



☎ 021 9169 0556

✉ info@hozhabriyan.ir

جزوه دوره نقش





☎ 021 9169 0556

✉ info@hozhabriyan.ir

جزوه دوره نقش

- ۱. اصل علت و معلولیت:** این اصل بیان می‌کند که هر پدیده و واقعه از یک یا چند علت ناشی می‌شود و این علل می‌توانند توسط علوم و فلسفه مورد بررسی قرار گیرند
- ۲. اصل همبستگی:** این اصل تاکید می‌کند که اجزای مختلف جهان در ارتباط و تعامل با یکدیگر هستند و هیچ پدیده‌ای مستقل از سایر پدیده‌ها وجود ندارد
- ۳. اصل تحول و تغییر:** بر اساس این اصل، جهان متغیر و در حال تحول است، و هر چیز در حال تغییر و تحول می‌باشد
- ۴. اصل همگرایی و تنوع:** این اصل به تنوع و تفاوت‌های میان موجودات و پدیده‌ها اشاره دارد و تاکید می‌کند که جهان به وسیله این تنوع بسیاری از ویژگی‌ها و ظواهر را تولید می‌کند
- ۵. اصل همگانیت:** این اصل می‌گوید که اصول و قوانین جهان هستی برای همه موجودات و اجزای جهان یکسان هستند و از قوانین یکتا و جهانی پیروی می‌کنند
- ۶. اصل رشد و تکامل:** این اصل به تکامل و رشد موجودات و جهان اشاره دارد و بیان می‌کند که همه چیز در جهان در حال تکامل و ترقی است
- ۷. اصل نسبتیت:** این اصل بیان می‌کند که واقعیت‌ها و پدیده‌ها نسبی هستند و وابستگی به زمان و مکان دارند



☎ 021 9169 0556

✉ info@hozhabriyan.ir

جزوه دوره نقش

۸. اصل همگرایی: این اصل به ایده از این پرداخته، که در طول تاریخ، علوم و دانش ها به نواحی مختلف تخصصی خود همگرا می‌شوند. این همگرایی از طریق تعامل و ادغام اطلاعات و مفاهیم انجام می‌شود

۹. اصل معنای زندگی: این اصل مرتبط با معنا و هدف زندگی انسان است. این اصل به تلاش انسان‌ها برای یافتن معنا و هدف در زندگی اشاره دارد و می‌تواند به عنوان پایه‌ای برای انگیزه و رشد شخصی خدمت کند

۱۰. اصل تعادل: این اصل تأکید دارد که تعادل در اجزاء مختلف جهان و در زندگی انسان مهم است. تعادل در جوانب مختلف مانند فیزیکی، روحی، اجتماعی و حتی محیطی برای موفقیت و سلامت لازم است

۱۱. اصل پایداری: این اصل به موفقیت بلندمدت اشاره دارد و تأکید دارد که موفقیت باید پایدار و مستدام باشد. برنامه‌ریزی برای حفظ و ادامه موفقیت اهمیت دارد

۱۲. اصل اتلاف واقعیت: این اصل می‌گوید که منابع و زمان محدود هستند و باید به دقت مدیریت شوند. این اصل مهمی در موفقیت شغف‌آمیز انسان‌ها می‌باشد

۱۳. اصل کارما: این اصل بیان‌گر بازگشت نهایی نتیجه کارتان به خودتان است چه خوب و چه بد

