

<<自我发展与团队管理>>

图书基本信息

书名：<<自我发展与团队管理>>

13位ISBN编号：9787304038953

10位ISBN编号：7304038950

出版时间：2007-7

出版时间：中央广播电视大学出版社

作者：霍尔默斯

页数：207

译者：天向互动教育中心

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>

## <<自我发展与团队管理>>

### 内容概要

本书在北京天向互动教育中心从国外引进的教育资源的基础上，根据职工素质教育的需要，专门聘请专家组进行了适应性改造。

其内容主要是针对企业在进行内部管理、团队建设；职工在解决自身发展、处理周边关系和提高能力方面遇到的实际问题而设计的。

其知识、技能和方法具有很好的实用性和操作性。

本书由如何确定自我目标、如何进行时间管理、如何开展工作沟通、如何进行团队管理四个单元组成。

为了帮助学习者真正掌握和领会课程的内容，本书提供了大量的应用指导、训练和练习及案例分析。

## <<自我发展与团队管理>>

### 书籍目录

#### 第一单元 如何确定自我目标

##### 第1章 明确目标

- 1.1 思考自己的目标
- 1.2 有效的思考方式、方法
  - 1.2.1 左右半脑的思维规律
  - 1.2.2 绘制思维导图
  - 1.2.3 头脑风暴法
  - 1.2.4 五个为什么
  - 1.2.5 因果图
  - 1.2.6 5W1H法
  - 1.2.7 水平思考法
  - 1.2.8 六顶思考帽
- 1.3 分析自己的现状
- 1.4 职业和工作选择

##### 第2章 自我认知

- 2.1 什么是自我认知
- 2.2 增强自我认知力
- 2.3 自我评估的方法
- 2.4 SWOT分析方法

##### 第3章 有效学习

- 3.1 学习的周期
- 3.2 学习的形式
- 3.3 在实践中学习
- 3.4 学习与发展的障碍

##### 第4章 确定目标

- 4.1 关于目标
- 4.2 SMART原则——设置精确目标

#### 第二单元 如何进行时间管理

##### 第5章 工作与生活的平衡

- 5.1 活动跟踪表
- 5.2 不同的工作方式
- 5.3 寻求平衡
  - 5.3.1 思考和行动之间的平衡
  - 5.3.2 工作效率和工作效果之间的平衡
  - 5.3.3 工作和维持工作能力之间的平衡
  - 5.3.4 压力不足和压力过度的平衡
  - 5.3.5 工作和生活之间的平衡

##### 第6章 做好时间规划

- 6.1 做好计划
- 6.2 检查目标
- 6.3 确定工作优先级
- 6.4 保持良好平衡

##### 第7章 提高利用时间的效率

- 7.1 积极主动与自信果断
- 7.2 建立自信

## <<自我发展与团队管理>>

7.2.1 学会说“不”

7.2.2 说出您的要求

7.2.3 不要浪费时间

7.2.4 学会应付打扰

### 第三单元 如何开展工作沟通

#### 第8章 口头沟通

8.1 五个关键点

8.1.1 目的意图

8.1.2 沟通对象

8.1.3 信息内容

8.1.4 方式方法

8.1.5 时间安排

8.2 共享信息

8.2.1 优质信息一

8.2.2 传送优质信息

8.3 沟通障碍

8.4 沟通技巧

#### 第9章 书面沟通

9.1 书面沟通的五个关键点

9.2 结构和版式

9.3 写作中的注意事项

#### 第10章 会议沟通

10.1 会议沟通的五个关键点

10.2 会议进展

10.2.1 主持会议

10.2.2 如何促进和协调讨论

10.2.3 如何化解会议中面对的困难局面

10.3 贯彻执行会议决议

#### 第11章 工作报告

11.1 工作报告

11.2 工作报告的目的

11.3 如何抓住听众

11.4 准备工作报告

11.4.1 工作报告的材料

11.4.2 准备工作报告内容

11.5 做工作报告

### 第四单元 如何进行团队管理

#### 第12章 团队基本知识

12.1 团队的类型

12.2 团队的机遇与挑战

12.3 团队的优势

12.4 优秀团队的特征

12.5 团队发展的阶段

12.6 团队发展的方法

#### 第13章 团队内部建设

13.1 团队角色安排

13.2 培养成员间的融洽关系

## <<自我发展与团队管理>>

13.3 问题产生的原因

13.4 解决问题的方法

### 第14章 团队维护

14.1 维护团队的共同意识

14.1.1 团队会议

14.1.2 确保团队会议的有效性

14.1.3 会议并不能解决一切问题

14.1.4 使用电子手段维护团队共同意识

14.2 团队决策

14.2.1 决策模式

14.2.2 创造性决策

14.2.3 达成协议

14.2.4 遵循决策

### 第15章 团队外部关系

15.1 团队之间的关系

15.2 团队之间的期望

15.3 团队之间融洽相处

15.4 处理冲突

### 第16章 领导者的素质

16.1 领导的概念

16.2 领导的技能和品质

16.3 选择领导方式

16.4 建立信任

16.5 领导授权

<<自我发展与团队管理>>

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>