

<<激励>>

图书基本信息

<<激励>>

前言

<<激励>>

内容概要

怨天尤人吗？

99.9%的人，永远对自己有不满意的地方。

恨铁不成钢吗？

80%的孩子，不爱读书或讨厌学习。

力不从心吗？

50%的员工，只投注必要心力，保住饭碗就好。

作者历经20多年研究，与10,000多位成功人士合作，发现其实天下没有无法被激励的人，人人都具有超级马力，但每个人的激励模式就像指纹一样独特，会受到6大激励因子影响。

只要洞悉自己的激励类型，就能激发动机、维持斗志、摆脱沮丧因子，从此你会看到：全新的自己、上进的孩子，以及勤奋的员工。

<<激励>>

作者简介

塔玛拉·罗葳 (Tamara
Lowe) 15岁时，她因为吸毒及贩毒，被逮捕入狱。
长大后，她成为美国著名激励大师，并创立了全美最大的激励机构Get
Motivated，成功激励超过200万人，学员遍及70余国。
更担任美国五任总统，以及许多政商名流、运动明星的咨询顾问。
与特雷莎修

<<激励>>

书籍目录

推荐序 成功属于获得激励的人 鲁道夫·朱利安尼

PART1 没有无法被激励的人

你为何缺乏动力？

从害虫到激励大师 / 动力是成功的汽油

解开动力密码 / 激励四大定律 / 三个简单的指标

六大激励因子 / 让你发光发热的成就区

你是哪一种激励类型？

激励DNA量表 / 八大激励类型

进驻成就区的秘密

有动力的人更健康、更富有 / 激励所有人的六项因子

帮助你达成目标的三个诀窍 / 危急情况也能利用激励DNA

你也可以有效激励他人

动力就等于获利 / 聘用有动力的人，激励被聘用的人

四种常见的激励模式 / 人人都容易了解的激励DNA

择你所爱，爱你所选 / 三种方法找出他人激励类型

如何激励他人？

PART2 六大激励因子

面对任务导向型时直接一点

任务导向型的「A型」人格 / 如何和他们沟通？

乐观主义的思考模式 / 职场中的坦克车

对事对人都冲冲冲 / 任务导向型如何影响他人

给任务导向型的建议 / 任务导向型眼中的自己

请多与关系导向型说说话

关系导向型的顺从天性 / 如何和他们沟通？

集思广益的思考模式 / 职场中的工蜂

永远的和事佬 / 关系导向型如何影响他人

给关系导向型的建议 / 关系导向型眼中的自己

提供偏好稳定型够多的事实

偏好稳定型的高精准度 / 如何和他们沟通？

严谨清晰的思考模式 / 职场中的纠察队

延后玩乐、天生慢熟 / 偏好稳定型如何影响他人

给偏好稳定型的建议 / 偏好稳定型眼中的自己

擅长图像沟通的偏好变化型

偏好变化型的洒脱性格 / 如何和他们沟通？

变化多端的思考模式 / 职场中的未来派

喜爱刺激、追求乐趣 / 偏好变化型如何影响他人

给偏好变化型的建议 / 偏好变化型眼中的自己

重视感觉与价值的精神奖赏型

<<激励>>

精神奖赏型的大我精神 / 如何和他们沟通？

探究到底的思考模式 / 职场中的精神领袖
乐于奉献的义工 / 精神奖赏型如何影响他人
给精神奖赏型的建议 / 精神奖赏型眼中的自己
高薪是物质奖赏型成功指标
物质奖赏型的求胜心 / 如何和他们沟通？

追求结果的思考模式 / 职场中的前锋
喜欢照顾人的老大性格 / 物质奖赏型如何影响他人
给物质奖赏型的建议 / 物质奖赏型眼中的自己

PART3 好孩子是激励出来的

家有小野兽的两个时期
需要你保护、教导的婴幼儿期 / 需要你欣赏、肯定的童年期
家有小大人的两个时期
需要你倾听的青少年期 / 需要你友谊的青年期
培养出乐在学习的孩子
提升孩子学习力的五大关键

