第一图书网, tushu007.com

<<你可以不只這樣！ >>

图书基本信息

书名：<<你可以不只這樣！
>>

13位ISBN编号：9789862410592

10位ISBN编号：9862410590

出版时间：天下雜誌股份有限公司

作者：耶胡達．席納（Yehuda Shinar） 著

页数：272

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

前言

【推薦序一】 千年的志氣 信義房屋董事長周俊吉 房地產忽然在今年成為火紅的焦點，產業的訊息極具戲劇性地不斷產出話題。
今天，我不是要談房地產的價量起伏，而是在全球景氣動向陰晴不定的大環境下，藉此書的一個角落談企業千年的志氣，如同本書書名「你可以不只這樣！
」我相信，只要企業和企業組成分子都有脫胎換骨的決心，不僅個人「可以不只這樣」，連企業都可以看見永續千年的信號。
本書在開端做了「贏家檢測」，針對贏家致勝的目標整理二十句關鍵口號。
第一句是「改變心態，就能改變思考的方式」。
回想 1987 年到 1989 年間，是台灣房地產的狂飆期，股價指數創下空前高峰，房地產市場行情大漲，特別是 1988、1989 年更是房價飆漲的全盛時期。
然而隔年，景氣猝然急轉直下，股市從一萬二千點狂瀉至二千點，房價重挫三成，同業以裁員、減薪、關店因應巨變。
約有三分之一的房仲同業消失，房地產市場彷彿驟然從盛夏進入寒冬。
可是，對信義房屋來說，我們的想法是「沒有不景氣，只有不爭氣」，在這樣的心態下，雖然信義房屋在當時規模非常小，但堅持「有多少店長，開多少店」，堅持先有好的人才，才能有好的服務品質。
同時，大手筆投資「基礎建設」，包括添購連線資訊設備、搬遷辦公室、製作「不動產說明書」等等。
那一年，信義房屋逆勢成長了 50 %。
這就是「改變心態」的贏家，在所有人的眼界都緊盯景氣變差時，「改變心態」思考客戶真正的利益，即使不景氣也有成長的機會。
也因為這種正面思考的力量，為信義房屋打下很好的基礎，也讓信義房屋在 1994 年成為房仲第一品牌。
從本書描寫致勝的關鍵，「改變心態、從缺點出發、不斷學習、再試一次、要自主、做到最好、達到巔峰」，文中不難看出「致勝」並不是要付出龐大代價，而是隨時捫心自問，當初努力向上的心，是不是一直都在？
企業亦然，企業真正的贏家是「顧客、同仁、股東、社會、環境」各方都獲利，提升產業的服務價值及品牌信任，不但會使產業躍升，而且顧客的數量會從台灣、中國擴散至全球，如長江大河之源源不絕。
若能時時莫忘創業的初心，千年企業並不是神話，台灣企業真的「可以不只這樣」。
【推薦序二】 原來，贏家都是這樣思考的 建國中學校長蔡炳坤 接到天下雜誌出版部寄來由耶胡達?席納（Yehuda Shinar）所撰寫，即將於近期出版的新書《Think Like a Winner》，我第一時間就被英國橄欖球隊伍爾德教練在推薦序中『令我驚訝的是，成為贏家的道理竟如此簡單！
致勝的藝術看起來很複雜，但席納將成功解碼，讓致勝藝術成為基本科學。
席納的致勝模式既簡約又實用。
』以及席納本人在前言中『最有名的經驗，就是與伍爾德教練一同工作，幫英格蘭橄欖隊從一支可能獲得獎盃的隊伍，成功蛻變為真正的贏家——贏得二〇〇三年世界盃橄欖球賽。
』這兩段話所深深吸引。
原因有二，其一是因為我所服務的建中，同樣擁有一支歷史悠久、戰績彪炳的英式橄欖球隊黑衫軍，其二是因為席納完全不懂英式橄欖球，同樣地我也不懂。
換句話說，等我汲取席納致勝的祕訣，或有可能帶領建中黑衫軍稱霸世界！
事實上，在我讀過全書後發現，祕訣並不存在，有的只是積極樂觀的態度，以及正向思考模式的建立，才是致勝的關鍵所在。
作者稱得上是一名致勝學的引導者，集十八年的科學探討、實務經驗，研究過三千多件來自不同文化與背景的個案後，從中發現了一個有意義的共同法則「思考模式」。

