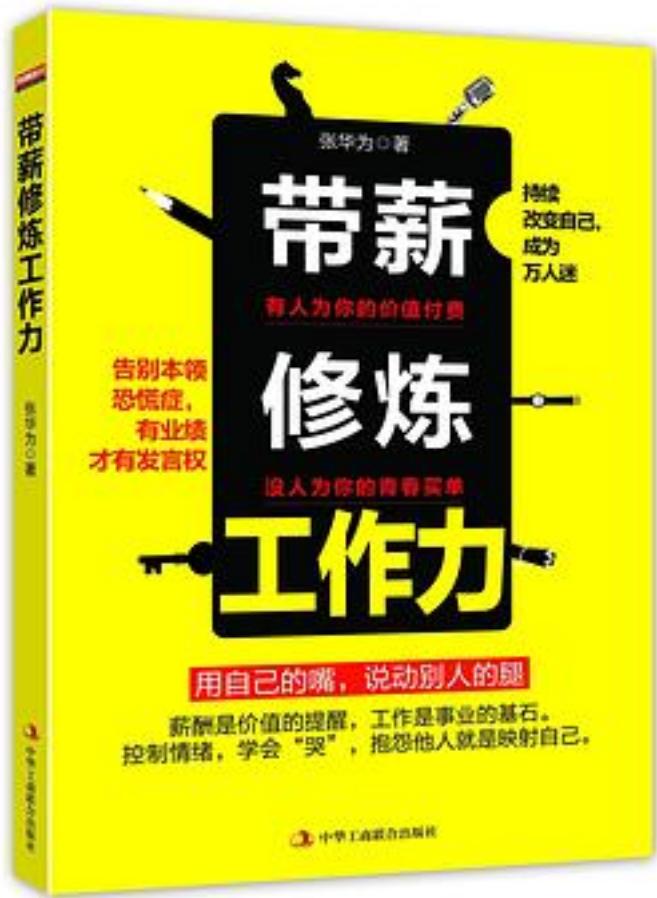


带薪修炼工作力



[带薪修炼工作力 下载链接1](#)

著者:张华为

出版者:中华工商联合出版社

出版时间:2014-1-1

装帧:

isbn:9787515807591

有人不知道该找份什么样的工作，所以一直在寻找，也一直在迷惘；有人进入职场后不知所措，所以每出现一个问题都会成为他们的困惑；有人在职场上小有成就却怅然若失，因为他们不知道下一步该怎么继续……为什么不找出潜藏在迷惘困惑背后的真凶？你

要做的其实很简单，就是拆掉阻碍自己追求美好生活和梦想的屏障：机会偏爱有准备的人，职场不只是干活拿薪水那么简单，而是需要工作能力和心智能力的综合发展，这样在职场中才能顺风顺水，总有好运相随。

本书结合当下职场白领、精英们的热门话题，分析并解答“不知如何安置自己”，“工作总闹情绪”，“怎样做才更受组织欢迎”等一系列职场问题，帮助职场新手、创业精英以及处于职场瓶颈期的人们跳出令自己尴尬的怪圈，建立起新的充满能量的气场，轻松而快乐地实现个人成长与组织获益的双赢。

作者介绍：

世华智业投资集团 董事

世华智业投资集团太原公司 总经理

北京华夏管理学院 执行讲师

企业团队实战内训 首选教练

执行系统、营销系统建设 导师

世界华人总裁协会山西分会 秘书长

中华慈善总会 宣传理事

目录: 第1章：预见未来的自己

用植物界的生存法则

“剥削”的刀柄该握在谁手里？

工作、职业与事业的战争

任务和成果的方程式

你总在让自己做两难抉择？

选择承担会改变什么

潜力是没有放大的能力

离开公司你将得到什么

第2章：识破情绪的特洛伊

认识情绪的秘密

○ 多余的焦虑

○ 情绪档案

○ 理性情绪ABC

真正可怕的不是压力，而是无法解决的压力

○ “乐” 在其中

○ 学会“哭”

