

<<別讓混蛋老闆綁架你>>

图书基本信息

## <<別讓混蛋老闆綁架你>>

### 內容概要

老闆不是永遠的痛，but混蛋起來會要人命！

職場上最大的悲劇是：熱愛工作、但痛恨老闆，若你膽敢扭轉老闆，慘痛的代價保證讓你前途整個黑掉！

為了不讓自己的前途與幸福被老闆綁架，你需要智取。

作者的4D步驟與3A策略，保證讓你3個月內微笑贏回工作的自主與尊嚴！

工作中的你是不是經常會.....鑽牛角尖、逃避現實、自我懷疑、狂生悶氣、盼望老闆消失、幸災樂禍、惡意唱衰、意圖報復，或乾脆與老闆斷絕往來。

小心！

這表示辦公室綁匪已經盯上你。

綁匪是誰？

又躲藏在哪裡？

最常見就是你的「老闆」 很可能是你的主管、客戶、股東，甚至是會欺壓人的資深同事。

他們掌控你的工作與前途，打擊你的情緒與健康；他們的行徑有的活像「魔鬼代言人」，有的自以為「我才是老大」，更有一副是「地獄來的天使」、「無能不沾鍋」或「草莓小當家」。

天天面對這樣的老闆教人甩不掉理還亂，痛不欲生！

但人生從此無解嗎？

從今而後，你可以不必再為混蛋老闆鬧胃痛或頻換工作，只須嫻熟4D步驟 察覺、脫離、切割、處理；3A策略 調整期望、滿足需要、減輕恐懼，就能在3個月內，輕鬆擬定職場戰略，有效管理這段關係，聰明贏回工作發球權與幸福人生。

別奢望改變老闆，你唯一能改變的是自己！

4D步驟助你一臂之力針對5大類20種混蛋老闆惡行，本書為身心受到老闆綁架的人，設計一套簡單易行的4D步驟解決方案：察覺（Detect）：了解不健康的主雇關係，如何在情感上和生理上影響你。

脫離（Detach）：接受你無法改變老闆的事實，並想辦法奪回掌控自我心智的力量。

切割（Depersonalize）：你是你，他是他，不要把老闆的行為視為針對自己而來。

處理（Deal）：有效管理主雇關係，並擬定一套拓展個人職涯的策略。

用3A策略掃除職場障礙 為了抵禦混蛋老闆惡行的傷害，同時提供你一份具體的計畫，用來調整（Adjusting）你未達到的期望、滿足（Addressing）你未實現的需要，和減輕（Alleviating）任何與老闆互動所引發的恐懼，利用3A策略，你將能面對混蛋老闆各項行為缺點的現實，同時想辦法克盡職責，專注於個人的職涯發展。

從今以後，無論你跟的是哪種人，都能認清現實，對抗任何職場怪現狀，搞定難相處、顧人怨、沒0擔當的老闆，贏得圓滿自在的人生！

<<別讓混蛋老闆綁架你>>

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>