

《OFF學：愈會玩，工作愈成功》

图书基本信息

书名：《OFF學：愈會玩，工作愈成功》

13位ISBN编号：9789862417641

出版时间：2013-9

作者：大前研一

译者：陳柏誠

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《OFF學：愈會玩，工作愈成功》

內容概要

如果能學習「OFF」這個COURSE，所謂成功的人生也當然是「OF COURSE」。

「能幹的人」為什麼很會玩？讀了這本書以後就知道！

你是無時間、無金錢、無悠閒心情的「三無」可憐蟲嗎？你是一進辦公室就拼命「ON」，但下班關機「OFF」後，不懂得安排自己的休閒娛樂，並兼顧家庭生活的人嗎？想知道全球頂尖的管理大師 - 大前研一，如何在忙碌工作、家庭生活及親子關係間做到均衡之餘，還能到處耍帥地「OFF」嗎？除了慵懶緩慢的「慢活」、「慢食」，你應該要積極地「OFF」：有效率地規劃多采多姿的休閒娛樂，成為會工作、也會玩樂的超級生活達人！

大前研一在這本書中不只強調這是一本有關「上班族的休閒革命」的書，他更明文揭曉人生要精修「OFF學」，我們希望這本書帶給大家的新觀念是：在衝刺ON的競爭人生時，OFF也要同步開始！唯有成為自己OFF的生活達人，才能ON在新世界。

如果上班就像電腦開機，一進辦公室就是「ON」，那下班關機「OFF」後，要怎麼安排自己的休閒娛樂，還能兼顧家庭生活、增進親子關係？超越現正流行、但容易流於閒散的「慢活」，更積極面對下班後時間規劃的《OFF學 會玩，才會成功》來了。讓世界第一流得管理大師大前研一，現身說法，以自身的經驗教大家學會什麼是「有計劃的休閒方式」。本書可說是從剛踏入職場的社會新鮮人，到正在規劃退休生活的銀髮族在休閒生活規劃上的Total Solution。本書提倡下午五點以後的生活達人術，運用各種「有規劃」的休閒娛樂，讓自己的生活多采多姿。不要淪為無時間、無金錢、無休閒的「三無」可憐蟲，最後只能在漫無目標、慵懶的生活中，結束自己的人生。

本書內容精彩充實，除了提出許多實際的how to 建議，還有很多大前研一自身的親身經歷，並附有多幀大前研一享受生活「耍帥」的照片（諸如騎馬、飆越野機車、在居酒屋與好友暢飲等等），除了讓讀者猶如親炙大師幽默溫暖的一面，也讓讀者明瞭：即使諸多研究專案以及出書計劃纏身，大前研一仍能「抱持與年齡不相稱的精神」，及時行樂，但如此並非耽於逸樂，反倒讓創意更多元、更源源不絕，不擇地皆可出，形成一個積極有益的正向循環。

身為全球頂尖的管理大師，大前研一在字裡行間卻一再流露出對均衡美滿的家庭生活，以及互動親密的親子關係的依依眷顧。由於有了事先細膩貼心的規劃，大前研一才能做到，並用自身的經驗，告訴想要創造美好家庭生活的上班族：如何規劃美妙的親子同樂週末、如何讓小孩體驗「叢林法則」、如何鍛鍊小孩的金錢教育...，在在都是具體而且馬上可以付諸實行的真知灼見！

《OFF學：愈會玩，工作愈成功》

作者簡介

作者簡介

大前研一

一九四三年出生於福岡，日本早稻田大學理工學部畢業，東京工業大學碩士，美國麻省理工學院（MIT）博士。在「日立」任職多年後，於一九七二年進入麥肯錫（McKinsey & Company, Inc.），歷任麥肯錫日本分公司社長、麥肯錫亞太地區會長及總公司董事等要職。一九九五年離開麥肯錫，一九九六到一九九七年任美國史丹佛大學客座教授，一九九八年，任美國加州大學洛杉磯分校政策學院教授與他創立的Ohmae & Associates公司執行董事，並兼任創業者養成學校Attacker's Business School校長與「一新塾」主任。