۱۴. اصل شکرگزاری: هر چه در این جهان سپاسگزار تر باشید بیشتر خواهید داشت



☎ 021 9169 0556

✉ info@hozhabriyan.ir

لیست ارزشهای وجودی انسان

پذیرش	تطبیق پذیری	موفقیت	یکپارچگی	خلاقیت
پذیرفته شدن	نوع دوستی	توانمندی	مسئولیت	کنجکاوی
آسایش	تعادل	چالش پذیری	صراحت	اکتشاف
رحم و شفقت - دلسوزی	خیریه	صلاحیت	تعهد	نوآوری
قناعت	ارتباطات	اعتبار	قابل اعتماد بودن	باز بودن
یکدلی	هوشیاری	عزم راسخ	کرامت	اصالت
حق شناسی	مشارکت	توسعه	صداقت	نظم
خوشبختی	حسن نیت	اثربخشی	افتخار و احترام	دقت
امید	تعلق خاطر	قدرت دادن	مسئولیت	مراقبت
الهام بخش	برابری	تحمل	خلوص	اطمینان
بی احترامی	اخلاقیات	برتری	شفافیت	ثبات
شادی	انصاف	معروفیت	اعتماد کنید	کنترل
مهربانی	خانواده	بزرگی	قابل اعتماد	قاطعیت
عشق	وفاداری	رشد	حقیقت	اقتصاد
خوش بینی	دوستی	کار سخت	سلامتی	عدالت
شور	سخاوت	بهبودی	نشاط	اعتدال
صلح	نیکی	نفوذ	انرژی	امنیت
خوش ذوق	هماهنگی	شدت	تفریحات	ثبات
توجه	فروتنی	رهبری	اشتیاق	ساختار
احترام	وفاداری	تسلط	تجربه	استقلال
رضایت	بلوغ	انگیزه	سرگرمی	فردیت
آرامش	معنویت	کارایی	شوخ طبعی	آزادی
سپاسگزاری	از خود گذشته	ماندگاری	بازیگوشی	شجاعت
آرامش	حساسیت	پتانسیل	تفریح	شجاع
استقبال	سرویس	بهره وری	خود جوش	کوشا بودن
جسارت	اشتراک گذاری	حرفه ای گری	خود آگاهی	اعتماد به نفس
اعتماد به نفس	مباشرت	رفاه	با توجه بودن	محبت
تقدیم	حمایت کردن	نتیجه گرایی	زیبایی دوستی	نشاط
انضباط	پایداری	خطر پذیری	آرامش	اراده
وحشی	کار گروهی	اهمیت	پاک کردن	
صلابت	تحمل	مهارت	تمرکز	
ماندگاری	وحدت	وضعیت	سکوت	
خویشتن داری	پیشرفت	موفقیت	سادگی	
	یادگیری	استعداد	تنهایی	
	رشد مدام	پیروزی		
	تغییر	ثروت		
		برنده شدن		



☎ 021 9169 0556

✉ info@hozhabriyan.ir

لیست برخی از استعداد‌های انسان

استعداد‌های هنری

۱- بازیگری: افراد بازیگر این توانایی را دارند که نقش هر فرد و یا هر شخصیتی را بخوبی در یک فیلم و یا تئاتر ویا فیلم های تلویزیونی بازی کنند

۲- طنز: بازیگران طنز این توانایی را دارند که با ارزیابی سریع و به موقع از محیط و شرایطی که در آن قرار می گیرند یک موضوع خنده دار را بازگو کنند تا دیگران را بخندانند و البته این افراد ذاتا شوخ طبع هستند

استعدادها و مهارت های شخصی

۳- رقص: بعضی افراد ذاتا استعداد رقص دارند و خیلی خوب می رقصند در حالیکه بقی دیگر به سختی رقص یاد می گیرند، افرادی هستند که در رقص هایی مثل باله و سالسا بسیار با استعداد هستند

۴- طراحی گرافیک: طراحان گرافیک افراد هنرمندی هستند که با استفاده از تکنولوژی دیجیتال می توانند کارهای هنری خلق کنند. حاصل کار آنها را می توان در آگهی های بازرگانی و یا بازیهای ویدیویی و یا برنامه های تلویزیونی دید



☎ 021 9169 0556

✉ info@hozhabriyan.ir

لیست برخی از استعدادهای انسان

۵-شعبده بازی : شعبده بازها توانایی فریب دادن چشم ها و ذهن های مردم را دارند! توانایی آنها در این زمینه در حدی است که مردم فکر می کنند افراد شعبده باز قادر به انجام هر کاری هستند

استعدادها در شعبده بازی

۶- نقاشی : افرادی که دارای استعداد نقاشی هستند در زمینه های مختلفی مانند

نقاشی تفسیری و یا نقاشی مدرن و غیره توانایی زیادی دارند

۷- موسیقی : بعضی از افراد در زمینه موسیقی استعداد دارند . این افراد در نواختن سازهایی مانند گیتار ، پیانو،ویا تنبک و دف بسیار توانا هستند
مهارت موسیقی

۸- سفالگری : بعضی افراد در زمینه سفالگری بسیار هنرمند هستند و می تواند از این استعداد خود استفاده کرده و با خلق ظروف سفالی زیبا و فروش آنها کسب درآمد داشته باشند

۹- آواز : مانند هنر رقص بعضی افراد در زمینه آواز بسیار توانمند هستند و به راحتی آنها یاد می گیرند و استعداد آنها دارند، در حالیکه سایر افراد به سختی این هنر را یاد می گیرند



☎ 021 9169 0556

✉ info@hozhabriyan.ir

لیست برخی از استعدادهای انسان

۱۰- نجاری : افرادی که در زمینه نجاری استعداد دارند می توانند با دستان توانای خود وسایل زیبایی را خلق کنند

