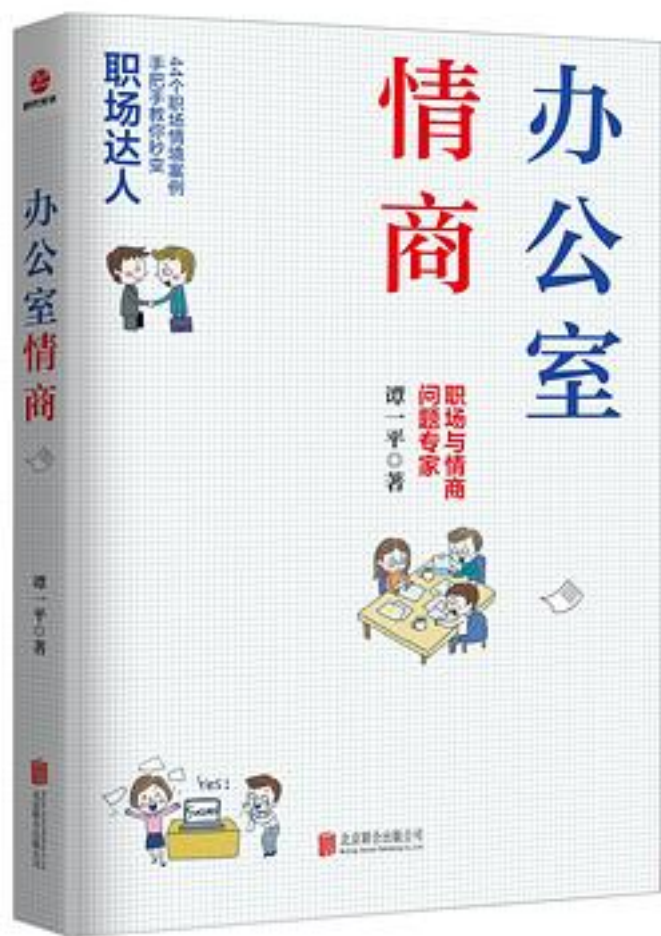


办公室情商



[办公室情商_下载链接1](#)

著者:谭一平

出版者:北京联合出版公司

出版时间:2018-1

装帧:平装

isbn:9787559612540

会说话只是表象，会做事才是真相！

现在，很多人都喜欢“Business is business”（公事公办）这句话，认为在工作中不要掺杂任何个人感情。其实，这是不可能的。无论是在生活中还是在工作中，人们都不可能完全屏蔽自己的感情，做到百分之百的理性。而要做到情感与理性的平衡，就需要洞悉情商的奥秘。

本书从实用、贴近职场生活的角度，选用44个鲜活的职场情境案例，通过识别自己情感的能力、识别他人情感的能力、转换情感的能力、理解情感的能力、调整情感的能力五个方面，指导职场人士利用情商的力量调整自己与周围人的关系，努力做到感性与理性的高度平衡，成为更优秀的人。

作者介绍:

谭一平

职场与情商问题专家。曾先后为联想、华为、中国移动、中科院等知名企事业单位进行高级秘书培训，并在北京师范大学、浙江大学、中南大学等多所大学开设专题讲座。

著有《一个外企女秘书的日记》《我是职业秘书》《秘书的情商比智商更重要》等20多部专著。其中，《情商密码》《秘书的情商比智商更重要》《父母的情商决定孩子的一生》等情商专著以实用性和原创性引发社会关注；《大学生情商训练》和《秘书情商学》是我国迄今为止正式出版的两部情商学教材。

目录: 序 感人心者，莫先乎情

情商测试:假如你是助理，当遇到这些事情时，你会怎么做

第1章 建立圆融的人际关系，情商是职场成功的法宝

被老板骂后，你会据理力争吗

没有高情商，智商再高也白搭

工作中切忌情绪化

老板才是你最大的客户

第2章 认清自己，才能有所为有所不为

老板不在时认真做事的员工傻吗

敢于追求梦想，才能获得美满人生

两年换五个行业，你以为你是“万能砖”吗

名校的光环庇佑不了空怀幻想的人

触碰了法律底线，还能有什么未来

第3章 读懂需求，与他人建立情感上的共鸣

破译情感密码，读懂对方的心理需求

同事之间的利益，一损俱损一荣俱荣

机会留给有准备的人

听出老板问话的言外之意

第4章 心随境转，平常心产生大动力

将心比心，理解他人的难处

提前把老板没想到的工作做到位

用宽容大度化解他人的急躁盛怒

做第一个吃螃蟹的人，让职业发展实现质的飞跃

好心情，才会有好运气

工作快不快乐，全在自己的一念之间

传递正能量，让顾客满意

不善于表达沟通的人应该值得羞愧

一锤子买卖会让你走入绝境

努力修炼成为职场“变色龙”

第5章 换位思考，在职场中把握主动

何以解忧？唯有世事洞明
万事皆有因，别做麻木的呆瓜
单线条看人，则无人可交
情绪是表象，看透才能坦然
成功的秘籍在于按常识办事
如果你非天人，那请遵守职场“潜规则”
没有业绩，你谈什么尊严
为你的直属老板分忧，就是为自己解难
小职员也要有大视野
把客户的负面情绪扼杀在摇篮中
突发危机不能成为一蹶不振的借口
第6章 圆融处世，做最好的自己
自我激励是消除负能量的最好办法
感情上有共鸣，行动上才能有动力
在职场做事，不能太“无情”
不要小看办公室打杂的工作
功劳让出去，能力提上来
根据环境，调整情绪
心太软是破坏原则性问题的罪魁祸首
找准“风口”，善于借势
面对机会，懂得取舍
职场得意时要有忧患意识
附录1 学习“经营之神”松下幸之助的情商实战经验
附录2 情商测试答案
• • • • • ([收起](#))

[办公室情商_下载链接1](#)

标签

职场

故事

情商

评论

牵强附会

中国式图书，虽然作者叙述方式轻松，语言通俗，整体非常易读，但是案例不具备普遍性，还是偏向于鸡汤类，缺乏实操性与可行性。一般推荐，大道理都懂，如何操作与实践应用才是关键

整本书仅仅围绕如何识别自己情感、如何识别他人情感、调整情感能力、理解情感能力和转换情感能力重复论调，语词贫乏，啰嗦重复，倒是办公室险情的恐怖案例令人毛骨悚然，从而体悟到锤炼高情商的重要性，只是如何锤炼依旧乏善可陈，缺乏实操性

作者的表达很精彩，职场故事很惊险，生存故事很惊艳，多读书多获益。

作者谭一平是我很喜欢的一位作者，他的秘书情商系列，现在还在我的柜子上摆着呢，又有趣，又实用。这本书延续了以往的故事叙事风格，更增加了解析的成分，娓娓道来，像破案一样，很有趣味。办公室里的小事其实并不小，它影响着每一个的大前程。

[办公室情商_下载链接1](#)

书评

[办公室情商_下载链接1](#)