

ملخص كتاب العادات السبع للناس الأكثر فعالية pdf

[/https://mulakhaskitab.com](https://mulakhaskitab.com)

يتلخص مضمون كتاب العادات السبع للناس الأكثر فعالية في إرادة الشخص في التغيير من حياته والعمل على تطويرها وتحسين شخصيته وسادة فعاليتها في المجتمع الذي يعيش فيه، حيث أن الكتاب يشمل على عادات سبع تساعدك على ذلك وليس ممارسات لأن العادات هي التي ترسخ في شخصية الفرد ومن ثم تظهر في طابعه وشخصيته وذلك ما يريده الفرد فهناك العديد من العادات التي نود اكتسابها لتزيد من فعالية الشخصية، وهناك عادات أخرى نريد محوها من حياتنا، وفيما يلي توضيح عن كيفية اكتساب العادات السبع للناس الأكثر فعالية في المجتمع.

مراحل اكتساب العادات السبع

أوضح مؤلف الكتاب د. ستيفن كوفي في كتابه أن العادات السبع التي يستطيع التي ينبغي أن يكتسبها الفرد تنمو من خلال ثلاث مراحل رئيسية وهي كالتالي:

مرحلة الاعتمادية وفيها يعتمد الفرد على آخر بمعنى أنك تتولى أمري فأنت المسؤول عني.

مرحلة الاستقلالية وفيها يستقل الفرد بذاته ومسئول عن كافة اختياراته.

وأخيراً مرحلة الاعتماد المتبادل وفيها يستفيد كل فرد من الآخر بمعنى أن ناتج ما يفعله فردين معا أكبر من ناتج ما يفعله كل فرد بمفرده.

تعريف كلمة العادات

أولاً ما معنى العادات: العادات هي تصور ذهني وتعد نقطة تلتقي فيها معرفة الفرد ومهارته. والتي تعنى قدرة الفرد على القيام بهذا الأمر، ورغبته وهي دافع الفرد للقيام بهذا الأمر، كما أن هناك تعريف آخر عن العادة. وهو ما يلزم على الفرد القيام به، ولماذا عليك القيام بهذه العادة، ولكي تصبح العادات مؤثرة في حياة الفرد وفاعلية شخصيته في المجتمع عليه أن يتميز بتلك الصفات وهي المعرفة والمهارة والرغبة.

من ملخصاتنا: ملخص كتاب الاب الغنى والاب الفقير

العادات السبع للناس الأكثر فعالية

تقوم العادات السبع على مبادئ وذلك حتى تتحقق أقصى حد من النتائج المفيدة الطويلة المدى، بالإضافة إلى أنها أكبر داعم لشخصية الفرد وتعزز من إمكانية الفرد في حل مشكلاته.

كما تتيح زيادة الفرص واستمراره في التعلم والتكامل للمبادئ في حياته وتتلخص العادات السبع في النقاط التالية:

العادة الأولى:

وتكمن في المبادرة وتعني تحمل المسؤولية حيث أنه في حقيقة الأمر أننا لسنا نخضع لحالات مزاجية ولا نتحرك وفق ما يتناسب مع ظروف الآخرين بل يميزنا التفكير عن باقي المخلوقات.

كما أن تصورنا الذهني يعكس رؤيتنا للآخرين وهو خريطة لنا لمعرفة طبيعة البشر من حولنا.

ترتكز العادة الأولى على التحرر من التأثير بالآخرين والعمل على اكتساب مجموعة من العادات مثل التصميم وكيفية الاختيار وقوة رد فعل الفرد تجاه الظروف والمحفزات من حوله.

وهذه نصيحة جيدة للفرد الذي يتمحور فكره حول أن مشكلته في الآخرين، ويجب أن يهتم الفرد بالطريقة الذي يرى به تفكيره ونفسه.

العادة الثانية:

وهي أبدأ والنهاية في ذهنك وتعني قيادة الشخصية ويتم تطبيق هذه العادة من خلال تحديد البداية والنهاية التي ستكون عليها وتصويرك الذهني لها وترتيب كل جزء في حياتك في الأسبوع القادم أو الشهر القادم وهكذا.

وتساعد معرفتك للنهاية في رؤية أسلوب حياتك القادمة فيما بعد، حيث أنه لن يتمكن الفرد من معرفة تحقيق الكفاءة في غايته إلا إذا وضع الغاية في ذهنه.

حيث أنه في حالة وضع نشاط ما في ذهنك ووضعت معه كيف تكون غايته ونهايته سيساعدك ذلك في التخلص من كافة المؤثرات الخارجية التي تشتتتك وتقلل من مجهودك مما يعطيك دافع قوي لاستكمال النشاط والوصول إلى الغاية أو الرسالة النهائية التي قد وضعتها في ذهنك عند بداية النشاط وذلك يؤدي إلى النجاح بكفاءة وفعالية.

حيث أن التفكير في وضع الغاية يتم عن طريق مرحلتين المرحلة الأولى هي تحديد ما يدور في ذهنك ووضعت النهاية التي ستصل إليها.

