

<<没有职业范儿.还想混职场>>

图书基本信息

书名：<<没有职业范儿.还想混职场>>

13位ISBN编号：9787516403143

10位ISBN编号：7516403148

出版时间：里健 企业管理出版社 (2013-05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>

<<没有职业范儿.还想混职场>>

作者简介

里健，致力于营销、培训领域，曾在某知名外企担任销售经理、培训经理，有丰富的营销及职场经验。
现从事图书行业，出版作品《成功创业一本通》《从零开始学销售——从销售新人到销售冠军》《出手成单——金牌经理人成交秘术》《设计你的成功人生》《你的管理归零了吗》等。
作品以新颖的角度、幽默的语言、精彩的观点受到读者的广泛好评。

<<没有职业范儿.还想混职场>>

书籍目录

第一章 “学生气”不戒，被打入冷宫的就是你 1.理想是爷爷，现实是孙子 / 2 2.切莫很傻很天真 / 5 3.别拿自己当盘菜 / 9 4.莫“争先”，莫“抢跑” / 12 5.不吃亏，就要吃大亏 / 15 6.使小性子，看谁理你 / 18 7.正确面对工作中的挫折 / 21 第二章 礼数不周，印象大打折扣 1.你得知道上班应该怎么穿 / 24 2.微笑，帮你锦上添花 / 27 4.称呼是个技术活 / 31 5.没礼貌，讨人嫌 / 34 6.给嘴上安个把门的 / 37 7.记住他人的名字 / 40 第三章 心态不佳，人气“杀手”就是它 1.收起无谓的担心 / 44 2.做个蘑菇又何妨 / 48 3.将抱怨放进回收站 / 51 4.把嫉妒踢到一边去 / 54 5.淡定方能hold住职场 / 57 6.正视自己的短处 / 60 7.每次成功一小段 / 63 第四章 人品不及格，怎样征服他人 1.负起你的责任来 / 68 2.永远牢记“诚信”二字 / 71 3.最佳形象源自勤奋 / 74 4.谦虚，是智者的表现 / 77 5.要脚踏实地走路 / 80 6.坚持到底就是胜利 / 83 7.自信，让成功更容易 / 86 第五章 沟通都费劲，你还怎么混 1.从简单的问候开始 / 90 2.倾听比说更重要 / 93 3.别当“尖酸刻薄”的林黛玉 / 96 4.少说“我”字为妙 / 99 5.不做大话西游里的“唐僧” / 102 6.流言止于智者 / 105 7.像刺猬一样取暖 / 109 8.善用幽默，提高人气 / 111 第六章 工作不给力，下岗等着你 1.敬业才能生存 / 116 2.选对目标很重要 / 119 3.学习的脚步不能停 / 122 4.别为自己找借口 / 125 5.你不是一个人在战斗 / 128 6.工作之中无小事 / 130 7.不做超级名“磨” / 133 8.求人不如求己 / 136 第七章 同事摆不平，怎能受欢迎 1.学会尊重，免遭“欺生” / 140 2.先团结好离自己最近的人 / 143 3.不做办公室的“边缘人” / 145 4.在背后赞美别人 / 148 5.惹不起，躲得起 / 151 6.不做人人唾弃的“马屁精” / 154 7.送人玫瑰，手留余香 / 157 第八章 上司搞不定，升职加薪都是梦 1.知己知彼，读懂上司的心 / 162 2.主动汇报工作进度 / 165 3.承受批评也是一种工作 / 168 4.越级，不可触碰的雷区 / 171 5.不犯相同的错误 / 174 6.上司有面子，自己有前程 / 176 7.凭什么升职的是你 / 179 第九章 客户拢不住，业绩难提升 1.拿出你的专业水准 / 184 2.建立潜在客户的圈子 / 188 3.比客户更了解他自己 / 191 4.站在客户的立场 / 194 5.“耐心”赢得“客户心” / 197 6.人走，茶不凉 / 199 7.发掘客户购买需求 / 202 第十章 陋习不改，小毛病伤大雅 1.迟到让你变成“讨厌鬼” / 208 2.不做“噪音制造者” / 210 3.不要把否定词挂嘴上 / 212 4.隐形效率杀手，上网 / 215 5.扎堆闲聊很危险 / 217 6.说说请假这件小事 / 220 7.不要吃着碗里的，看着锅里的 / 223 8.离开后不要诋毁前公司 / 227 参考文献 / 231 后记 / 233

<<没有职业范儿.还想混职场>>

章节摘录

版权页： 第三章 心态不佳，人气“杀手”就是它对职场新人而言，有着一个良好的心态，自然就能在职场中保持良好的形象，可是一旦心态不佳，就会阻碍人际关系的发展，让你的职场人气直线下滑。

1 收起无谓的担心 新人往往都经历过这样的场景：一个人坐在很多领导视线下的一张独立的桌子，看了三天文件，没有人理会你，那时候心里总是希望早点结束这种煎熬，对未来总会莫名的产生出很多恐慌，很多新人最难熬的就是从到岗学习到正式独立工作这段时间，这是逐步融入新环境的时间。这段时间往往很痛苦，因为初入职场什么都不懂，周围同事也不认识，需要自己学习很多东西，而且还要努力主动融入同事的各种圈子，甚至有时候要接受领导和同事对你的冷漠和批评，心灵的孤独感不言而喻，很多新人没有度过这个适应期就愤而离职，而换个工作也无法解决根本问题。

