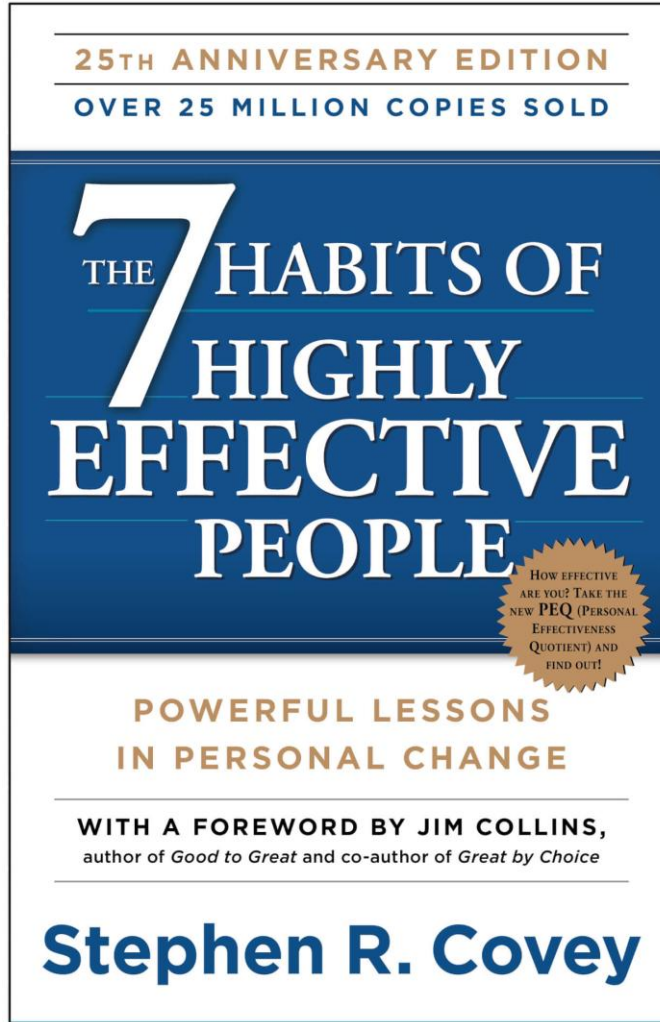


خلاصه کتاب

۷ عادت مردمان موثر



نویسنده: استفان کاوی

خلاصه شده توسط: آکادمی فرجی

با کتاب ۷ عادت مردمان موثر آشنا شوید:

این کتاب در اوایل سال ۱۹۹۰ توسط «استفان آر کاوی» نوشته شد و به صورت معجزه آسایی در لیست پرفروش ترین کتاب ها قرار گرفت؛ واقعا این کتاب سزاوار استقبال مردم است. عادت های گفته شده در این کتاب را در افراد بزرگ تاریخ مانند ارسطو، سیکرون، بندیکت، تیلستون و دیگر بزرگان می توان یافت. اصول این کتاب، ساده و قابل اجرا هستند و در نتیجه باعث رشد افراد می شود. دستورالعمل های این کتاب را انجام دهید و خود را برای موفق شدن تربیت کنید.

آنچه در این خلاصه کتاب می آموزید:

- مردمان موثر برای پیشرفت و موفقیت خود، به انجام دادن چه کارهایی عادت می کنند؟
- چگونه شخصیت خودمان را بسازیم و زندگی بهتری داشته باشیم؟

نکات کلیدی کتاب ۷ عادت مردمان موثر:

- ✓ به جای عوض کردن شخصیت خود، روی بهبود و توسعه مهارت هایتان تمرکز کنید.
- ✓ عادتهای شما، شخصیت شما را شکل می دهد؛ بنابراین عادت های سازنده را در وجودتان پرورش دهید.
- ✓ عالی شدن هر فرد، در گرو رفتارهایش است.
- ✓ شما فردی آزاد هستید و می توانید آزادانه به شرایط و اتفاقات زندگی تان پاسخ دهید.
- ✓ زندگی خود را بر اساس اصول درست بچینید. به رفتارهایی مانند راستگویی، عزت نفس، وقار، صبر، پشتکار، کمک به دیگران، استقامت و شجاعت عادت کنید.
- ✓ به ماموریت خود در زندگی فکر کنید. اهداف و ماموریت‌های شخصی خود را روی کاغذ بنویسید تا به روشنی به سمت آنها حرکت کنید.
- ✓ به این موضوع فکر کنید: دوست دارید مردم در مراسم تشییع جنازه شما چه حرف هایی درباره شما بزنند و بابت چه موضوعی از شما قدردانی کنند؟ برای تحقق این حرفها اقدام کنید.
- ✓ در روابط خود اعتماد دیگران را کسب کنید.
- ✓ بین تمام نقش هایی که در زندگی دارید تعادل برقرار کنید. وقت خود را بین مسئولیت های مختلف خود تقسیم کنید تا به همه وظایف خود برسید.
- ✓ با تمام وجودتان درک کنید که شما می توانید عادتها و زندگی خودتان را بهتر کنید.