والمرحلة الثانية هي التنفيذ المادي للوصول إلى الغاية.

العادة الثالثة:

وهي الاهتمام بأهم الأشياء أولاً، حيث تبني العادة الثالثة على أول وثاني عادة وذلك عن طريق التنفيذ المادي للأشياء التي تم التفكير.

ومن ثم تحديدها في العادة الأولى والثانية وتحويل التفكير إلى شيء مادي واقعي من خلال تنفيذه.

ويلزم لذلك الأمر ترتيب الأولويات في حياتك وترتيب الأشياء من الأكثر الأهمية حتى لا يضيع المجهود دون داعي فيما لا يفيد وتتسم هذه العادة بالوعي الذاتي والقدرة على إدارة الأمور بشكل مستقل.

[يمكنك الاطلاع على ملخص كتاب كيف تمسك بزمام القوة](#)

العادة الرابعة:

يمكنك تحقيق العادة الرابعة إذا تم تنفيذ العادات الأولى الثلاث بشكل جيد وهي التفكير بطريقة تجعل من حولك رابحين.

ويطلق د. كوفي مؤلف الكتاب على هذه العادة قيادة العلاقات الشخصية حيث أنه من الطبيعي أن تتفاعل مع الآخرين حتى تتجح فليس هناك شخصاً قادر على النجاح بمفرده ولا بد من مشاركة الآخرين.

فإذا تفاعل الآخرين معك لتحقيق نجاحك عليك أن تشاركهم في النجاح النهائي، ولا عليك أن تتبع سياسة أنك الراجح وحدك وتترك مساعدة الآخرين في الحصول على نجاحك.

العادة الخامسة:

فهم الأشخاص الآخرين حتى يسهل فهمك وتلك العادة هي الطريقة التي تتناسب مع العصر الحالي وفي هذه العادة علينا الانصات جيداً إلى الآخرين.

وذلك حتى يسهل فهم الآخرين لك، كما أن من ضمن الأمثلة التي ذكرها دكتور ستيفن في كتابه أن الطبيب يقوم بالاستماع إلى المريض أولاً ومن ثم التشخيص وبعدها يقوم بكتابة العلاج.

لذلك عليك اتباع هذه الطريقة عند التعامل مع الآخرين وعليك مراعاة أن كل فرد يختلف عن الآخر في تفكيره وفي طباعه وليس مثلك في طريقة التفكير والطباع.

العادة السادسة:

تكمن العادة السادة في التعاون مع الآخرين، حيث أن التعاون بشكل أخلاقي مع الآخرين يساعد في النجاح وتنفيذ رغباتك بشكل كبير.

فلا تعتمد على مهاراتك فقط فلا تستطيع بمفردك الوصول إلى نجاح، بل بمساعدة وتعاون الآخرين معك فمهما كانت مهاراتك فهي محدودة عند مقارنتها بمهارات الأشخاص المتعاونين.

العادة السابعة:

كن منشار حاداً بمعنى أن تحافظ على وجود العادات السادسة السابقة لتضمن استمرار هذه العادات في شخصيتك وتعاملك مع الآخرين.

لذا عليك الاهتمام بالجوانب البدنية والروحية والاجتماعية والعقلية في شخصيتك لتبقى العادات راسخة بداخلك.

حيث إذا تركتها لفترة طويلة سوف تنساها لذلك كن منشار حاداً من أجل الحفاظ على العادات السبع التي ذكرها دكتور ستيفن كوفي.

اقرأ "[ملخص دع القلق وابدأ الحياة](#)" لتعلم كيفية التحكم في القلق وتحويله إلى فرص للنمو والتطور.

نبذة عن مؤلف الكتاب

مؤلف كتاب العادات السبع للناس الأكثر فعالية هو دكتور ستيفن كوفي وقد قام بتأليف الكتاب بشهر أغسطس في عام ١٩٨٩م. وأصبح الكتاب من أهم الكتب التي يستخدمها المدربين وكل فرد في المجتمع يبحث عن ذاته.

قام دكتور ستيفن كوفي بتأليف العديد من الكتب وقد تم ترجمة العديد من الكتب للدكتور ستيفن كوفي لأكثر من ٣٠ لغة.

لكن كتاب العادات السبع للناس الأكثر فعالية هو الأكثر شهرة وزاد من شهرة الكاتب بشكل كبير. وقد قام ابنه شين كوفي بتأليف كتاب العادات السبع للناس الأكثر فعالية للمراهقين وهذه النسخة تشرح العادات السبع للمراهقين بشكل مبسط حتى يسهل على القراء الصغار فهمها.

وذلك في الأول من أكتوبر لعام ٢٠٠٦، كما قام بنشر كتاب يدعى أهم ست قرارات ستخذها في حياتك، ويعتبر هذا الكتاب دليل للشباب في حياتهم لاكتساب أفضل العادات.

استعد لتغيير حياتك مع [ملخص كتاب مميز بالأصفر](#)، ابدأ القراءة الآن