著有《研磨商業力》、《後50歲的選擇》、《形塑生活者大國》、《質問力》、《即戰力》、《請問大前研一：業務學》等著作（以上由天下雜誌出版）。

譯者簡介

陳柏誠

台大政治系畢業，日本慶應大學經營管理研究所企管碩士。曾任職於台灣三菱商事。

積極參與各種台日交流活動，曾任日本情報處理開發協會講師、日本慶應大學台灣校友會幹事等職。同時專研日本經營管理趨勢，文章常見於遠見、天下等著名雜誌。

書籍目錄

- 推薦序 活得精彩，過得愉快 戴勝益
推薦序 學做創意工作者，也要學做優值生活家 李仁芳
推薦序 調整生命時鐘的單位 劉維公
前言
序章 贏家的條件在休閒之中！
上班族的「休閒」革命
創造一年一萬日圓「休閒資金」的方法
1章 抱持與年齡不相稱的精神！
便宜的遊艇，盡情享受海洋的休閒活動！
無法享受海洋樂趣的日本是「休閒生活的落後國家」！
不要打「自費」又不快樂的高爾夫球！
從樂器的演奏開始，獲得「終身的朋友」
以與年齡不相稱的精神，挑戰體育活動
男人購物的真滋味，在於尋找自己的「標準」物品！
擁有自己的「標準」物品，人生將會更加豐富
2章 擊退憂鬱的星期一
「浮華之日」是騎著單車在市區各地散步
為了營造舒服的週一早晨，週末散步的建議
週末別墅是，「田園別墅型」？還是「海洋別墅型」？
週末假期，跟家人同遊「一天來回的美食之旅」！
擊退「憂鬱的星期一」，週末的時間分配術
挽救假日的「三種方法」
時代小說中「失敗者的故事」是人生的精神食糧！
有效度過「個人時間」的書房活用術
你也可以成為「釣魚迷日記」的小濱
「擺脫工作時鐘」，擊退壓力！
3章 出去旅行
透過「網路觀光」探索旅行計劃
嘗試「隨興」的一人之旅！
避免「休閒疲倦」的鐵則
「哩程」是最好的孝行工具
4章 休閒時間的IT活用術
居家期間，增加興趣與朋友的電腦活用術
將醫療網站變成「家庭醫師」
數位相機是「對話」的工具
在雨天的假日，利用電腦整理「自己的歷史」
利用「網路競標」，聰明購物！
5章 喝酒的場所與樂趣
「下午五點之後的燈紅酒綠」是人生的浪費！
以酒吧的喝酒方式，與工作以外的人，開懷暢飲
選對餐廳的「三項鐵則」
擁有兩家「藏身之所」，人生將會更豐富
「外籍的女服務生」是「情報的寶庫」！
6章 家庭管理術
在週四晚上，進行「家庭的定期檢查」！
家庭和樂的祕訣是，父親擔任「司儀」的角色
撤除小孩的房間，確保父親的活動空間

邊看電視邊吃飯，破壞家庭的和樂！

期待「家庭紀念日」的兩個新習慣

招待家人的「父親料理」是靠外食磨練出來的手藝

以「夫妻個別的活動」，豐富家庭的對話內容！

將「單身外派」轉化為加深家人關係的機會

給予太太「自由」「權限」，「熟年離婚」將遠離

管理「家庭團隊」

7章 恍然大悟的育兒術

利用「叢林法則」，讓小孩體驗危險的感覺

只跟同年級的學生玩耍的小孩，很難成長！

說教要「面對面」，傾聽小孩的煩惱可以在散步之中

利用「寄宿學校」，享受夫妻的時間

不是教導小孩，而是成為小孩的「學習幫手」

讓小孩統籌家庭的活動，鍛鍊小孩的領導能力

從「廢止零用錢」開始，進行小孩的金錢教育

「考試失敗」、「遭受欺負」- 解救陷入困境的小孩

假如小孩要求「就業關係」的諮商

8章 從現在起，為年老的生活做準備

選擇終身興趣的「三項鐵則」

退休後的生活費，最少需要多少？

利用外國的金融商品，享有「豐富的老年生活」

以「渺小的比爾·蓋茲」為目標，貢獻社會

年老的「海外移住計劃」，在這個國家也好！

每個月一萬日圓，享受天堂的生活

《OFF學：愈會玩，工作愈成功》

精彩短评

- 1、人生赢家教你如何培养对乐器/体育活动的兴趣，哪怕从不年轻开始...自费的高尔夫有趣的多，夫妇育儿观单独探讨，去朋友家做客顺手把电视关了。呜呼，650yen的拉面与2w yen的日料当然云泥之别，只是.....
- 2、这本书讲的全是如何休养生息，融洽家庭，体验生活。现在看了只能记住只言片语，需要过几年找来继续阅读。

《OFF學：愈會玩，工作愈成功》

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:www.tushu111.com