

<<好好经营你自己2>>

图书基本信息

书名：<<好好经营你自己2>>

13位ISBN编号：9787509204146

10位ISBN编号：7509204143

出版时间：2008-10

出版时间：中国市场出版社

作者：迈克尔·赫佩尔

页数：158

译者：马惠琼

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>

<<好好经营你自己2>>

前言

为什么你应该读这本书？

为不理想的结果感到厌倦？

想来理应如此。

你数小时的投入只换得微不足道的回报，或日复一日做着同样的工作，如果你对这些感到厌倦，那么，你需要了解取得辉煌成就的秘密。

每年都有几个所谓的“幸运儿”获得成功，得到承认和奖赏。

这种成功有时候他们自己都想不到。

他们继续积极地影响着周围的人，使生活发生了真正的改变。

其他人在旁观，并评论着他们是如何的幸运。

可事实远非如此。

他们成功的秘密在于：他们下定决心要取得与众不同的成就。

本书将指导你弄明白你现在所处的位置及你今后的发展目标，并·尽可能快地，·尽可能经济地，·尽可能愉快地，制定有助于你达到目标的策略和方法。

90天内你将改变你的处世方法。

你将了解取得辉煌成就的人的特点，这样你就能向最优秀者学习。

通过了解很多人的亲身经历，你就知道如何去克服那些制约你前进的困难。

你将知道如何为实现光辉灿烂的未来而规划一个明确的前景。

你也将知道如何更好地与朋友、同事和家人交流。

有了这样的基础，你将为了达到短期目标而规划前景、制订令人激动的为期90天的计划。

然后有了前人用过并通过检验的工具，以及更充沛的精力和更高的热情，你就能够继续前进，制定并达到更长远的目标。

你将学会如何主动而有创造性地迎接挑战，并能随心所欲应用50多种工具去达到你应该达到的高度。

脱颖而出是一个标准，而不是一门技术。

一旦你知道了脱颖而出的秘诀，你就能够把在生活中的某一方面学到的技巧稍做调整之后应用到生活中的其他领域。

本书分为不同的章节，这样就保证了你能按自己的速度学习。

小诀窍部分把那些你可能需要仔细阅读的部分抽了出来，单独列为一部分。

现在就下定决心，快快乐乐地读一读本书吧。

从本书中获取最大的益处·本书真的可以改变你的生活。

但是要做到这一点，你要全身心地投入。

如果我建议你完成一项工作，请最好照办。

仅仅只是坐在那儿读一读这些信息，那是远远不够的。

我从自己的亲身经历中认识到，表面化地理解一件事是毫无价值的，生活是需要采取行动的。

那样才能使你的生活与众不同。

你现在要采取的行动将影响你今后的生活。

只了解一些信息是远远不够的。

下面，我将为你介绍本书涉及的一些主要内容。

首先，我们来看一看怎样才能过上一种均衡合理的生活。

你要做一个被称之为“生命之轮”的练习。

这个练习做一次是不够的。

实际上，整个项目都不是你做一次就能完事的。

我希望你经常做。

为什么呢？

每一次你访问你的“生命之轮”。

你都会知道，你的个人发展是怎样不断提高的。

<<好好经营你自己2>>

如果你发现在某一点上你开始倒退，你要立即加以注意并迎头赶上。

接下来，我们来看看取得辉煌成就的人士的共同特点。

是什么让一个人取得辉煌的成就呢，你认为他们是天生杰出，还是他们所具备的某些特点、学的某些东西、追求的某些目标使他们脱颖而出？

取得辉煌成就的人有五大特点。

如果你把这些特点应用到你的生活中，你肯定能上一个台阶。

我敢保证你将一步步靠近辉煌。

然后，我们将确定目标。

你需要一个充分的理由前进，你也要好好利用这些工具——技术和目标是最好的驱动力。

你要学的确定目标的体系与其他大多数人的体系不一样。

从我的经验来看，大多数人确定目标的体系是不管用的。

在此，你见不到任何形式的SMART目标。

我们还要看看你目前的生活状态。

你现在做的工作很差？

还不错？

很出色？

还是非常棒？

经常出色地完成工作的人似乎得到的收获也最大。

在本书中。

你将找到怎样每次都获得最好结果的秘诀。

当前阻止你取得最好成绩的因素之一可能是你的信念体系。

我不好说你的信念体系是否正确，但是，我从与千千万万的人共事的经历中得知，我们的信念体系比其他任何东西都能拖我们的后腿。

我们将进一步搞清楚你的信念是什么，以及你有那样的信念的理由。

如果你能立刻改变你的信念体系，使它能促使你采取行动，这难道不是很好吗？

它是你自己设计的、为你所独有、能使你前进、过上一种完全不同的生活的信念体系吗？

在本书中，我们也将探讨这个问题。

我们还将研究“影响圈”和“焦虑圈”的问题。

在生活中，我们会有很多令我们焦虑的问题。

但是，前进的方法在于我们能影响什么、改变什么，在于我们能采取什么样的行动，而不在于老是想着我们的忧虑以及那些无法改变的东西。

你将想出一个能使你快速前进的策略和模式。

实际上，你将以一种令你自己都会感到吃惊的速度前进。

当你一两个月或一年之后重读这本书时，你会想：“哇，看看我有了多大的改变！

”你之所以会改变，并将朝着积极的方向改变的原因是你将在自己能对之产生影响的领域工作。

在本书的结尾，我们将探讨你的价值观。

为什么在价值问题上花时间呢？

难道那不是长时间形成的吗？

不！

价值观是我们创造的。

我们创造了自己的价值观，并以同样的方式创造信念体系，然后我们创造支持这两种体系的证据和规则。

因此，我们将深入地看看我们的价值观，了解一下我们是怎样首先创造这些价值的。

你会明白，你每时每刻所作的决定是如何造就了你自己的。

你将对你目前的价值观作出决定。

这会对你的一辈子产生影响。

你可能很幸运。

<<好好经营你自己2>>

读了这一章，你也许会说：“那就是我，完美的价值，完美的规则，无可挑剔的我！”

或者，你会像95%的人那样说：“等等，那些价值体系不适合我，它们不能真正把我带到我需要到达的地方。”

