

<<乐在工作>>

图书基本信息

书名：<<乐在工作>>

13位ISBN编号：9787510705823

10位ISBN编号：7510705827

出版时间：2013-4

出版时间：中国长安出版社

译者：尹萍

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>

<<乐在工作>>

前言

<<乐在工作>>

内容概要

《乐在工作:31天激活职场正能量》提供了31个激活职场正能量的心法，借助这套完整的观念系统，能够让人们在享受工作乐趣之余，也得以安然、快乐地享受属于自己的幸福生活。只有由内而外的认知自己、优化自己、在环境中塑造自己，才能向世界真实不虚地展现你自己。

<<乐在工作>>

作者简介

<<乐在工作>>

书籍目录

美国版作者序 大陆版作者序 台湾版出版者序 台湾版作者序 第1天 尊重自己 第2天 自我对话 第3天 态度积极 第4天 敢于梦想 第5天 设定目标 第6天 妥善规划 第7天 百折不挠 第8天 严以自律 第9天 自我期许 第10天 全力以赴 第11天 实践奋斗 第12天 自立自强 第13天 把握机会 第14天 适者生存 第15天 勇于进取 第16天 尽职尽责 第17天 事分缓急 第18天 冒险犯难 第19天 汲取教训 第20天 激发热忱 第21天 沟通之道 第22天 和衷共济 第23天 谈判艺术 第24天 以己为荣 第25天 信仰坚定 第26天 把握方向 第27天 善用财富 第28天 培养实力 第29天 增长智慧 第30天 追求成就 第31天 乐在其中 100版纪念感言：“乐”自心中来
附录：是人在前进，是书在改版 我们需要第二本帐 《乐在工作》征文比赛首奖作品：生命的光彩 一个工友的故事：我只能拼命向前

<<乐在工作>>

章节摘录

版权页：在你做事顺利、刚获升迁、做成买卖、签订合约以及目标即将达成的时候，热忱如泉涌出，得来毫不费工夫。

但在你早晨起来，感到沮丧、忧虑或恐惧的时候呢？

一次惨败之后，你如何收拾疲惫的身心？

例行公事开始麻痹你的心智时，你如何再创新机？

你内心的神灵还在吗？

你是否会抛开热忱，等待时运好转？

绝对不要这么做。

首先，神灵永远在你心中。

它就像一盏导航灯，永远在低处照耀。

要不要将它点亮，全看你自己。

但是，当你感到了无生趣，如何能点燃热忱之灯？

励志专家一致认为，热忱可以由外在引导至内心。

以下是几个主要方针：微笑。

科学家发现，微笑这个动作确实能够引起体内微妙的化学变化，松弛紧张的脸部肌肉。

立正站好、抬头~挺胸、收腹。

姿势挺拔，会使你的精神随之一振。

沮丧、无信心，愤世嫉俗的人走路总是弯腰驼背。

他们的姿势动作像是在昭告世人，自己是败军之卒。

因此你应该挺直而立，让你的姿态来说明你具有成功的潜能。

说话声音响亮而清晰。

呢呢喃喃如道歉又似解释的言语，既不能激发自己的热忱，又让人感到萎靡不振。

你的声音应当响亮有力，永远蕴含笑意。

做任何事都当作是初次。

面对例行的工作，如打信件、接电话，上门推销、填写表格，把每件工作都当作是初次进行。

事实上，以打信为例，每一封信的确也都有所不同。

与其把所有任务都看成是一堆例行的公事，不如以一颗生气蓬勃的心来处理每一桩任务。

业务员的情况也是如此。

就算这件产品你已经推销了上千次，对你的客户而言却是第一次。

所以，你还是应该把它当作是一件新鲜有趣的工作，像是初次去做一般。

遵奉“姑且当作”（as if）的原则。

必须做一件乏味或单调的工作时，把它当作一件有趣的事来做。

化工作为游戏，设法超越自己设定的目标，尝试把任务的每一部分都做得尽善尽美，或是加上自己的创意。

执行公务时，当作你真心喜爱这份公务，当作它确实引人入胜。

这样做的立即效果是，你不但可以轻易且迅速地完成任务，还能有多余的精力去享受休闲活动。

同时，你的老板或上司可能看出你的工作表现优异，而给你加薪或升级。

但最大的好处是，你会对自己和自己的工作感到比较满意。

这种精神上的重振能推动你追求更远大，更美好的前程。

给自己打气。

存着正确的想法，能使每一份职务都变得趣味盎然。

请用自我谈话的方式激励自己，作自己的心理导师。

许多人做健美操或晨跑，那么，你何不也锻炼自己的心智，让它变得更坚强而敏锐呢？

每天做一点精神体操，能使你的心理维持健康，充满精力和热忱。

存着“热忱”的心念。

<<乐在工作>>

心绪领导行动，你认为自己是怎样的人，你就会成为怎样的人。
最基本的是，如果你想借热忱激励自己，就要以行动表现热忱！

<<乐在工作>>

媒体关注与评论

魏特利博士的激励价值是金钱无法衡量的。

他的任务是告诉你，你比自己想像中更能掌握自己的命运。

——《今日美国》您无疑是最受欢迎的演讲人。

会上听到的评语全是“太棒了”、“精彩万分”、“无与伦比”等等的美誉！

这说明您深受IBM的用户群与经理人的欢迎。

——IBM官方感谢您在3M全球总部为公司年会所做的精彩演讲。

我们会订购您的书籍和有声书做为后续强化训练的教材。

——3M官方《乐在工作》有效，管用！

让你热血沸腾！

让你随着相信“我能行”的信念，从床上一跃而起。

这本书真是无与伦比！

——《成功杂志》

<<乐在工作>>

编辑推荐

《乐在工作:31天激活职场正能量》由中国长安出版社出版。

<<乐在工作>>

名人推荐

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>