دەستکەوتت

زیـــادبکە

ئامادەکردن: گەشتیار غەریب

ناسنامەی کتێب:

- ناوی کتێب: دەستکەوتت زیادبکە
- ئامادەکردن: گەشتیار غەریب
- تایپ و پێداچوونەوە: زانیار غەریب
- نەخشاندنی بەرگ: میر موکری
- نۆرەی چاپ: دووەم
- ساڵی چاپ: 2023
- تیراژ: ١٠٠٠ دانە
- نرخ: ٣ هەزار
- لە بەڕێوەبەرایەتیی گشـــتیی کتێبخانە گشـــتییەکان ژمارەی سپاردنی (٢٠٦٩)ی ساڵی (٢٠٢٠)ی پێدراوە.
- لە بەرهەمەکانی پڕۆژەی (کارسازی شادمان).
- کتێبی ژمارە (٤).

چۆن بەبێ ئیرادەی بەرز بگەین بە ئامانجەکەمان؟

بۆ داواکردنی کتێبەکە: لێرە کلیک بکەن

بەشی یەکەم

ئاسانتر لەوەی کە خەیاڵی دەکەیت

بۆچی کەسێک لە کەسێکی تر سەرکەوتووترە، لە کاتێکدا هەردووکیان خاوەنی هەمان (٢٤) کاتژمێرن؟

وەڵامی ئەو پرسیارە گرنگە نییە!

گرنگتر ئەوەیە کە سوودی ئەو وەڵامە چییە بۆ ئێمە؟ بە دڵنیاییە ئەگەر بمانەوێت بەهۆی وەڵامەکەوە ژیانمان باشتربکەین، ئەوا وەڵامەکەی زۆر گرنگە!

با ئێستا وەڵامت بدەمەوە:

هۆی ئەوەی کەسێک لە کەسێکیتر سەرکەوتووترە، ئەو سیفەتانەیە کە کەسەکە هەیەتی!

کەوایە پرسیارەکە بەم جۆرەی لێدێت:

پرسیار:

لە نێوان هەموو ئەو سیفەتانەی کە وایکردووە کەسێک لە کەسێکی تر سەرکەوتووتر بێت، کام یەک سیفەتەیان لە هەموو سیفەتەکانیتر گرنگترە؟

وەڵام:

(کۆپ کۆپمایەر)، نووسەرێکە لە بواری سەرکەوتندا، ماوەی (٢٠) ساڵ لەوەی کۆڵیەوە کە سیفەتی کەسە سەرکەوتووەکان چییە؟

له کۆتایدا کتێبێکی نووسی کە (1000) سیفەتی دەستنیشان کرد و وتی: ئەمانە سیفەتەکانی کەسانی سەرکەوتوون.

(برایان ترەیسـی) دەڵێت: (کۆپ کۆپمایەر)م بینی و لێم پرسـی: "لەناو ئەم هەزار سـیفەتەدا کامە (یەک سـیفەتە) یان لە هەموو سیفەتەکانیتر گرنگترە بۆ سەرکەوتن؟

(کۆپ کۆپمایەر) لە وەڵامدا دەڵێت:

ئەو (یەک سـیفەتەی) کە لە هەموو سـیفەتەکان گرنگترە، سـیفەتێکە کە ئەگەر هەتبێت دەتوانیت بگەیت بە هەموو سـەرکەوتنێک، ئەگەریش نەتبێت ئەوا ناگەیتە هیچ، بریتییە لە: (جڵەوگیریی خودی).

جڵەوگیریی خودی واتا:

ئەو کارە بکەیت کە پێویسـتە بیکەیت، لەو کاتەی کە پێویسـتە بیکەیت، ئیتر حەزت لێی بێت یان حەزت لێی نەبێت).

هەواڵێکی خۆش:

دەتوانیت فێری (جڵەوگیری خودی) ببیت!

واتا: فێرببیت بە ئاسـانی بتوانیت ئەو کارە ئەنجام بدەیت کە پێویستە ئەنجامی بدەیت، ئیتر حەزت لێی بێت یان حەزت لێی نەبێت!

