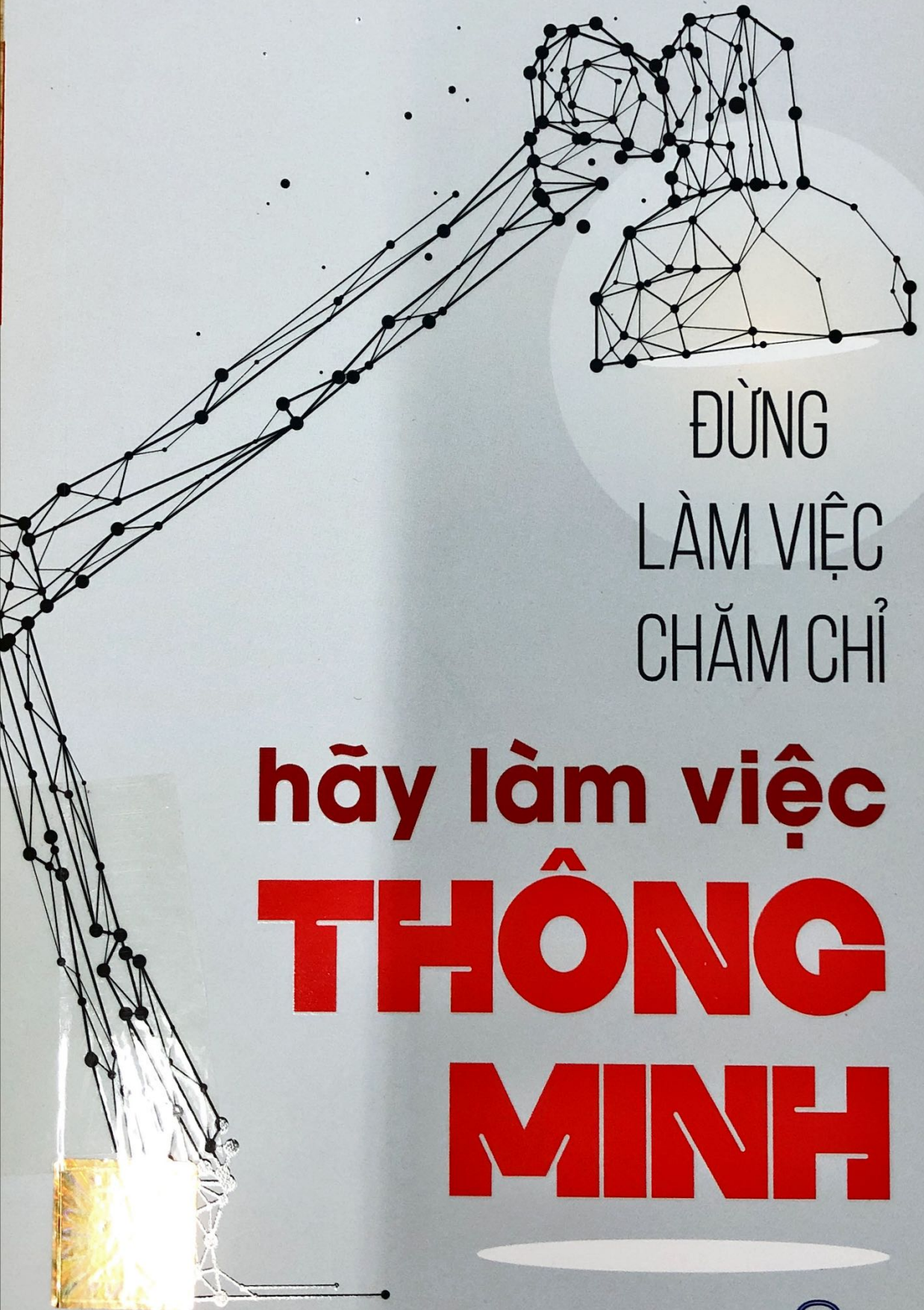


NEW YORK TIMES BESTSELLER

Tony Schwartz; Jean Gomes; Catherine McCarthy

Dịch giả: Thanh Bình



ĐỪNG
LÀM VIỆC
CHĂM CHỈ

**hãy làm việc
THÔNG
MINH**

**ĐỪNG LÀM VIỆC
CHĂM CHỈ, HÃY LÀM
VIỆC THÔNG MINH**

ĐỪNG LÀM VIỆC CHĂM CHỈ, HÃY LÀM VIỆC THÔNG MINH

**BIZBOOKS**

SÁCH DÀNH CHO DOANH NHÂN

TRONG NHÀ MỖI DOANH NHÂN
ĐỀU CÓ 2 TỪ SÁCH

Vietnamese Language Translation copyright © 2020 by Bizbooks Books Joint
Stock Company.

