

<<自我发展与团队管理>>

图书基本信息

书名：<<自我发展与团队管理>>

13位ISBN编号：9787304038953

10位ISBN编号：7304038950

出版时间：2007-7

出版时间：中央广播电视大学出版社

作者：霍尔默斯

页数：207

译者：天向互动教育中心

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>

<<自我发展与团队管理>>

内容概要

本书在北京天向互动教育中心从国外引进的教育资源的基础上，根据职工素质教育的需要，专门聘请专家组进行了适应性改造。

其内容主要是针对企业在进行内部管理、团队建设；职工在解决自身发展、处理周边关系和提高能力方面遇到的实际问题而设计的。

其知识、技能和方法具有很好的实用性和操作性。

本书由如何确定自我目标、如何进行时间管理、如何开展工作沟通、如何进行团队管理四个单元组成。

为了帮助学习者真正掌握和领会课程的内容，本书提供了大量的应用指导、训练和练习及案例分析。

<<自我发展与团队管理>>

书籍目录

第一单元 如何确定自我目标

第1章 明确目标

- 1.1 思考自己的目标
- 1.2 有效的思考方式、方法
 - 1.2.1 左右半脑的思维规律
 - 1.2.2 绘制思维导图
 - 1.2.3 头脑风暴法
 - 1.2.4 五个为什么
 - 1.2.5 因果图
 - 1.2.6 5W1H法
 - 1.2.7 水平思考法
 - 1.2.8 六顶思考帽
- 1.3 分析自己的现状
- 1.4 职业和工作选择

第2章 自我认知

- 2.1 什么是自我认知
- 2.2 增强自我认知力
- 2.3 自我评估的方法
- 2.4 SWOT分析方法

第3章 有效学习

- 3.1 学习的周期
- 3.2 学习的形式
- 3.3 在实践中学习
- 3.4 学习与发展的障碍

第4章 确定目标

- 4.1 关于目标
- 4.2 SMART原则——设置精确目标

第二单元 如何进行时间管理

第5章 工作与生活的平衡

- 5.1 活动跟踪表
- 5.2 不同的工作方式
- 5.3 寻求平衡
 - 5.3.1 思考和行动之间的平衡
 - 5.3.2 工作效率和工作效果之间的平衡
 - 5.3.3 工作和维持工作能力之间的平衡
 - 5.3.4 压力不足和压力过度的平衡
 - 5.3.5 工作和生活之间的平衡

第6章 做好时间规划

- 6.1 做好计划
- 6.2 检查目标
- 6.3 确定工作优先级
- 6.4 保持良好平衡

第7章 提高利用时间的效率

- 7.1 积极主动与自信果断
- 7.2 建立自信

<<自我发展与团队管理>>

7.2.1 学会说“不”

7.2.2 说出您的要求

7.2.3 不要浪费时间

7.2.4 学会应付打扰

第三单元 如何开展工作沟通

第8章 口头沟通

8.1 五个关键点

8.1.1 目的意图

8.1.2 沟通对象

8.1.3 信息内容

8.1.4 方式方法

8.1.5 时间安排

8.2 共享信息

8.2.1 优质信息一

8.2.2 传送优质信息

8.3 沟通障碍

8.4 沟通技巧

第9章 书面沟通

9.1 书面沟通的五个关键点

9.2 结构和版式

9.3 写作中的注意事项

第10章 会议沟通

10.1 会议沟通的五个关键点

10.2 会议进展

10.2.1 主持会议

10.2.2 如何促进和协调讨论

10.2.3 如何化解会议中面对的困难局面

10.3 贯彻执行会议决议

第11章 工作报告

11.1 工作报告

11.2 工作报告的目的

11.3 如何抓住听众

11.4 准备工作报告

11.4.1 工作报告的材料

11.4.2 准备工作报告内容

11.5 做工作报告

第四单元 如何进行团队管理

第12章 团队基本知识

12.1 团队的类型

12.2 团队的机遇与挑战

12.3 团队的优势

12.4 优秀团队的特征

12.5 团队发展的阶段

12.6 团队发展的方法

第13章 团队内部建设

13.1 团队角色安排

13.2 培养成员间的融洽关系

<<自我发展与团队管理>>

13.3 问题产生的原因

13.4 解决问题的方法

第14章 团队维护

14.1 维护团队的一致意识

14.1.1 团队会议

14.1.2 确保团队会议的有效性

14.1.3 会议并不能解决一切问题

14.1.4 使用电子手段维护团队共同意识

14.2 团队决策

14.2.1 决策模式

14.2.2 创造性决策

14.2.3 达成协议

14.2.4 遵循决策

第15章 团队外部关系

15.1 团队之间的关系

15.2 团队之间的期望

15.3 团队之间融洽相处

15.4 处理冲突

第16章 领导者的素质

16.1 领导的概念

16.2 领导的技能和品质

16.3 选择领导方式

16.4 建立信任

16.5 领导授权

<<自我发展与团队管理>>

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>