

<<成功职场六项修炼>>

图书基本信息

书名：<<成功职场六项修炼>>

13位ISBN编号：9787302181545

10位ISBN编号：7302181543

出版时间：2008-10

出版时间：清华大学出版社

作者：葛玉辉 编

页数：271

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：<http://www.tushu007.com>

<<成功职场六项修炼>>

前言

职场如战场，眼界决定境界，思路决定出路。

职场打拼的赶路人除了要学会“看路”之外，更要学会“走路”。

我们常常看到职场中的一些人同样进一家公司，同样的环境，同样的培训，同样的上级，一些人在过了几年后青云直上，发展很快；而有些人则一蹶不振。

深而究之，关键是不懂得“成功职场六项修炼”。

要想成为优秀的职业人，要想在这场激烈的职场竞争中取胜，对于职场中的赶路人来说就需要全面武装自己，掌握职场取胜的一些必备技能，才能脱颖而出，从优秀的打工者成为优秀的职业精英。

本书即以此为目的，分六项修炼。

第一项修炼——职业规划：寻找职场成功的北斗星。

第二项修炼——职场礼仪：职场成功的金钥匙。

第三项修炼——有效沟通：职场成功的润滑剂。

第四项修炼——职业忠诚：职场成功的命脉。

第五项修炼——团队协作：职场成功的法则。

第六项修炼——时间管理：职场效益最大化的工具。

本书以通俗易懂的内容、风趣幽默的形式、时尚创新的风格将生涩、乏味的理论知识简明化，为努力打拼的职场赶路人点燃职场成功的火炬，照亮饱经风雨的职场路。

书中提供了大量真实的案例和生动的故事，更增添了本书的可读性和吸引力，让读者能在轻松、快乐的状态下，掌握职业生涯成功的基础知识与技巧。

另外，本书的可操作性也形成了一大特点，读者可以通过互动的形式，让本书最大程度地为己所用，以达到更有针对性的特点，使您尽快成为优秀的职场精英！

林玲、李仲秋、陈悦明、伊冰宁、罗妲、李伟娜等为本书的编写承担了大量的资料收集和编写工作，在此表示衷心的感谢！

本书在编写的过程中，参阅和借鉴了大量的书籍和相关资料，在此谨向这些书籍和资料的作者表示最诚挚的谢意！

<<成功职场六项修炼>>

内容概要

本书共分六项修炼，志在为努力打拼的职场赶路人点燃职场成功的火炬，照亮饱经风雨的职场路，帮助您成为优秀的职场精英，幸福成功的职业人！

本书以通俗易懂的内容、风趣幽默的形式、时尚创新的风格将生涩、乏味的理论知识简明化，为职场新人提供了有益的指导。

书中提供了大量真实的案例和生动的故事，可读性较强，让您在轻松、快乐的状态下，掌握职业生涯成功的基础知识与技巧。

<<成功职场六项修炼>>

作者简介

葛玉辉，教授，上海理工大学人力资源管理研究所所长，人力资源管理学科带头人。国内著名的整合人力资源专家、中国管理学网名师、上海交通大学海外教育学院特聘教授、慧泉（中国）国际教育集团高级教练、人力资源管理精品课程主讲教授。

多年来致力于人力资源开发的心理辅导、心理测量、人员素质测评、人才选拔、职业生涯规划、人力资源管理的研究。自1997年开始专向为企业提供培训与咨询服务，专注于提升企业人力资源竞争力和营销管理能力。

已出版《现代企业策划与创新》、《现代人力资源管理与创新》、《人力资本产权及其制度创新研究》、《人力资源管理》、《新人力资源管理教程》等专著；发表论文60余篇，主持企业策划和人力资源开发与管理研究等科技项目26项。