The way we're working isn't working: The four forgotten needs that Energize
great performance.

Copyright © 2010 by Tony Schwartz

All Rights Reserved.

Published by arrangement with the original publisher, Free Press, a Division of
Simon & Schuster, Inc.

**Bản quyền tiếng Việt © thương hiệu Bizbooks thuộc Công ty Cổ phần Sách
MCBooks.**

Không phần nào trong xuất bản phẩm này được phép sao chép hay phát hành
dưới bất kỳ hình thức hoặc phương tiện nào mà không có sự cho phép trước
bằng văn bản của Công ty Cổ phần Sách MCBooks.

BIZBOOKS - THƯƠNG HIỆU SÁCH DÀNH CHO DOANH NHÂN

Thành công đối với một doanh nhân là trải nghiệm sâu sắc sự khỏe mạnh của
bản thân, niềm hạnh phúc bên gia đình, tự do về tài chính và chứng nghiệm sự
phát triển trưởng tồn của doanh nghiệp.

Bizbooks tin rằng tri thức chính là cầu nối giúp truyền cảm hứng mạnh mẽ, kiến
tạo nên hành động và giúp các doanh nhân đạt được sự thành công trọn vẹn ấy.

Bizbooks hy vọng sẽ nhận được sự hợp tác tuyệt vời từ các tác giả trong và
ngoài nước. Cùng với đội ngũ tác giả, dịch giả, Bizbooks luôn nỗ lực đem đến
các cuốn sách hay nhất về phát triển bản thân, xây dựng hạnh phúc và thành
công trong sự nghiệp để hoàn thành sứ mệnh cao quý của thương hiệu Sách
dành cho Doanh nhân.

Các tác giả viết sách có nhu cầu xuất bản xin vui lòng liên hệ với chúng tôi qua:



1900 2875



Email: contact.dtn@bizbooks.vn



Website: www.bizbooks.vn



Fanpage Facebook:

<https://www.facebook.com/sachbizbooks/>



Kênh Youtube:

<http://www.youtube.com/c/Bizbooks>



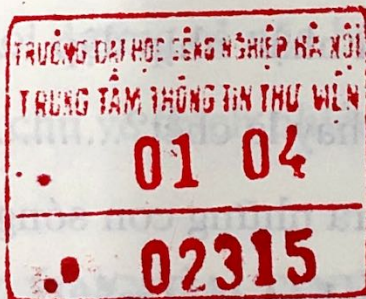
Cộng đồng chia sẻ thông tin Doanh nhân:

ĐỪNG LÀM VIỆC CHĂM CHỈ, HÃY LÀM VIỆC THÔNG MINH

TONY SCHWARTZ, JEAN GOMES,
CATHERINE MCCARTHY

Dịch giả: Thanh Bình

ĐỪNG LÀM VIỆC CHĂM CHỈ, HÃY LÀM VIỆC THÔNG MINH



NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC



MỤC LỤC

Lời nói đầu	6
-------------------	---

PHẦN I. PHƯƠNG PHÁP LÀM VIỆC MỚI

Chương 1: Càng nhiều càng ít.....	14
Chương 2: Chúng ta không thể thay đổi điều mà chúng ta không nhận thức được	48
Chương 3 : Chúng ta luôn sống theo thói quen....	66

PHẦN II. TÍNH BỀN VỮNG/THỂ CHẤT

Chương 4 : Cảm nhận nhịp đập	92
Chương 5: Ngủ hay là chết?.....	104
Chương 6: Tạo ra những con sóng.....	121
Chương 7: Dùng hay chịu mất?	143
Chương 8: Đơn giản là nhất.....	165
Chương 9: Xây dựng văn hóa rung động	194

PHẦN III: SỰ AN TOÀN/ CẢM XÚC

Chương 10: Cuộc chiến giữa các trạng thái khác nhau.....	220
Chương 11: Nếu bạn không kiêu hãnh, bạn không có gì cả	239
Chương 12: Sự thật và những câu chuyện chúng tôi kể	267
Chương 13: Tuyên bố giá trị mới	292

PHẦN IV. TỰ THỂ HIỆN BẢN THÂN/ TÂM LÝ

Chương 14: Thiếu tập trung	317
Chương 15: Từng thứ một.....	339
Chương 16: Nuôi dưỡng cả não bộ	367
Chương 17: Tự chủ về trách nhiệm	396