خەڵكانێک وادەزانن:

بۆ ئەوەی سەركەوتووبن، پێویستە دونیایەک ماندووببن!

پێیان وایە: سەركەوتووترین مرۆڤەكان ئەوانەن كە خۆشییەكانیان لەخۆیان حەرامكردووە و بەردەوام سەرقاڵ، بێ كات و زەحمەتكێشن،

هەر ئەمەیش وادەكات ڕازیبن بەو شوێنەی كە تیایدان و هەوڵنەدەن لەوە سەركەوتووتر بن.

پرسیار:

دەزانیت بۆچی سامانداره‌كان لە كەسانی ئاسایی كەمتر كاردەكەن و داهاتیشیان زیاترە؟

وەڵام:

چونكە ئەوان كۆمەڵێک ستراتیژ جێبەجێ دەكەن، كە وایان لێدەكات بە كاتێكی كەمتر دەستكەوتێكی گەورەتریان هەبێت.

هەواڵێكی خۆش:

لەم كتێبەدا، ئاشنا دەبیت بەو ڕێگایانەی كە وات لێدەكەن بەبێ (ئیرادەیەكی پۆڵاین)، دەستكەوتێكی گەورە بەدەستبهێنیت. ئێمە دەزانین تۆ (ڕۆبۆت نیت) و ناتوانیت بەسەر هەست و دەروونی خۆتدا زاڵ بیت، لەبەر ئەوەیش كارە گرنگەكانت ئەنجام نادەیت و بە سەختیان دەزانیت!

نموونە:

پێدەچێت ئێستا دەستبردن بۆ مۆبایلەکەت لا خۆشتربێت لە بەردەوامبوون لە خوێندنەوە. بەڵام ئەگەر بەردەوام بیت؛ ئەوا کۆمەڵێک ڕێگای زۆر بەهێز دەدۆزیتەوە بۆ ئەوەی بتوانیت دەستکەوتی گەورەی پێ تۆماربکەیت لە ژیانتدا.

لەوەیش گرنگتر:

کاتێک فێری ستراتیژییەکانی ناو ئەم کتێبە بوویت، ئیتر بەردەوام بەکاریان دەهێنیتەوە و دەستکەوتی گەورەیان پێ تۆماردەکەیت.

واتا: تەنها یەک جار فێری ببە و بۆ هەموو تەمەنت بەکاری بهێنەرەوە.

ئەگەر ئەم کتێبەت تا کۆتایی خوێندەوە و زانیارییەکانیت بەکارهێنا، ئەوا بەبێ هیچ دوودڵیەک پێتدەڵێم: ئەم ئاستەی ئێستات جێدەهێڵیت و دەچیتە ئاستێکی نوێوە لە دەستکەوت تۆمارکردن.

به كورتی و به كوردی:

ئەم كتێبە وادارێژراوە گۆڕانكاری ئەنجامبدات. بڕیار لای خۆتە كە دەتەوێت داهاتووت لە ئێستات جیاوازبێت، یان وەک ئێستا وابێت.

لەم كتێبەدا:

نەخشــەڕێگایەک دەخەینە بەردەســتت، تا زۆر بە ئاســانی چەند هێندەی جاران دەستكەوت بەدەست بهێنیت.

كەواتە ئەگەر دەپرسیت:

- چۆن ئەو كارە بكەم كە حەزم لێی نییە؟
- چۆن لە كاتی بێتاقەتیدا بەردەوامبم لە كاركردن؟

لە وەڵامدا دەڵێم:

تا كۆتا وشە، بخوێنەوە.

وەرزەکانی کتێبەکە

ئەم کتێبە دابەش دەکەین بۆ سێ وەرز، بەم شێوەیەی خوارەوە:

وەرزی یەکەم: چوار پێکهێنەرەکەی ژیان

لەم وەرزەدا باسی چوار پێکهێنەرەکەی ژیان دەکەین کە (خواردن، خەوتن، جوڵەکردن و بیرکردنەوەن)ن. پێت دەڵێین: چۆن وابکەیت ئەم پێکهێنەرانە ژیانمان سەرکەوتووبکەن؟

گرنگە بزانیت:

تاکە جیاوازی نێوان کە کەسانی ئاسایی و سەرکەوتوو ئەوەیە کە کەسە سەرکەوتووەکان بەبەردەوامی کاریان لەسەر گۆڕینی چەند شتێکی بچووک کردووە، ئەو شتە بچووکانە ئەو جیاوازییە گەورەیەی درووستکردووە.