۷ عادت مردمان موثر چیست؟

۷ عادت مردمان موثر عبارتند از:

- ۱- آنها همیشه و در هر کار مثبتی پیش قدم هستند. «فعال باشید.»
- ۲- آنها بر اهداف خود تمرکز می‌کنند. «با سرعت تمام برای رسیدن به اهدافتان تلاش کنید.»
- ۳- آنها به اولویت‌های زندگیشان اهمیت می‌دهند. «کارهای مهم و با اولویت بالا را در اولین فرصت انجام دهید.»
- ۴- آنها به صورت برنده-برنده فکر و عمل می‌کنند؛ یعنی اینکه به سود هر دو طرف معامله می‌اندیشند. «علاوه بر سود شخصی خود، به سود دیگران نیز فکر کنید.»
- ۵- آنها ابتدا دیگران را درک می‌کنند و بعد از دیگران انتظار درک شدن دارند. در نتیجه ارتباطات محکمی با دیگران برقرار می‌کنند. «نیازها و احساسات دیگران را درک کنید.»
- ۶- همیشه به هم‌افزایی فکر می‌کنند. مردمان موثر به کارهای گروهی اهمیت زیادی می‌دهند. «در کارها با دیگران همکاری کنید.»
- ۷- به دنبال پیشرفت و بهبود شخصی خود هستند و عیب و نقص‌های خود را برطرف می‌کنند. به اصطلاح آنها تبر خود را تیز می‌کنند. «هر روز به فکر یادگیری و رشد مهارت‌های خود باشید.»

بخش عمده‌ای از توصیه‌های موفقیت در کسب و کار روی توسعه و شکل‌گیری شخصیت خوب متمرکز است. این توصیه خوبی است؛ اما نکات مهمی در آن جا افتاده است. شما باید بکوشید تا شخصیتی موثر و مولد داشته باشید و بعد بخواهید به موفقیت برسید. یعنی ابتدا باید تمام تلاش‌تان روی بهبود فردی خودتان باشد. زمانی که به رفتارهای مثبت عادت کرده باشید، می‌بینید که شخصیت شما چه اندازه بهتر از قبل می‌شود. شما نباید برای به موفقیت رسیدن، رفتارهایی نشان دهید که با شخصیت شما سازگار نیست؛ زیرا این کار مانند ماسک زدن به صورت است که باعث

پوشیده ماندن خود واقعی تان می شود. به جای اینکه خودتان را گول بزنید، واقعا از نظر درونی بهتر شوید و شخصیت خود را شایسته موفقیت کنید.

برای اینکه در بهبود بخشیدن به خودتان موفق شوید، باید الگوهایی استوار و سالم داشته باشید. بکوشید تا دیدگاه خود را نسبت به مسائل بهتر کنید. با تغییر نگرش‌ها، رفتارهای شما پخته تر و منطقی تر خواهند شد.

امروزه یک طرز تفکر اشتباه در میان مردم وجود دارد. آنها فکر می کنند که شکست‌ها و ضعف‌های والدینشان از طریق ژن‌ها به آنها منتقل شده است! در نتیجه افرادی که به این موضع اعتقاد دارند، هرگز برای پیشرفت خودشان کاری انجام نمی دهند. این افراد فکر می کنند که نقاط ضعف پدر و مادرشان به آنها ارث رسیده و همین موضوع باعث می شود که حس کنند برای موفقیت هیچ شانس ندارند. جبرگرایی آنها موجب تسلیم شدنشان در برابر شرایط می شود. اگر می خواهید شخصیتی قوی و سالم داشته باشید، این فکر را از ذهنتان بیرون کنید و ایمان بیاورید که شما فردی آزاد هستید. پذیرفتن این موضوع باعث می شود برای تغییر دادن خود دست به کار شوید. عادت‌های شما، شخصیت شما را می سازند. با انجام دادن و تکرار کردن رفتارهای سالم و سازنده، عادت‌های جدیدی در خود شکل می دهید. این عادت‌های موثر باعث می شود شخصی موفق، پیشرفته و موثر شوید.