事实上，这种职业适应期对每个新人而言都很常见，很多年轻人刚开始都会背负较重的心理负担，生怕说错话，做错事，怕一个失误就毁掉自己的前途。

其实，只要改变心境，一切都会逐渐好起来。

里根曾经讲过一个关于小马的故事，希望能够为每位职场新人带来启示，一位父亲对自己五六岁大的双胞胎儿子进行性格教育，一个乐观，一个极度悲观。

父亲带他们两个看心理医生，医生将悲观的孩子带到一个装满了各种玩具的房间，让他尽情玩乐，结果不久他们打开房门后，他们看到小孩虽然玩着玩具，但是却仍然哭红了眼睛。

医生问他为什么如此难过，孩子回答，我怕有人偷走这些玩具。

我们再一起看看那个乐观的男孩吧。

心理医生把过于乐观的孩子送到一个堆满马粪的房间，希望能够调整他的性格，结果当他们打开房门时，以为会看到一个满面愁容的小孩，却奇怪地发现孩子正坐在马粪堆上，兴奋地往下挖掘。

小男孩说，有马粪就说明这里一定有一匹小马，我一定要找到那匹小马。

希望每位职场新人能够收起无谓的担心，任何时候都不要失去信心和乐观的性格。

美国哈佛大学曾在200多人中考察，将其分为愉快的人和郁郁不乐的人两类。

经过40多年的调查，在愉快的人中，只有一个因重症在55岁前死亡，而那些郁郁不乐的人却没有一个活到55岁。

在另一项调查研究中，一批医科大学生在他们以后的30年内，活泼乐观的人患肿瘤和高血压的占26%，而不善于言笑的人患这类病的人占77.3%。

在刚进一家公司时，首先要做好充分的心理准备，开头肯定会有一段比较难熬的适应期，你可以每天给自己做积极的心理暗示，告诉自己一切都会好转，困境只是暂时的，只要熬过今天，明天就会更好。

坚定这样的信念，你就会发现很多时候你所面临的困境其实远没有想象的那么可怕。

永远不要为已经发生的和还未发生的事忧虑。

已经成为事实的事，你再怎么痛苦也于事无补，而没有发生的事你自己胡乱猜测，杞人忧天也更是没有必要，这些都只是给自己徒增烦恼而已。

现在的年轻人在社会压力下，适应能力已经逐步变强，但是他们却越来越失去冒险的勇气，做事总是瞻前顾后，患得患失，不自觉地习惯被环境推着走。

他们害怕承受失败的打击，总是为自己找各种借口。

年轻人只有不断挑战和突破自我才能成长。

长期固守在已有的安全感中，就会像温水里的青蛙，最终失去跳跃的本能。

现在人们常提“瓦伦达心态”。

瓦伦达是美国一个著名的高空走钢索表演者。

在一次重大的表演中，不幸失足身亡。

他的妻子事后说，我知道这一次一定要出事，因为他上场前总是不停地说“这次太重要了，不能失败，绝不能失败”，而以前每次成功的表演，他只想着走钢索这件事本身，而不去管这件事可能带来的一切。

<<没有职业范儿.还想混职场>>

后来人们都把专心致志于事情本身，不患得患失的心态，叫做“瓦伦达心态”。

当你一旦在职场中稳定下来，下一步就是对自己职业道路的选择和规划，在这个过程中，你要收起各种无谓的担心，用一种开放的心态去面对这个世界，放开手脚去大胆尝试。

很多人找不到自己想要的生活，是因为他什么都没有尝试过！

这就好比谈恋爱，如果你连一个女孩都没见过，自然不知道什么类型才是自己的最爱，所以年轻时一定要多去尝试，不要怕犯错，更不要因为担心犯错就停滞不前。

而当你一旦找到那个让自己心动的女孩，就要快刀斩乱麻，免得夜长梦多。

<<没有职业范儿.还想混职场>>

后记

很多初入职场的朋友，虽然满怀激情，却不懂得职场生存之道，在暗波汹涌的职场中处处碰壁，努力工作却收获甚微。

我曾经也在初入职场时因自己的锋芒经历过很多挫折，在职业道路上走过不少弯路。

在创作这本书的过程中，我不禁想起自己当时的懵懂无知，常常在想如果那时有这样一本书，就能够在职场上走得更快、更顺畅、更轻松。

所以，结合自身曾经的经验及教训，我为每位职场新人打造一套行之有效的职场制胜法则，希望这本书能够对大家有所裨益。

在本书的创作过程中，我查阅了大量书籍资料，也对身边经历着职场各个阶段的朋友进行了深入访谈，了解他们在初入职场时的各种困惑及迷茫，他们认为在职场中最需要注意的问题，以及他们对本书的诉求。

在此，我向于佩珍老师、张鸣、赵峰、田广、朱佳、刘小玲、武玉钊等朋友致以诚挚的谢意，正是你们的支持和帮助，让我即使在创作遭遇困难的时候也坚定地保持热情，最终使得本书得以顺利面世。今后，我将继续为大家奉上更多更好的作品。

<<没有职业范儿.还想混职场>>

编辑推荐

《没有职业范儿,还想混职场》总结最优秀人物的职场经验、品格,为你塑造职业范儿提供方便、易学、高效的提升手段,适合职场菜鸟恶补,适合职场蜗牛反省自新。

<<没有职业范儿.还想混职场>>

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>