

<<工作赢在心态>>

图书基本信息

书名：<<工作赢在心态>>

13位ISBN编号：9787506043359

10位ISBN编号：7506043351

出版时间：2012-1

出版时间：东方

作者：石磊

页数：196

字数：180000

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>

<<工作赢在心态>>

前言

人的心态对工作有什么影响？

为了解决这个课题，心理学家曾做过这样一个实验：他们选择一群工作表现非常优秀的人和一群工作表现普通的人，进行追踪调查。

调查结果非常惊人：这两个群体之间最大的差别并不在于他们的工作能力，而在于他们的工作态度！换句话说。

是一个人在工作中的心态决定了他们在工作中的表现和成就，而能力并不是最重要的。

美国“股神”沃伦·巴菲特用自己的经验为这个实验做了“注脚”。

他说：“任何人都有能力做到我所做的一切，甚至超越我。

但是实际上有些人能够做到，有些人却做不到。

那些做不到的人并不是因为世界不允许他们成为巴菲特，而是因为他们自己的原因。

”所谓“自己的原因”，就是人的心态。

巴菲特的好友、世界首富比尔·盖茨也说：“无论做什么事情，如果不摆正自己的位置，不摆正自己的心态，你将一事无成。

”心态决定工作表现，工作的好坏决定着一生的成就，成就的大小又影响着每个人的命运。

因此，对一个在工作中想取得成功的人来说，面对工作的心态非常重要。

如果你一直保持积极的心态，掌握了自己的思想，并引导它为你明确的工作目标服务，你就能在工作中不断地“赢”。

然而，在纷繁复杂的现实生活中，人们都面临着生存考验和工作压力，面临生活、工作中的许多困难和矛盾，面临某些事物的不可预知性和突发性，谁也不可能天天有好心情，而喜怒哀乐将会伴随人的一生。

那么，我们如何才能过好每一天，如何才能在繁忙的工作中游刃有余？

最关键的是要善于调整自己的心态，使自己工作得更潇洒，更充实，更美好，变被动为主动，变压力为动力，这是一门学问，更是人生的一门必修课。

当我们拥有了良好的、健康的、阳光的心态，就不仅能赢得一份满意的工作，更能够在工作中不断地“赢”。

美国成功学大师戴尔·卡耐基说：“人与人之间只有很小的差异，这很小的差异却造成了巨大的差异。

很小的差异就是心态，巨大的差异就是不同心态产生的结果。

”工作要赢在心态。

这是人们在长期的工作和实践中逐步积累总结出来的，也是个人素质和修养培养出来的。

本书就是从成功者的工作实践中总结出来的结果，内容包括：认识心态，走出心灵误区；突破常规，做与众不同的员工；转变观念，培养主人翁意识；放弃消极，满怀热情地去工作；不断学习，增强业务才能；心存感激，建立和谐的人际关系；确立目标，有计划地工作；卸下包袱，化压力为动力；加强职业修养，提升职业形象；团结协作，才能取得共赢。

全书结合中国企事业单位的实际情况和社会环境，以实际案例展开，并从工作中做人做事的角度，全面地阐述了在现代职场中所应该具备的积极心态，为职场人“赢在工作”，提供了一本实用的指南。

工作，是我们生命的舞台。

工作的成败，意味着人生的成败。

也许世界上不会每一件事情都能顺应自己的心意，也不是每一份工作从一开始就会适合自己。

让自己快乐一点儿，把工作当作一种享受，人生才能增加更多乐趣，事业才会日益提高。

以积极的心态对待工作，才能随时随地求进步；以满怀激情和富有兴趣的心态处理每一件事情，才能不断走向完美。

达到这样的境界，我们不仅能得到应有的报酬和晋升的机会，还会得到更有价值的东西——品格的锤炼、才能的展现和工作的乐趣。

<<工作赢在心态>>

内容概要

心态决定状态，心态决定人生，心态决定未来。

自在的心态成就最佳的状态，积极的心态决定积极的人生，内心的力量是决定未来的关键。

本书结合大量成功者的实践经验，列举极具说服力的典型事例，多方位、多层次地剖析了心态与事业人生的辩证关系，引领我们洞悉人性弱点，走出心态的误区；赋予我们超越自我的自信和超常的智慧心态，为职场人迎接挑战、“赢在工作”提供了实用指南。

<<工作赢在心态>>

书籍目录

前言

第一章 认识心态，走出心灵误区

心态的价值

心态是决定命运的舵手

好心态能使我们充满必胜信心

成功者都有个好心态

走出心灵误区

积极心态激发无穷力量

好心态都是修炼出来的

第二章 突破常规，做与众不同的员工

有梦想就能实现理想

有目标才有动力

唯有创新才有出路

在“奇”字上下工夫

见异思迁图大谋

挑战现实创造未来

激发创新的六种方法

第三章 转变观念，培养主人翁意识

把工作当成自己的事业

全力以赴就能创造佳绩

按最高标准要求自己

坚持比别人多做一点点

尽职尽责才能把工作做到位

第四章 放弃消极，满怀热情地去工作

积极化不可能为可能

快乐工作带来的收获

做一个快乐的奋斗者

在工作中拿出你的热情

激情是事业的最佳伙伴

第五章 不断学习，增强业务才能

知识筑起成功之路

学习是百战百胜的利器

故步自封就会被淘汰

只有学习，才能创新

学习永无止境

.....