رعایت اصول و ارزش‌های اساسی باعث می شود که افراد تاثیرگذارتر شوند. ایمان، عدالت، راستگویی، پایداری به قوانین، همبستگی، کرامت انسانی، حمایت کردن از دیگران، صبوری، پشتکار، استقامت، شجاعت و خدمت به دیگران از جمله قوانین درست زندگی انسانها هستند. این ارزش‌ها باعث می شود که انرژی انسانها در جهت درست به کار گرفته شود. فردی که از این اصول پیرو کند، می تواند رهبر دیگران شود و به آنها کمک کند تا به اهداف خود برسند. افراد تاثیر گذار الهام بخش هستند؛ زیرا وجودشان را با قوانین صحیح تربیت کرده اند. ارسطو می گوید: «شخصیت ما مجموع کارهایی است که اغلب اوقات آنها را انجام می دهیم.»

اگر دوست دارید به این اصول ارزشمند عادت کنید باید:

- ۱- این اصول را درک کنید. یعنی اینکه بدانید چه کارهایی می‌خواهید انجام دهید و چرا می‌خواهید آن کارها را انجام دهید.
- ۲- مهارت‌های خود را تقویت کنید. زمانی که مهارت‌های خود را گسترش می‌دهید، می‌توانید کارهای بیشتری انجام دهید.
- ۳- بخواهید. شما باید از خودتان بخواهید که به این ارزشها عادت کند.

مثلا شما باید به راستگویی عادت کنید. ابتدا باید بدانید چرا می‌خواهید راستگو شوید. مثلا با خود بگویید: «من برای کاهش استرس و اضطراب از این پس حقیقت را می‌گویم.» بعد باید مهارت‌های خود را در جهت این کار تقویت کنید. اگر از گفتن حقیقت طفره می‌روید، روی عزت نفس و اعتماد به نفستان کار کنید. سپس باید از خودتان بخواهید که همواره حقیقت را بر زبان آورد و از گفتن مسائل درست خجالت نکشد.

مهمترین کار، تسلط داشتن روی خودتان است. زمانی که شما روی موضوعات درونی کنترل داشته باشید، می‌توانید اتفاقات بیرونی را نیز مدیریت کنید. بسیاری از مردم به اشتباه سعی می‌کنند تا در جهان تفاوتی آشکار و قابل مشاهده به وجود آورند.

این افراد منبع تولید درونی خود را نادیده می‌گیرند و دستاورد چندانی ندارند. شکست این افراد به این دلیل است که آنها بدون بهبود فردی خود، سعی در بهتر کردن دنیای بیرونی دارند. شما هم ممکن است این افراد را دیده باشید که وقت زیادی سپری می‌کنند تا به موفقیت برسند. چنین کسانی بهتر است کمی از وقت و تلاش خود را برای برقراری روابط عمیقتر با خودشان، همسرشان، خانواده و دوستانشان کنار بگذارند.

در ادامه، می‌خواهیم شما را به صورت کامل با ۷ عادت موثر آشنا کنیم.

۷ عادت مردمان موثر که باعث موفقیت آنها می شود چیست؟

عادت شماره ۱: پیش قدم باشید.

مردمان موثر ابتکار عمل دارند. آنها منتظر نمی شوند تا اتفاقات دلخواهشان رخ بدهد؛ بلکه خودشان مقدمات آن را فراهم می کنند. این افراد ابتکار عمل دارند و به هیچ محدودیتی اعتقاد ندارند. این افراد آزادند تا شخصیت خود را انتخاب کنند و خود را به بهترین شخصیت، شکل دهند. این افراد به شرایط مختلف به درستی پاسخ می دهند، وقتی مشکلی پیش می آید، مردان موفق و تاثیرگذار انتخاب می کنند که از شرایط استفاده کنند یا سواستفاده! افراد موثر به حرفهای دیگران اهمیت نمی دهند و بر اساس دیدگاه شخصی خود زندگی می کنند.

