                          |   |
|--------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> | ۱ |
| <input type="checkbox"/> | ۲ |
| <input type="checkbox"/> | ۳ |
| <input type="checkbox"/> | ۴ |
| <input type="checkbox"/> | ۵ |
| <input type="checkbox"/> | ۶ |
| <input type="checkbox"/> | ۷ |
| <input type="checkbox"/> | ۸ |

آموزش و مطالعه هفتگی

|  |
|--|
|  |
|  |
|  |
|  |

ساخت عادت‌های هفتگی

|  |
|--|
|  |
|  |
|  |
|  |

حکمت آموز  
این هفته

|  |
|--|
|  |
|  |
|  |
|  |



# هفتگی برنامه

اگر فرصت شد انجام می‌دهم

کاریابی که انجام می‌دهم

۱

- ☐ ..... ۱
- ☐ ..... ۲
- ☐ ..... ۳
- ☐ ..... ۴
- ☐ ..... ۵
- ☐ ..... ۶
- ☐ ..... ۷
- ☐ ..... ۸

- ☐ ۴ ..... ۱ نوشتن بخش اول کتاب
- ☐ ۳ ..... ۲ انجام کارهای دانشگاه
- ☐ ۱ ..... ۳ تولید محتوا برای برگزاری کارگاه
- ☐ ۶ ..... ۴ مهمانی خانه دایی عباس
- ☐ ۵ ..... ۵ کارهای اداری
- ☐ ۷ ..... ۶ تفریح با سعید
- ☐ ۲ ..... ۷ تلفن به مربی جهت مشاوره
- ☐ ..... ۸

# TARGET





## خب؛ تا حالا چی یاد گرفتیم؟

یادآوری:

- تکرار؛ تثبیت دانش است
- الان زمان تمرین است !