استعدادهای ورزشی

۱۱- ورزش های تعادلی : شما برای انجام ژیمناستیک و یا اسنوبرد باید بتوانید بخوبی و خیلی ماهرانه تعادل خود را حفظ کنید لذا علاوه بر یادگیری نیاز به استعداد و مهارت نیز دارد

۱۲- هماهنگی : منظور از هماهنگی این است که شما این توانایی را داشته باشید که بتوانید حرکات خود را بخوبی کنترل و مدیریت کنید. مثلا فردی که بخوبی می تواند حرکات همزمان دست و چشم خود را مدیریت کند می تواند دروازه بان خوبی شود و یا کسی که مدیریت خوبی در کنترل حرکات پای خود دارد فوتبالیست خوبی خواهد شد

۱۳- پریدن : افرادی که در پریدن توانایی دارند می توانند بسکتبالیست خوبی شوند و در ورزش هایی که نیاز به پریدن هست موفق خواهند بود

۱۴- ریتم و حرکت : افرادی که از ریتم خوبی برخوردارند می توانند در زمینه رقص بسیار موفق باشند. همچنین موسیقیدان موفق خواهند بود، به نظر میرسد ریتم چیزی ذاتی و سرشتی است ، البته با توجه اینکه می توان آنرا یاد گرفت



☎ 021 9169 0556

✉ info@hozhabriyan.ir

لیست برخی از استعدادهای انسان

۱۵-دونده: افرادی که در دوندگی استعداد دارند می توانند در ورزشهایی مانند فوتبال و هاکی موفق باشند

۱۶-اسکیت: اگر در زمینه اسکیت استعداد دارید می توانید در ورزشهایی مانند اسکیت و هاکی روی یخ موفق باشید

۱۷-شنا: فردی که در شنا استعداد دارد میتواند براحتی شنا را یاد گرفته و بخوبی شنا کند مانند اینکه مادرزادی شنا بلد بوده است
مهارت ورزشی شنا

۱۸-پرتاب کردن: بعضی از ورزش ها نیاز به افرادی دارند که در زمینه پرتاب کردن توانایی زیادی داشته باشند ، ورزش هایی مانند بیس بال و فوتبال و غیره
استعدادهای دیگر

۱۹-مشکل گشایی: افرادی که این توانایی حل مشکل را دارند در واقع دارای مهارتی هستند که می توانند مشکل راز جنبه های مختلفی بررسی کرده و بهترین راه حل را برای آن انتخاب می کنند

۲۰-کار آفرینی کردن: یک فرد کارگشا همیشه به دنبال یافتن راههایی برای کسب پول می باشد. آنها معمولا خطرها را تبدیل به فرصت می کنند و از چالش ها استقبال می کنند و این توانایی و استعداد را دارند که تهدیدها را تبدیل به فرصت کرده و کسب درآمد کنند





☎ 021 9169 0556

✉ info@hozhabriyan.ir

لیست برخی از استعدادهای انسان

۲۱- محاسبه گری : بعضی افراد ذاتا خیلی محاسبه گر هستند و همیشه در حال محاسبه آمار و ارقام و اعداد هستند، در حالیکه بسیاری از افراد هیچ علاقه ای به این موارد ندارند. بنابراین اگر شما افکار محاسبه گر دارید این استعداد خوبی است

۲۲- چند زبانه بودن: فردی که می تواند به چند زبان صحبت کند استعداد خوبی در یادگیری زبان دارد و می تواند شغل مناسبی با استفاده از این مهارت و استعداد خود پیدا کند

۲۳- تحقیق کردن : افرادی که استعداد خوبی در تحقیق کردن دارند می توانند به راحتی در مورد هر موضوعی از طریق اینترنت، تلفن و یا کتابخانه ها مطالب مورد نظر را پیدا کنند

۲۴- داستان سرایی : اگر در داستان سرایی استعداد دارید ، پس شما می توانید در مصاحبه های شغلی به راحتی داستان خود را تعریف کنید. بنابراین داشتن این مهارت به شما کمک بزرگی می کند

۲۵- افکار استراتژیک داشتن: افرادی که افکار مدبرانه دارند بخوبی می توانند برنامه ریزی کنند و بهترین راهها را پس از ارزیابی خطرات و عوامل مساله ساز ، بیابند

۲۶- تدریس : خیلی از مردم فکر می کنند که همه می توانند تدریس کنند ، در حالیکه افرادی که ذاتا توانایی و استعداد تدریس را دارند موفق ترند و بهتر می توانند موضوعات پیچیده را باز کرده و به گونه ای آنها درس بدهند که همه متوجه بشوند

