

《人生有Take 2》

图书基本信息

书名：《人生有Take 2》

13位ISBN编号：9789888276352

出版时间：2015-7-15

作者：蔣慧瑜,芝麻羔

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

《人生有Take 2》

內容概要

人生上半場，似乎有很多都不是我們自己的選擇——可能是父母為我們選擇的學校；可能是朋輩影響選擇的專科；也可能是受社會環境因素而決定的職業。然後，總有某個時刻，你突然有所感悟，不禁問自己：「我餘下的一生，就要這樣過嗎？」

當你開始思考這個問題的時候，或許就是你人生下半場的開始了。下半場是不是有改變你人生的可能性呢？最重要的，是你能否發現自己的真正核心價值，改變心態，重新啟動你的下半場。

《人生有Take 2》為你送上不同的故事，讓你看到一個個真實的個案，不同的人如何經歷了事業、愛情、家庭、人際關係及價值觀的感悟時刻，從此用新的態度去面對人生下半場。

書中故事包括：

- 《昔日是「飛女」，今日是老師》：昔日的壞女孩因為老師和爸爸的愛，而重新做人，最後成為教師；
- 《千金小姐的選擇題》：千金小姐放棄藝術夢，為了父母扛起家業，成為「台灣錦鯉女王」；
- 《忙於工作，忘了愛你》：亞太區總經理從大忙人變成自由人後，才明白家人的重要性……

每個故事附設反省問題及行動建議，讓讀者在感悟的同時，可以反省自己的狀況，並開始坐言起行，打好人生下半場。

本書有軟性的故事，又有實用性的工具部分，是一本感性與理性兼備的心靈書。

賣點：

1. 書中每個故事均來自真人真事的經歷，看著個主人翁經歷事業、愛情、家庭的起跌，或許當中也有你的故事。
 2. 人生總有來到瓶口位的時候，蔣慧瑜以正向心理學，引導讀者思考，探索自己內心，尋找人生新方向。
 3. 每個故事附有Action Plan，分「檢視」及「行動」兩部分。「檢視」部分設有多條思考題目，讀者可以循著這些問題，反思自己的人生，看看是否和主人翁一樣，正面臨人生的考驗；也思考一下，是否需要重新啟動人生下半場。
 4. 「行動」部分幫助希望重整人生的讀者，一步一步評估自己的需要及現實情況，找到正確、切合自己的人生方向，相當實用。
 5. 故事後還設有「資源介紹」的部分，讓讀者可以利用附上的網頁和相關資料，向有關機構查詢和求助。
- 全新風格包裝，配以心靈插畫師芝麻羔插畫多幅，知性細膩，加上作者體己的分析和分享，讓讀者擺脫迷惘，重新找到將來的人生方向。

《人生有Take 2》

作者簡介

蔣慧瑜（Annie Chiang），員工培訓及團隊訓練導師，資深註冊社工，心理學（榮譽）學士，社會科學碩士，T-JTA性格評估執行師，NLP（身心語言程式學）高級執行師（Master Practitioner）及「時間線心理治療」執行師。

筆者從事輔導工作多年，喜歡利用小故事作為輔導的工具，以啟發當事人的思考，因為她深信，每個人都有能力成長得更好、活得更健康，當人可以換個角度看事物，總會找到新的出路，輔導的成功，往往是源於轉念之間。

創辦網上互動心靈雜誌「心靈Bistro」，提供有關心理學、九型人格及NLP的資訊，「心靈Bistro」更曾被Yahoo Hong Kong評選為100個精選Blog之一。

今天，且聽聽蔣姑娘分享她所聽過和經歷過的逆境故事，與大家一起尋找從逆境回彈的方法。

Facebook：<http://www.facebook.com/chiangwaiyuannie>

新浪微博：<http://weibo.com/chiangwaiyuanni>

《人生有Take 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:www.tushu000.com