如果你想在生活中取得辉煌的成就。

你就需要与众不同的价值观。

为什么要独自干呢？

“出色的团队”一章将为你提供很多技巧以帮助你与人共事，帮助你赢得别人的支持并节省时间。

本章选取了一些如何与别人建立良好关系的好主意。

这是每一个与人打交道的人必读的一章——也就是我们所有的人都必读的一章。

然后，我们将动身制定一些大的目标。

扩大目标一开始似乎是不可能的。

但是采用本书中的一些观点之后。

你会很快看到一些了不起的结果。

你将发现如何使用一种称之为“脑中预演”的精妙的可视化技术。

这是一流的运动员使用的一种技术。

出色的表现不可能偶然产生：它的出现是有理由的。

“脑中预演”这一技术将告诉你如何持续不断地得到你想要的结果。

以上这些方法都是以全球最出色的人士的技术和体系为基础的；这些人都真正知道怎样以一种令人激动的、充满感情的方式取得理想的结果。

在本书中，我会告诉你怎样制定真正让你激动的目标，鼓励你采取行动并得到你想要的结果。

在本书的结尾，我会告诉你把自己的聪明才智应用到实践当中，并成就事业。

最后，在我们正式开始之前，我要和你签署一个小小的合同。

花点时间，坦诚地对你在获取新信息时的高兴程度打分。

最高分为10，最低分为0。

然后，针对你对改变的态度打分。

你是怎样看待改变的？

你是否喜欢改变以及尝试任何新的观点？

当有人在工作中说“我们将做些改变”时，如果你大声地说“太好了，我喜欢”，你就给自己打高分。

如果你不喜欢改变，或者你不喜欢改变你目前做事的方式，就打低分。

同样，10分为最高分，0分为最低分。

把两项分数相乘。

你的得分会在0~100分之间。

如果你得了100分，恭喜你！

毫无疑问，你将从本书中受益匪浅。

如果你得了90分，很好。

你也将大有收获。

如果你的分数在80~90分之间，你做得也很不错。

假如你的分数更低，我敢说，那是因为你不愿意改变。

尽管并非人人如此。

但一般情况下人是不喜欢改变的。

90天的行动 下面我将引入一个概念：90天计划的概念。

这个90天计划包括你必须采取的行动。

而不是你应该采取的行动。

在90天内，你可以完全改变你的生活，并使你所在的环境也有很大的改变。

看看今天是几号，朝前数90天，记住你的第一个90天。

90天是一段很长的时间，长得足以让你改变自己的个人习惯，改变很多环境和每一个看法。

<<好好经营你自己2>>

但这段时间也短得足以让你为此感到激动不已。

你真的可以在90天内改变你的生活方式。

在本书中，你将听到很多关于90天的故事。

最后，我恳切地请求你们记住：不要以为这是一次性的练习。

如果我建议你为了健美，你只需到体操馆去一次就行了。

那不是太好了吗？

可是你信吗？

你接着做梦吧！

如果你想保持身体健康，你必须定期锻炼。

完成你的个人发展也是这样的。

你必须坚持不断地工作。

每时每刻你都要保证自己在接受信息。

记住，现在就是你采取行动的时候！

下定决心，此时此刻就全身心地投入进去。

下定决心去改善你的生活，迈上一个新的台阶，学习如何取得辉煌成就。

<<好好经营你自己2>>

内容概要

《好好经营你自己》会让你明白自己现在的处境，以及你能达到何种境界。之后为你提供一些策略和好方法，帮助你尽可能迅速、经济、愉快地达到你的目标！在《好好经营你自己2：90天改变你的工作和生活方式》中，会告诉你怎样制定真正让你激动的目标，鼓励你采取行动并得到你想要的结果。