MAHYAPUR  
اکادمی  
مہاپور  
ACADEMY



هـمـد ف



صحت سنجی



ایده یابی



تعیین رسالت

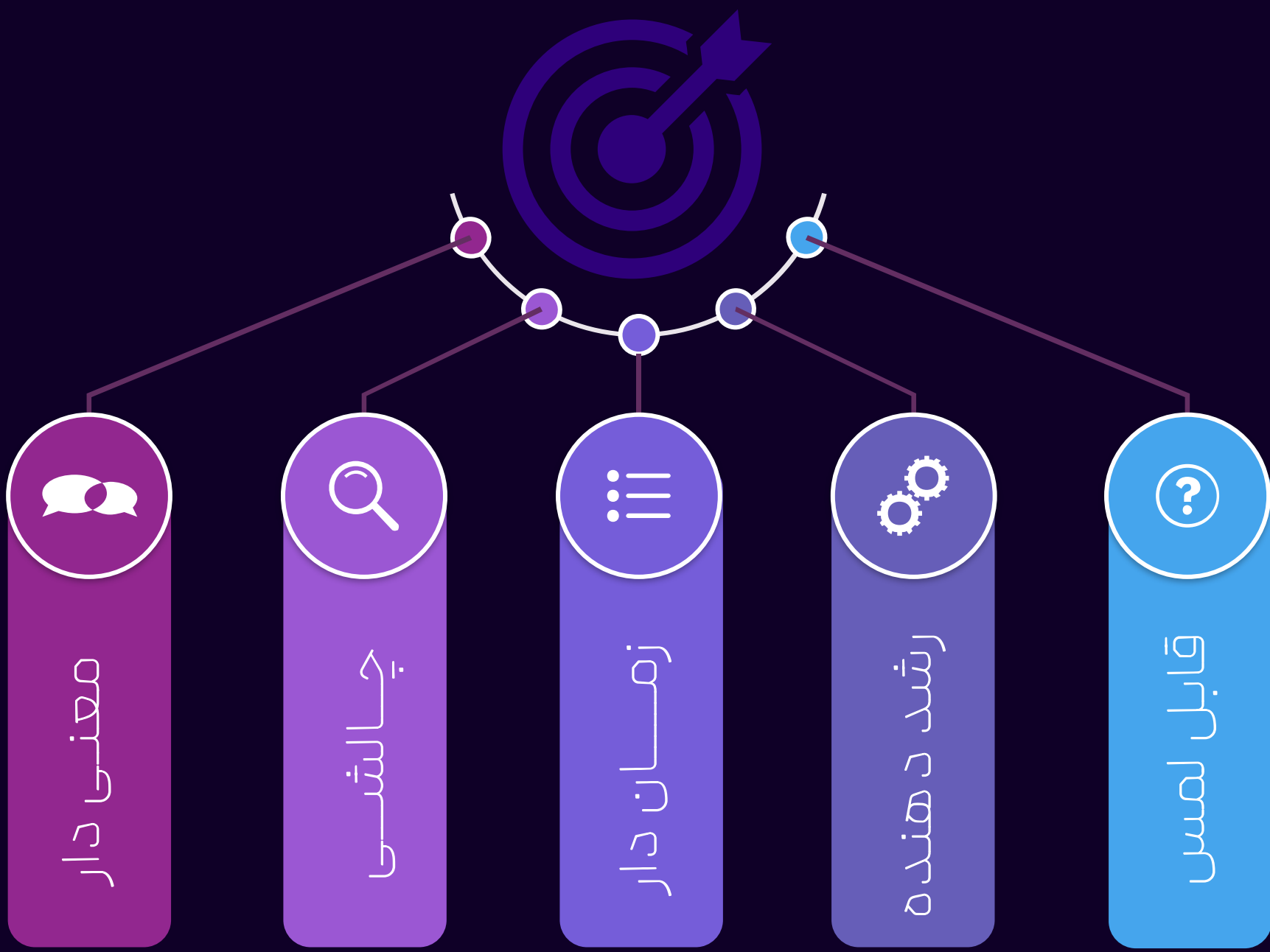


اولویت بندی



شروع

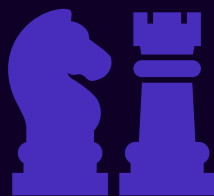
Goal setting to mission





هدف گذاری تا رسالت

معنای دار



Targeting to  
mission

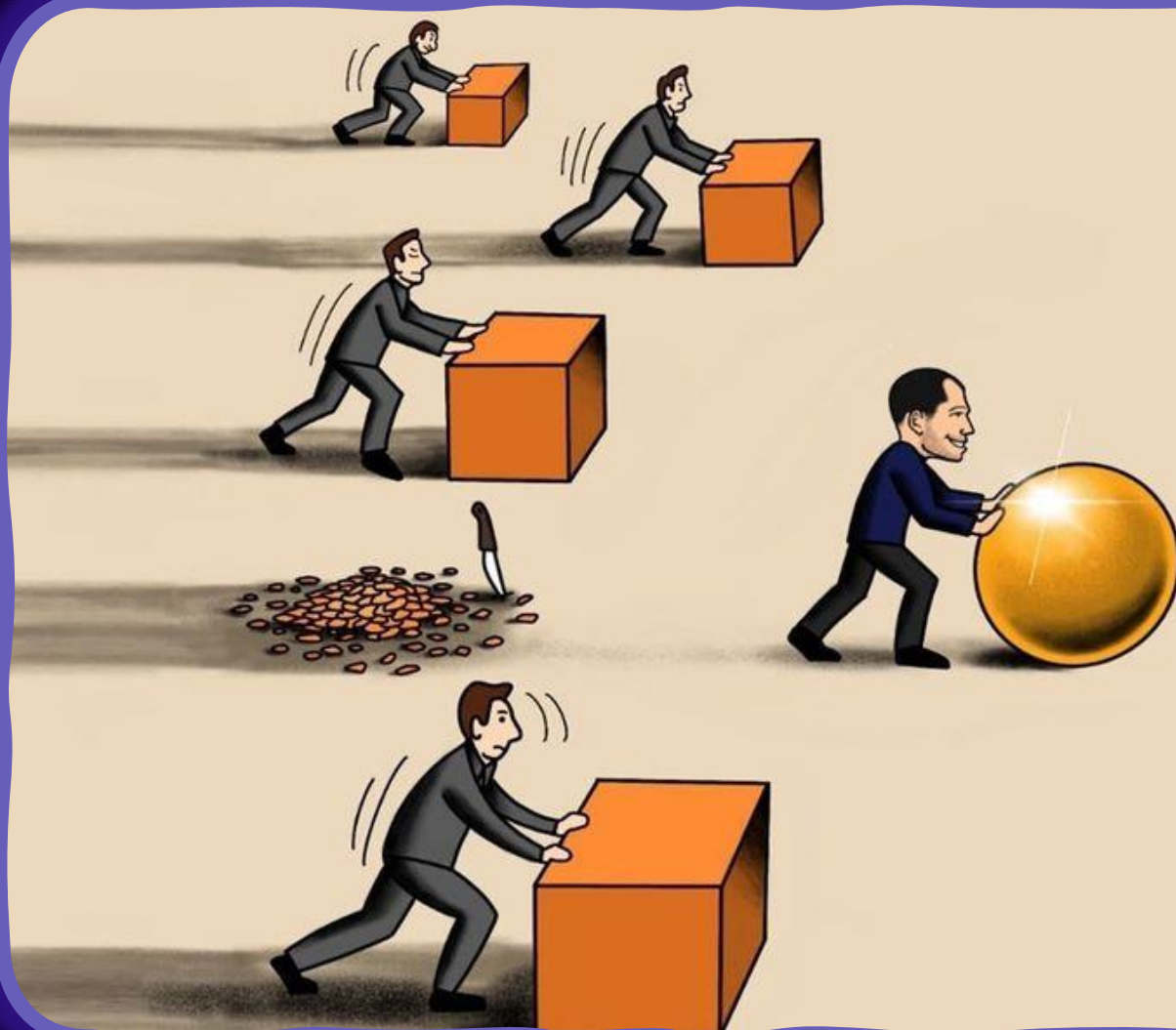
# قبل از بالا رفتن از نردبان موفقیت

👑 چرا این هدف رو میخوام ؟





# میدونی خیلی پشتکاری جدی نیست؟!



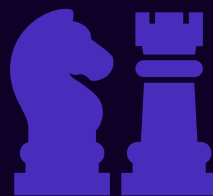
# قلب برای هدف می تپه ... هیجان داری





هدف گذاری تا رسالت

چالش‌های



Targeting to  
mission

## منو از ناحیه امنم خارج می کنه

👑 باعث میشه کمی بترسم ؟

👑 تلاش زیاد میخواد ؟

👑 موقع گفتنش میترسم ؟ (نفر اول استان)

👑 درموردش تردید دارید ؟

👑 روش رسیدن رو دقیق نمی دونم ؟

👑 توقعم از خودم بالا میره ؟



**اگر هدف‌ت چالشی باشه تمام ذهن‌رو درگیر خودش می‌کنه**



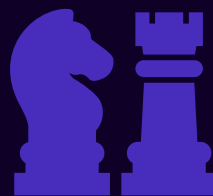
من در راه رسیدن به اهداف 😂: /





هدف گذاری تا رسالت

زمان دار



Targeting to  
mission

# شروع از آخربه اول

۱ هر روز حتی یک قدم کوچک

۷

۱۵

۴۵ روز

۹۰ روز

۶ ماه

یک سال



**اول به اندازه تلاشت نتیجه نمی گیری**

**بعد به اندازه نتیجه تلاش نمی کنی**



# نیک خودش رو باور کرد...



**چرا می‌گم اهداف ده ساله نذارید...**



**۴۷ درصد شغل‌ها در دهه بعدی از بین می‌روند**





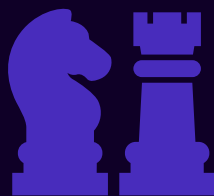
**ممکنه ده سال بعد از هدف ده سال پیشتون جلو بزنید؟**