«ویکتور فرانکل» در اردوگاه کار اجباری نازی ها اسیر شده بود. کل خانواده اش، به جز یکی از خواهرانش در اردوگاه کشته شده بودند. اوضاع زندگی او وحشتناک بود. در همین شرایط، فرانکل فهمید که او فردی آزاد است؛ زیرا می تواند تصمیم بگیرد که چگونه در میان این همه وحشت فکر و عمل کند. فرانکل اسیر و گرسنه بود؛ ولی دست از تجسم اهدافش برنداشت. مدام تصور میکرد که مشغول سخنرانی است و برای دیگران از سختی و وحشتی که در زندان تجربه کرده است حرف می زند.

ما به آنها دست خودمان است. با پاسخ مناسب به رویدادهای زندگی، می توانیم از اتفاقات به نفع خود استفاده کنیم.

اصول روحی فرانکل باعث شد تا ذهنی قدرتمندتر از نگهبانان زندان داشته باشد، زندانیان و چند نفر از نگهبانان زندان تحت تاثیر فرانکل قرار گرفته بودند. فرانکل ابتکار عمل داشت. او پیش قدم شد و مسئولیت زندگی خود را بر گردن گرفت. او توانست از شرایط به نفع خودش استفاده کند. درس هایی که از زندان گرفته بود باعث شد تا کتاب «انسان در جستجوی معنا» را بنویسد و مکتب «معنا درمانی» را در روانشناسی پایه گذاری کرد.

برای اینکه به انسانی موثر و الهام بخش تبدیل شوید، با زبانی سرشار از مسئولیت پذیری با خودتان و دیگران صحبت کنید. موثرترین روش برای بهبود فردی، تکرار عبارات تاکیدی مثبت و اعتقاد داشتن به آنها است.

نگویید: من نمی توانم هیچ کاری انجام دهم؛ بلکه بگویید: باید درباره بعضی از اتفاقات ممکن فکر کنم.

نگویید: من همینم که هستم. در عوض بگویید: راهی برای تغییر خودم پیدا خواهم کرد. نگویید: نمی توانم و مجبورم، به جای آن بگویید: من انتخاب می کنم و تصمیم میگیرم. افراد تاثیر گذار کارهایی که به نظر شدنی هستند را انجام می دهند. آنها می بینند چه کارهایی می توانند انجام دهند و بعد آن را انجام خواهند داد. با مسئولیت پذیری و اقدام کردن، این افراد اتفاقات ممکن را حتمی می کنند. انسانهای موثر با گذشت زمان قوی و قوی تر می شوند و کارهای بیشتری انجام می دهند. مردمان موثر چیزی را در درون خود تغییر می دهند و نتیجه اش را در دنیای بیرون می بینند.

عادت شماره ۲: تا رسیدن به اهدافتان دست از تلاش برندارید.

با دقت به اهدافتان فکر کنید. بیشتر مردم در طول زندگیشان به دنبال هدفی هستند که بی معنی، پوچ یا تخریت کننده است. شما داستان زندگی این افراد را در مجله های زرد می خوانید. افراد شکست خورده، طلاق گرفته، بی پول یا معتاد از جمله کسانی هستند که در زندگیشان هدفی مخرب داشته اند. بسیاری از آنها می خواستند که به پول، قدرت یا شهرت برسند؛ ولی نمی دانستند که برای رسیدن به اینها باید بهای گزافی بپردازند. اثربخشی صرفا در رسیدن به یک هدف نیست؛ بلکه در دستیابی به هدفی درست است. تصور کنید که در مراسم تشییع جنازه خودتان حضور دارید، دوست دارید مردم درباره شما چه حرفهایی بزنند؟ آیا راهی که هم اکنون می روید باعث اثربخشی شما می شود؟ اگر راه شما به اثربخشی تان کمکی نمی کند مسیرتان را عوض کنید. یادتان باشید شما رهبر خودتان هستید.

هر کسی در زندگی ماموریتی منحصر به فرد دارد. ماموریت شخصی خود را روی کاغذ بنویسید. هر عبارتی که به اهداف و ماموریت ویژه شما مربوط است را روی کاغذ بیاورید. درباره ماموریت شخصی خود به دقت فکر کنید. خودتان را محک هر کسی در زندگی ماموریتی منحصر به فرد دارد. ماموریت شخصی خود را روی کاغذ بنویسید. هر عبارتی که به اهداف و ماموریت ویژه شما مربوط است را روی کاغذ بیاورید. درباره ماموریت شخصی خود به دقت فکر کنید. خودتان را محک بزنید. ببینید که چه تغییراتی باید در خودتان به وجود بیاورید. سپس به خودتان تعهد دهید که به اهدافتان می‌رسید. ماموریت شخصی خود را بنویسید و پای قولی که به خودتان داده‌اید بمانید.