PART4 规划自己的圆满人生

拟定目标
从结尾开始，规画未来 / 列出所有可用资源
找出可能会遇到的障碍 / 争取可以协助你的人和组织
一步一步来，勿躁进
贯彻到底
击败你心中的魔鬼 / 运用激励DNA才能维持动力
麦可·乔丹也曾一再失败
五大目标都要能登峰造极
登峰造极的秘密 / 事业生涯突飞猛进的七大关键
致富的五大关键 / 精神满足的三大秘密
维系关系的五种方法 / 完美健康的五大支柱
人生的下半场仍未结束

附录A 你的短期挑战计划

附录B 你的人生十大目标

<<激励>>

章节摘录

你为何缺乏动力？

二十八年前，当我还在吸毒和贩毒的时候，如果有人告诉我，我很快就会跟美国总统和世界各国的领导人一起工作，我一定会认为这些人跟我一样也嗑药了！

我在纽奥良街头长大，那是个狂欢节（Mardi Gras）从不结束的地方。

我十岁就开始吸毒，十二岁开始贩卖毒品，随后不久就辍学，连八年级都没念完。

之后发生的事情就像一团迷雾，整整十年的生活几乎毫无记忆。

我只是经历了一次又一次吸食毒品的亢奋，生活得像行尸走肉。

之后，我遇到了一次改变我人生的美妙体验，也因为这个经验而彻底改变，从此有了动力！

我学习到了各种有力的策略，也将在本书中和各位分享。

从毒虫到激励大师我戒了毒、取得高中同等学力文凭、上了大学，开始计划以后要帮助那些我最熟悉的人：毒虫、酒鬼、流浪汉、穷人和受虐者。

然而，就像我人生中那些令人讶异的奇事一般，我发现我的合作对象竟是企业领导人、职业运动选手、政治家、国家领导人、乐界巨星、好莱坞名人，及目前最有影响力的人士。

那天，当秘勤局带我坐进里根总统（五位我有幸为其效劳的总统之一）的座车时，我才惊觉我的生活已经完全改变了。

身为顾问、个人教练和创业人士，我现在有能力足以激发许多人的动力，包括奥运金牌选手、企业领导人、中阶主管及大学生。

我和我先生创办的公司现在所举办的研讨会，规模是全世界最大的。

藉由「激励研讨会」，我们已经指导超过两百万人提升职场地位、改善人际关系、赚进更多财富、达到自己的目标，并在生活中获得更大的成就感。

我们在美国举行的「激励研讨会」，参加人数高达数万人，可以把最大的运动场挤爆。

我每年举办大约三十场研讨会，分别在迈阿密、芝加哥、洛杉矶、亚特兰大、西雅图、达拉斯、丹佛，以及横跨美国东西两岸间的主要城市。

《华盛顿邮报》（Washington Post）将我们的研讨会描述为「成功致胜的超级杯」；《纽约时报》

（New York Times）说我们「把业务员、创业者和主管人员的绩效表现，提升到了更高的层次」；《时代》（Time）杂志称呼我们是「激发动力的梦幻团队」；《华尔街日报》（Wall Street Journal）则称许我们的活动是「巡回演说界的世界大赛」。