بیشتر بخوانید : از صفحه خلاصه کتاب بهترین شو دیدن فرمایید



☎ 021 9169 0556

✉ info@hozhabriyan.ir

لیست برخی از استعدادهای انسان

مهارت و استعداد تدریس

۲۷- وجدان کاری: در واقع فردی که توانایی سخت کار کردن و سخت کوشی را دارد فرد موفق و قابل احترام هست. این فرد قابل اعتماد بوده و می توان به او اطمینان کرد، این افراد به شما این اطمینان را می دهند کاری را که به آنها سپرده می شود در نهایت دقت و به موقع انجام می شود

۲۸- نوشتن: فردی که ذاتا نویسنده توانایی است در واقع کاندید خوبی برای بعضی شغل ها می باشد، مانند روزنامه نگاری، ویا نوشتن تبلیغات برای جذب مشتری ارتباطات میان فردی

۲۹- توجه داشتن و حمایت کردن از دیگران : فردی که نسبت دیگران بی تفاوت نیست و این توانایی را دارد که به دیگران توجه کرده و تا جایی که می تواند مشکلات آنها را حل می کند، فردی است که میتواند پرستار، معلم و... خوبی باشد. این فرد ذاتا دارای هوش عاطفی بالایی است

۳۰- رهبری : اگر شما ذاتا هدایت کننده و رهبری کننده هستید می توانید افراد را ترغیب کرده و به آنها انگیزه دهید و هم چنین می توانید دیگران را هدایت کنید تا به اهدافشان برسند، شما هم چنین این توانایی را دارید که برنامه های یک گروه را مشخص کرده و مطمئن شوید که گروه به خوبی مدیریت می شود



☎ 021 9169 0556

✉ info@hozhabriyan.ir

لیست برخی از استعدادهای انسان

انواع مهارت ها و استعداد ها

۳۱- گوش دادن : بسیاری از افراد شنونده های خیلی خوبی هستند، در حالیکه برخی از افراد اصلا شنونده دیگران نیستند و بیشتر ترجیح می دهند افکار و نظرات خود را بیان کنند تا اینکه به حرف های دیگران گوش کنند. فردی که شنونده خوبی است این توانایی را دارد که بنشیند و به حرف های دیگران صبورانه گوش کند و برای حرف های آنها احترام قائل شود

۳۲- سخنران حرفه ای : فردی که در جمع به خوبی و به راحتی صحبت می کند ، ذاتا این توانایی را دارد که در مقابل جمعیت زیادی صحبت کرده و تمام توجه آنها را به خود جلب کند. آنها بخوبی می دانند که چگونه لحن صدای خود را تنظیم کنند که مردم جذب صحبت های آنها بشوند

مهارت سخنرانی

۳۳- گروهی کار کردن : افرادی که در کارهای گروهی موفق هستند، این توانایی را دارند که هم شنونده خوبی باشند و هم عمل کننده. آنها بخوبی با دیگران مصالحه و سازش می کنند و با دیگران ارتباط می گیرند و به نظرات دیگران در یک گروه احترام می گزارند

استعدادهای فردی

۳۴- معاشرت : به نظر می رسد بعضی از افراد در ارتباط برقرار کردن با دیگران بسیار راحت و موفق هستند، در حالیکه بعضی افراد به سختی با دیگران ارتباط برقرار می کنند، افرادی که ذاتا روابط اجتماعی قوی با دیگران دارند شنونده خوبی هستند



☎ 021 9169 0556

✉ info@hozhabriyan.ir

لیست برخی از استعدادهای انسان

- ۳۵- شوخ طبعی:** اگر شما ذاتا فردی شوخ طبع هستید ، در واقع برای مردم جذاب و سرگرم کننده می باشید. و شوخ طبعی به نظر می رسد که امری ذاتی و سرشتی است
- ۳۶- شهود و آگاهی:** اگر شما ذاتا دارای شهود و دریافت هستید، این توانایی را دارید که مسایل را درک و دریافت کنید شما به راحتی با دیدن نشانه ها و داشتن شهود می توانید درست و یا نادرست بودن را تشخیص دهید حتی اگر دانسته های شما کم باشد
- ۳۷- مدیریت پول:** فردی که ذاتا توانایی بالایی در مدیریت پول و سرمایه دارد، می تواند عاقلانه خرج کند و عاقلانه پس انداز کند. یک سرمایه گزار توانا می داند که کجا سرمایه گذاری کند در نتیجه به راحتی رشد سرمایه خواهد داشت
- ۳۸- سازماندهی کردن:** فردی که توانایی زیادی در سازماندهی کردن دارد ، می تواند خیلی چیزها را در یک زمان مدیریت کند. آنها براحتی می توانند با استفاده از اطلاعاتی که دارند همه چیز را سازماندهی کنند
- ۳۹- صبوری:** فردی که ذاتا آدم صبوری هست می تواند کارهایی را که برای دیگران واقعا خسته کننده است، انجام دهد. والدین صبور و یا معلمی که در کارش صبور هست در تربیت و آموزش موفق تر هستند