عادت شماره ۳: به کارهای مهم‌تر اولویت بیشتری بدهید و ابتدا آنها را انجام دهید.

تغییر روش انجام دادن کارها موجب تغییر شخصیت شما می‌شود. هرگز اجازه ندهید مهم‌ترین کارهای شما قربانی جزئی‌ترین و کم‌اهمیت‌ترین کارهایتان شوند. بسیاری از مردم زمان خود را برای واکنش به شرایط فوری و شرایط اضطراری صرف می‌کنند و هرگز تلاش لازم را برای توسعه توانایی برای جلوگیری از شرایط اضطراری، و «مدیریت شخصی خود» انجام نمی‌دهند. انجام دادن کارهای فوری باعث راضی شدن سریع شما می‌شود؛ اما دستاورد خاصی برای شما ندارند. مطمئن شوید که برای همه نقش‌های خود وقت کافی در اختیار دارید. شما باید به عنوان همسر، پدر یا مادر، فرزند، کارمند و ... مسئولیت‌های خود را به خوبی انجام دهید. شما باید در طول زندگیتان کارهای مهم خود را تشخیص دهید و روی انجام دادن آنها تمرکز کنید. به علاوه برای برقراری روابط عمیقتر، تفریح، سرگرمی، کمک به دیگران و استفاده از فرصت‌ها زمانی اختصاص دهید.

عادت شماره ۴: طرز تفکر برنده – برنده داشته باشید.

در ازدواج، کسب و کار یا سایر روابط، «رهبری میان فردی» را تمرین کنید تا رضایت هر دو طرف را جلب کنید. وقتی دو طرف راضی باشند، شرایط لذت بخش تر می شود؛ اما اگر دو طرف به فکر منافع خودشان باشند، شرایط سخت و پیچیده می شود. در رابطه هایی که یک نفر قربانی است و نفر دیگر برنده، نارضایتی و فریبکاری وجود دارد. افراد تاثیرگذار تلاش می کنند تا به صورت برنده – برنده با دیگران ارتباط برقرار کنند. افراد موثر علاوه بر سود خود به سود دیگران هم فکر می کنند؛ چرا که معتقدند افراد راضی عملکرد بهتری دارند. مردمان موثر با همین روش دیگران را دور خود جمع می کنند. آنها با فکر کردن به منافع دیگر افراد باعث افزایش تعداد دوستان و کاهش دشمنان خود می شوند. بهترین راه برای ارتباط با دیگران طرز تفکر برنده – برنده است و مردمان موثر به خوبی این روش را به کار می گیرند.

عادت شماره ۵: ابتدا دیگران را درک کنید و بعد از آنها بخواهید شما را درک کنند.

ارتباط با دیگران مانند یک خیابان دو طرفه است. شناختن نیازهای دیگران به شما کمک می کند روابطی بر پایه طرز تفکر برنده – برنده بسازید. شما باید بدانید موفقیت و پیروزی از نگاه دیگران چه معنایی دارد. برای درک نیازهای اطرافیان، از آنها بپرسید چه اهداف و آرزوهایی دارند و بعد برای تحقق آن اهداف دست به کار شوید. با دیگران بر سر خواسته هایشان بحث نکنید و نیازهایشان را جا به جا نکنید. اگر می خواهید بقیه شما را فردی تاثیر گذار بدانند، باید دیگران را درک کنید. قبل از اینکه نیازها و اهداف خود را مشخص کنید، اجازه دهید که طرف مقابل نیازها و خواسته هایش را بر زبان بیاورد.

این موضوع، یکی از اصلی‌ترین نکات در «اصول ارتباطات موثر» است. در کسب و کار خود به درک کردن دیگران عادت کنید و ببینید چه اندازه رشد خواهید کرد. اهداف دیگران باید زیر مجموعه‌ای از اهداف شما باشد. با این روش، رسیدن به اهدافتان باعث تحقق خواسته‌های افراد دیگر نیز می‌شود.

عادت شماره ۶: با دیگران همکاری کنید.