هدف گذاری تا رسالت

رشد دهنده



Targeting to  
mission

## این هدف باعث رشد شخصیت من میشه؟

👑 من تبدیل به چه کسی خواهم شد؟

👑 چه چیزهایی رو براش باید یاد بگیرم؟

👑 چه عادت هایی رو باید در خودم بسازم؟

👑 چه ارتباط هایی رو باید ایجاد کنم؟

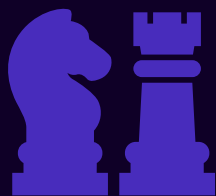






هدف گذاری تا رسالت

# قابل لمس



Targeting to  
mission

اگه ندونی مغز چطوری کار میکنه  
چطوری می خوای ارزش نتیجه بگیری؟



**Tony buzan**

تونی بوزان

# قشنگ تصویر سازی کن

👑 از چشم خودت

👑 با درگیری تماس حواس

👑 مثل یک فیلم کامل

👑 کلاژ درست کن

👑 برو و تجربه کن



هرچیزی دو بار خلق میشه ...  
یکبار در ذهن ؛ یکبار در واقع



**Stephen Covey**

استفان کاوی

# تبدیل هدف از مادی به غیر مادی

👑 در زمان حال

👑 همین الان دارید

👑 جمله مثبت

👑 مشخص و واضح

👑 کلمات احساسی داره

👑 کوتاه و ساده

👑 شکرگزاری داره

👑 روی کاغذ! نه تایپ





من بابت شغل فوق‌العاده رضایت بخشم به عنوان مدیر

تولید محتوا آکادمی که به من ماهانه ۲۵ میلیون تومان می‌پردازن و

فقط چهار روز در هفته فعالیت دارم بسیار شکرگزارم (و جزئیات)

