

1			
書名	安靜就是力量	北市圖索書號	173.73 2760
作者	凱恩 (Cain, Susan)著；沈耿立，李斯毅譯		
出版者	遠流		
出版時間	2012年		
作者簡介			
<p><b>凱恩 (Susan Cain)</b></p> <p>畢業於普林斯頓大學和哈佛法學院，曾在華爾街擔任律師多年，專長領域是公司法。目前為商業諮詢顧問，客戶多為大型企業及律師事務所，諮詢項目主要為談判策略和個人專業形象。</p>			
內容簡介			
<p>如果沒有內向的人，這個世界就不會有：萬有引力、相對論、夜曲、追憶似水年華、小飛俠、一九八四、史努比、E.T.、第三類接觸、Google、哈利波特</p> <p>本書針對內向與外向性格做出全新探索，作者運用大量實例探討在不同文化、家庭、學業及職場等情境，內向者、外向者將會有哪些表現差異。</p> <p>內向並不是弱勢，內向者比較容易發現警告的訊號，也容易控制對慾望或興奮的感覺。因此，若是內向者能與充滿幹勁、勇於冒險的外向者 共同合作，將能截兩者之長補其短，雙方都能有最佳表現。</p> <p>對於內向者如何自處，作者教導內向者將自己獨特性格轉化為優勢，給出三個建議：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 想想自己小時候想做什麼</li> <li>2. 注意什麼樣的工作吸引自己</li> <li>3. 注意自己羨慕什麼人</li> </ol> <p>從古至今有許多安靜的人，因為知道如何善用自己的長處，找到正確的生命舞台。閱讀本書，作者將帶領你看到：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●內向者和外向者該如何溝通</li> <li>●內向者如何建立社群關係，如何教養內向的小孩建立自信</li> <li>●內向者如何找工作、伴侶，解決家庭、婚姻中的衝突</li> <li>●內向者在商場談判的秘訣</li> </ul>			

書名	為什麼我們這樣生活，那樣工作？：全球瘋行的習慣改造指南	北市圖索書號	176.74 4444
作者	杜希格 (Duhigg, Charles); 鍾玉珽，許恬寧譯		
出版者	大塊文化		
出版時間	2012年		
作者簡介			
<p><b>查爾斯·杜希格 (Charles Duhigg)</b></p> <p>《紐約時報》得獎記者，二〇〇六年加入《紐約時報》，曾主筆或協助進行系列報導，包括檢視企業如何試圖占高齡美國人便宜的《黃金商機》(Golden Opportunities, 2007)、研究金融危機前因後果的《罪惡的代價》(The Reckoning, 2008)，並以《毒水》(Toxic Waters, 2009) 探討美國水質污染惡化問題與執法者的回應。他近期特別追蹤研究蘋果公司。</p> <p>杜希格得過美國國家科學院 (National Academies of Sciences)、全國新聞 (National Journalism)、喬治·波爾卡 (George Polk)、傑洛德·羅布 (Gerald Loeb) 等單位頒發的新聞獎項，並曾入圍普立茲獎二〇〇九年決選。</p> <p>杜希格為耶魯大學歷史系學士、哈佛大學企管碩士。成為記者前在私募股權業工作，並在舊金山當過一天驚險的腳踏車快遞員。杜希格先生會在幾分鐘內沾染上壞習慣，尤其是油炸食品。他和擔任海洋生物學家的妻子以及兩個兒子住在紐約布魯克林區。兒子的習慣包括清晨五點醒來、晚餐時間亂扔食物，以及露出迷人的笑容。</p>			
內容簡介			
<p>美國心理學之父威廉·詹姆士曾說：「我們的一生，不過是無數習慣的總和。」只要瞭解習慣的前因後果，並善用「習慣的力量」，你可以改變的遠遠超過你的想像。</p> <p>本書分成三部分。第一部分探討每個人的習慣到底從何而來，如何戒掉舊習慣，如何養成新習慣。第二部分深入分析成功企業與組織的習慣。第三部分檢視社會的習慣。</p> <p>不論現在的你，想要理財、運動、養育小孩、增加工作效率，或是革新企業組織，你需要瞭解的是，如果你相信自己能夠改變，並養成習慣，那麼改變就能成真。因為，你的習慣是你選擇的，一旦選擇了，變成自發行爲，那麼選擇不只會成真，更會影響你的命運。</p> <p>作者最後提供指南做為大家改變的起點：</p> <p>第一步：找出慣性行爲</p> <p>第二步：做實驗找出獎勵</p> <p>第三步：篩選提示</p> <p>第四步：訂定計劃</p>			