همکاری، قدرت افراد را افزایش می‌دهد. عملکرد یک سازمان قدرتمند همیشه بهتر از چند سازمان کوچک است. افراد موثر می‌دانند که جمع کردن نیروی چند نفر باعث می‌شود نتیجه‌ای قوی‌تر و درخشان‌تر حاصل شود، در واقع این افراد به اصل «هم‌افزایی» پایبند هستند. البته باید گفت که همکاری موثر به ارتباط میان افراد بستگی دارد. حضور بعضی از افراد در گروه باعث به هدر رفتن تلاش‌های تیمی می‌شود. افرادی که به حرف دیگران گوش نمی‌دهند، از حرف سرگروه اطاعت نمی‌کنند و اصول کار جمعی را بلد نیستند، مخرب فعالیت‌های گروهی هستند. این افراد را نباید در گروه مشغول به کار کرد. مردمان موثر به خوبی می‌دانند که از نقاط قوت افراد گروه به چه صورتی استفاده کنند. مهم‌ترین معیارها برای شرکت کردن در کارهای گروهی این‌ها هستند. با دیگر همگروهی‌ها کنار بیایید، گوش دهید، اطاعت کنید، اقدام کنید و فعالانه با یکدیگر همکاری کنید.

عادت شماره ۷: تبر خود را تیز کنید.

در افسانه‌ای گفته شده است که مردی بود که پیشه‌اش قطع کردن درختان بود. بعد از گذشت مدت زمانی، مرد گمان کرد که توان بدنی‌اش کم شده و نمی‌تواند مانند سابق درختان را قطع کند. رهگذری نزدیک درخت بود خسته شدن مرد را مشاهده کرده بود. جلو آمد و به مرد پیشنهاد

داد که برای سرعت بخشیدن به کارش تبرزش را تیز کند؛ اما مرد دست از کار نمی کشد و می گوید که وقتی برای تیز کردن تیر ندارد زیرا سرش بسیار شلوغ است!

یک تبر کند باعث می شود کارها خسته کننده و بی نتیجه شوند. مردمان موثر زمانی را برای گسترش مهارت های خود کنار می گذارند. «آنها برای موفقیت تبر خود را تیز می کنند.» افراد تاثیرگذار می دانند که با ارتقای مهارت های خود می توانند سریع تر به اهدافشان برسند. آنها روی بهبود جسم و روح خود زمان می گذارند. به همین دلیل است که افراد موثر ظرفیت های جدید خود را کشف می کنند.

افراد موثر برنامه ای ورزشی خاصی برای خود دارند. آنها برای انعطاف پذیری، استقامت و افزایش قدرت بدنی خود ورزش می کنند. چیدن چنین برنامه ای کار سختی نیست. شما مجبور نیستید برای ورزش کردن در باشگاه های ورزشی ثبت نام کنید. با یوگا و مدیتیشن در خانه شروع کنید. از روحتان غافل نشوید. روزانه زمانی را به دعا و نیایش اختصاص دهید. هر روز به موسیقی های آرامش بخش گوش کنید، شعر بخوانید و از روحتان مراقبت کنید. این کارها انرژی معنوی شما را افزایش می دهند و در زندگیتان به شما کمک خواهند کرد.

شما می توانید با روش های مختلفی از ذهن خود مراقبت کنید. یکی از راه های مراقبت از ذهن، تغییر عادت های قدیمی مانند تماشای تلویزیون است. تماشای تلویزیون باعث می شود نگرش ها و دیدگاه های غلط به ضمیر ناخودآگاه شما نفوذ کنند و ذهن شما را خفه کنند. به جای آن به کارهای سالمتری روی بیاورید؛ مثلا مطالعه کنید، جدول حل کنید، قطعات پازل را بچینید، ریاضی حل کنید. این فعالیت های چالش انگیز باعث می شود ذهن شما فعال و پویا بماند.

قلب شما تحت تاثیر احساسات شما است و احساسات شما تحت تاثیر دیگران. اگر می خواهید از قلب خود مراقبت کنید، برای ایجاد روابط درست و پایدار تلاش کنید. با دیگران ارتباط برقرار کنید، به حرفهای آنها گوش کنید، به کسی بی احترامی نکنید و به دیگران کمک کنید. در هر کاری که انجام می دهید به دیگران توجه ویژه ای داشته باشید. تلاش کنید تا دیگران را ارتقا دهید و باعث تحقق خواسته های آنها شوید. با این کارها، به سرعت به فردی تاثیرگذار و پرجذبه تبدیل خواهید شد.