MAHYAPUR  
اکادمی  
مہاپور  
ACADEMY

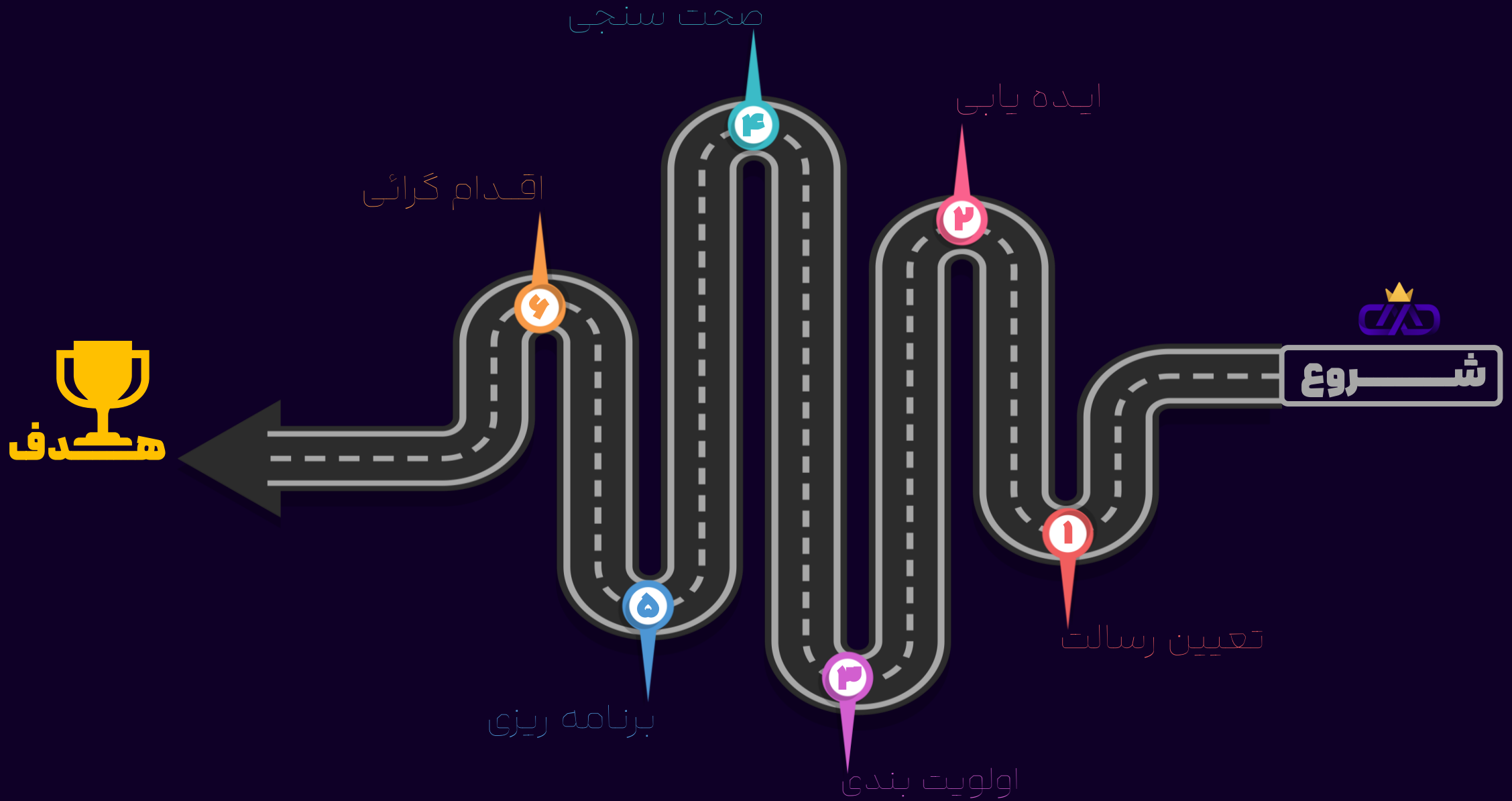


## خب؛ تا حالا چی یاد گرفتیم؟

یادآوری:

- تکرار؛ تثبیت دانش است
- الان زمان تمرین است !





# اقدام



# استیموز

دفتر برنامه ریزی

روشی ساده و کاربردی برای  
برنامه ریزی ، و انجام کارها

روح الله  
مصابور  
MAHYAPOOR





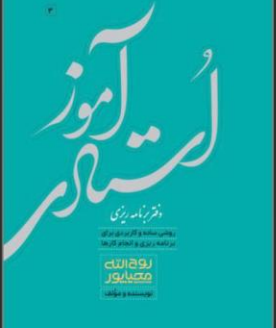
8



7



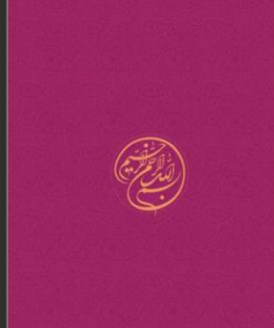
6



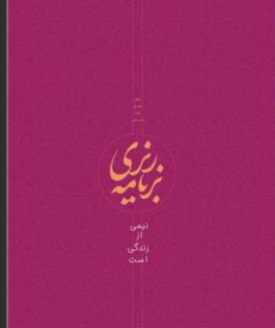
5



4



3



2



16



15



14



13



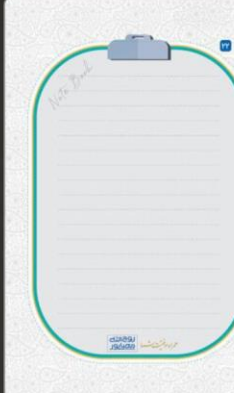
12



11



10



Note Book





# هفت برنامه

اگر فرصت شد انجام می‌دهم

|                          |   |
|--------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> | ۱ |
| <input type="checkbox"/> | ۲ |
| <input type="checkbox"/> | ۳ |
| <input type="checkbox"/> | ۴ |
| <input type="checkbox"/> | ۵ |
| <input type="checkbox"/> | ۶ |
| <input type="checkbox"/> | ۷ |
| <input type="checkbox"/> | ۸ |

