

<<是时候改变啦>>

图书基本信息

书名：<<是时候改变啦>>

13位ISBN编号：9787501241385

10位ISBN编号：7501241384

出版时间：2011-10

出版时间：世界知识出版社

作者：[美] 拉尔夫·布鲁克斯(Ralph Bruksos)

页数：178

译者：郑志勇(译者), 赖伟雄(译者)

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>

## <<是时候改变啦>>

### 前言

回首1978年，在销售上给我带来第一个真正曙光的人是拉尔夫·布鲁克索斯。他平静有力地指出，单纯促销我的产品与协助他人取得成功之间的巨大区别。拉尔夫改变了我的思想，进而地改变了我的一生，给我带来梦想不到的快乐和财富。在本书中，拉尔夫将述说和引导包括我在内的追随者们取得出人意料的成功真理。

哲学家艾默生用他的笔完美地阐述道：“诗人创作诗歌；牧人带领羊羔；农民栽种玉米；矿工发现宝石；水手遇见珊瑚和贝壳；画家描绘图画；女孩制作手绢。

”所以我们可以说，老师传授学问。

拉尔夫·布鲁克索斯的天赋是他内心和思想深处慷慨、丰富的智慧。

本书的信息彰显着拉尔夫固有的友善。

阅读时，你仿佛在和一个诚实智慧的朋友、明智的向导和关心你的教练交流。

相信你和我一样，将找到真正的自我。

我确信，读过本书的人将会彻底改变，且一生受益。

你即将享受到一顿独特和珍贵的大餐。

吉姆·塞西尔 《播种者的心》（The Heart of the Farmer）作者 客户服务和市场营销专家

## <<是时候改变啦>>

### 内容概要

《是时候改变啦》内容简介：改变总是很痛苦的。但当发生改变时，无论是否受伤，你都能从中受益，学习它，经历它，无论你相信与否，你都能为所经历的事感恩。你将不再因改变而担心、沮丧和恐惧，而是视改变为契机，变危机为回报。勇于改变、机智应变不仅有助于提高效益，同时也引导你学习新技术，增强适应力，经历全新的事物，甚至和你所爱的人更加亲近。

改变是千变万化的：经营策略的改变，不期而遇的裁员，经济大衰退，受伤，至爱亲朋离世，亲密关系破裂，以及不可多得的巨大商机，等等，你都可以趁机改变自己，只要你发现如何——在艰难中视改变为前进的动力在达到一种舒适的高度时，创造积极的改变，驾驭人类最伟大的力量，与团队成员及客户一起成功地转型，战胜改变带来的恐惧，成为“改变大师”。

## <<是时候改变啦>>

### 作者简介

作者：(美国)拉尔夫·布鲁克斯斯 (Ralph Bruksos)

译者：郑志勇 赖伟雄

拉尔夫·布鲁克斯斯，作家、培训师、咨询师，毕生研究“改变”对于组织与个人的影响。

在经营自己公司之前，拉尔夫·布鲁克斯斯曾在一个拥有千万美元资产的公司就职，该公司在全美拥有二十三家分公司。

在这家公司工作期间，他通过自身的努力，从一名销售人员成长为公司的总裁。

他深谙改变之道，他的经验将帮助你面对恐惧，改善关系，设立目标，并迈向更高的未来！

拉尔夫在爬山、跳伞等活动中战胜恐惧，业余时间担任出租船船长，坚持跑马拉松及三项全能挑战自我，把书中的信息在生活中展现了出来。

赖伟雄，1990年毕业于广州外国语学院(现“广东外语外贸大学”)英语系，曾经在知名外企工作了近十年时间。

从2000年开始创办几家教育型企业，积极引进国外先进的个人成长、领导力、人际关系、团队建造、健康等方面的教育培训资料，至今已引进了超过一百本国外优秀书籍和许多视听资料。

致力于为各位有志于成功的朋友提供优质的资源和帮助。

<<是时候改变啦>>

书籍目录

前言

引言

寻找益处

认识改变：它会给你带来什么

从改变的受害者到改变的主人

改变的八个阶段

从现在开始

第一阶段：舒适期

舒适期：当一切“都还不错”

是生存，还是生活

错误的“确信”与正确的“确信”

为何我们依赖自己所知道的

看准改变中的机会

总结

第二阶段：不适期

万事开头难

你下意识的习惯是什么

不必后悔过去，正是过去把你带到今天

你可以编写和重新编写你自己的剧本

今天，一个新篇章开始了

总结

第三阶段：分析期

“拉尔夫原则”和我们正确的需要

责备一旦开始，就会没完没了

怒气是破坏和睦的糟糕选择

难缠、粗鲁和恶人是我们间接的伟大老师

我到哪里，心也到哪里

允许自己成功

挖掘你已经知道的

成功的人让成功成为习惯

总结

第四阶段：探索期

把你的计划做得尽可能疯狂吧

因为25年后，它们看上去就会很一般了

有效的目标和结果紧密相连，而不是行动

订立目标，或者为别人的目标服务

人生最大的快乐之一是冒失败的风险

.....

第五阶段：试验期

第六阶段：决定期

第七阶段：承诺期

第八阶段：再循环

<<是时候改变啦>>

章节摘录

版权页：不久前我遇见一个年轻人，他给我讲了一个精彩的故事，很好地解释了拉尔夫原则。

早晨，我在健身房锻炼完毕后，站在盥洗台前刮胡子。

旁边有个年轻人也在刮胡子。

我介绍了自己，开始和他聊天。

他告诉我，他是一家大公司的会计师。

他的工作需要他经常旅行，只要有可能，他的太太都会陪着他。

我对此非常感兴趣，因为我很少看见带妻子旅行工作的男人。

他解释说，他妻子拥有一家精品屋，喜欢从艺术馆里获取灵感。

接着，他承认让妻子陪伴旅行的真正原因是：婚后六个月，当他被派往另一个城市负责一项为期三天的项目时，他们的婚姻出现了一些问题。

刚刚步入婚姻的他们，并不希望分开。

但他以为他只是离开家三天而已，所以不以为然。

但项目比原计划需要更长时间，一次又一次的延期，最后几个星期过去了。

在此期间，他考虑找一个周末飞回家看看妻子，但他的客户需要他周末加班工作。

他考虑让妻子飞过来看他，可是项目总好像即将完成似的。

会计师事务所不愿意付妻子的机票钱，而他则认为没有用这笔钱的必要，因为他很快就可以回家了。

最后，在离开家六个星期后，他终于在一个星期六的下午回到家。

<<是时候改变啦>>

媒体关注与评论

<<是时候改变啦>>

编辑推荐

《是时候改变啦》：应就变8部曲使你从“改变的受害者”成为“改变的主人”认清改变的8个阶段塑造全新的你和未来。

<<是时候改变啦>>

#### 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>