با نویسنده کتاب ۷ عادت موثر بیشتر آشنا شوید!

«استفان آر کاوی» معاون شرکت Franklin Covey است. کاوی اصول زندگی و اصول رهبری را به درستی آموزش می‌دهد. همچنین استفان کاوی بنیانگذار و مدیر عامل شرکت Covey Leadership Center است. تاکنون او چندین کتاب نوشته است. کتاب «۷ عادت مردمان موثر» یکی از پر فروش ترین کتابهای اوست.

خلاصه کتاب ۷ عادت مردمان موثر از استفان کاوی را خواندید و امیدوارم نکات خوبی را از این کتاب یاد گرفته باشید. مهم ترین نکات کتاب ۷ عادت مردمان موثر را بار دیگر با شما مرور خواهیم کرد تا بتوانید برای تمرین این عاداتی مثبت، برنامه ریزی کنید و این عادتها را در شخصیت خود ماندگار کنید تا به موفقیت بیشتر برسید.

۷ عادت موثر مردمان موفق که باعث رشد شما می‌شوند:

- در کارهای مثبت پیش قدم باشید و فعالانه به سمت موفقیت پیش بروید.
- تا رسیدن به نتیجه و دستیابی به اهداف از تلاشتان دست برندارید.
- اولویت بندی کنید و کارهای مهم خود را زودتر از دیگر کارهایتان انجام دهید.
- با داشتن طرز فکر برنده - برنده، علاوه بر سود خود، به فکر منافع دیگران هم باشید.
- دیگران را درک کنید و با آنها، ارتباط موثر و سازنده برقرار کنید.
- در کارهای خود با دیگران همراه شوید و با آنها ارتباط داشته باشید.
- تبر خود را تیز کنید؛ با افزایش مهارتها و پرورش توانمندی های خود، سرعت رشد و پیشرفت خود را بیشتر کنید.

خدمات آکادمی فرجی برای موفقیت شخصی و شغلی شما

من امیرحسین فرجی هستم. از سال ۹۴ تصمیم گرفتم که مسیر شغلی آزادانه ای را برای خودم ترسیم کنم تا پول، آزادی و اثرگذاری را با هم داشته باشم و موفق به انجام این کار شدم. من توانستم از زندگی کارمندان و اجباری به زندگی آزادانه و دلخواهم برسیم و برند شخصی خودم را داشته باشم. هدف من و تیمم در آکادمی فرجی این است که به افراد مختلف کمک کنیم تا پول، آزادی و اثرگذاری را با هم در زندگی داشته باشند. با همین هدف، دوره‌هایی را طراحی کرده‌ام که دوست دارم شما را با آنها آشنا کنم:

- ثروتمندان جدید: دوره ثروتمندان جدید، دوره ای است که در آن، به شما کمک می‌کنم در حوزه ای که به آن علاقه دارید، برند شخصی خودتان را بسازید و ایده‌ها و علایق خود را به یک کسب و کار سودآور تبدیل کنید. شما می‌توانید از طریق لینکی که در پایین همین صفحه قرار دارد، در دوره رایگان ثروتمندان جدید شرکت کنید.
- نوابغ اینستاگرام: در دوره نوابغ اینستاگرام، من شما را با فرمول ۷ مرحله ای خودم برای ساخت یک کسب و کار اینستاگرامی آشنا می‌کنم و کمکتان می‌کنم که پیجی قدرتمند در اینستاگرام داشته باشید و با کمک اینستاگرام درآمدزایی کنید. شما می‌توانید از طریق لینکی که در پایین همین صفحه قرار دارد، در دوره رایگان نوابغ اینستاگرام شرکت کنید.
- طراحی زندگی دلخواه: مجموعه محصولات طراحی زندگی دلخواه که شامل برنامه اثرگذار شو، دوره شغل رویایی و دوره میلیونر اینترنتی است، به شما کمک می‌کند کسب و کار خودتان را راه اندازی کنید یا شغل دلخواه خود را پیدا کنید. شما می‌توانید از طریق لینکی که در پایین همین صفحه قرار دارد، در دوره های رایگان مجموعه طراحی زندگی دلخواه شرکت کنید.

برای شرکت در دوره های رایگان آکادمی فرجی، روی لینک زیر کلیک کنید:

www.farjiacademy.com/fc