<<好好经营你自己2>>

作者简介

迈克尔·赫佩尔是全球优秀的激情演说家和培训师。
他与很多伦敦的上市公司以及企业和个人合作。

这些公司、企业和个人都希望逐步提高自身，走向辉煌。

迈克尔也与各种各样的团体合作，其中包括监狱、青少年组织、政府部门、教育机构和体育团体

。

<<好好经营你自己2>>

书籍目录

改变你命运的那个决定是什么？

为什么你应该读这本书？

1 生命之轮：好好规划你的人生路线2 什么样的人成功的人？

3 你到底想要什么？

4 成就辉煌的时刻是哪一刻？

5 与众不同的信念6 你生活中的“暗礁”是什么？

怎样破除？

7 要有正确的价值观8 做事情要有出色的团队9 愿景！

愿景！

10 行动是最重要的！

附录：迈克尔·赫佩尔有限公司的价值观

<<好好经营你自己2>>

章节摘录

为什么你应该读这本书？

为不理想的结果感到厌倦？

想来理应如此。

你数小时的投入只换得微不足道的回报，或日复一日做着同样的工作，如果你对这些感到厌倦，那么，你需要了解取得辉煌成就的秘密。

每年都有几个所谓的“幸运儿”获得成功，得到承认和奖赏。

这种成功有时候他们自己都想不到。

他们继续积极地影响着周围的人，使生活发生了真正的改变。

其他人在旁观，并评论着他们是如何的幸运。

可事实远非如此。

他们成功的秘密在于：他们下定决心要取得与众不同的成就。

本书将指导你弄明白你现在所处的位置及你今后的发展目标，并·尽可能快地，·尽可能经济地，·尽可能愉快地，制定有助于你达到目标的策略和方法。

90天内你将改变你的处世方法。

你将了解取得辉煌成就的人的特点，这样你就能向最优秀者学习。

通过了解很多人的亲身经历，你就知道如何去克服那些制约你前进的困难。

你将知道如何为实现光辉灿烂的未来而规划一个明确的前景。

你也将知道如何更好地与朋友、同事和家人交流。

有了这样的基础，你将为了达到短期目标而规划前景、制订令人激动的为期90天的计划。

然后有了前人用过并通过检验的工具，以及更充沛的精力和更高的热情，你就能够继续前进，制定并达到更长远的目标。

你将学会如何主动而有创造性地迎接挑战，并能随心所欲应用50多种工具去达到你应该达到的高度。

脱颖而出是一个标准，而不是一门技术。

一旦你知道了脱颖而出的秘诀，你就能够把在生活中的某一方面学到的技巧稍做调整之后应用到生活中的其他领域。

本书分为不同的章节，这样就保证了你能按自己的速度学习。

小诀窍部分把那些你可能需要仔细阅读的部分抽了出来，单独列为一部分。

现在就下定决心，快快乐乐地读一读本书吧。

从本书中获取最大的益处·本书真的可以改变你的生活。

但是要做到这一点，你要全身心地投入。

如果我建议你完成一项工作，请最好照办。

仅仅只是坐在那儿读一读这些信息，那是远远不够的。

我从自己的亲身经历中认识到，表面化地理解一件事是毫无价值的，生活是需要采取行动的。

那样才能使你的生活与众不同。

你现在要采取的行动将影响你今后的生活。

只了解一些信息是远远不够的。

下面，我将为你介绍本书涉及的一些主要内容。

