第一图书网, tushu007.com

<<不生氣的技術>>

图书基本信息

书名：<<不生氣的技術>>

13位ISBN编号：9789862722718

10位ISBN编号：9862722711

出版时间：2012-10-30

出版时间：商周出版

作者：嶋津良智

译者：朱麗真

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

内容概要

卡內基訓練大中華地區負責人 黑幼龍 推薦
結果不會因為生氣改變，卻可以因為不生氣贏得逆轉！

日本出版至今，熱銷突破650,000冊！

亞馬遜書店讀者5顆星盛讚！

年度最具口碑影響力的個人成長類書籍！

100%的人都會生氣，
但卻有90%的人無法妥善收拾生氣過後的殘局！

其實，情緒是可以控制的。

每件事情發生的當下，
一定都有「生氣」與「不生氣」兩種選項，
只因為你選擇了生氣，所以才會生氣！

過去，我用生氣待人、溝通、管理，
以為這是最有效率的方法，卻因此陷入低潮；
但自從決定不生氣後，人生竟自動往好的方向發展……
22歲以第一名成績進入創投公司、24歲成為最年輕的業務部長。
三個月內，業績全國第一、28歲獨立創業、29歲成立銷售資訊通訊機器的公司、32歲併購三家出資公司。
五年內讓公司年營業額成長到五十二億日圓。
公開發行股票……
據估計，若和全球63億人口每人見面1秒大約就要200年，
可見，每天出現在我們身旁的人、事、物幾乎都是「奇蹟」。

很多時候，眼前的生氣必須歸咎於過去的某些錯誤，
所以從現在開始，當你怒氣難抑時，請轉換念頭，
感謝對方的一言一行，都將成為你人生中的負面教材。

生氣只是淺層情緒，請找出生氣當下的深層情緒。

● 男（女）友約會遲到，事先沒以電話聯繫。
心裡不斷想著：「待會等他（她）來，一定要狠狠痛罵他（她）!」
迳此時自己的深層情緒是「擔心」。
因為擔心對方是否半路發生意外，感到不安而表現煩躁。

● 虛心向老闆請教事情，竟遭來大聲斥責。
心想：「這種人真是不可理喻，離職算了！
」
迳此時老闆的深層情緒是「焦急」。
因為每天要處理的事務很多，太過忙碌而口氣匆促。

● 明明決定看完節目就要認真讀書，可是媽媽卻突然出現：「你到底要看到什麼時候？讀書有看電視這麼認真就好了！
」
迳此時媽媽的深層情緒是「關心」。
因為關心孩子學業，才急於出面制止。

沒有人可以讓別人生氣，只有自己才能決定生氣與否。
更多內容，請見《不生氣的技術》。

作者简介

嶋津良智
大學畢業後進入IT創投公司工作，是同梯一百人中業績最好的一人，成績獲得公司肯定，二十四歲獲拔擢成為最年輕的業務部長，短短三個月，部門成績衝到全國第一。
之後在二十八歲創業成立公司，擔任總經理。
隔年，在因緣際會下與兩位經營者成立銷售資訊通訊機器的公司，三年後併購三家出資公司，用五年的時間讓公司年營業額成長到五十二億日圓，並在二〇〇四年五月公開發行股票（IPO）。

二〇〇五年企業醜聞頻傳，為日本領袖的為人處事敲響警鐘，讓人重新思考「領袖的存在意義為何」、「領袖應該負起的真正作用為何」、「領袖要用什麼來對人類、企業、社會做出貢獻」，他提倡獨到的領袖教育，並成立教育機構領袖學院株式會社，要培育肩負下一代的領袖。

現在將據點移到新加坡，幫助提高業績的他所獨創的課程「主管學」博得好評，也受邀演講、舉辦企業研習、提供顧問諮詢服務。
另外，他也善用自身兩次公開發行股票的經驗，以顧問、外聘董事的身分參與企業經營，提供企業經營團隊建議。

並透過個人發行的電子報「領袖學院課程」，免費分享在兩次公開發行股票的過程中獲得的寶貴經驗。
此外，他與五位暢銷作家兼創投企業經營者組成志工團體『JBN（Japanese Business Network）』，為協助活躍世界各地的日本實業家、商務人士，在世界各國開辦商務研討會。

主要著作
《順利指揮女性下屬的主管力量》（日本能率協會管理中心）
《不要被主管擺布！
要善用主管！
》（PHP研究所）
《工作的拉筋運動》（大和書房）
《所以公司才不賺錢！
》（日本實業出版）
《下雨也要開心！
》（佛勒斯特出版）
《理所當然卻總是做不到 主管的規則》（明日香出版）
《所以部下不追隨你！
》（日本實業出版）等

第一图书网, tushu007.com

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