

《找到想做的事，擁有無悔人生》

图书基本信息

书名：《找到想做的事，擁有無悔人生》

13位ISBN编号：9789862722831

10位ISBN编号：9862722835

出版时间：2012-12-8

出版社：商周出版

作者：古川武士

页数：224

译者：邱香凝

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《找到想做的事，擁有無悔人生》

內容概要

《找到想做的事，擁有無悔人生》

作者簡介

古川武士

關西大學畢業後曾任職日立製作所，二 六年獨立創業。現任習慣化顧問公司董事長。在訓練、NLP（神經語言程式學）的專業領域中指導過一萬三千五百名上班族，也指導過一百三十二位創投企業經營者。著眼並研究卓越的成功人士們共同擁有的「習慣化能力」。從「技術而非概念」的角度歸納「持續」的方法，開發他獨創的習慣化方法。

現在，以「習慣是人的第二天性」為格言，對於不知如何制定員工教育的企業提供研習、諮詢服務，針對具有高度成長意願的個人也提供研討、諮詢課程。

《找到想做的事，擁有無悔人生》

書籍目錄

只要找到想做的事，就能獲得良性循環的人生——前言

第1章 為什麼無法找到想做的事？

良性循環讓你做想做的事，過想過的生活

命運之星在你內心閃爍

培養對WANT的感受力

必然與偶然的連鎖造成命運

令WANT的感受力變遲鈍的「四個煞車」

煞車1 MUST（對自己的義務）

煞車2 CAN'T（對自己的設限）

煞車3 WORRY（來自他人的評價）

煞車4 DON'T（來自他人的反對）

用三個層次來思考想做的事

人生層次的WANT（BIG WANT）

生活層次的WANT（MIDDLE WANT）

日常層次的WANT（SMALL WANT）

以WANT為優先，人生就能順利運轉

人生就是一場找到想做的事，並去實踐的旅程

「找到自己想做的事的人」訪談1 設計家具社長 小澤良介先生

第2章 找出內心的興奮與期待，養成「發現的習慣」

發現的習慣有兩個目的

熟知自己內心的需求

需求1 對自我的需求

需求2 對他人的需求

繪製需求的地圖

製作WANT 清單

製作日常層次的WANT清單

製作生活層次的WANT清單

製作人生層次的WANT清單

「找到自己想做的事的人」訪談2（株）TAKARA TOMY A.R.T.S 遠藤千咲小姐

第3章 放開內心的煞車，養成「行動的習慣」

只要行動，就能更靠近「想做的事」

找到促成行動的「小機會」

「開除」時間

放開內心的「四個煞車」

煞車1 減少MUST

煞車2 解除CAN'T

煞車3 減輕WORRY

煞車4 調整DON'T

以「設定期限」的方式展開行動

以「嬰兒學步」的方式展開行動

「找到自己想做的事的人」訪談3 網頁設計師 山田玲子小姐

第4章 對內心的聲音更敏感，養成「遵循直覺的習慣」

善用「直覺」

跟著直覺走，人生的抉擇就不會出錯

活得越簡單，就越能聽清楚內心的聲音

六個直覺開關

直覺開關1 冥想

《找到想做的事，擁有無悔人生》

直覺開關2 運動

直覺開關3 一個人旅行

直覺開關4 幻想

直覺開關5 對話

直覺開關6 非日常

Don't think , FEEL !

感覺之後，用理性驗證

三個習慣發揮相輔相成的效果

「找到自己想做的事的人」訪談4 譯者 金子一雄先生

第5章 找到「想做的事」而改變了人生的三個故事

故事1 想擁有無悔的就職活動（二十一歲 大學生A君的案例）

故事2 想從事「值得去做」的工作（二十八歲 製造商業務員B先生的案例）

故事3 想脫離只有工作的人生（三十二歲 商社會計C子小姐的案例）

為了不使人生陷入後悔，現在立刻行動——後記

《找到想做的事，擁有無悔人生》

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:www.tushu000.com