چۆن وا لە کەسێک دەکەیت هەرچییەک کە دەتەوێت بیکات؟!

دەروونزانی قەناعەتپێکردن



د. دەیڤد لیبەرمان

38801

لە ئینگلیزییەوە
بەرهەم ناودەشتی

Preview sample - page 1 of 5 - Soran University Academic Digital Library

له بلاّوکراوه‌کانی خانه‌ی چاپ و په‌خشی ڕێنما

زنجیره ٣٤٩

ناسنامه‌ی کتێب

ده‌روونزانی قه‌ناعه‌تپێکردن

ناماده‌کردن: د. ده‌یڤد لیبه‌رمان

وه‌رگێڕانی: به‌رهه‌م ناوده‌شتی

بابه‌ت: ده‌روونزانی

نه‌خشه‌سازی ناوه‌وه : فواد که‌ولۆسی

دیزاینی به‌رگ: فواد که‌ولۆسی

تیراژ: ١٠٠٠

نۆبه‌ت و ساڵی چاپ: هه‌شته‌م ، ٢٠٢٣

شوێنی چاپ: چاپخانه‌ی که‌نج

ناونیشان

سلێمانی ـ سابوونکه‌ران ، نێوان گه‌راجی عوسمانی ته‌مین و شوقه‌کانی ته‌کیه ڕووته.

ژماره‌ی مۆبایل: (٠٧٧٠١٥٧٤٢٩٣) (٠٧٥٠١١٩١٨٤٧)

Preview sample - page 2 of 5 - Soran University Academic Digital Library

ناوەرۆک

پێشەکی ٥

بەشی یەکەم

وا لە هەرکەسێک بکە کە کەیفی پێت بێت، خۆشی بوێت، یان تەنیا وا هەست بکات کە کەسێکی گەورەیت! ٧

وا لە هەر کەسێک بکە کە کەیفی پێت بێت..هەمور کاتێک ٩

وا لە هەرکەسێک بکە کە بێ رادە تۆی بەلاوە سەرنجراکێش بێت ٢٢

چۆن بۆچوونێکی یەکەمیی بێ وێنە دروست بکەین ٣١

چۆن لە هەمور بارودۆخێکدا هێمن، باوەڕبەخۆ و هاوسەنگ دەربکەوێت ٥١

بەشی دووەم

با هەرگیز جارێکی تر بە گەمژە دانەنرێیت، درۆت لەگەڵدا نەکرێت، فێڵت لێ نەکرێتەوە و نیستیغلال نەکرێیت ٥٧

تاقیکردنەوەی شەش نەستێرە بۆ بینینی نەمەی کە ناخۆ کەسێک هاوڕێیەکی راستەقینەیە.. ٥٨

چۆن پۆزشێکی ساختە تەنیا لە رێگەی پرسیارێکەوە ئاشکرا بکەین ٦٢

چۆن بزانیت کەسێک ساختەچییە لە هەر بارودۆخێکدا بێت؟ ٦٨

چۆن ناخی خەڵک دەخوێنیتەوە ٧٢

وا لە هەر کەسێک بکە نەو شتە بڵێت کە بە راستی بیری لێ دەکاتەوە ٧٦

بەشی سێیەم

کۆنترۆڵی هەر بارودۆخێک بکە و وا لە هەر کەسێک بکە هەرچیەک بتەوێ بیکات ٨١

وا لە هەر کەسێک بکە کە هەنگاوی خێرا بنێت لە هەر بارودۆخێکدا بێت ٨٣

وا لە هەر کەسێک بکە ئامۆژگاریت وەربگرێت ٩٣

وا لە هەر کەسێک بکە کە پەیڕەوی لە پابەندییەک بە تۆوە بکات ٩٨

چۆن وا لە کەسێکی کەللەڕەق دەکەیت کە ڕای لەبارەی هەر شتێکەوە بگۆڕێت ١٠٧

وا لە هەرکەسێک بکە کە چاکەیەکت لەگەڵ بکات ١٢٢

گەورەترین رازە سایکۆلۆژییەکانی سەرکردایەتی / والەهەرکەسێک بکە دوات بکەوێ: ١٣٤

وا لە هەر کەسێک بکە لە هەموشتێک تێبگات ١٤١

Preview sample - page 3 of 5 - Soran University Academic Digital Library

کەمینە بالآدەستە: چۆن بە رێگەی خۆتدا دەڕۆی، لەکاتێکدا کە هەرکەسێك بە رێگایەکی تردا دەڕوات؟..... ١٤٤
چۆن وا لە هەر گروپێکی خەڵك بکەیت کە لەگەڵ تۆدا بێت ١٥٠

