

<<卡耐基的职场心灵学>>

图书基本信息

书名：<<卡耐基的职场心灵学>>

13位ISBN编号：9787302307075

10位ISBN编号：7302307075

出版时间：刘漠 清华大学出版社 (2013-01出版)

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>

<<卡耐基的职场心灵学>>

前言

戴尔·卡耐基是一个响亮的名字，声名显赫的他，被誉为美国“成人教育之父”。

同时，他也是著名的成功学大师，更是一位成功的企业家。

在职场拼搏多年之后，他体会了职场的奋斗历程，也明白了职场人的所思所想。

之后，卡耐基希望通过自己的经历和自己的思想来影响其他人，于是，他开始致力于人们的“精神健康”事业。

“职场”是一个人人都会经历的时段。

在职场激烈的竞争环境中，每个人都会化身为一只奋斗不息的蜜蜂，希望通过自己日复一日的辛劳换来甘甜如蜜的生活。

但是，既然存在竞争，职场就不是“大同世界”，就注定了不是所有人都能如愿以偿，成为胜利的佼佼者。

于是，各色的职场环境、不同的心理和思维随之产生。

当今社会，人们都希望得到别人得不到的东西，都希望自己拥有最丰厚的物质、最舒适的生活，而在这种攀比和奢靡环境中生活和工作，会让人失去理智、浮躁不安。

卡耐基曾经说过：“人生如舞台，如果你单单叙述一件事情，就无法打动人心。

”人生的舞台上总是会发生许多错综复杂的事件，而你的工作只是其中的一部分，心态与心灵的把握是促使你成功的关键因素。

工作，对于很多人来说是一种心灵的负担。

由于他们认为这是迫不得已的事情，所以他们不会把自己的工作当做是一种乐趣或者是体现自我价值的机会。

因此，他们会在工作中垂头丧气，忧虑懈怠。

遇到困境的时候，也只会畏首畏尾，停滞不前。

但是，不管在什么时候，千万不要让自己的心变得过于浮躁，更不要忌妒别人生活的顺利。

因为浮躁和忌妒都是无用的心境，只是在浪费自己的青春与激情，是在浪费时间和生命。

因此，我们应该牢牢地记住卡耐基的这句话：“不断地提醒自己，工作可使你享受双倍的人生乐趣，因为你的一半清醒的时间都在工作，如果你在工作中找不到乐趣，别的地方多半也找不到。

常常想到投入工作会令你无心烦恼，做久了，还有可能会获晋升或加薪。

即使不能得到晋升或加薪，但有正确的想法才能将倦怠减至最低，帮助你好好享受休闲的时间。

”你的人生可以有挫折，但是绝对不要有颓废；你的职业生涯可以有失败，但是绝对不要有“追悔莫及”；你的工作可以不够出众，但是绝对不要妒忌他人。

学会赞美、学会取舍、学会沟通，从这一切一切的美好元素中汲取营养，你会发现，自己的工作正在朝着成功的方向发展，脚下的路已经被自己征服。

伟大的卡耐基先生教给我们怎样应对自己的工作。

同样，通过这本书我们可以找到属于我们自己的心灵栖息地和摆脱困境、解决困难的途径。

祝愿所有的读者都能以一种积极向上、平和平静的心态中，实现自己在职场中、生活中的一个又一个目标。

<<卡耐基的职场心灵学>>

作者简介

刘漠，企业培训师、职业规划师、多家著名职场论坛版主。

多年研习职场人的心灵修行成长课程及心理辅导疗法，并作为版主与众多职场朋友交流，获得了颇多职场成长方面的心得体会。

茜次将“职场心灵学”的理念融入职场，期望帮助千万职场人在获取职场成功的同时，实现心灵环保。

<<卡耐基的职场心灵学>>

书籍目录

第一章 没有好心态，就等于一无所有 你敢做自己吗 有舍才有得 脾气暴躁的人其实很无知 不能让批评刺得遍体鳞伤 好心态不等于不在乎 心有多大，路就有多宽 第二章 情商低了没法儿混 聪明的人都会借花献佛 朋友的朋友，也会成为你的朋友 千万别再将脸当做心情的“晴雨表” 记住别人的名字 请闭上你的嘴巴，张开你的耳朵 不“出血”就没有回报 想知道别人的想法，就变身为“他” 第三章 忽视弱点等于一招毙命 善良之心永远不过时 冲动的恶魔为你挖好陷阱 妒忌是把匕首，无声中刺向自己 暴躁对事情进展没有好处 诱惑像毒蛇，咬上不撒嘴 经常给大脑擦点“风油精” 成功人士都有一个“小本子” 第四章 别让忧虑那块云在你头上驻扎 别给忧虑机会 垂头丧气是在为自己挖陷阱 既然都搞砸了，那就赶快止损吧 能承受最坏的结果，你还怕什么儿 下一个杯子会更好 事情还没发生，何必一筹莫展 成功人士的字典里没有“追悔莫及” 第五章 没人乐意和“语痴”交流 不懂讲话技巧的你，还有朋友吗 言语上投其所好，没什么不好 说无聊的废话不如倾听 讲话也需要做准备 不自信，讲话没人信 千万不要吝啬赞美之词 终极挑战：即兴演讲