(برایان ترەیسی) دەڵێت: (لە پێشبڕکێی ئەسپسواریدا، ئەو ئەسپەی دەبێتە یەکەم، کەمتر لە (یەک چرکە) لە پێش ئەو ئەسپەوەیە کە دەبێتە دووەم، واتا بەس (سەری لووتی) پێش ئەسپەکەیتر کەوتووە، بەڵام (دە) جار دەستکەوتی زیاتر بەدەست دەهێنێت.

دەکرێت شتانێکی بچووکی وەکو: (خواردن، خەوتن، جوڵەکردن و بیرکردنەوە) بتوانن لە ئاستی ئێستاتەوە بتبەنە ئاستێکی زۆر پێشکەوتووتر.

وەرزی دووەم: حەو ستراتیژ بۆ گەشتن بە ئامانج

گرفتی مرۆڤ لە بەدەســـتهێنانی ئامانج دا، ســـاردبوونەوەیە لە هەوڵدان! لەم بەشـــەدا پێت دەڵێین: چۆن قورســـترین ئامانج بە ئاسانترین شێوە بەدەستبهێنیت؟

پرسیارێکی گرنگ:

ئایا کەسە سەرکەوتووەکان بۆیە سارد نابنەوە، چونکە حەزیان لە کارەکەیانە؟

وەڵام:

کەســـانی ســـەرکەوتوو حەزیان لە کارەکەیانە، بەڵام هەندێک بەشی کارەکەیان هەیە کە بە هیچ جۆرێک حەزیان لێی نییە.

پرسیارێکی سەیر:

کاتێک کەســانی ســەرکەوتوو، حەزیان لە کردنی هەموو کارەکە نییە، چۆن سەرکەوتوودەبن؟

وەڵام:

بەهۆی (جڵەوگیری خودی)ەوە سەرکەوتوودەبن!

(جڵەوگیری خودی) وەکو پاســـکیل لێخوڕین وایە، دەتوانیت فێری ببیت.

(ڕۆبێرت کایۆســاکی) ئەڵێت: "من بە هیچ جۆرێک حەزم لە کتێب نووسین نییە، بەڵام پەیامەکەی من پێویستی بە کتێب نووسینە، بۆیە

نەک هەر کتێب ئەنووسـم، بەڵکو هەوڵدەدەم باشـترین کتێبەکانی دنیا بنووسم."

نمونە:

کەســـێک دەڵێت: دەمەوێت کێشـــی خۆم دابەزێنم، بەڵام بەو مەرجەی پێم نەڵێیت: واز لە برنج خواردن بهێنە!

ئەم کەســـە بۆیە وادەڵێت: چونکە دەزانێت ئەو کارە ئیرادەی پێویستە و ئەمیش ئیرادەی ئەو کارەی نییە!

پرسیار:

ئـایـا ڕێگـایەک هەیە بۆ ئەوەی واز لە برنج خواردن بهێنێت و پێویستیش نەکات بەسەر نەفسی خۆیدا زاڵببێت؟

وەڵام:

(بەڵێ) بە دڵنیـاییەوە ڕێگـایەک هەیە. وە لەم کتێبەدا، هەمـان نموونە باس کراوە و ڕێگاکەیش وتراوە.

وەرزی سێیەم: ئامانجی ئاسان

لەم وەرزەدا بیرۆکەکانی کتێبەکە لەســـەر ئامانجەکانت جێبەجێ دەکەیت.

ئەگەر زانیارییەکانی ئەم وەرزە فێرببیت و بەکاریان بهێنیت، ئەوا بۆ هەموو تەمەنت دەتوانیت بە شـــێوەیەکی ئاســـان ئامانجەکانت بهێنیتەدی.