☎ 021 9169 0556

✉ info@hozhabriyan.ir

لیست برخی از استعدادهای انسان

نجاری

۴۰- وقت شناسی: فردی که وقت شناس هست همیشه بموقع و سر وقت کارها و برنامه ها را انجام می دهد. در واقع وقت شناس بودن نشانه آن است که شما به دیگران و وقت آنها احترام می گزارید

۴۱- انعطاف پذیری: فردی که دارای انعطاف پذیری بالایی می باشد، براحتی خودش را با بالا و پایین های زندگی وفق داده و خود را نمی بازد، و همچنان به تلاش خود ادامه می دهد تا اهدافش را محقق کند

۴۲- کاردانی: فردی که کاردان و باتدبیر هست همیشه برای حل مشکل راه های زیادی را می داند، از ابزارهای موجود و حتی سایر افراد برای حل موضوع استفاده می کند

۴۳- مدیریت خشم: فردی که ذاتا دیر عصبانی می شود، امتیاز بزرگی دارد. به نظر می رسد این امر سرشتی می باشد زیرا بعضی افراد سریع نسبت به هر چیزی واکنش نشان داده و عصبانی می شوند در حالیکه بعضی دیگر خونس



☎ 021 9169 0556

✉ info@hozhabriyan.ir

لیست برخی از مهارت‌ها

مهارت‌های پایه

برنامه ریزی

یادگیری

مطالعه حرفه ای

مهارت ارتباط بین فردی

مهارت خودانگیزی (انگیزه دادن به خود)

گزارش نویسی

مهارت مشاهده

مهارت تخمین زدن و برآورد کردن

مهارت حل مسئله

خلاقیت، ایده پردازی و نوآوری

مهارت ارتباط شفاهی

مهارت ارتباط نوشتاری

بازیابی پس از شکست

زمان بندی فعالیت‌ها

تصمیم گیری پخته‌تر

تنظیم رابطه بهتر با پول





☎ 021 9169 0556

✉ info@hozhabriyan.ir

لیست برخی از مهارت‌ها

مهارت‌های سطح اول

همکاری با دیگران (فردی / سازمانی)

مدیریت تعارض

انعطاف پذیری

کار تیمی

اخلاق حرفه ای

مهارت فروش

مهارت ارائه

مدیریت استرس

مسئولیت پذیری

شناخت و مدیریت هیجانات

مواجهه با سیاسی کاری در محیط کار

مدل ذهنی مبتنی بر خدمت (الگوهای غیرانتفاعی)

کسب درآمد از خدمت (الگوهای انتفاعی)

یادگیری زبان انگلیسی (یا هر زبان دیگر)

مهارت حضور در جمع

تفکر نقادانه

حمایت اجتماعی



☎ 021 9169 0556

✉ info@hozhabriyan.ir

لیست برخی از مهارت‌ها

مهارت‌های سطح دوم

کاریزما و تاثیرگذاری بر روی دیگران

مذاکره

استقرار تکنولوژی در محیط کسب و کار

مهارت ریسک کردن

مهارت تفویض کار به دیگران

مدیریت پروژه

مدیریت مالی

مدیریت انسان‌ها

برندسازی شخصی

ایجاد اعتبار تخصصی

تدریس

مدیریت جلسات



☎ 021 9169 0556

✉ info@hozhabriyan.ir

لیست برخی از مهارت‌ها

مهارت‌های سطح سوم

تعریف و تدوین چشم انداز

شناخت محیط اطراف (شغلی و اقتصادی)

مربی‌گری و منتورینگ

تفکر استراتژیک

کارآفرینی

ارائه مشاوره به دیگران

برخی از مهارت‌های تخصصی

استراتژی محتوا

گیمیفیکیشن

بازاریابی محتوا

دیجیتال مارکتینگ

آشنایی با رسانه‌ها

تولید محتوا

تحقیق

تحلیل اطلاعات

جمع‌آوری و مستندسازی اطلاعات

مدیریت شبکه‌های اجتماعی

مدیریت بازاریابی