

<<享受简单和谐的人生>>

图书基本信息

书名：<<享受简单和谐的人生>>

13位ISBN编号：9787563920068

10位ISBN编号：7563920064

出版时间：2008-10

出版时间：北京工业大学出版社

作者：赵曙光

页数：232

字数：197000

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>

## <<享受简单和谐的人生>>

### 前言

在大力倡导和谐社会的今天，我们的生活中却到处充斥了不和谐的音符。

日益浮躁的现代生活，越来越激烈的竞争环境，使整日蜗居在钢筋水泥建筑的人们普遍“好斗”，大家就像冬天里取暖的刺猬，相互需要又相互提防，同住一层楼上的邻居、朋友之间“矛盾重重。争来斗去”成了一道独特的风景。

下面是一个普通人在一天里的遭遇，也许我们每天都在重复着这样的生活，日复一日，年复一年。每天早上，睡意正浓的他被震耳欲聋的闹铃声揪起，带着万分的不情愿，扒开惺忪的睡眼，披上昨天的疲惫，开始新一轮的恶性循环。

吃早饭的时候，因为受不了老婆的唠叨，夫妻俩发生了争执。

带着一腔怒气出门，却发现两个邻居因为乱丢垃圾的问题大打出手，于是心情更加恶劣。

他愤愤不平地想：“这个世界究竟怎么了，到处都是争吵、喧嚣！”

”接下来，当然就是那蔚为壮观的挤公交车大赛，在这里，没有老弱病残之分，更无绅士淑女，只有一个景象：疯狂的拥挤！

每个人都急着去上班，每个人都心情暴躁，每个人都拼命地往车上冲。

在这种情况下，难免发生你踩了我的脚，我抢了你的座这类事件。

当矛盾再次升级，发生摩擦的双方难免唇枪舌剑、唾沫横飞。

## <<享受简单和谐的人生>>

### 内容概要

不看电视、不上网、不住大房子、不大规模购物、不驾车等等以避免产生不必要的经济压力，甚至跑到没人的山野，除了吃饭、睡觉、享受自然风光外，什么也不做……这种复杂之后的简约、华贵之后的淡雅，却比华贵更华贵，它已变成了一种时尚而幸福的游戏。

为什么还在为工作的千头万绪和复杂的办公室关系而不堪其累？

记住，只要你愿意，就能开始享受“简单工作”：为自己设计一个工作区域图，在这个区域里，确定最优先应该完成的工作，以第一速度将它做好，而其他工作就先放一放吧，你需要歇口气了。

学会拒绝同事的无理要求，坦然地回绝自己不愿意参加的应酬。

不要把精力放在如何处理办公室友谊上，专心做你自己要做的事就行了。

不要让工作蔓延至你的娱乐时间，不要试图在娱乐的时候解决工作上的问题，或者借此机会拓展工作关系网络，这是“新简单主义”倡导的新时尚。

…… 越简单越享受！

开始享受你简单而和谐人生吧！

## <<享受简单和谐的人生>>

### 书籍目录

第一部分 享受简单和谐的职场 第1章 和谐的职场心态 对你的工作倾注热情 不要轻视每一份工作 糊弄工作，就是糊弄自己 与工作“谈恋爱” 敬业是一种美德 保持实习生的心态 生于忧患，死于安乐 千万不要故步自封 工作效率放在第一位 第2章 和谐的职场人际关系 积极主动地与老板沟通 和老板保持好“弹性距离” 与上司意见相左怎么办 学会对上司说“不” 化解与上司之间的误会 同事之间融洽相处 不要对同事耍阴谋诡计 正确面对竞争 嫉妒是一根毒草 不要被同事孤立 团队精神不可或缺 第3章 和谐的管理方法 一定要有容人之量 管理员工，要靠信任的力量 善待下属，与人为善 让你的团队目标明确 一碗水要端平 第4章 和谐的工作策略 不要把问题留给老板 机遇就藏在每天琐碎的工作中 随时整理你的杂务 工作目标长短结合 列一个详细可行的“工作计划” 事分轻重缓急，重要的事先做 第5章 和谐的客户关系 从登门拜访到请客上门 找到客户的“软肋” 解读客户的内心变化 维护好自己的客户关系 紧紧抓牢客户群体 第二部分 享受简单和谐的生活 第三部分 享受简单和谐的心灵与休闲

## <<享受简单和谐的人生>>

### 章节摘录

不管推销员、教师、公司经理还是小职员，每个人都面临着这样一个严肃的事实：必须长期地、努力地工作。

如果所从事的工作你并不喜欢，那这份工作将成为你的负担，长期下去将使你心情压抑，工作没有积极性和主动性，甚至身心疲惫，失去了工作激情。

其实，不仅仅只有你面对这样的问题，很多在工作上取得巨大成就的人也面对过同样的问题。

但是，他们却有着自己的秘诀——和工作“谈恋爱”。

很多人工作不开心，没有取得业绩，就是因为他们犯了一个错误——没有和他的工作“谈恋爱”。

有人对恋爱婚姻有这样一个说法：太太绝不会有错，如果太太有错，一定是我看错了；如果我没有看错，一定是因为我的错，才害太太犯错；如果是太太自己的错，只要她不认错，那就是我的错；如果太太不认错，即使她有错，那仍然是我的错。

总之，太太绝不会有错。

在这里，把“太太”换成工作，这种说法一样成立：如果你对工作失去了激情，那么请注意，这绝不是工作的错，问题一定出在自己身上。

如果用对待恋人或太太的态度来对待工作，就一定能够把工作做到最好。

不过，和工作“谈恋爱”不能只是一句口号，而是要落实在行动当中。

张梅供职于一家金融担保公司，在三年的工作中，凭着对工作的热爱和努力的付出，她晋升为部门的主管。

由于她总能认真倾听同事的想法，了解部下所关心的事情，并领导她的部门出色地完成每一项任务，创造出色的业绩，她的部门赢得了好评，成为全公司公认的可以委以重任的团队。

<<享受简单和谐的人生>>

编辑推荐

用圆通平衡的智慧化解生活的矛盾与困惑，越简单越享受的简单主义新时尚。  
享受简单和谐的职场人际关系；享受简单和谐的生活；享受简单和谐的心灵与休闲。

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>