وەرزی یەکەم:

بەشەکانی ئەم وەرزە:

- خواردن
- خەوتن
- جوڵەکردن
- بیرکردنەوە

وەرزی دووەم

ستراتیژەکانی زیادکردنی دەستکەوت

بەشەکانی ئەم وەرزە:

- بازنەی باشترینەکان
- هۆی کردنی کارەکە
- بردنەوەی کاریگەر
- پاداشتکردنی خۆت
- زنجیری نەپچڕاو
- بێتاقەتی لە کارەکە جیایە
- بڕیاردانی کەمتر
- گۆڕینی ژینگە

بەشی شەشەم

بازنەی باشترینەکان

هەموو کارەکانی ژیان دابەشدەبن بۆ دوو جۆر کار:

یەکەم:

ئەو کارانەی لە کردنیاندا باشین و دەتوانین بە ئاسانی ئەنجامیان بدەین.

دووەم:

ئەو کارانەی لە کردنیاندا باش نین و ناتوانین بە ئاسانی ئەنجامیان بدەین.

ئەگەر داوامان لێبکرێت لە نێوان ئەو دوو کارەی سەرەوەدا تەنها یەکیان ئەنجام بدەین، ئەوا هەمیشە یەکەم هەڵدەبژێرین، لەبەر ئەوەی کردنیان ئاسانترە هیچ زەحمەتێکیان تێدا نییە.

گرفتی سەرەکی ئەوەیە: زۆرجار ئەو کارانەی بۆ داهاتوومان گرنگن، باشنین لە کردنیاندا و بە ئاسانی بۆمان ئەنجام نادرێت!

(ڕۆبێرت کایۆساکی) لەسەر جیاوازی کەسانی سەرکەوتوو و کەسانی ئاسایی ئەڵێت:

کەسانی ئاسایی، هەمیشە خەریکی ئەنجامدانی ئەو کارەن کە تیایاندا بەهێزن، واز لەو شتانە دەهێنن کە تیایاندا لاوازن، تا دەگەنە جێیەک کە ئیتر خاڵە لاوازەکە گرفتیان بۆ دروستدەکات. بەڵام

کەسانی سەرکەوتوو دیاریدەکەن لە چ شتێکدا لاوازن، دەستدەکەن بە کارکردن لەسەر بەهێزکردنی خاڵە لاوازەکەیان.

پرسیار:

بۆچی خەڵکانێک هەن لەو خاڵەدا بەهێزن کە ئێمە تیای لاوازین؟

وەڵام:

ڕۆژێک هەبووە ئەوانیش تیایدا لاوازبوون، بەڵام کاریان لەسەر بەهێزکردنی خۆیان کردووە.

لە کتێبی: (ڕێی ساماندرابوون)دا (برایان ترەیسی) ئەڵێت:

هەموو ئەوانەی لە کردنی کارێکدا باشترینن، ڕۆژێک لە ڕۆژان خراپترین بوون لە کردنی کارەکەدا.

وەڵامی ئەم پرسیارە بدەوە:

ئەو سێ شتە چییە ئەگەر ئێستا لە تۆدا هەبووایە، ئەوا ژیانت زۆر لە ئێستات خۆشتر و باشتر دەبوو؟

- یەکەم: ....
- دووەم: ....
- سێیەم: ....

پرسیارێکیتر:

ئەگەر بتوانیت تەنها یەک خاڵ لەو سێ خاڵەی سەرەوە جێبەجێبکەیت، کامیان جێبەجێ دەکەیت؟

بە دڵنیاییی ئەوەیان کە لە هەموویان کاریگەری زیاتری لەسەرت هەیە؟

ئەو (یەک) خاڵە هەرچی هەیە، بیهێنە ناو بازنەی باشترەکانتەوە، واتا (خۆتی تێدا بەهێزبکە).

پرسیار:

چۆن لەو شتانەدا کە باش نین، خۆمان باشتربکەین؟

وەڵام:

ئەوەی لەم کتێبەدا ماوە بیخوێنیتەوە، وەڵامی پرسیارەکەت دەستدەکەوێت.