<<卡耐基的职场心灵学>>

章节摘录

版权页：卡耐基金言：在人生的道路上能谦让三分，就能天宽地阔，消除一切困难，解除一切纠葛。

常言说，“忍一忍，风平浪静；退一步，海阔天空”。

在生活中，并不是所有的人都愿意去忍耐的，更不是所有的人都能够管理好自己的情绪的。

有些人很难控制自己的情绪，特别是在不顺心的情况下，很容易发怒，试图通过脾气暴发解决问题。实际上，没有人会在乎你是否生气，而你的乱发脾气根本解决不了任何问题，反而很可能加重问题的解决难度。

对成大事者而言，脾气暴躁是无知的表现。

你是一个人，不要总让自己成为“脾气暴躁的小鸟”。

在你脾气暴躁的时候，要明白自己的道路上会出现很多坎坷，而造成坎坷的关键因素可能就是自我的脾气暴躁。

如果你不再那么的脾气暴躁，那么最终你拥有的将是淡定。

成功的人，总是能够让自己变得淡定，他们在遇到不开心的事情时，也能够告诫自己，压制自己的怒火。

因为他们明白，发怒只会伤害到自己的心情，绝对不会改变别人的一切活动。

不管是在生活中还是在工作中，命运都会给你开玩笑，你所选择的道路也不会一帆风顺。

只有当自己具备了更多快乐，才会明白，脾气暴躁只是自我惩罚。

在职场上，没有人喜欢你的大呼小叫，也没有人在意你为什么如此脾气暴躁。

如果在职场上你愿意做一只脾气暴躁的小鸟，那么你身边的人将会把你归于“容易爆发的火山”一类，你的工作会缺少融洽的合作伙伴。

脾气暴躁的人，往往缺少宽广的胸怀。

他们的内心总是十分敏感，就如同定时炸弹，一触即发，只要遇到不合自己心意或者遇到自己不满的事情，就会突然间脾气爆发。

或许我们需要的不仅仅是快乐，我们需要的还有忍耐。

只有具有了宽广的胸怀，才能够真正地忍耐。

因为，这个时候不会觉得忍耐是一种痛苦，而是觉得忍耐是一种坚持到底，也是一种自我修炼。

俗话说“容他人不能容之事，做他人不敢做之事”，能够达到这个境界的人，会有更广阔的发展空间。

如果一个人总是为了一点小事斤斤计较，或者是为了一点小利益而对别人发脾气，那么这样的人不可能得到更好的发展。

没有人喜欢脾气大的人，尤其是在工作中，你没有必要冲别人发脾气，别人也没有必要忍受你的脾气暴躁。

不要让自己成为那只没有人喜欢的鸟，要懂得如何让自己变得更加受人欢迎。

卡耐基认为，与别人相处时，应该学会尊重别人，尽量减少对别人的伤害，和谐的人际关系的基础是彼此之间互不伤害，而脾气暴躁往往会伤害到别人。

经过几十年研究和体验，卡耐基通过下面的故事向人们展示了与人相处时避免伤害的艺术。

卡耐基的侄女约瑟芬·卡耐基，离开了堪萨斯市的老家，来到纽约，担任卡耐基的秘书。

当时他的侄女只有十九岁，高中毕业已经三年了，但卡耐基却发现她做事的经验几乎为零。

经过几年的发展，现在，她已经是西半球最完美的秘书之一了。

不过，在刚刚开始工作的时候，她身上的缺点十分明显，有很多不足，卡耐基基本上每天都会因为她考虑不周而责怪她。

有一天，卡耐基又想批评她，但卡耐基马上意识到自己的岁数比约瑟芬大了一倍，自己的生活经验几乎是她的一万倍，为什么要这么苛刻地要求她呢？

卡耐基想到自己十九岁的情形，发现那个时候的自己还没有约瑟芬表现得好，很多事情也没有约瑟芬做得那么认真。

<<卡耐基的职场心灵学>>

<<卡耐基的职场心灵学>>

媒体关注与评论

或许，除了自由女神，戴尔·卡耐基就是美国的象征。

——美国《时代周刊》 由卡耐基开创并倡导的个人成功学，已经成为这个时代有志青年迈向成功的阶梯，通过他的传播和教导，无数人明白了积极生活的意义，并由此改变了他们的命运。

卡耐基留给我们的不仅仅是几本书和一所学校，其真正价值是他把个人成功的技巧传授给了每一个向往成功的年轻人。

——美国《时代周刊》

<<卡耐基的职场心灵学>>

编辑推荐

《卡耐基的职场心灵学》能够教会我们怎样应对自己的工作，同样，我们也能够通过《卡耐基的职场心灵学》找到属于我们自己的心灵栖息地和摆脱困境、解决困难的方法。

<<卡耐基的职场心灵学>>

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>