کارهایی که انجام می‌دهم

|                          |   |
|--------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> | ۱ |
| <input type="checkbox"/> | ۲ |
| <input type="checkbox"/> | ۳ |
| <input type="checkbox"/> | ۴ |
| <input type="checkbox"/> | ۵ |
| <input type="checkbox"/> | ۶ |
| <input type="checkbox"/> | ۷ |
| <input type="checkbox"/> | ۸ |

آموزش و مطالعه هفت

|  |
|--|
|  |
|  |
|  |
|  |

ساخت عادت با هفت

|  |
|--|
|  |
|  |
|  |
|  |

حکمت آموز  
این هفت

|  |
|--|
|  |
|  |
|  |
|  |

|   |   |                                                       |
|---|---|-------------------------------------------------------|
| ۱ | ۲ | فهرست کارهای امروز<br>GOOD MORNING<br>HAVE A NICE DAY |
| ۳ | ۴ |                                                       |
| ۵ | ۶ |                                                       |
| ۷ | ۸ |                                                       |

بهبود مستمر

خداے من بکثرت

.....

.....

.....

.....

.....

.....

امروز در صد مفید بودم چون:

.....

.....

سکنت دادن کسی که هرگز تسلیم غیثه کار سختیه

|   |   |   |
|---|---|---|
| ۱ | ۲ | ۳ |
| ۴ | ۵ | ۶ |
| ۷ | ۸ | ۹ |

Good Night

خداے من بکثرت  
thank GOD

بهبود مستمر

.....

.....

.....

.....

.....

.....

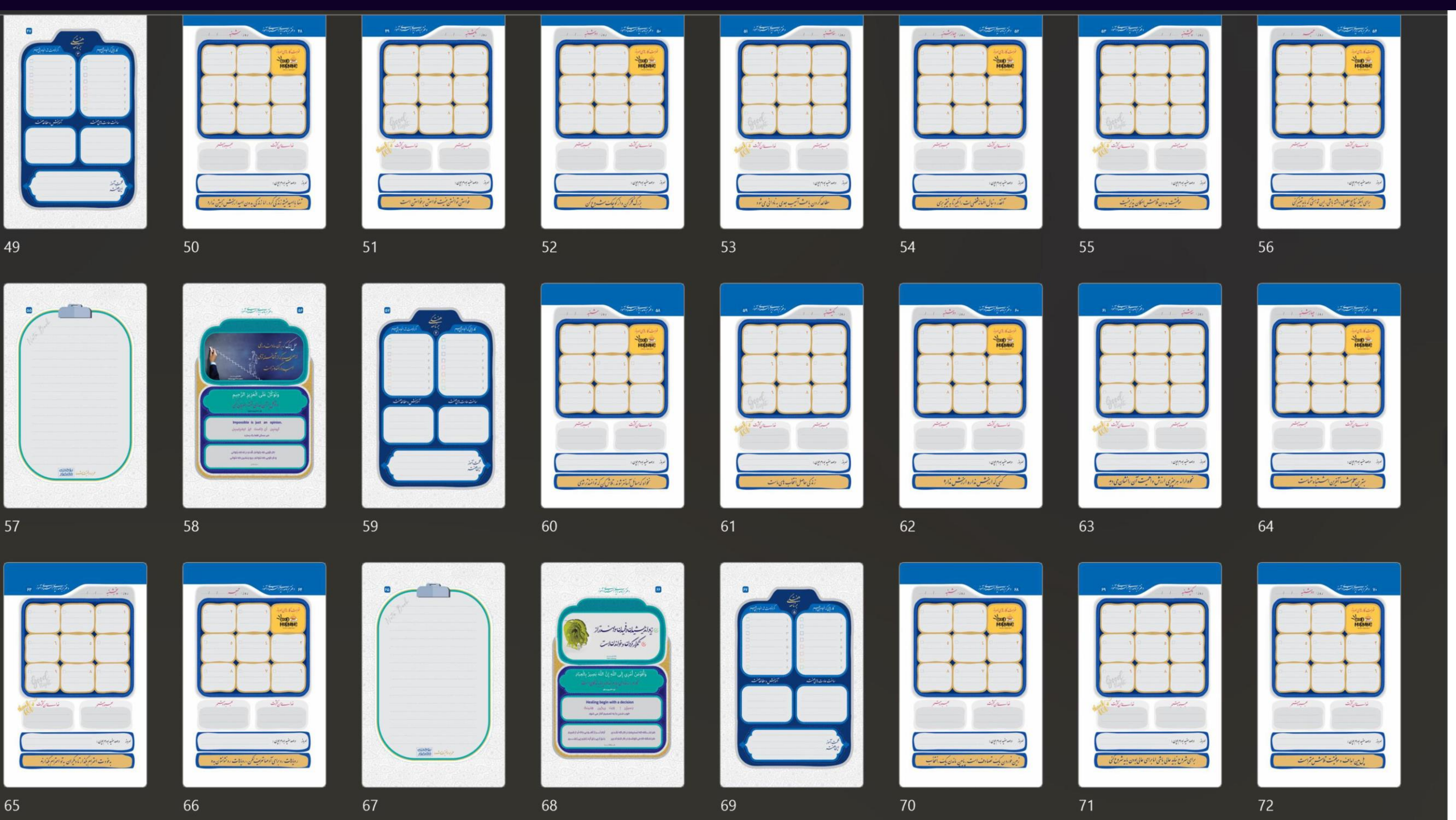
امروز در صد مفید بودم چون:

