

<<用最好的状态去工作>>

图书基本信息

书名：<<用最好的状态去工作>>

13位ISBN编号：9787564057039

10位ISBN编号：7564057033

出版时间：2012-6

出版时间：北京理工大学出版社

作者：张科

页数：221

字数：280000

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>

<<用最好的状态去工作>>

前言

俗话说不想当将军的士兵不是好士兵，同样，每一个处于工作中的人都想把自己的工作做好，都想在自己的岗位上出类拔萃，都想得到公司领导和同事的赞誉。

但是在工作中，我们往往会被这样那样的事情牵绊着，这些看似毫不起眼的事情却影响到我们的心情，进而影响到我们的工作状态，让我们无法拿出百分之百的热情去面对自己的工作。

要做好自己的工作，没有一个好的工作状态是无法想象的，好的工作状态不但能兴奋我们的大脑，提高我们的精神状态和创造力，还能兴奋我们的身体，让我们工作起来精神百倍，不知疲倦，从而提高我们的执行力和工作效率，使我们在工作中少犯错误，多出成果。

用最好的状态去工作不但是工作本身对我们每个人的要求，也是自我鞭策，实现自身进步的根本途径，一个没有工作状态的人，不但自己的工作做不好，而且这种不好的状态还会影响到周围的人，让周围的同事的工作状态低迷，工作激情下降，没有老板会喜欢这样的员工加入到他的团队中去的。

相反，如果一个人在工作中时时刻刻充满激情，保持极高的工作效率，那么整个部门，整个团队的工作效率也会跟着成倍增长，我想老板一定会喜欢这样的员工，一定会想方设法留住这样的员工。

用最好的工作状态去工作不但有益于公司，更有益于我们自身，良好的状态有助于我们更快地适应新的工作，更多地学习本部门甚至其他部门的工作经验和技能，对我们以后的升职和开创自己的事业也有极大的帮助。

本书的写作，主要就是针对当今职场中大多数人在工作中找不到良好的工作状态这一状况，希望广大在职场中拼搏的朋友，通过这本书的阅读看到状态不好的原因，找到提高自己工作状态的方法，进而把这些具体的方法运用到具体的工作中去，通过一段时间的自我调整 and 适应，渐渐地找回自己的工作状态，把自己的工作做得更好。

<<用最好的状态去工作>>

内容概要

用最好的状态去工作不但是工作本身对我们每个人的要求，也是自我鞭策，实现自身进步的根本途径；用好的工作状态去工作不但有益于公司，更有益于我们自身。

本书主要针对当今职场中大多数人在工作中找不到良好工作状态的这一现状，帮助广大在职场中拼搏的朋友找到状态不好的原因，找到提高工作状态的方法，进而把这些具体的方法运用到具体工作中去，通过自我调整 and 适应，渐渐找回工作状态，把工作做得更好。

<<用最好的状态去工作>>

作者简介

张科，18岁进入职场，至今涉及行业包括IT、通讯、互联网、消费零售、传媒出版等。目前从事出版媒体工作，担任执行总监、常务副总。

已出版：

《越玩越聪明的思维游戏大全集》

《心灵鸡汤枕边书大全集》

<<用最好的状态去工作>>

书籍目录

第一部分 要工作就要拿出最好的工作状态

第一章 工作要有敬业精神、
敬业是做好工作的起码要求
用主人翁的心态去对待工作
敬业就要热爱自己的工作
敬业的最大受益人是自己
敬业才能立业

第二章 感恩之心必不可少

用感恩的心去看待工作
感恩是多赢的工作哲学
感谢企业给你的工作岗位
感谢领导给你的工作机会
感谢同事给你的工作帮助
感谢家人给你的工作支持

第三章 用正确的价值观对待自己的工作

正确理解薪水和工作的关系
把工作当成自己的事业
为公司工作也是为自己工作
好高骛远不如脚踏实地
别太计较暂时的得失
对人讲感情，对事讲标准

第二部分 什么是最好的工作状态

第一章 多一份责任，多一份收获

忠于自己的老板和企业
维护企业利益和形象
认真做好本职工作
严格遵守公司制度

不断提高自己的业务能力和水平
变“要我做”为“我要做”