<<成功职场六项修炼>>

书籍目录

- 第一项修炼 职业规划——寻找职场成功的北斗星 焦点一 成功，从设定目标开始 一、确立志向
 二、准确评估 三、选择职业 四、确定职业生涯路线 五、设定职业生涯目标
 六、制定行动计划与措施 七、评估与回馈 焦点二 成功，要以人职匹配为前提
 一、性格与职业的吻合 二、兴趣与职业的吻合 三、能力与职业的吻合 四、气质与
 职业的吻合 焦点三 成功，需要筹码的积累 一、精通专业知识 二、具备专业技能
 三、熟练掌握计算机 四、精通外语 焦点四 成功，健康的身体是保障 一、身心健康
 二、强健体魄 焦点五 成功，人脉是关键 一、良好人际关系的作用 二、与他人共
 创成功 焦点六 成功，自信是源动力 一、树立自信 二、开发潜能 三、积极行动
 四、增强自信心的六条要诀 五、提升自信心的八招小技巧 第二项修炼 职场礼仪——赢得
 职场成功的金钥匙 焦点一 员工个人礼仪 一、员工仪容 二、员工着装 三、员工仪
 态 焦点二 员工交往礼仪 一、介绍礼仪 二、握手礼仪 三、亲吻与拥抱 四
 、交谈礼仪 五、使用名片的礼仪 六、商务接待礼仪 焦点三 商务办公礼仪 一、
 打电话的礼仪 二、接电话的礼仪 三、电子商务礼仪 焦点四 商务宴请礼仪 一、
 通用宴请礼仪 二、中餐用餐礼仪 三、西餐用餐礼仪 第三项修炼 有效沟通——职场成功
 的润滑剂 焦点一 如何正确理解有效沟通的意义 一、有效沟通的重要性 二、如何正确理
 解沟通 焦点二 为什么要进行人际沟通 一、打开人际沟通这扇窗 二、给情感沟通上堂
 课 焦点三 如何选择合适的沟通方式 一、选择最有效的沟通方式 二、把握最佳沟通时
 机和沟通环境 三、语言和非语言沟通的艺术 焦点四 如何克服沟通障碍 一、为何会出
 现沟通障碍 二、如何克服沟通障碍 焦点五 如何把握倾听在有效沟通中的作用 一、为
 什么要倾听 二、你真的会倾听吗 焦点六 在沟通中如何运用说的技巧 一、如何理解德
 鲁克提出的沟通技巧 二、如何提高自己的语言水平 焦点七 如何巧妙运用非语言沟通
 一、表情 二、手势 三、体势 焦点八 如何顺利完成跨文化沟通 一、了解对方的
 特殊文化习俗并规避文化禁忌 二、跨文化沟通中的技巧 焦点九 如何应付典型的正式沟通—
 一谈判 一、一名优秀的谈判人员需要具有哪些素质 二、如何化解沟通谈判中出现的危机
 第四项修炼 职业忠诚——职场成功的命脉 焦点一 如何理解忠诚 一、做到忠诚的关键是什么
 二、忠诚有哪些种类 三、忠诚既是一种精神，又是一种行动 焦点二 如何做出忠诚的选
 择 一、以收集信息，明确需求为起点 二、以把握大势为主导 三、以老板的心理分
 析为途径 焦点三 如何打造自己的忠诚品牌 一、忠诚的产品是什么 二、忠诚产品的定
 价该是什么 三、忠诚产品的渠道在何方 四、忠诚产品的促销该怎么做 焦点四 何谓忠
 诚之道 一、忠诚不能盲目 二、忠诚之道忍为上 三、感恩是忠诚的动力 第五项修炼
 团队协作——职场成功的法则 焦点一 团队和群体是一样的吗 一、什么是群体 二、群体
 有什么特点 三、什么是团队 四、团队由什么因素组成 五、团队和群体的关系 焦
 点二 如何构建优秀团队 一、优秀团队的与众不同是什么 二、构建优秀团队要经过几步走
 焦点三 如何正确认识团队角色 一、团队成员类型有哪些 二、了解贝尔宾的团队角色
 理论 第六项修炼 时间管理——职场效益最大化的工具 焦点一 我们的时间都到哪里去了 一
 、时间去哪里了 二、时间管理是多么重要 焦点二 怎样理解时间管理 一、时间是金钱
 吗 二、为什么时间如此宝贵 三、揭开时间管理的面纱 四、时间管理经历过哪些发
 展历程 五、走出时间管理的误区 焦点三 如何进行有效的时间管理 一、掌握“目标原
 则”助你驾驭时间 二、“四象限原则”并不深奥 三、时间管理中的“二八原则”
 四、如何进行目标制定 五、怎样制定工作计划 六、学会捍卫自己的时间 七、把握
 好工作和健康的天平

<<成功职场六项修炼>>

章节摘录

第一项修炼 职业规划——寻找职场成功的北斗星焦点——成功，从设定目标开始 关键词：确立志向、准确评估、选择职业、职业生涯规划适用情景：职业生涯规划步骤不明确，尤其是即将毕业的大学生要关注此焦点。

焦点阐述：提问：未来的路怎么走？

什么决定了我们的未来？

回答：职业决定了我们的未来！

职业决定了我们生活的城市；决定了我们的社会阶层；决定了我们的收入；决定了我们的生活方式；甚至决定了我们的婚姻对象与孩子的未来！

职业生涯设计是一个周而复始的连续过程，包括确立志向、准确评估、选择职业、职业生涯路线选择、确定目标、制定行动计划与措施、评估与回馈七个步骤。

职业生涯设计相对于社会认识具有独特性，即具有更多的虚拟性和前瞻性，甚至是纸上谈兵，但这是必要的。

如果不进行提前的职业规划，往往会陷入被动的境地。

一、确立志向如果你不知道要到哪里去，通常你哪里也去不了。

志向是事业成功的基本前提，没有志向，事业的成功也就无从谈起。

俗话说：“志不立，天下无可成之事。”

综观古今中外，各行各业的佼佼者，都有一个共同的特点，就是具有远大的志向。

立志是人生的起跑点，反映着一个人的抱负、胸怀、情趣和价值观，影响着一个人的奋斗目标及成就。

所以，在制定职业生涯设计时，首先要确立志向，这是制定职业生涯设计的关键，也是生涯设计最重要的一点。

二、准确评估准确评估包括两个方面的内容，即自我评估和职业生涯机会的评估。

准确评估是进行职业生涯设计的基础。

自我评估就是对自己做全面分析，通过自我分析，认识自己、了解自己。

因为只有认识了自己，明确了自己的长处，扬长避短，才能对自己的职业做出正确的选择，才能选定自己发展的生涯路线，才能对自己的生涯目标做出最佳抉择。

因此，自我评估是职业生涯设计的重要步骤之一。

通常自我评估包括自己的兴趣、特长、性格、学识、技能、智商、情商、思维方式、道德水准以及组织管理、协调、活动等内容。

<<成功职场六项修炼>>

编辑推荐

如果你是即将跨入社会的大学生,《成功职场六项修炼》将告诉你如何在激烈的市场竞争中发挥自己的优势,脱颖而出,设计一份最适合自己的职业生涯规划,轻松走上职场成功之路!

如果你是职场新人,《成功职场六项修炼》将带你领悟职场成功的必备要素,帮助你打造更加平坦的职业道路!

如果你已经在职场中打拼多年,《成功职场六项修炼》将助你找到笑看职场的“如意金钥匙”,成为激情四射的优秀职场精英!

<<成功职场六项修炼>>

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:<http://www.tushu007.com>