.....

.....

استاد تغییر باشیم نه قربانی تقدیر





49

50

51

52

53

54

55

56

57

58

59

60

61

62

63

64

65

66

67

68

69

70

71

72



نیست

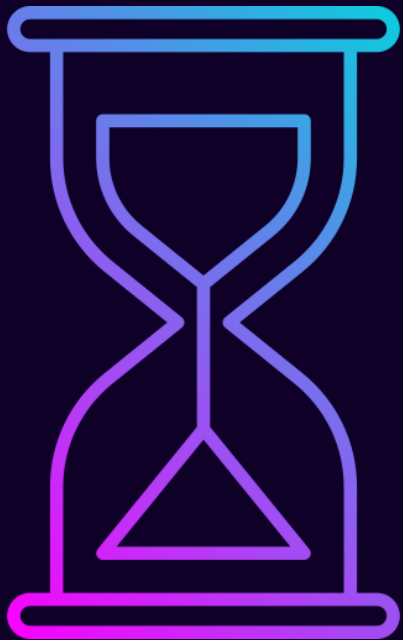


هدف فقط بدبختی و تلاش



برخی هم  
انجامش میدن  
برخی آرزو  
می کنن که بشه  
برخی افراد  
می خوان که بشه

# چقدر طول می کشه ؟ چقدر قطعیه ؟



# اشتباهات هدفگذاری

- ❖ بخاطر دیگران هدف بگذاری
- ❖ تا تموم نشده بعدی نامشخص
- ❖ سیستم ارتقا نه مثلا : کاهش وزن
- ❖ عدم بررسی نرسیدن به هدف
- ❖ چیزی که در اختیار نیست
- ❖ و...



اگر به هدف نرسیدیم چی؟



# فناوری های نوین در هدفگذاری

اپلیکیشن های مدیریت هدف و پیگیری پیشرفت.

نرم افزارهای موبایل



نمایش بلادرنگ شاخص ها و پیشرفت.

داشبوردهای آنلاین



بررسی الگوهای پیشرفت و شناسایی موانع.

تحلیل داده



دسترسی به اطلاعات از هر مکان و زمان.

سیستم های ابری



# برنامه ریزی معکوس





# ارزیابی و پیگیری مستمر

👑 ۳۰٪ افزایش موفقیت

سازمان های دارای سیستم پیگیری دیجیتال.