○ 管理愤怒

人们为什么喜欢抱怨

○ 借口的诱因

○ 抱怨他人就是映射自己

天助和自助，你该如何选择？

第3章：用行动去“操纵”别人的行为

写信给缺乏耐性的自己

随时“宠”着“敬”着这些人

把别人请到自己心里来

做出来的自信

两只刺猬不能靠在一起，要保持一定距离
让你失去信任的“小节”

持续改变自己

除了行动，你还需做些什么

第4章：打造成长型的竞争

工作不是一碗饭那么简单 76 做船员不做乘客

○告别本领恐慌症

○学历不等于能力，谁也不会一红到底

○有业绩，才有发言权

不要被过去的错误套牢

给别人预留空间，你才有上升的机会

怎样在竞争中加分

正确应对职场“年龄恐惧症”

井底之蛙PK温水青蛙

第5章：成为圈子中的万人迷

最受组织欢迎的四种人

○为企业赚钱的人

○为企业省钱的人

○有资源的人

○带动性强的人

选择一个人来影响你

○周围的6个人决定了现在的你

○谁是提升你影响力的中心

无时无刻的影响力

○个人领域的成果

○公众领域的渗透

○影响技术

你最值钱的东西是什么

第6章：挑战自己，做团队的教练

人人都很难满足，要印象还是要真相

用自己的嘴，说动别人的腿

你可以管理上司

○别天真，老板不是朋友

○永远抢在老板之前思考

○主动配合是最好的服从

○同事变上司、上司变下属也能泰然处之

○准备好做领导的替补队员

你选择和谁做朋友？

这样应对团队融入的磕磕绊绊

○“鲶鱼效应”是优秀团队的动力

○团队中的“马蝇”也是最大的助力

○公平感让团队成员更有进取精神

○如果必须得罪人，你该选择得罪谁？

○形成一个心理契约

谁是团队中最不可或缺的人

第7章：更完美的自己，永远在路上

从厨师到讲师

薪酬是价值的提醒

人走就该茶凉吗？

早起的鸟有虫吃

借船出海，借力生财

被困在墙角，找个梯子爬上去

找到师傅之前先找好庙门

更强劲的对手才是你的底牌

· · · · · (收起)

[带薪修炼工作力](#) [下载链接1](#)

标签

如何提高工作力

职场

工作

实用性不错

可以

+

借阅

修炼

评论

没想到居然能够读完整本书的标题。

在工作、职业、事业的选择顺序上，怎样选择才最有利于自己未来的发展？为什么你的事业还没有做好？

实战

[带薪修炼工作力](#) [下载链接1](#)

书评

失败和抱怨是工作中最糟糕的两件礼物，然而这两者之间却存在鸡和蛋的关系：失败产生了抱怨，无休止的抱怨又孕育了新的失败。

工作的每项成就都是一个改变，改变源于积累，量变才有质变，改变自己就是帮助自己。

结合当下职场白领、精英们的热门话题，分析并解答“不知如何安置自己”，“工作总闹情绪”，“怎样做才更受组织欢迎”等一系列职场问题，帮助职场新手、创业精英以及处于职场瓶颈期的人们跳出令自己尴尬的怪圈，建立起新的充满能量的气场，轻松而快乐地实现个人成长与组织获益...

盛放我们的事业。

一个人从二十五岁开始做工，直到60岁退休，他要在工作岗位上度过整整三十五年的时光。按一日工作八小时，一周工作五天，每年就要为你的职业付出两千个小时。倘若一直干到退休，那就是七万个小时。在这个庞大的数字面前，相信大多数人都会始于惊骇终于沉思。...

成功的人往往能带给人们奋斗的热情，激发人们奋斗的决心，而能够最大程度激发人们热情的往往是那些从最基层开始奋斗，一步步披荆斩棘，最后获得瞩目成就的人，比如世界上最伟大的推销员乔·吉拉德，世界级人性关系大师卡耐基，他们的成功源于奋斗。人们敬重、钦佩一个人，不...

[带薪修炼工作力](#) [下载链接1](#)