

<<職場心理減壓法則>>

图书基本信息

书名：<<職場心理減壓法則>>

13位ISBN编号：9789620431753

10位ISBN编号：9620431758

出版时间：三聯書店（香港）有限公司

作者：王春永 著

页数：256

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>

<<職場心理減壓法則>>

內容概要

我為什麼害怕見上司？
加班真的會讓人上癮嗎？
工作激情到哪裡去了？
如何盡快走出失敗的陰影？
為什麼閒著比忙著更難受？

..... 職場充滿壓力，你我無法逃避。

唯有正視壓力，才能減輕壓力，在職場立於不敗。

心理學家剖析職場典型案例，透過探尋壓力產生的根源，提供針對性的減壓法則，幫你遠離煩惱，助你贏在職場！

<<職場心理減壓法則>>

作者簡介

王春永 王春永，70年代出生，文學學士、法學碩士，曾在洛陽、蘭州和內蒙古等地讀書、工作，現居深圳。
著作包括《最小笨蛋=最大贏家》、《三國100名言》、《活得輕鬆的心理法則》（三聯出版）、《贏得輕鬆的博弈法則》（三聯出版）等。

<<職場心理減壓法則>>

書籍目錄

- 贏在影響力：辦公室裡的博弈1我們為什麼會神經衰弱？
 06 2我為什麼害怕見上司？
 10 3我應該向上司表決心嗎？
 14 4加班真的會讓人上癮嗎？
 18 5我應不應該去整容？
 23 6面試時發揮失常怎麼辦？
 29 7如何辨別說謊者？
 33 8完美的人為什麼不可愛？
 38 9我如何才能融入公司？
 42 10怎樣聊天才能更投機？
 48 11語言真是有溫度的嗎？
 53 12朋友為什麼不願意讓我靠近？
 57 提升執行力：挖掘你的潛力 13工作激情到哪裡去了？
 64 14找不到靈感怎麼辦？
 68 15說話文縷縷好不好？
 73 16我真的讀書讀傻了嗎？
 77 17高智商的我為何一事無成？
 81 18統籌兼顧為什麼這麼累？
 85 19遇事優柔寡斷怎麼辦？
 89 20不會舉一反三怎麼辦？
 94 21我喜歡上網怎麼辦？
 98 22玩電子遊戲有危害嗎？
 102 23愛寫日誌有壞處嗎？
 106 24身體有缺陷怎麼辦？
 110 運用說服力：讓關係越來越和諧 25怎樣才能提高人的積極性？
 116 26是該曉之以理還是動之以情？
 121 27怎樣讓員工聽進我的話？
 124 28為什麼容易被別人說服？
 128 29怎樣把握表揚和批評的尺度？
 132 30我應該怎樣批評員工？
 136 31為什麼沒有不同意見？
 140 32是應該發獎金還是加薪？
 145 培養快樂力：從根源上遠離煩惱 33怎樣花錢才快樂？
 150 34快樂到底來自哪裡？
 156 35如何盡快走出失敗的陰影？
 161 36信佛能讓心靈平靜嗎？
 166 37為什麼怕什麼來什麼？
 170 38為什麼一緊張就肚子疼？
 175 39被恐懼和焦慮包圍怎麼辦？
 179 40右腦發達的人更快樂嗎？
 184 41我們為什麼會忽視身邊的美？
 188 42自己的事兒該說給別人聽嗎？
 193 43我的男朋友是阿Q嗎？
 197 44為什麼閒比忙更難受？
 201 開發思考力：擺脫錯覺的操縱45我們為什麼「看走了眼」？

<<職場心理減壓法則>>

- 208 46 一樣的錢為什麼感覺不同？
- 212 47 如何才能避免衝動決策？
- 216 48 算命先生的話能信嗎？
- 220 49 人質為什麼會幫助劫匪？
- 225 50 為什麼三個和尚沒水吃？
- 230 51 同事為什麼熱衷追星？
- 233 52 真有人能預測股票走勢嗎？
- 239 53 船槳真的能治病嗎？
- 243 54 他為什麼會上騙子的當？
- 248

<<職場心理減壓法則>>

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>