👑 ۲۵٪ بهبود کارایی

با تعیین اهداف مشخص و چالش برانگیز

👑 ۲۰٪ کاهش هزینه ها

با استفاده از فناوری های نوین در مدیریت اهداف.

👑 ۱۵٪ افزایش بهره وری

با بهره گیری از سیستم های مدیریت هدف.



از اشتباهاتمان عبرت بگیریم  
شکست نخواهیم خورد ...



Steve Jobs

استیو جابز



# تسخصیت کارزماتیکی

## 1 هدف گذاری اصولی

Principled goal setting

چطور در زندگی به خواسته ها و اهداف برسیم؟

- بارش فکری خواسته
- اولویت بندی اهداف
- روش های رسیدن به آن

## 2 برنامه ریزی و زمان

Planning and time

روشی ساده و کاربردی برای انجام کارها

- مدیریت زمان و انرژی
- عملکرد و بازدهی بالا
- گام های برنامه ریزی

## 3 اراده و عملگرایی

Willpower and pragmatism

تکنیک های غلبه بر اهمال کاری تا اقدام گرایی

- شناخت مکانیزم مغز
- روش های داشتن اراده
- ایجاد اراده پولادین

## 5 عادت های سازنده

Productive habits

اول به عادت می سازی؛ بعد عادت تو را میسازد

- داستان دوپامین و مغز
- حذف یا ایجاد عادت
- چرخه عادات ذهنی

## 4 حفظ انگیزه قوی

Maintaining strong motivation

ترندهای داشتن انگیزه دائم و قدرتمند

- افکار اشتباه انگیزه
- عوامل ایجاد انگیزه
- حفظ انگیزه ناب



# تسخصیت کارزماتیکی

## 6 توجه و تمرکز عمیق

Deep attention and concentration

یادگیری مهمترین مهارت در قرن ۲۱

- مفهوم کار عمیق
- تمرکز بر ذهن آگاهی
- تکنیک های ذهن متمرکز

## 7 زندان کامل گرایی

The Prison of Perfectionism

خروج از دام خود تنیده کامل گرایی

- ریشه کامل گرایی
- شکست حصر ذهنی
- رسیدن به سلامت روان

## 8 طرز فکر و نگرش

Mindset and attitude

کیفیت زندگی و موفقیت؛ محدود به نگرش شماست

- طرز فکر رشد و ایستا
- مسیر عصبی صحیح
- عملکرد فکراتناس

## 9 شخصیت و رفتار شناسی

Personality and behaviorism

از خود شناسی؛ تا راه های کنترل دیگران

- استعدادیابی افراد
- نقاط ضعف و قوت
- نفوذ در دیگران



# تسخصیت کارزماتیکی

## 11 شهامت و رفع خجولی

Courage and overcoming shyness

تکنیک های رفع کم روئی تا شخصیت پولادین

- حق و حقوق انسانی
- رفع عوامل خجولی
- ساخت شخصیت قوی

## 12 کنترل هوش هیجانی

Controlling emotional intelligence

روش های کنترل احساسات و هوش هیجانی

- تقویت حافظه پویا
- پاسخ به محرک ها
- شناخت احساسات پایه

## 13 نرنجیم و نرنجانیم

Not Offended and We Are Not Offended

روش های تعامل با افراد در کار و زندگی

- شناسایی سیستم لیمبیک
- رنجش کمتر در زندگی
- ارتباط با بد قلق ها

## 14 هنر ارتباط موثر

The art of effective communication

۸۰ درصد موفقیت ها، حاصل ارتباط موثر است

- پیش فرض های ذهنی
- ایجاد ارتباط پایدار
- راههای نفوذ در دیگران



MAHYAPUR  
اکادمی  
مہاپور  
ACADEMY



## خب؛ تا حالا چی یاد گرفتیم؟

یادآوری:

- تکرار؛ تثبیت دانش است
- الان زمان تمرین است !