第六章 心存感激，建立和谐的人际关系

第七章 确立目标，有计划地工作

第八章 卸下包袱，化压力为动力

第九章 加强职业修养，提升职业形象

第十章 团结协作，才能取得共赢

<<工作赢在心态>>

章节摘录

版权页:二、阳光心态 阳光,是世界上最纯粹、最美好的东西,决定我们生活是否快乐的不是头顶上直射的阳光,而是自己心中那一轮冉冉升起的朝阳。

亚里士多德说,生活的本质在于追求快乐,而使生命快乐的途径有两条:第一,发现使你快乐的时光,不断增加它;第二,发现使你不开心的时光,不断减少它。

显然,拥有阳光心态的人不是没有黑暗和悲伤的时候,而是他们追寻阳光的心灵不会被黑暗和悲伤遮盖而已。

塑造阳光心态,需要明确自己的价值期许(期望值过高或过低都不恰当,每个人都应该对自己有正确的判断和估量);需要不断地反思自己的情绪(认识自己是困难的,但也是十分重要的,要学会善待自己);需要及时调整自己的心态;需要建立平衡的人生目标;需要保持健康的身体。

三、创新求变的心态 创新,就是首创前所未有的具有相当社会价值的事物(或形式),创新过程的实质就是建立某种新东西,而非原有事物的再现,也就是说,创造性即非重复性,创新就意味着突破、飞跃和前进。

人类的发展史,就是不断创新的历史。

国家之间的经济竞争,实际上是创新能力和创新规模的竞争。

哪一个民族和国家善于创新,就发展迅速,日益强大;如果因循守旧,就日渐衰落,在世界上就会处于被动挨打的地位。

哪一个民族和国家在某个时期善于创新,这个时期它就发展迅速,就强大;当创新能力衰落了,创新少了,就会落后。

个人的发展同样如此。

我们生活在一个飞速发展的社会中,变是绝对的,不变是相对的。

当今世界,唯一不变的是变,以变应变和在别人未变之前自己先变,这是竞争社会的赢家要领之一。

创新求变首先要增强观念创新的意思,有了想法,有了观念的创新,就会觉得自己的知识还不够,工作还可以做得更好,自然就会有一种求知的心态,求上进的心态,创新求变的心态。

四、超越突破的心态 人类最大的敌人就是人类自己,说到底是自己的心理世界。

其实,每个人身上都蕴涵着巨大的潜能,潜藏着才能、智慧和力量,如果你能充分地发掘出来,就能突破自我,超越人生的梦想,获得最大的成功。

战胜自我的过程就是一个超越的过程,当你遇到心灵障碍这个巨大的敌人时,恐惧感油然而生,但当你超越了自己的恐惧,就获得了新生后,你就会感到轻松自在。

现实生活中,我们时常会面对这样或那样、见仁见智的意见,使自己陷入左右为难、无所适从的尴尬境地。

如果缺乏自信和主见:对别人的意见缺乏思辨能力,左右摇摆,举棋不定,就一定会耽误时机,浪费资源,影响成功。

其实,对于别人的意见大可不必惶惑,我们能否善于分辨、正确处理,关键还是在于我们自己本身。

那么,如何“突破自我”、“超越自我”呢?

答案就是:要调整自己的心态,充分地利用资源,突破思维定式,具备一定的身体条件,加强有效沟通,有明晰的工作思路和正确的工作方法,加强团队合作,克服心理障碍,相信自己能够成功。

五、辩证统一的心态 这是一种观察世界、认识事物、了解自己、判断是非的心态。

人生在世,有得有失。

俗话说得好:“上不完的当,占不完的便宜。”

我们应当深刻地认识到:人生的价值是多元的。

希望所有的阳光都照射到自己身上是不可能的,但整天以为全世界都是黑暗的也是不可取的。

老子说:“祸兮福之所倚,福兮祸之所伏。”

上帝是公平的,当他关上一扇门后,自然会为你打开另一扇门。

任何事情的出现都可能有两种结果:一种是好,一种是坏;一种是成功,一种是失败,各占50%的可能。

<<工作赢在心态>>

上帝给了我们每个人50%的成功的可能，只要我们坚持不懈地努力，这种可能就会变成100%。六、平和从容的心态 心态，犹如一把弦乐器，弦松了紧了，都要变调，只有不失时机地加以调整，弦音才会纯正。

当心态有了平和而又不失进取的弦音，我们生存在这个社会才能左右逢源，许多棘手的问题便能迎刃而解。

和谐，首先应该是自身的和谐，要真正做到自身的和谐，首先是要学会平和从容。

珍惜光阴何叹人生短暂，把握自己不愁世事艰难，得失沉浮坎坎坷坷常会有，功名利禄平平淡淡最为真。

世上美好的东西有很多，我们总是希望自己拥有尽可能多的东西。

但你可能没留意，失去也是美好的，也是有收获的。

如果你失去了阳光，还有星星；失去了金钱，还有友谊；当生命离开你的时候，你拥有了大地的亲吻。

。

<<工作赢在心态>>

编辑推荐

《工作赢在心态》是从成功者的工作实践中总结出来的结果，内容包括：认识心态，走出心灵误区；突破常规，做与众不同的员工；转变观念，培养主人翁意识；放弃消极，满怀热情地去工作；不断学习，增强业务才能；心存感激，建立和谐的人际关系；确立目标，有计划地工作；卸下包袱，化压力为动力；加强职业修养，提升职业形象；团结协作，才能取得共赢。

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>