



## خلاصه کتاب: ذهن متمرکز

آنچه در چکیده کتاب «ذهن متمرکز، نوشته مایکل هایات» می آموزید

اغلب رهبران با سناریوی کارهای بیش از حد، فهرست وظایف روزافزون و نداشتن ساعات کافی در روز آشنا هستند.

بیشتر آنها به ابزارهای بهره‌وری روی می‌آورند و فکر می‌کنند می‌توانند با کمک آنها حجم کاری غیرقابل کنترل خود را مدیریت کنند.

اما فکر نمی‌کنید راه حل مناسب انجام کار کمتر است، نه بیشتر؟

مایکل هایت، کارشناس رهبری بر اساس تجربه و پشتوانه فراوان تحقیقاتی خود یک چارچوب سه مرحله‌ای برای حفظ تعادل کار و زندگی ارائه می‌دهد.

به نظر مدیرسبز او ابزارهایی را معرفی می‌کند که به کمک آنها می‌توانید با تمرکز روی مهم‌ترین کارها بهره‌ورتر شوید.

[membership\_protected\_content]

audio]

mp3="https://dle.modiresabz.com/downloads/downloads/dm/۱۹۷.Freet

[oFocus.mp3"][/audio

[membership\_protected\_content/]