第二章 执行力代表着你的工作能力

要明确自己的工作职责
对待工作要不折不扣
没有执行力，就没有竞争力
执行力是一个团队取胜的关键
不仅要埋头苦干，还要抬头巧干
不要把执行力只停留在口头上

第三章 效率就是生命，时间就是金钱

选择正确的工作方向
工作不要拖沓
学会提高自己的工作效率
合理安排自己的8小时
懂得劳逸结合

第三部分 如何培养出你最好的工作状态

第一章 好状态来自好心态
好心态才能有好状态

<<用最好的状态去工作>>

心态决定一切

勇敢地面对挫折

要勇于接受现实

第二章 融洽的同事关系是好状态的催化剂

融洽的同事关系有助于工作的开展

要明白合作的黄金定律

予人玫瑰，手留余香

多给别人一点赞美的话

多给别人留点面子

第三章 当工作和生活发生矛盾时如何调整状态

正确处理工作和生活的关系

让工作和生活更和谐

爱工作更爱生活

要有适合自己的解压方式

第四部分 用最好的状态去工作让你受益无穷

第一章 好的工作状态是你驰骋职场的宝马良驹

好的工作状态能让平庸变得伟大

好的状态能够增强你的执行力

好的状态有助于你的自我反省和进步

好的状态有利于你树立远大的人生目标

第二章 好的工作状态是你鱼跃龙门的助推器

老板需要具有良好工作状态的人

状态越好，提升越快

把自己的状态体现到行动上

要不失时机地完成飞跃

第三章 好的工作状态助你开创属于自己的事业

要在工作中不断地丰富自己

要拥有坚定的信念和意志

梦想需要具体的行动去实现

<<用最好的状态去工作>>

章节摘录

版权页：有一个集团公司的行政总监有这样一个人耐人寻味的职业经历，在他成为公司的行政总监之前，他只不过是公司行政部的一名普通职员而已，这个相对较低的起点是很多初入职场的人所必须经历的。

从他进入公司那一天起，他就为自己制定了严格的工作标准和清晰的职业规划，有了这样的标准和规划，在日常工作中，他就表现出了和别人不一样的工作激情，他非常地努力、敬业，积极主动地去承担责任。

很多工作虽然不是他必须要完成的事情，但他还是主动做得尽善尽美，从来都没有觉得自己这样做是一种吃亏的表现。

他每天总是第一个到办公室，最后一个离开，做事情也总是能善始善终。

虽然他工作加班也没有相应的加班费，但他还是经常加班，因为他有一个良好的工作习惯，就是绝对不让今天的工作拖到明天。

靠着这样的拼劲，他总能提前完成主管交办的工作，并且做得让主管都赞赏有加。

他这样做的时候，自然也有同事嘲讽他，说他是一个十足的傻帽，现在社会怎么还有这样的人。

他有他自己的想法，当然就丝毫不在乎这些人的嘲讽，依然坚持自己的工作态度和做事原则。

时间久了，他的优势就明显地体现出来了，因为他做得越多，对公司了解得也就越深，掌握的技能也越多，公司也就越离不开他。

天道酬勤，任何努力都不会付之东流的，他的这种表现，部门经理看在眼里，记在心里，总经理对他也是另眼相看，格外器重。

总经理在交了一两件事给他办之后，见他完成得相当好，就对他产生了莫大的信任，之后便交给他更多的任务让他去完成，并有意地让他参与公司的一些重要会议，他从而也进入了公司领导层。

有同事对他说：“总经理增加你的工作量，你应该主动要求加薪。

”但他没有这样做。

他知道自己在这个公司已经得到了很多——他在很多方面其实已经超过同部门的老员工，这种收获绝对不是薪水所能换来的。

<<用最好的状态去工作>>

编辑推荐

《用最好的状态去工作》主要是告诉当今身在职场的大多数人要用最好的状态去工作。最好的工作状态是工作本身对每个人的要求，也是自我鞭策、实现自身进步的根本途径；用最好的工作状态去工作不但有益于公司发展，更有益于我们自身进步。

<<用最好的状态去工作>>

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>