

<<健康经理人>>

图书基本信息

书名：<<健康经理人>>

13位ISBN编号：9787208058866

10位ISBN编号：7208058865

出版时间：2005-10

出版时间：上海人民出版社

作者：(英)詹姆斯·坎贝尔·奎克卡里·库珀乔纳森·奎克乔安妮·加文

页数：184

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>

<<健康经理人>>

内容概要

事业成功要与身体健康、心灵快乐同行，才能体现出生命的多姿与美丽!《健康经理人》介绍了一套全面管理健康的积极方法。

书中有大量的案例分析——从西奥多·罗斯福到温斯顿·丘吉尔，从杰克·韦尔奇到老约翰·洛克菲勒，你不仅能从中学到成功者的经验，还可以从那些不注意为自己健康投资的人身上得到警示。

健康经理人，像经营资产一样掌管你的健康吧! 从现在开始!

<<健康经理人>>

作者简介

詹姆斯·坎贝尔·奎克：德克萨斯大学阿灵顿分校组织行为学教授，工商管理博士课程负责人。美国工业与组织心理学协会会员。

<<健康经理人>>

书籍目录

致谢序本书的提纲第一部分 你最大的资产：请为了日后的成功掌管好你的健康第一章 竞争、冲突与高管人员的健康第二部分 风险经营：对高管人员健康的威胁第二章 致命的弱点：风险与要害第三章 发号施令的孤独感第四章 工作需求与出差第五章 职业危机与个人悲剧第三部分 建立优势与平衡第六章 身体健康第七章 心理健康第八章 精神活力第九章 道德品性第四部分 自立的高管人员第十章 一个谋求成就与成功的安全平台附录 健康评估及推介译后记

<<健康经理人>>

章节摘录

风险与要害 美国文化中有一个约翰·韦恩缔造的神话。这个神话是虚假的，它影响到我们对约翰·韦恩留下的电影遗产做出公正的评判。在约翰·韦恩的神话中，成熟的男人应该强壮、独立、富有男子汉气概且无坚不摧。这种感觉在某些努力向这种男人学习的女人身上也体现出来。约翰·韦恩的神话让人们否认自己存在要害、弱点和缺陷。而事实上，只有当这些要害、弱点和缺陷得到人们的认可和理解时，各种资源、策略、工具和人际关系才能真正解决高管人员所需。

仔细回顾一下约翰·韦恩拍的西部片和战争片，我们会发现，一直有一群拥戴者紧密团结在他周围——他们为权利、为正义、为美国人的立场而战。

他们互相提携，共同攻克一个又一个难关。

商界也有类似的故事和英雄人物。

20世纪80年代初，当克莱斯勒汽车公司第一次在生存线上挣扎时，公司准备聘请福特汽车公司前首席执行官李·艾科卡加盟。

艾科卡先生没有像单枪匹马拯救公司的孤胆英雄（顺带提一下，约翰·韦恩从未塑造过这类人物）一样加盟克莱斯勒汽车公司，因为这种行为很鲁莽也很冒险。

相反，艾科卡先生汲取了约翰·韦恩神话中真正的精髓，精心挑选了一个专家团队来接管这家公司，其中不乏那些他信得过的福特汽车公司前任高管人员与一般管理人员。

他后来说，自己在这场战争中堪称是拯救克莱斯勒汽车公司的大将军。

而事实也确实如此，他大大充实了美国国库，从而保证了银行能及时充分地提供贷款来拯救公司。

高管人员与一般管理人员在确定自身的风险与要害因素时，应该从哪里开始呢？

首当其冲的当数家族史，也就是了解自己祖先的寿命、死因以及经历的主要健康问题，而且，如果能多追溯几代就更好了。

当然，在那些与我们合作过的高管人员与一般管理人员中有些是被人收养的，因此不可能追溯到自己的家族史。

这的确非常不幸，因为这些信息的缺失不能让他们从自己的家族病史存在的健康隐患和问题中解放出来。

家族史健康评估对于高管人员与一般管理人员明白自己的要害大有帮助。

.....

<<健康经理人>>

媒体关注与评论

当今世界，高管层的健康已成了一个公司最宝贵的资产之一，同时也是一种可能存在的负债。这本实用的指南性读物让我们能在荆棘丛生的商场中自如地避开个人与职业风险。

——鲍勃·罗森博士，国际健康公司CEO，著有《全球意识、领导者与健康的公司》一书 这本指南性读物能帮助高管人员更好地平衡工作与生活之间的关系，并在一定程度上确保他们的员工也从中受益。

——帕特丽夏·休伊特，国会成员，英国政府贸易与工业国务大臣 亲历过高管层压力带给我的众多负面影响（45岁那年经历了两次心脏病突发和一次四重旁路手术）之后，我发现我们应该用一种更深邃的眼光去审视有关压力的话题。

——李·瑟伯恩，闪网通信公司前CEO 本书介绍的这些知识或建议本应该在商学院里学到的，而事实上，却没有。

——特里·莱希爵士·特易购CEO

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>