首先，我们来看一看怎样才能过上一种均衡合理的生活。

你要做一个被称之为“生命之轮”的练习。

这个练习做一次是不够的。

实际上，整个项目都不是你做一次就能完事的。

我希望你经常做。

为什么呢？

每一次你访问你的“生命之轮”。

你都会知道，你的个人发展是怎样不断提高的。

<<好好经营你自己2>>

如果你发现在某一点上你开始倒退，你要立即加以注意并迎头赶上。

接下来，我们来看看取得辉煌成就的人士的共同特点。

是什么让一个人取得辉煌的成就呢，你认为他们是天生杰出，还是他们所具备的某些特点、学的某些东西、追求的某些目标使他们脱颖而出？

取得辉煌成就的人有五大特点。

如果你把这些特点应用到你的生活中，你肯定能上一个台阶。

我敢保证你将一步步靠近辉煌。

然后，我们将确定目标。

你需要一个充分的理由前进，你也要好好利用这些工具——技术和目标是最好的驱动力。

你要学的确定目标的体系与其他大多数人的体系不一样。

从我的经验来看，大多数人确定目标的体系是不管用的。

在此，你见不到任何形式的SMART目标。

我们还要看看你目前的生活状态。

你现在做的工作很差？

还不错？

很出色？

还是非常棒？

经常出色地完成工作的人似乎得到的收获也最大。

在本书中。

你将找到怎样每次都获得最好结果的秘诀。

当前阻止你取得最好成绩的因素之一可能是你的信念体系。

我不好说你的信念体系是否正确，但是，我从与千千万万的人共事的经历中得知，我们的信念体系比其他任何东西都能拖我们的后腿。

我们将进一步搞清楚你的信念是什么，以及你有那样的信念的理由。

如果你能立刻改变你的信念体系，使它能促使你采取行动，这难道不是很好吗？

它是你自己设计的、为你所独有、能使你前进、过上一种完全不同的生活的信念体系吗？

在本书中，我们也将探讨这个问题。

我们还将研究“影响圈”和“焦虑圈”的问题。

在生活中，我们会有很多令我们焦虑的问题。

但是，前进的方法在于我们能影响什么、改变什么，在于我们能采取什么样的行动，而不在于老是想着我们的忧虑以及那些无法改变的东西。

你将想出一个能使你快速前进的策略和模式。

实际上，你将以一种令你自己都会感到吃惊的速度前进。

当你一两个月或一年之后重读这本书时，你会想：“哇，看看我有了多大的改变！”

你之所以会改变，并将朝着积极的方向改变的原因是你将在自己能对之产生影响的领域工作。

在本书的结尾，我们将探讨你的价值观。

为什么在价值问题上花时间呢？

难道那不是长时间形成的吗？

不！

价值观是我们创造的。

我们创造了自己的价值观，并以同样的方式创造信念体系，然后我们创造支持这两种体系的证据和规则。

因此，我们将深入地看看我们的价值观，了解一下我们是怎样首先创造这些价值的。

你会明白，你每时每刻所作的决定是如何造就了你自己的。

你将对你目前的价值观作出决定。

这会对你的一辈子产生影响。

你可能很幸运。

<<好好经营你自己2>>

读了这一章，你也许会说：“那就是我，完美的价值，完美的规则，无可挑剔的我！”