لەم بەشەدا (حەوت) ستراتیژی پێشکەوتوو دەخەینە بەردەستان، کە ئەگەر بەکاریان بهێنن، ئەوا بێ هیچ گومانێک ڕاستەوخۆ گەشە دەکەیت.

بە هۆی ئەم ستراتیژانەوە: (ئەتوانیت ئەو کارە بکەیت کە پێویستە بیکەیت، لەو کاتەی کە پێویستە بیکەیت، ئیتر حەزت لێی بێت یان حەزت لێی نەبێت).

با دەستبکەین بە باسکردنی ستراتیژیەکان.

بەشی حەوتەم

ستراتیژی یەکەم: هۆی کردنی کارەکە

گرنـگ نییە چ کـارێـک دەکەیـت، گرنـگ ئەوەیە بزانیـت بۆچی دەیکەیت. ویســـــتت هەر کارێک ئەنجام بدەیت، پێش وەختە لەخۆت بپرسە: (بۆچی ئەم کارە بکەم؟

هەتا نەزانیت بۆچی کارێک دەکەیت، تاقەتی کردنیت نابێت.

کاتێک زانیت بۆچی دەیکەیت، ئیتر ســــارد نابیتەوە و تا کۆتایی کارەکە بەردەوامدەبیت.

ئاگاداربە:

پێویســــتە پێش کردنی کارەکە هۆکاری کردنەکەی پەیدابکەیت، دواتر کە دەســــتبەکاربوویت، مافت نییە بیربکەیتەوە ئایا ئەم کارە درووست بووە، یان هەڵە بووە، ئەنجامی دەبێت یان نایبێت.

ئەم قسانە هی پێش دەست پێکردنی کارەکەیە.

شتێکی سەیر ئەوەیە:

خەڵکێکی زۆر دەزانن باشـــترین کاریان کامەیە و بەردەوامیش خەریکی کردنی ئەو کـارەن، بەڵام هۆکـارێکی ژیرانەیـان نییە بۆ کردنی کارەکە. ئەمەیش دەبێتە هۆی ئەوەی نەتوانن چێژ لە کارەکە

وەرنەگرن و هەمیشـــــە دڵیان لای ئەوەبێت کەی لەم کارە ڕزگاریان بێت؟

پرسیار:

من کارمەندێکم، دەزانم باشـــــترین کار ئەو کارەیە کە ئێســـــتا دەیکەم، بەڵام بە هیچ جۆرێک حەزم لە کارەکەم نییە، چی بکەم؟

وەڵام:

لە خۆت بپرسە: (بۆچی خەریکی ئەم کارەیت؟)

ئەگەر وەڵامەکەت ئەوەیە: (لەبەر نـاچـاری دەیکەم)، ئەوا خۆت ئـامـادەبکە بۆ ئەوەی وازی لێبهێنیـت و بچیـت ئەو کـارە بکەیـت کە حەزت لێیەتی و دڵت خۆشدەکات.

پرسیار:

چۆن وازبهێنم، لە کاتێکدا من بژێویم لەسەر ئەو کارەیە؟

وەڵام:

کارێکی باش نییە یەکســـــەر وازبهێنیت، بەڵکو وا باشـــــە لە خۆت بپرسیت:

- ئەو شتە چییە کە تیایدا باشم؟
- دەتوانم لە چیدا باشبم؟
- دەبوو لە چیدا باشبم؟"

دواتر هەوڵبدە کارێک پەیدابکە لەو بوارەی کە باشـــــیت، یان کارێک درووستبکە.

بۆ ئەوەی لەم بابەتدا زیاتر بەرەوپێش بچن، پێشـــــنیاری کتێبی: (ڕێی ساماندار‌بوون) تان بۆ دەکەم.

لە کوردەواریدا بەو کەســانەی کە کارەکان دەکەن و نایگەیەننە ئەنجام ئەڵێن: (کەپرسەوز)!

ئەم دەستەواژەیە واتا: کەسەکە بەردەوام دەستدەکات بە کارێکی نوێ و پێش تەواکردنی وازی لێدەهێنێت.

