

<<乐活人生的6项修炼>>

图书基本信息

书名：<<乐活人生的6项修炼>>

13位ISBN编号：9787300111698

10位ISBN编号：7300111696

出版时间：2009.10

出版时间：湛庐文化策划 中国人民大学出版社

作者：亨利·克劳德

页数：219

译者：姜文波

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<乐活人生的6项修炼>>

内容概要

你可能一直都听说人格很重要，你可能渴望自己以及自己的合作者拥有健全的人格，你可能已经感受到了健全人格的影响和作用。

你知道健全的人格是真实存在的。

但是，我们往往并不会把这些与健全的人格每天怎样发挥作用、怎样对我们在重大人生领域中的实际成果产生影响联系起来。

我们不认为要想收获更多，办法就是改变自己的人格；或者即使我们认识到了这一点，我们往往也不知道该从何处入手。

有时候，我们也不知道该怎样做出恰当的个人转变，来让自己的人际关系变得更加富有成果。

在本书中，我们将着眼于人格的六个方面，它们将给你带来你一直未能实现的成果，将帮你解决那些似乎没有答案、似乎已经成为习惯的老问题。

这些人格品质合在一起，将能让你的才能变成你认为自己应该实现的成果。

你将认识到这样一种人格： 1. 可以建立并保持信任； 2. 能够认清并面对现实； 3. 能够以注重结果的方式工作； 4. 乐于接受负面的事实并去解决它们； 5. 可以促进成长和进步； 6. 可以实现超越和人生的意义。

<<乐活人生的6项修炼>>

作者简介

亨利·克劳德博士，临床心理学者，在临床和专业咨询领域有着丰富经验；在加利福尼亚开有一家声名远播的私人咨询公司；同时是一位国际演讲家。

《过犹不及》、《为婚姻立界线》、《改变带来医治》等多本畅销书的合著者。

曾以嘉宾的身份出现在很多广播和电视节目中，并为许多的出版物撰写过文章。

<<乐活人生的6项修炼>>

书籍目录

第一部分 为什么说修炼人格至关重要 第1章 人格的三个基本要素 第2章 你的航迹什么样 第3章 修炼健全的人格第二部分 人格的第1项修炼：建立信任 第4章 通过联系来建立信任 第5章 通过给予恩惠来建立信任 第6章 利用脆弱性来建立信任第三部分 人格的第2项修炼：事实取向 第7章 现实永远是你的朋友 第8章 你是了解现实的人吗第四部分 人格的第3项修炼：打有把握的战役 第9章 令人满意地完成第五部分 人格的第4项修炼：拥抱消极的现实 第10章 把问题当早餐第六部分 人格的第5项修炼：进步取向 第11章 拥有“成长内驱力”第七部分 人格的第6项修炼：超越取向 第12章 正视渺小与伟大第八部分 乐活人生由此开始 第13章 让实现的愿望令心灵愉悦

<<乐活人生的6项修炼>>

章节摘录

“那么，问题是什么呢？”

”我问那位首席执行官。

通常，当一个人来咨询时，他不会一上来就对“那个让他头疼的人”大加赞扬。

但是布拉德就是这样做的。

他告诉我说，他的销售副总裁里克多么“不可思议”，多么“才华横溢”，加入公司没几年就让销售数字实现了如此显著的增长。

他似乎更是在向我夸赞里克的能力，而不是想让我帮他解决一个问题。

“听起来里克干得非常好啊，那让你感到困扰的是什么呢？”

”“嗯，那些销售数字的确很漂亮，但是我有两个关键下属说要是我不让里克走人，那他们就走人。

他们说，我必须在他们俩和里克之间做出选择。

我不想那样做。

我需要里克的绩效和能力，他的长处真的令人惊奇，但是他在做人方面有些‘问题’。

团队的其他成员对他的看法也分成了两派。

有些人希望他留下，纯粹是因为绩效。

他们喜欢他的干劲儿。

”“但是，其他人真的不喜欢他。

有个女同事说他‘性骚扰’，我们刚刚摆平这件事儿。

我不认为他的行为有那么严重，但那位女士显然不这么认为。

这就是问题的所在。

如果你让我说，那他不是一个坏家伙。

他只是太有进取心了，个性太强，对下属太刻薄。

有些人最终会觉得他在驱使他们，或者没有给予他们应有的尊重。

因此，他们感到不舒服。

尽管如此，我不想失去他。

他太重要了。

我必须做点儿什么，我希望你能帮助他们恢复团结，帮助里克做出些改变，或者是采取别的什么措施。

我们的确需要做点儿什么。

”我几乎能够感觉到他的绝望，就好像他的世界有很大一部分取决于能否给里克的“做人问题”找到解决办法。

“你对他是什么看法呢？”