老实说，我听到这些赞美简直无法相信。

我以前是个毒贩，又是中辍生，这种背景的人通常寿命不长，更不用说有机会经历这种层次的生活。

我谦卑地感谢所有的一切。

动力是成功的汽油这本书讲的是激发动力—如何简单快速地激励自己和别人。

接下来要让大家看的是，我与我们的团队在过去八年间，和超过一万人合作研究后所得到的成果—这个有相关研究为基础，能协助大家系统性地达到成功的方法，的确非常有效。

我在过去二十五年间，有幸和世界上部分最有成就的人合作。

他们各有不同才华、性格与技巧，但具备了一个共同点：每个人都有很强的动力。

一个人的动力愈强，成功经验就愈多。

动力愈强的人，事业的进展会更快、更广，能赚取更多财富、生产力更高、人际关系更好，而且跟身边动力较低的人相比，显得更为快乐。

其实，我更想说的是，动力是每个人在人生的不同面向中，获得成功的最主要因素之一。

教育很重要，但动力更重要；才华很重要，但动力更重要；你的人脉很重要，但个人动力的重要性，远在这些条件之上。

你希望能有更多热情和精力来达到目标吗？

当你觉得动力降低的时候，是否想知道如何让斗志瞬间重燃？

如果能够激励你所爱的人—好比另一半、孩子们、朋友和家人，并且帮助他们做到最好，那该有多好？

<<激励>>

你想知道如何激发部属有最佳表现吗？

我有好消息要告诉你，许多令人振奋的新研究告诉我们，该如何激发动力，并且维持斗志——这就是本书想要带给大家的讯息。

动力是带来行动的力量，就像推动车子前进的汽油。

你也许拥有一部高科技结晶的千万跑车，但若没有汽油，就哪里都去不了。

而动力就像成功的汽油。

有些人也许机智聪颖、才华洋溢，机会唾手可得，但若缺乏动力，这些能力就无法发挥。

解开动力密码我们绝大多数人，都没有办法像自己所希望地那么成功，这结果其来有自，因为我们大多不知道如何运用动力，激发自己前进。

动力毕竟是个难以理解的概念，有时我们可能感到充满斗志，隔天又觉得自己像泄了气的皮球；我们可能一早起来精神奕奕，但还没到午餐时间就已经筋疲力竭。

当我们充满动力时，通常连自己都不明白为什么；更糟的是，我们也不知道自己的动力能持续多久。

在缺乏动力时，我们也找不出方法，以再次激发自己的能量和兴趣。

动力无法预测，就像风一样来去自如。

动力的神秘让教育家、雇主和行为学家困惑了数百年。

主管们思索着要怎么做，才能促使员工和团队更具生产力？

父母激发孩子动力最好的方法是什么？

老师要如何激发缺乏动力的学生？

教练如何激发运动员更上一层楼，进而得到冠军？

或许最重要的是，我们每个人该怎么激励自己？

以前想要激发动力就像是碰运气，好比希望蒙眼射飞镖时能射中靶心，有时我们会在无意间选到一个有效的策略，但多半时候都是无法成功的。

这种不熟练、随兴的方法无法产生可靠的结果。

你心里可能在想：一定有更好的方法吧？

让我告诉你：有的！

在本书里，你将会学到解开动力密码的工具和技巧。

我要让你看看如何以快速、简单又可靠的方法来激励自己和他人，而且又能获得最大的效果。

你不仅能学到如何激发动力，也将学会如何维持。

无论你是位想要激励员工的主管，还是只想实现自己订下的目标，这本书都能有所帮助。

你想要增加收入、戒烟、创业、减肥或改善健康吗？

我要分享的，不只是如何获得完成这些事所需要的动力而已。

你是个想要了解如何激励孩子的父母或老师吗？

这本书正切合所需。

事实上，本书还能帮助你改善且丰富你的人际关系。

第二章即将谈到「激励DNA量表」，我将会在该章节说明，如何藉由这张量表来剖析他人，让你可以在几秒钟内，知道如何藉由哪些激励因子让别人动起来，以及如何与他人沟通、建立关系并且鼓舞、激励他人；此外，你也将会学到如何自我激励。

<<激励>>

编辑推荐

《激励》：美国五任总统咨询顾问超级激励法：6大激励因子，8种激励类型，5分钟找出你的激励模式，启动超级马力。

《激励》让你突破自我，奋进团队，让你的成功提前10年！

<<激励>>

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>