(ژان بقوسیان) پێی وایە:

هۆی ســـــەرەکی بۆ ئەوەی کەســـــێک پێش ئەوەی بگاتە ئەنجام وازبهێنن ئەوەیە: (پێش دەســـــتپێکردن هۆیەکــارێکی ژیرانەی بۆ دەستپێکردن نەبووە).

تێبینییەکی گرنگ:

هەر ئیشێکی گرنگت هەبوو، تا هۆیەکی ژیرانەی بۆ پەیدا نەکەیت مەیکە. چونکە ئەگەر هۆیەکی ژیرانەت بۆ پەیدا نەکرد، ئەوا کارەکە گرنگ نییە.

لەوەیش گرنگتر:

کـاتێک دەســـــتت پێکرد، تـا تەواوی نەکەیت، مـافت نییە وازی لێبهێنیت،.

هەر کات هەستتکرد ساردییەکت لە کردنەکەی هەیە ، هۆی کردنی کارەکە بهێنەوە خەیاڵت و بە خۆت بڵێ: (من ئەم کارە هەتا کۆتایی دەکەم، لەبەر ئەو هۆکارانەی سەرەوە).

وا هەستبکە لە شەقامێکی یەک ئاڕاستەدا لێدەخوڕیت، دەبێت لە لێخوڕین بەردەوامبیت، هیچ شوێنێک بۆ پێچکردنەوە و گەڕانەوە نییە. تاکە کار ئەوەیە تا کۆتایی جاددەکە بڕۆیت.

گرنگە:

پێویست ناکات، هۆی کردنی کارەکەت خەڵکی ڕازیبکات، تەنها خۆت ڕازیبکات بەسە.

کاکڵەی بەش:

(گرنگ نییە چ کارێک دەکەیت، گرنگ ئەوەیە بزانیت بۆچی دەیکەیت)

ناوەڕۆک:

بەشی یەکەم: ئاسانتر لەوەی خەیاڵی دەکەیت ٧

وەرزی یەکەم: پێکهێنەرەکانی مرۆڤ

بەشی دووەم: خواردن ١٧

بەشی سێیەم: خەوتن ٣٧

بەشی چوارەم: جوڵەکردن ٤١

بەشی پێنجەم: بیرکردنەوە ٥٥

وەرزی دووەم: ستراتیژەکانی گەشتن بە ئامانج

بەشی شەشەم: بازنەی باشترینەکان ٦٤

بەشی حەوتەم: هۆی کردنی کارەکە ٦٧

بەشی هەشتەم: بردنەوەی کاریگەر ٧١

بەشی نۆیەم: پاداشتکردنی خوت ٧٩

بەشی یانزەیەم: زنجیری نەپچڕاو ٨٣

بەشی دوانزەیەم: بێتاقەتی لە کارەکە جیایە ٨٩

بەشی سیانزەیەم: بڕیاردانی کەمتر ٩٩

بەشی چواردەیەم: گۆڕینی ژینگە ١٠٣

وەرزی سێیەم: جێبەجێکردنی کتێبەکە

بەشی پانزەیەم: ئامانجی ئاسا ١٠٩

بەرهەمەکانی گەشتیار غەریب

لە پڕۆژەی کارسازی شادمان (کتێب)

ژ	ناوی کتێب	شێواز
١	شادمانی لە ناوجەرگەی سەختییەکاندا	وەرگێڕان لە ئینگلیزییەوە
٢	دوای دڵت بکەوە	وەرگێڕان لە ئینگلیزییەوە
٣	ڕێی سامانداربوون	ئامادەکردن
٤	دەستکەوتت زیادبکە	ئامادەکردن
٥	ئەنجامی بدە	ئامادەکردن
٦	کاتت زیاد بکە	ئامادەکردن
٧	بازارکاریی دەروونی	وەرگێڕان لە فارسییەوە
٨	وەک دکتۆرەکان بفرۆشە	نووسین
٩	کڕیارەکانت زیاد بکە	نووسین
١٠	شکاندنی سنوورەکانی فرۆش	وەرگێڕانی دەستکاریکراو

بۆ داواکردنی کتێبەکان: لێرە کلیک بکەن