

<<办公室的九大生存法则>>

图书基本信息

书名：<<办公室的九大生存法则>>

13位ISBN编号：9787500846246

10位ISBN编号：750084624X

出版时间：2010-1

出版时间：工人出版社

作者：欧阳云 编

页数：226

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>

<<办公室的九大生存法则>>

内容概要

办公室是一个微妙的半封闭空间，一个不懂得职场生存法则的菜鸟，会发现自己犹如被食肉动物所包围，在办公室中的每一秒都似乎在虎视眈眈的目光中度过，晋升、业绩、加薪……利害冲突犹如暗潮涌动，流言、阿谀、中伤……花样百出的明争暗斗令你疲惫不堪，使你一天天沉沦下去，变得卑微、庸俗。

你越是想摆脱这种状况，越是深陷其中不能自拔，即使采取最极端的手段——换一份工作，情况也不会发生太大的变化，不久之后你会沮丧地发现，自己又陷入了一个新的泥潭。

要想在办公室中赢得自己的生存空间，就必须懂得这个空间的生存智慧。学会将琐碎杂乱的日常工作变得轻松有趣，将冷漠沉闷的办公环境变得充满活力，将消沉沮丧的工作态度变得积极热情。

<<办公室的九大生存法则>>

书籍目录

法则一 策略决定你的人生 1.认清自己的能力 2.选择理想的职业 3.要有远大的目标 4.逐步实现目标 5.立即行动 6.超越自我
法则二 心态决定你的命运 1.能走多远取决于你的心态 2.打破自卑的恶性循环 3.乐观面对一切 4.勇于创新 5.战胜压力 6.为你的价值观献身
法则三 态度决定你的成败 1.学会享受工作 2.重视你的工作 3.坚韧是你最佳的资本 4.有时也要懂得放弃 5.养成良好的工作习惯 6.不要等到最后再做
法则四 同伴决定你的能力 1.富有合作精神 2.培养领导能力 3.建立一个真正的团队 4.取得上司的信任 5.赢得下属的拥戴 6.获得同事的支持
法则五 关系决定你的成就 1.为感情开个账户 2.选择正确的朋友 3.远离难缠的人 4.了解他人 5.少说多听 6.如何对待愤怒
法则六 环境决定你的状态 1.风水并不神秘 2.空气给你带来健康 3.阳光给你带来动力 4.位置给你带来好运 5.植物给你带来好心情 6.办公桌上的风水学
法则七 效率决定你的价值 1.提高效率就等于延长生命 2.做时间的主人 3.不要让别人浪费你的时间 4.找到工作的节奏 5.节省每分每秒 6.别因为心情而影响效率
法则八 意识决定你的财富 1.钱不能给你快乐 2.诊断你的财务健康 3.做好财务规划 4.掌控现金流动 5.合理进行投资 6.养成储蓄的习惯
法则九 健康决定你的幸福 1.防止疲劳 2.摆脱抑郁的困扰 3.甩开焦虑 4.战胜强迫症 5.别让恐惧成为绊脚石 6.夺回我们的睡眠

<<办公室的九大生存法则>>

章节摘录

5 立即行动生存故事Jim今年刚刚大学毕业，面临着找工作的任务，但是席卷全球的经济危机让很多企业业绩下滑，因此削减或者取消了招聘的计划，仍然招聘的企业对员工的要求也是比较严格的。

这对于刚毕业的大学生来说无疑是很不幸的局面。

因此，很多人的自信心受到打击，产生了害怕出去面试的情绪。

Jim就是这样的情况。

刚离开学校的时候，他觉得找到一份工作应该是很容易的事情。

于是，他并没有着急投简历。

毕业后的一个月里，Jim每天都在忙着去和朋友聚会，听他们聊很多社会上的新鲜事，父母问他为什么不找工作，他觉得自己这也是在适应社会。

Jim也不是不找工作，他几乎每天都会在网上看招聘启事，寻找自己的兴趣点。

但是，他觉得一直没有适合自己的工作，因此也总是看看就算了。

再加上Jim的父母工作都忙，没有时间监督他，时间一长，他的状态更加散漫，整天无所事事，也不急着找工作了。

两个月之后，父母发现Jim还是每天待在家里，开始着急了，责问他为什么不出去找工作。

Jim也觉得自己可能有点过分了，于是下定决心找工作，但一想到要出去参加无休止的面试，就有点发憊了。

Jim每天就徘徊在找工作与畏惧情绪之间，因此工作的事情一直没有着落。

这天，他在街上闲逛，思考着自己该怎么办？

忽然，有人喊他的名字，他回头一看，原来是大学同学Jerome。

见到昔日的同学，Jim很高兴。

他问Jerome在做什么，Jerome说在一家公司里面做销售，每个月可以有两千多的薪水。

Jim很惊讶，问他为什么可以这么快找到工作。

Jerome说其实也没什么，就是不断地找，面试了很多公司才找到了现在的工作。

他问Jim在做什么，Jim说自己还没有找到工作，很苦恼。

然后他说了自己这几个月来的经历。

作为朋友，Jerome很坦诚地告诉他，不要再犹豫不决了，赶快开始找工作吧，否则再过一个月也不会找到工作的。

就像想学游泳的人，总是站在水边发呆或只看游泳的书籍是学不会游泳的，得亲自下水去游才行。

Jim听了这番话，也感觉到是自己出了问题，总是没有勇气开始行动怎么可以呢，于是在Jerome的劝说和鼓励下，他也开始投简历、出去面试，半个月后，他顺利被一家公司录用了。