بەشی چوارەم

چۆن لە هەموو پێشبڕکێیەکدا بیبەیتەوە: هەر کەسێك بێت، لە کار، لە دەنك بەدەستهێنان، یان یاریدا بیبەزێنە ١٥٥
رازەکانی بردنەوە لە هەر پێشبڕکێیەکدا ١٥٦
ئەو هەڵە نمرە یەکەی زۆربەی خەڵکی لە ژیانیاندا ئەنجامی دەدەن ١٦٢

بەشی پێنجەم

ژیان ناسان بکە: فێربە چۆن بە خێرایی بارودۆخە هەرە بێزارکەر، نائومێدکەر و قورسەکان ی ژیان بگرێتە بەر و هەموو جارێك یارمەتی بەدەست بهێنیت! ١٦٧
وا لە هەر کەسێك بکە کە دەستبەجێ تەلەفۆنت بۆ بکاتەوە ١٦٨
وا لە هەر کەسێك بکە بتبورێت لە بەرانبەر هەرشتێکدا بێت ١٧٢
باشترین رێگە بۆ گەیاندنی هەواڵی خراپ ١٨٣
بە خێرایی و بەبێ هیچ دەمەقاڵییەك ئەو شتە بە دەست بهێنەرەوە کە بە قەرز داوتە..... ١٩١
(نا) بڵێ، بەبێ ئازاردان یان هەستکردن بە گوناە ١٩٤
چۆن کەسێکی عەبوس و قسەڕەق بکەینە باشترین هاوڕێمان؟ ١٩٩
چۆن دەنگوێەك بوەستێنیت بەر لەوەی کە ناوت بزڕێت ٢٠٥
دەستبەجێ سەرکردنەسەر بوەستێنە، وا لە هەرکەسێك بکە کە دانیشێتو دەمی داببات!... ٢٠٩
وا لە هەرکەسێك بکە ئەوەی لە ناخیدایە هەڵبژێرێت ٢١٢
وا لە هەرکەسێك بکە چیتر براوە نەبێ! ٢١٧
دەستبەجێ ڕەفتاری ئیرەیی بوەستێنە ٢٢٢
چۆن باشترین تامۆژگاری لە هەر کەسێك بەدەست بهێنیت ٢٢٦
تووندترین ڕەخنە بگرە بە بێ بریندارکردنی بەرانبەر ٢٣٠
وا لە کەسێك بکە ڕوو ت تێبکات و دان بە هەموو شتێکدا بنێ ٢٣٤
چۆن دەست و پەنجە لەگەڵ پرسیارەهەستیارەکان (یان پوچەکان)دا نەرم بکەین ٢٤٠
لە نزیکەی هەموو دەستدرێژییەکی فیزیکی یان سێکسی قوتار ببە ٢٥٤

Preview sample - page 4 of 5 - Soran University Academic Digital Library

لێرەدا دەچینە ناو جیهانێکەوە کە تیایدا سایکۆلۆژیا زانە، هۆنینەوەی فیل، گۆڕینی ئەقڵی کەسێك یان گۆڕینی بارودۆخەکان کورت دەکرێنەوە بۆ یاسایەکی ئاسان بۆ پیادە کردن- واتە زنجیرەیەك تەکنیك و تاکتیکی ئاسان.

تۆ دەتوانیت تەواوترین و پێشکەوتووترین ستراتیژی سایکۆلۆژی بەکاربهێنیت بۆ گۆڕینی ئەقڵت، بۆ گەورەترین چەکت. لە هەمووی خۆشتر، نابێت وەها بزانیت کە ئێمە باسی ئەو فیلانە دەکەین کە هەندێ جار کاریگەریان لەسەر هەندێ کەس هەیە. ئەم کتێبە تەنیا ئەو تاکتیکە سایکۆلۆژییە دیاریکراوانە لەخۆ دەگرێت کە تەحەکوم بە رەفتاری مرۆییەوە دەکەن کە وات لێدەکەن لە هەر کەسێك، لە هەر شوێنێك و لە هەر کاتێکدا، زیرەکتر، هۆشیارتر و لێهاتووتر بیت. ئەمانە تاکتیکی زیرەکانەن لەسەر بنەمای پرەنسیپی سایکۆلۆژیی دیاریکراو و دەکرێ لە هەر بارودۆخێکدا پیادە بکرێن. وێنای ئەوە بکە کە ژیان چەندە ئاسان دەبێت کە بتوانی پێشبینی و کۆنترۆڵی دەرەنجامی هەر رووبەڕووبوونەوەیەك بکەیت و لەبری چاوەڕێی ئەوە بیت کە بزانیت چی روو دەدات، تۆ تاکتیکە سایکۆلۆژییە خێرا و کاریگەرە سەلمێنراوەکانت پیادە کردووە بۆ بەدەستهێنانی هەماهەنگیی تەواو لە هەموو خەڵکی و لە هەر بارودۆخێکدا بێت.

خانەی چاپ و پەخشی رێنما
renma_bookstore

Preview sample - page 5 of 5 - Soran University Academic Digital Library