PHẦN V. Ý NGHĨA/ TINH THẦN

Chương 18: Bạn là ai và bạn thực sự muốn gì?... 421	421
Chương 19: Chúng ta ở đây cùng nhau	441
Chương 20: Mục đích cho đam mê.....	464

Hội Luật Gia Việt Nam
Nhà Xuất Bản Hồng Đức
Địa chỉ: 65 Tràng Thi - Quận Hoàn Kiếm - Hà Nội
Email: nhaxuatbanhongduc@yahoo.com
Điện thoại: 024.3 9260024 Fax: 024.3 9260031

ĐỪNG LÀM VIỆC CHĂM CHỈ HÃY LÀM VIỆC THÔNG MINH

Chịu trách nhiệm xuất bản

Biên tập: **Ngô Thị Hồng Tú**

Giám đốc: **BÙI VIỆT BẮC**

Chế bản: **Thanh Loan**

Chịu trách nhiệm nội dung

Sửa bản in: **ANT GROUP**

Tổng biên tập: **LÝ BÁ TOÀN**

Trình bày bìa: **Thúy Kỳ**

In 2.000 cuốn, khổ 13 x 20.5 cm, tại Công ty Cổ phần in và Thương mại Quốc Duy

Địa chỉ: số 9 ngách 130/1 ngõ 130 Đốc Ngừ, phường Vĩnh Phúc, Q. Ba Đình, Hà Nội

Số ĐKKHXB: 132-2022/CXBIPH/64-03/HĐ, ngày 14 tháng 01 năm 2022

Số QĐXB của NXB: 315/QĐ-NXBHĐ, ngày 25 tháng 02 năm 2022

In xong và nộp lưu chiểu năm 2022

Mã số sách tiêu chuẩn quốc tế (ISBN): 978-604-351-657-9

Liên kết xuất bản CÔNG TY CỔ PHẦN SÁCH BIZBOOKS



BIZBOOKS
SÁCH DÀNH CHO DOANH NHÂN

Mọi thắc mắc về sách, Quý độc giả vui lòng liên hệ

☎ 0243 789 2666

✉ Email: contact@bizbooks.vn

🌐 Website: <https://bizbooks.vn/>

f Fanpage Facebook:

<https://www.facebook.com/sachbizbooks/>



📺 Kênh Youtube:

<http://www.youtube.com/c/Bizbooks>



👥 Cộng đồng chia sẻ thông tin Doanh nhân:



Địa chỉ: Ô số E34, Khu đấu giá 3ha, P. Phúc Diễn, Q. Bắc Từ Liêm, Hà Nội

ĐỪNG LÀM VIỆC CHĂM CHỈ hãy làm việc **THÔNG MINH**

Nếu như bạn đã và đang chịu khó tập thể dục thường xuyên, ăn uống đầy đủ, nghỉ ngơi hợp lý, ngủ ít nhất 7 đến 8 tiếng mỗi đêm, dành đủ thời gian cho những người bạn yêu quý, khéo léo xử lý những căng thẳng trong cuộc sống, lấy lại sự tỉnh táo nhanh chóng sau khi gặp trở ngại hoặc bị thất vọng, dễ dàng tập trung vào những việc quan trọng nhất trong cuộc đời, luôn làm việc hiệu quả và cảm nhận được sự thỏa mãn cũng như ý nghĩa của công việc bạn đang làm – thì chắc hẳn bạn không cần phải đọc cuốn sách này.

Nhưng nếu bạn thi thoảng cảm thấy kiệt sức hay choáng ngợp, dễ nổi nóng, mất bình tĩnh và lo âu hay cảm thấy khó tập trung, cảm thấy không thỏa mãn với cuộc sống, cảm thấy bản thân luôn muốn và luôn trong cuộc chạy đua để theo kịp với nhịp sống thì cuốn sách này có thể giúp được bạn đấy.

TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG NGHỆ
TRUNG TÂM THÔNG TIN TH



Mã sách: 010402315

CÔNG TY CỔ PHẦN SÁCH BIZBOOKS

Đừng làm việc chăm chỉ, hãy làm việc thông minh

📍 **Địa chỉ:** Ô số E34, khu đấu giá 3ha, P.Phúc Diễn, Q. Bắc Từ Liêm, Hà Nội

☎ **Điện thoại:** 0243 789 2666

✉ **Email:** contact@bizbooks.vn

🌐 **Web:** www.bizbooks.vn



Đừng Làm Việc Chăm Chỉ. Hãy
Làm Việc Thông Minh



SGB00000001117

215,000 VND