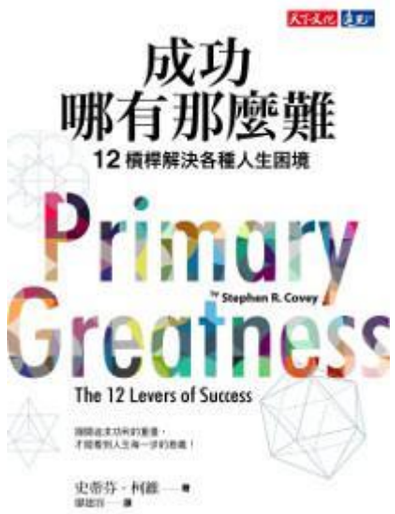
悅讀佈告欄

聖心女中圖書館製作 112.12.27



成功哪有那麼難

作　者：史蒂芬・柯維

譯　者：廖建容

出版社：天下雜誌

撥開追求功利的重量
才能看到人生每一步
的意義！

內容簡介

許多人把成功與外在成就混為一談，有的人雖然擁有過人成就，卻人際關係失和、常感內心空虛，因為真正的成功關鍵，不只在於你得到多少成就，而在於你想成為什麼樣的人。

在這本充滿創造性洞見的作品中，管理學大師柯維總結成功的首要，在於善用 12 種槓桿之力：正直、貢獻、優先目標、犧牲奉獻、服務、責任、忠誠、相互性、多元性、持續學習、自我更新與教學相長，這些原則將幫助你移除成功路上的大小障礙，活出有意義的人生。世界在變，依循書中提出的重要原則而行，你才得以擺脫對外在成就的執著，移除阻礙你找到生命意義的種種心魔。你將從追逐外在成就表象的人生，轉而迎接擁有深刻平靜、滿足與智慧的人生。你會發現，生活沒有你想的那麼苦，成功也沒有你以為的那麼難。

撥開追求功利的重量，才能看到人生每一步的意義！阿基米德說：「只要給我一根夠長的槓桿……我就能移動這個世界！」人生充滿各種難題，有人很快走出低潮，但許多人卻常被困住。每當面臨挫折與困境，管理學大師柯維總會問自己：真有按照正確的原則而行嗎？還是迷失於外在的成就？這樣的深省，也是你我生命最大的叩問。全新 12 槓桿原則，完整重現柯維一生的智慧精華，將幫助你重整目標，達成心靈富裕的成功人生，你會發現，解決工作與生活中的各種難題變得容易多了。

資料來源：誠品線上

一個人的會議時間

作　者：山﨑拓巳

譯　者：張智淵

出版社：大田出版司

學會跟自己開會，
才懂得怎麼樣經營，
「自己」這家公司

內容簡介

一天只要 10 分鐘，告別不安、瞎忙的人生。

你現在該做什麼？

啊，突然想到那件事進行得怎麼樣了？

你有點擔心，可是，也不曉得擔心什麼……

你一直處於「莫名」之中，整天在公司感覺瞎忙，瞎忙，瞎忙。

你無法集中精神，迷失了想集中精神的目標？

或者想集中精神去做的事，天呀，已經堆積如山了……

要專注力，沒有專注力；要點子，沒有新點子，

原因很簡單，因為你太輕忽與放任一個人的時間了！

每天早上只要 10 分鐘，就可以解決以上你的疑問與改變你的焦慮。

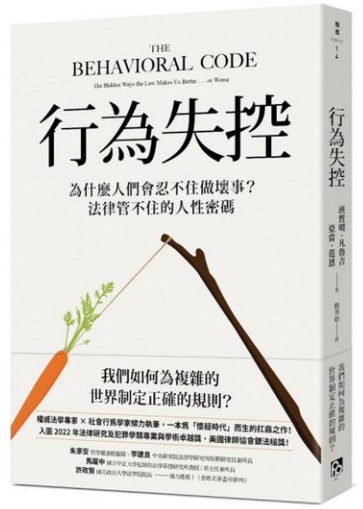
現在試著做做看：

1. 學會跟自己報告近況。
2. To Do 清單就是自己的夢想清單。
3. 轉換問自己的方式：變成怎樣才好改成→怎麼做才好呢？

來！一面跟自己開會，一面傾聽自己的心聲。

Enjoy Yourself！

資料來源：誠品線上



行為失控

作　者：班哲明・凡魯吉

譯　者：簡秀如

出版社：平安文化

為甚麼人們會忍不住做壞事？
法律管不住的人性密碼

內容簡介

許多犯人出獄之後很快再犯，「懲罰」是解決問題的最佳手段嗎？很多人相信「亂世要用重典」，但就算輕罪重罰，嚇阻作用也只有 2%？

「買車票抽大獎」比起「高額罰款」，更能遏止逃票的行為？

不用罰錢，只要用惱人的「警報聲」就能讓人們乖乖繫上安全帶？

新冠肺炎肆虐，想要防疫成功，政府要先了解人們的「行為密碼」？

從小到大，我們總是習慣「棒子與紅蘿蔔」的獎懲機制，而這套賞罰分明的規則也體現在法律上，規範著我們的生活。但為什麼人人都知道犯法要付出代價，酒駕肇事仍舊頻繁、暴力事件層出不窮、毒品犯罪防不勝防？

研究顯示，一旦法條的設計違背人類的認知與行為模式，不僅難以有效遏止犯罪，還可能導致治安惡化。因為比起理性思考，人類更傾向透過「直覺」來理解法律。無所不在的宣傳海報、洗腦口號，比起客觀和邏輯，更容易深入人的潛意識，從本質上改變我們的思考模式。惟有從犯罪的「動機」出發，並著重「行為」本身，才能真正防微杜漸、解決問題。

《行為失控》結合法學專業與行為科學分析，提出解決社會問題的 6 個有效途徑，以及 3 個改變人們行為模式的改革方向，對執法過當、貪瀆、竊盜、販毒、性侵、殺人等犯罪議題進行思辨，不論你是否相信法律，這本書都能幫助我們洞悉人性本質，保護自己，並打造更理想的社會。

資料來源：誠品線上