”我问道。

“嗯，我显然是支持他的。

我的意思是，看看那些销售数字。

数字是不会说谎的；如果你跟他说这些，那他也会跟你说这些数字。

当他指出我们当前的绩效多么出色时，你很难跟他说他是一个令人头疼的问题。

而且，我发现自己也有这样的情况。

我不用为他操心；他正在让我们取得前所未有的成绩，没有他这是不可能实现的。

他在帮助我。

”“因此你认为他的‘数字’是收入的体现？”

正因如此你认为留下他非常值得？”

就根据销售数字吗？”

”我问道。

“嗯，是的。

那是他的工作，创造收入。

<<乐活人生的6项修炼>>

” “但是支出怎样呢？

”、“那不是他的工作。

我们的首席财务官、审计官、项目经理以及其他一些人负责支出。

” “我说的不是你们谁负责支出，”我说，“我说的是留下他的代价。

” “你是指他的薪酬？

他的薪酬挺高，但那完全是他应得的。

他对企业的贡献远远超过了他的薪酬。

”首席执行官解释着，他可能以为我还是没有理解里克创造的销售数字远远高于企业付给他的薪酬。

“不，我所说的代价指的不是这个。

我指的是他造成的其他代价，比如：作为首席执行官，如果你把自己的薪酬（包括股票期权）换算成小时工资，那么你会看到一个惊人的数字。

在过去几年里，你认为自己有多少时间是在听其他人抱怨他们与里克的问题呢？

就算一周只有几次会谈，加起来也有几百个小时了。

把这些时间乘上你的小时工资，你对他给你和企业造成的损失就会有不同的认识了。

还要算上那些来找你抱怨的人花掉的工作时间。

还要算上这期间损失的机会：如果你和其他人不是为里克的问题耗时间的话，你们很可能已经抓住了一些商业机会。

还要算上达成和解协议支付的补偿金、请律师的费用以及你们的人力资源团队为此所花的工作时间。

还要算上为两个将要离开的副总裁寻找继任者的成本以及这期间流失的业务和停滞的工作。

还要算上整个问题对公司的士气和发展方向的负面影响。

“现在你应该对留下他的代价有一个更清楚、更全面的认识了。

你仍然觉得留下他非常值得吗？

” “嗯，听你这么一说，我就觉得不值得了，”他的脸上露出一丝愧色，就好像他没有看好自己的钱包而被人抢了一样，“真的，你这么一说我觉得不值了。

”航迹我接着跟布拉德谈到了“航迹”的概念。

我最喜欢做的一件事情，是坐在船尾的甲板上看着海轮留下的航迹。

当轮船不停地前行时，航迹真是一件非常美的艺术作品，时刻在变化。

看着船的航迹，你就能够对这艘船有很多的了解。

如果航迹是一条直线，你就会觉得船在稳定地航行，船长没有在舵轮前打瞌睡，或者引擎和传动轴都很正常。

但是如果航迹在左右摇晃，你就会心里打鼓了。

同样，如果航迹是平缓的，那么你会知道船是在以怎样的速度行驶；如果航迹是陡峭的，船的行驶速度自然也不同。

换句话说，航迹的形态可以让你对船本身的情况有很多的了解。

<<乐活人生的6项修炼>>

媒体关注与评论

《一分钟经理人》(The One Minute Manager)的合著者, 让亨利·克劳德教你怎样过真正的人生。这是一本你必须读的书! ——肯·布兰佳(Kenneth Blanchard)亨利·克劳德博士善于帮助领导者理解为什么人格发展对他们的领导效力至关重要。

——丹尼斯·博塞鲁(Denis Beausejour), 顾问, 前全球营销副总裁, 宝洁公司(Procter & Gamble Compaey)健全的人格可能是商业领导者们最不了解品质。

克劳德博士告诉我们, 商业成功的关键在于信任, 在于有勇气面对我们自己的弱点并更深入地理解我们周围的那些人。

克劳德博士提供了一个任何领导者都应该实践的宝贵方法, 证明了健全人格的力量是获得可持续成果的唯一来源。

——吉姆·凯斯(Jim Keyes), 总裁兼首席执行官, 7 - Eleven公司

<<乐活人生的6项修炼>>

编辑推荐

《乐活人生的6项修炼》：让6种不可或缺的人格，帮助你迎接现实的挑战。与宝洁，7 - Eleven和戴尔等全球知名企业合作的真实经验。你是什么人，这将最终决定你的头脑、天赋、能力、活力、努力和机会等。

<<乐活人生的6项修炼>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>