

<<不抱怨的力量>>

图书基本信息

书名：<<不抱怨的力量>>

13位ISBN编号：9787508064741

10位ISBN编号：7508064747

出版时间：2011-8

出版时间：华夏

作者：乔恩·戈登

页数：252

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>

## <<不抱怨的力量>>

### 内容概要

世界著名的励志大师戴尔·卡耐基在其主张的人际关系原则中，第一条就是：不批评、不责备、不抱怨。

不抱怨是成功人生的最佳态度。

优秀的人鲜少抱怨，抱怨是失败的标签、愚者的陋习，人生要面对的是非成败实在太多，如果对所得所失不能泰然处之，就会影响前进的方向。

世界级畅销书作家乔恩·戈登继《活力巴士》之后，再次与我们分享了他激励和启迪人心的故事，并提供了一种有效的方法，用于解决职业与生活中的大问题——个人和组织的消极情绪。据调查和统计，这种不良情绪每年会耗费掉组织数以亿计美元，并深刻影响着个人与组织的士气、生产力和健康状况。

戈登在一个真实公司案例的基础上，创建和实施了“不抱怨”原则，讲述了一个充满新颖观点和实践策略的别具吸引力的故事，帮助个人和组织学会向积极的方向发展。

实施了“不抱怨”原则，你会发现，花在问题本身上面的时间和精力会越来越少，而更多的注意力将会集中在寻找解决的办法上。

## <<不抱怨的力量>>

### 作者简介

乔恩·戈登(Jon Gordon),世界著名“心灵能量大师”,畅销书《活力巴士》(The Energy Bus)作者,其作品还包括《10分钟积极能量解决方案》(The 10-Minute Energy Solution)、《能量瘾:101种从身体、心态和精神上为你的生活注入能量的方式》(Energy Addict:101 Physical Mental and Spiritual Ways to Energize Your Life)等。

戈登创建了著名的“积极能舒项目”,该项目旨在制订资助那些致力于培养健康、积极儿童的各种计划。

乔恩·戈登和他的能量解决方案曾经被全球范围内的数百家电视台、杂志和报纸广为报道。

戈登毕业于康奈尔大学,目前他和妻子以及两个孩子居住在佛罗里达州北部。

<<不抱怨的力量>>

书籍目录

Chapter 1 当你陷入困境

1 霍普

2 着火了

3 士气

4 电话

5 真正的问题

6 交通

Chapter 2 你就是问题的根源

7 谈话

8 消极情绪的成本

9 不幸中之万幸

10 癌症

11 积极的方法

12 抱怨“斋戒日”

13 三个不抱怨工具

14 没有消息就是好消息

Chapter 3 告别抱怨，迎接改变

Chapter 4 遇到最好的自己

## &lt;&lt;不抱怨的力量&gt;&gt;

## 章节摘录

电梯门打开了，巨大的喧闹声吓了霍普一跳。人们在跑来跑去地奔忙着，电话铃声响个不停。市场部和公关部的员工在大厅里交叉奔跑着。很多人在房间里扯着嗓子喊叫。霍普想，我们可以受到抨击，可以市场垮掉，但千万别是今天。今天我不需要这个，她一边在心里哭泣，一边试图低头快步走向办公室。就在她刚要迈步的时候，她看到吉姆正向她跑来。

“霍普！”

霍普！

霍普！

你刚才在哪儿？

“他跑到几乎和霍普脸对脸近的地方大喊着。”

“我刚刚听见有人叫我的名字。”

“霍普说。”

她很希望吉姆能退后几英尺，如果可能的话最好退上几英里。

他的嘴里是世上最劣质的咖啡的味道，霍普已经开始觉得自己的胃在翻腾了。

“是的，哦，我只是看到你在这里太高兴了。”

“吉姆反击道。”

“今天大概是这个公司有史以来最糟糕的一天，可哪里都找不到你，这让我太震惊了。”

老板在全国电视台解释为什么我们的电脑电池会起火，而你溜达着进了公司，还晚了一个小时。而且你的样子像刚被汽车撞了。”

“我知道自己看上去像被汽车撞了，霍普暗自想道。”

吉姆抓住霍普的胳膊，把她拽进自己的办公室，指着一张椅子，仿佛命令她坐下。

“在我负责公司业务的这些年里，我从未见过公司的媒体形象如此糟糕，就是因为这件事。他们就像一群疯狗一样。”

商业电视网络（BTN）刚刚结束了对丹的采访，表现得可不友善。

成千上万的观众目睹了我们的CEO在直播中受到语言的攻击。

我们刚刚计算出来，公司的股价一路狂跌。”

“公司的硬件早就有问题了，之前就有过小故障。”

我不认为这次是什么大事。”

“霍普摇头说道。”

“可不仅仅是这样。”

“吉姆说。”

“电池问题只是冰山一角。”

许多人都在议论，说是丹使得公司迷失了方向。

你能相信有采访者逼问丹是否从一个摇滚巨星般的CEO变成了过气的领导，使得公司的股价持续低迷吗？

BTN公布了那些恶毒攻击公司管理的博客，内容甚至还包括我们和雇员达成的备忘录。

你能相信吗，私下的备忘录竟然被公诸于众？

现在我们看上去不像是计算机制造者，反倒更像动物园的管理员。

我真想亲自粉碎这些阴谋，并且找出那些阴险的策划者，然后亲自“护送”他们离开这座大楼。”

“吉姆咬着牙说道。”

“我们会的，我们会的。”

“霍普安慰着吉姆，试图让他冷静下来，她知道这个人常常会被他的火暴脾气打败。”

<<不抱怨的力量>>

## <<不抱怨的力量>>

### 媒体关注与评论

借口总来自失败一方的更衣室。

在乔恩·戈登的《不抱怨的力量》中,他则提供了一种成功的优势。

——卢·霍尔茨(Lou Holtz)著名橄榄球教练 在这个世界上,有太多人盯着瓶子里空的那一半,而在《不抱怨的力量》中,乔恩·戈登勾画了一幅清晰的蓝图,帮助我们每个人更好地自我完善。

他所提供的方法能切断自极情绪,对工作场所和家庭施以正面影响,帮助我们营造一十更高效能、低压力的环境。

——内森·惠特克(Nathan Whetaker)《忍耐》作者之一 抱怨是当今商业事务中最大的问题之一。

它悄然摧毁着团队和组织的效率,导致了轻蔑和应变能力的匮乏。

在《不抱怨的力量》中,乔恩·戈登为我们提供了剂良药。

——肯·费舍尔(Ken Fisher)费尔投资公司CEO 《福布斯》杂志专栏作家

<<不抱怨的力量>>

编辑推荐

惠及全球80多个国家、改变600多万人命运的积极心态理念。

给所有追求幸福与卓越的人变消极为积极的方法！

世界著名“心灵能量大师”乔恩·戈登最具人生建设性的畅销之作 永不抱怨，应放在我们人生态度的第一位。

每个抱怨都代表着一次将消极转为积极的机会！

积极健康的人生从“不抱怨”开始！

<<不抱怨的力量>>

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>