他並從著名心理學家馬斯洛（Abraham Maslow）的需求階層理論（Hierarchy of Needs）得到了一個靈感，發展出一套普遍適用的金字塔型「贏家模式」。
前者「思考模式」包括十二項致勝法則，作者稱之為Thinking Correctly Under Pressure（壓力下正確思考），簡稱 T-CUP；後者「贏家模式」涵蓋四個重要的階段——崇高奮鬥者、正確思考者、技巧精練者與持續檢討者，四個階段各有深刻意義。
　　在我看來，「思考模式」與「贏家模式」是可以密切相配合的。
一至四T-CUP：包括創造機會、把握機會、維持動力、奮力做到最好，屬於崇高奮鬥者的特質；五至八T-CUP：包括避免無謂的困境、專注有效的作為、放棄無效的作為、回到基本面，屬於正確思考者的特質；九至十二T-CUP：包括增進自我控制的能力、做正確的決定、學習在壓力下成長、善用時間，屬於技巧精練者的特質；至於持續檢討者，則貫串在一至十二T-CUP之間，持續不斷地檢討。
作者為我們找到了贏家的DNA，那DNA便是十二項致勝法則T-CUP，看起來簡單，並沒有太深奧的學問；做起來容易，也沒有太繁複的程序。
但卻是深富成功的哲理與教育的意涵，值得讀者細細品味箇中道理，並親身體驗贏家之道。
　　我以本校樂旗隊最近在德國參加2010年世界樂旗大賽獲得冠軍為例，我從同學們、師長教練們的口中，清楚地了解到行前四個月苦練的種種心路歷程、在德國參賽期間所面臨的心理壓力，以及奪冠之後的心情故事，我試著用十二項致勝法則T-CUP加以檢視，竟然都相當吻合，好像是量身打造而成，真是太神奇了！
原來，贏家都是這樣思考的。
這讓我更加堅定地相信作者所言『即便面臨壓力與（或）競爭，能將個人潛力發揮到極致者，就是贏家。
』、『贏家的特質就是創造正向、具建設性的內在競爭欲望，驅動自己提升生產力，並達到成效。
』　【推薦序三】　證明自己的不平凡　跆拳道國手蘇麗文　當我看完這本書，我禁不住地會心一笑，從這本書裡我居然看見了我二十年的運動人生剪影。
以前，我必須用很多失敗和挫折，來換取這本書裡所寫的每個要點；現在，作者為我們歸納了成功的公式，只要善加運用書中的致勝法則，你也能創造屬於自己的勝利，讓每個像我一樣平凡的人都能贏得成功。
　　這不只是一本平面書籍，這也是你的生活伴侶，可以在現實生活中陪你度過每一天，只要你能實際運用書中的十二項贏家行為法則，我相信，這本書也會變成你成功的剪影！
用行動來證明自己的不平凡吧！

内容概要

天份、智商、豐富的經驗都不重要　　你可以不只這樣！
「致勝企業」創辦人、全球知名生活顧問、筆象學家、蘇格蘭運動基金會顧問耶胡達?席納（Yehuda Shinar），收集超過4500份真實案例，發現容易成功的人靠的不是天份，不是智商，也不是豐富的經驗，成功沒有值得驚訝的地方。
本書讓你清楚瞭解自己思考方式與情緒反應，掌握12個在壓力下正確思考的方法， 每個人都可以將壓力變成推力，將個人表現發揮到極致！

作者简介

耶胡達?席納（Yehuda Shinar） 著名的筆象學家，鑽研字跡所反映出來的人格特質，為各企業尋找人才。
他在以色列創辦的「致勝企業」，致力幫助人們充分發揮潛能，獲得成功與勝利。
他與全世界朋友共同發展出的致勝行為法則深獲各界好評，成就許多運動賽事，也在體育界寫下傳奇的一頁。
其中最為人稱道的就是成功協助英格蘭橄欖球隊擊敗常勝軍澳洲隊，首度摘下二〇〇三年世界盃橄欖球賽寶座。
也在二〇〇五年協助休斯（Mark Hughes）帶領布萊克本流浪者球隊四十年來首度晉身足總盃四強。
席納更在二〇〇六年幫助蘇格蘭在大英國協運動會（Commonwealth Games）上打破紀錄，一共摘下二十九面獎章、十一面金牌。
席納的致勝法則不僅在體育界發光發熱，也照亮了許多企業，包括蘇格蘭皇家銀行（Royal Bank of Scotland）、英國西敏銀行（National Westminster Bank）、倫敦首都電台（Capital Radio）以及蘇格蘭體育協會（Scottish Institute of Sport）等。

