

<<職場求生學>>

图书基本信息

书名：<<職場求生學>>

13位ISBN编号：9789882190467

10位ISBN编号：9882190464

出版时间：天地圖書

作者：關秀娟 著

页数：182

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>

<<職場求生學>>

內容概要

「我今日又給那同事在背後誣衊我，氣死我！」
「努力工作有甚麼用？」
懂得向老闆『擦鞋』才最重要！
「我今日給那同事氣死，他做錯事又不承認，還諸多抵賴。」
很多人在工作上都會遇上難題，例如：不懂管理時間，上司要求太高等。
然而，最令人頭痛和疲於應付的，就是以上的情況——職場的人事問題，即所謂「辦公室政治」。
「辦公室政治」往往會影響工作表現，甚至令人失去鬥志，變得氣餒。
那如何才能拆解職場上的人事炸彈？

《職場求生學》作者為註冊臨床心理學家，她將日常生活中搜集到各種關於工作間的奇難雜症、奇人異事，編著成本書，並將拆解方法歸納為「四大要訣」，希望能幫助讀者處理工作間的逆境，在職場上游刃有餘，天下無敵。

<<職場求生學>>

作者簡介

關秀娟 現為私人執業臨床心理學家。
曾任職政府機構臨床心理學家逾十年，專責治療抑鬱症、各類焦慮症、壓力管理、情緒管理、失眠、痛症、人格障礙等個案。
更擔任香港大學及中文大學心理系臨床心理碩士課程臨床導師。
擅長認知行為治療及催眠治療。

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>