职场感悟在工作中，订立目标，规划人生如果只停留在口头上而没有行动便没有意义。

理想如果不能依附于行动，那只是空谈。

人生最基本的现实规则之一就是。

没有智慧基础的行动是无用的。

但更令人沮丧的是即使有知识和智慧，如果没有行动，一切仍属空谈。

准备与行动其实可视为一体的两面。

人生作太多的准备却迟迟不敢行动，最后只是浪费时光而已。

有一个人想投身服务业，因此作了一个伟大的计划。

他每天面对电脑，至少计划了两年，完全不顾这两年中服务业有了多少改变。

有一天，一位朋友拜访了他。

他刚修改完预测数字，因此很兴奋地说：“你知道吗？

电脑太神奇了。

我只要改变现金流量表上的一个数字，其他所有数字电脑都会自动修改。

太不可思议了。

”听他说完，这个朋友只冷冷地接了一句：“是很不可思议。

<<办公室的九大生存法则>>

不过你的代价也不低，还没开张就要宣告破产了。

”这个人浪费了大量宝贵时间，他忘记了真正的目的。

他的出发点不是做现金流量控制专家，而是进入服务业。

计划非常重要，是获得有利结果的第一步，但是计划非行动，也无法代替行动。

为什么有的主意被人讥嘲，有的却受到重视？其中的区别便在于后者除了想法外，也附加了行动。

最初的想法只是一连串行动的起步，接下来需要有第二阶段的准备、计划和行动予以配合。

”好主意一毛钱可以买一打。

“成功地将一个好主意付诸实践，比在家空想出一千个好主意要有价值得多。

你可以界定你的人生目标，认真制定各个时期的目标。

但如果你不行动，还是会一事无成。

生存指南有些人不论机遇好坏都能成功——这些精英中也可能包括你在内。

制定目标或许还不算太难，可是要能贯彻到底就不是件容易的事了。

你可能以前就有过这样的经验，刚订好目标时颇有摩拳擦掌的热情，可是过了三个星期后就没劲了，更别提达到目标的自信，那早已荡然无存。

当你拟订一个目标后，首要的步骤就是把它写在纸上，这样才能使目标具体化，遗憾的是大多数人连这么简单的步骤都不做。

当你把目标写下来后，随之就是向着目标实现的方向拿出具体的行动，可别一拖再拖。

如果你的目标是一年之内学好爵士乐的话，那么就“先让手指头动起来”，你不妨今天就去翻一翻电话簿找个培训班，先报上名，定好自己的学习时间。

如果你的目标是在一年之内升职的话，那么从现在开始留意你周围的同事是不是比你更加努力想得到这个职位，你应该怎样让自己的业绩更加突出，以便让经理注意到你，给你晋升的机会。

如果你的目标是今年的业绩达到去年的一倍，那么你就得想想你去年有哪些失误，去年的客户如何稳固，今年要如何开发更多的优质客户，以便保证你的业绩可以大幅提升，实现自己的目标。

总之，我们的目标定了，那么我们现在需要做的只有一件事情，那就是立即开始行动，这样我们才会离目标越来越近。

我们有如下建议：做个主动的人。

要勇于实践，做个真正在做事的人。

不要等到万事俱备以后才去做，永远没有绝对完美的事。

预期将来一定有困难，一旦发生，就立刻解决。

目标本身不能带来成功，只有付诸实施时目标才有价值。

用行动来克服恐惧，同时增强你的自信。

怕什么就去做什么，你的恐惧自然会立刻消失。

你试试看就明白了。

推动你的精神，不要坐等精神来推动你去做事。

主动一点，自然会精神百倍。

时时想到“现在”、“明天”、“下星期”、“将来”之类的句子跟“永远不可能做到”意义相同，要变成“我现在就去做”。

不用多说了，只有一件事要做——立即行动。

<<办公室的九大生存法则>>

编辑推荐

《办公室的九大生存法则》：激活你的潜能，保持良好的状态，执著地向人生的更高目标攀登。
办公室的九大生存法则有：法则一：策略决定你的人生；法则二：心态决定你的命运；法则三：态度决定你的成败；法则四：同伴决定你的能力；法则五：关系决定你的成就；法则六：环境决定你的状态；法则七：效率决定你的价值；法则八：意识决定你的财富；法则九：健康决定你的幸福。

<<办公室的九大生存法则>>

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>