<<你可以不只這樣！ >

书籍目录

? 推薦序一　千年的志氣? 推薦序二　原來，贏家都是這樣思考的? 推薦序三　證明自己的不平凡? 前言 就是要教你贏第一章 贏家檢測目標：1. 超完美觀察術2. 寫下來，成功離你不太遠3. 就是要致勝關鍵口號第二章 打好勝利的基石目標：1. 4 種特質讓你百戰百勝2. 成功的 12 項行為公式3. 追捕勝利，從設定目標開始第三章 用正面思考打通任督二脈目標：1. 贏家型樂觀腦2. 別讓宿命論害了你3. 正面思考，條條大路通羅馬第四章 自信是孕育成功的搖籃目標：1. 今天有自信，明天有機會2. 用百分比為自己打分數3. 10 大信心法則，讓你對負面思維免疫第五章 去「做」就對了——落實致勝行為目標：1. 做好準備，1 分鐘打造成功2. 把握機會，回到最安全的基本面3. 持續跑步，不要當不小心睡著的兔子第六章 「簡單」打造好運氣目標：1.「單純」讓好運上門2. 先別急著慶功——成功也要檢討3. 學會相信直覺的好時機4. 千萬不要自找麻煩第七章 用對戰術打勝仗目標：1. 東西沒壞不必修，戰術有效繼續用2. 多準備個籃子裝雞蛋3. 小洞不補，大洞吃苦——及時更正錯誤第八章 好決策讓你好成功目標：1. 思考，即使只有幾秒也好2. 擺脫拖延的壞習慣3. 10 招教你制定好決策第九章 把壓力化為推力目標：1. 面對它、處理它、放下它2. 好眼色讓你佔上風3. 休息一下，重新開機第十章 善用每一分鐘目標：1. 找回迷路的時間2. 分派工作，鬆綁時間3. 學會說「不」的藝術4. 永遠多留 10 分鐘第十一章 勇往直前 贏得勝利目標：1. 相信自己值得成功2. 不要對自己食言3. 挫折是位好老師

章节摘录

為什麼要看這本書？
在回答這個問題前，請先看看下列的問題：　　希望擁有更多自信嗎？
在壓力下有時深感驚慌嗎？
常巴不得擁有更多時間嗎？
希望自己不要拖延事情嗎？
曾懷疑自己，並希望自己能更果決嗎？
害怕失敗嗎？
希望對生活的掌握度更高嗎？
希望在一對一的狀況下表現得更好嗎？
希望在一段關係裡更成功嗎？
希望改進自己的溝通技巧嗎？
希望自己能完成不擅長的事情嗎？
希望自己不再擔憂、告別沮喪嗎？
希望別人能更尊敬你嗎？
希望別人能適度讚美你嗎？
希望受到更多人歡迎嗎？
希望自己做事更有規劃嗎？
曾因為自己比不上朋友而覺得沮喪、嫉妒嗎？
曾面對一項對你而言很重要的挑戰，卻因為太害怕而不敢嘗試嗎？
你希望自己對以上問題能答出更多「不」的答案嗎？
如果誠實面對自己，且對上述問題的答案都是「不」的話，恭喜你，你並不需要本書，請將本書轉贈他人。
如果你有部分或所有答案都是肯定的，那麼，本書可說專為你而設計。
事實上，本書能以非常正面的方式扭轉你的生活。
你也可以成為贏家　　今天以前，或許你從不認為自己像個贏家，不過，只要遵循即將讀到的建議，我保證你能馬上開始步上連綿的凱旋之路。
你不必自己苦苦挖掘內在的贏家潛力，因為這本書能讓你輕鬆了解致勝關鍵。
怎麼做呢？
我將在書中一一解答。
我會從非常基本的地方開始，教你如何辨識自己的成功是因為做對了什麼事，而失敗又是因為做錯了什麼。
如此一來，就能不斷複製正確的行為，讓失敗的機會大幅減少。
就是這麼簡單，人人都辦得到。
成為贏家的概念對你而言可能相當陌生，你甚至從來不覺得成為贏家有那麼吸引人，因為這個想法可能會引發激烈的競爭。
如果從生活中的成功與幸福著眼著眼，我想每個人都會想成為贏家。
我們希望自己是成功的、開心的、幸運的，盼望夢想能實現，對生活能有更準確的掌握。
這些都不只是希望，而是基本的人類需求——激發我們生存的動力。
讓我們直接切入問題，看看一些說法，你現在可能不贊同，但讀完這本書後，我相信你會頻頻點頭。
要成為贏家，不必非得天賦異稟。
要把事情做好，不必非得聰明過人。
想要成功，不必非得經驗老到。
想要不錯的生活水準，不必非得家財萬貫。
當然，天賦異稟、聰明過人、經驗老到、非常富有等條件，都能為人生加分；但是，不論你是誰

，想要達成什麼目標，天賦、智商或經驗如何，你都能成為贏家。
我的贏家模式正是在此前提下發展。
不論男女、年紀或背景，只要身體力行，生活一定會發生革命性的變化，包括你在內。
...看全部

媒体关注与评论

周俊吉　信義房屋董事長　　黑幼龍　卡內基訓練負責人　　蔡炳坤　建國中學校長　　蘇麗文　跆拳道國手　　好評推薦　　「只要有脫胎換骨的決心，不僅個人『可以不只這樣』，連企業都可以看見永續千年的信號。
」　　——信義房屋董事長　周俊吉　　「十二項致勝法則深富成功的哲理與教育的意涵，值得讀者細細品味箇中道理，並親身體驗贏家之道。
」　　——台北市立建國中學校長　蔡炳坤　　「我不禁會心一笑，書中居然是我二十年的運動人生剪影，我相信，

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