或者，你会像95%的人那样说：“等等，那些价值体系不适合我，它们不能真正把我带到我需要到达的地方。”

如果你想在生活中取得辉煌的成就。

你就需要与众不同的价值观。

为什么要独自干呢？

“出色的团队”一章将为你提供很多技巧以帮助你与人共事，帮助你赢得别人的支持并节省时间。

本章选取了一些如何与别人建立良好关系的好主意。

这是每一个与人打交道的人必读的一章——也就是我们所有的人都必读的一章。

然后，我们将动身制定一些大的目标。

扩大目标一开始似乎是不可能的。

但是采用本书中的一些观点之后。

你会很快看到一些了不起的结果。

你将发现如何使用一种称之为“脑中预演”的精妙的可视化技术。

这是一流的运动员使用的一种技术。

出色的表现不可能偶然产生：它的出现是有理由的。

“脑中预演”这一技术将告诉你如何持续不断地得到你想要的结果。

以上这些方法都是以全球最出色的人士的技术和体系为基础的；这些人都真正知道怎样以一种令人激动的、充满感情的方式取得理想的结果。

在本书中，我会告诉你怎样制定真正让你激动的目标，鼓励你采取行动并得到你想要的结果。

在本书的结尾，我会告诉你把自己的聪明才智应用到实践当中，并成就事业。

最后，在我们正式开始之前，我要和你签署一个小小的合同。

花点时间，坦诚地对你在获取新信息时的高兴程度打分。

最高分为10，最低分为0。

然后，针对你对改变的态度打分。

你是怎样看待改变的？

你是否喜欢改变以及尝试任何新的观点？

当有人在工作中说“我们将做些改变”时，如果你大声地说“太好了，我喜欢”，你就给自己打高分。

如果你不喜欢改变，或者你不喜欢改变你目前做事的方式，就打低分。

同样，10分为最高分，0分为最低分。

把两项分数相乘。

你的得分会在0~100分之间。

如果你得了100分，恭喜你！

毫无疑问，你将从本书中受益匪浅。

如果你得了90分，很好。

你也将大有收获。

如果你的分数在80~90分之间，你做得也很不错。

假如你的分数更低，我敢说，那是因为你不愿意改变。

尽管并非人人如此。

但一般情况下人是不喜欢改变的。

90天的行动 下面我将引入一个概念：90天计划的概念。

这个90天计划包括你必须采取的行动。

而不是你应该采取的行动。

在90天内，你可以完全改变你的生活，并使你所在的环境也有很大的改变。

看看今天是几号，朝前数90天，记住你的第一个90天。

90天是一段很长的时间，长得足以让你改变自己的个人习惯，改变很多环境和每一个看法。

<<好好经营你自己2>>

但这段时间也短得足以让你为此感到激动不已。

你真的可以在90天内改变你的生活方式。

在本书中，你将听到很多关于90天的故事。

最后，我恳切地请求你们记住：不要以为这是一次性的练习。

如果我建议你为了健美，你只需到体操馆去一次就行了。

那不是太好了吗？

可是你信吗？

你接着做梦吧！

如果你想保持身体健康，你必须定期锻炼。

完成你的个人发展也是这样的。

你必须坚持不断地工作。

每时每刻你都要保证自己在接受信息。

记住，现在就是你采取行动的时候！

下定决心，此时此刻就全身心地投入进去。

下定决心去改善你的生活，迈上一个新的台阶，学习如何取得辉煌成就。

<<好好经营你自己2>>

编辑推荐

永远不要做你不喜欢的工作。
成功的秘密在于行动，而不在于单纯的了解。
不要满足于“不错”，要成为最出众的那一个！
90天改变你的工作和生活方式。

<<好好经营你自己2>>

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>