

<<白领幸福工作日志>>

图书基本信息

书名：<<白领幸福工作日志>>

13位ISBN编号：9787547010518

10位ISBN编号：7547010512

出版时间：2010.7

出版公司：万卷出版公司

作者：邱恒明

页数：222

字数：113000

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>

<<白领幸福工作日志>>

前言

因为职业的关系，我知道十二星座，钻研过血型，迷恋过“九型人格”，接触过“disc性格测试”。

我读过曾国藩日记，看过韩剧《商道》，甚至研究过《兵苑》，更无聊的是，我还在家里藏了好几本《阴符经》和“德鲁克”。

这些都和职场有关吗？

当时我可没仔细想，现在回过头来整理，才发现我怎么也成了一个对成功学如此感兴趣的人？

人人爱总结，我也不例外：大前研一云：想看什么就去看，想做什么就去做，想去哪里就去；凡事心有所想，必定身体力行。

德鲁克说：所有的改变都是自我改变。

他们和“功夫熊猫”一样，都是励志大师。

孔子本人不忌谈商业，有例为证，“富而可求，虽执鞭之士，吾亦为之。”

<<白领幸福工作日志>>

内容概要

找到一份新工作，却往往晚烦恼；成绩一大把，却都被别人抢了先；无法排解的职场焦虑，无法抗拒的生存法则.....

这是不是你要的工作？
你的职场幸福指数到底有多高？

是苟延残喘，做一个没有激情的职场机器人，还是摩拳擦掌，做一头全速前进的犀牛？

职场达人的幸福宣言！
让我们挣脱工作奴，将幸福修炼到底！

<<白领幸福工作日志>>

作者简介

邱恒明，财经作家，曾任《达观》杂志主编。
香港《财经文摘》杂志人力资源栏目主编、编辑部主任，《中国投资》杂志流程总监。
著有《总裁的第一份工作》、《我为什么辞职》、《淘宝创业英雄》等职场书籍。

<<白领幸福工作日志>>

书籍目录

推荐序拥有快乐的职场梦想

《新京报》文化副刊主编

第一部分 意志磨炼术

1. 做有目标的唐僧马
2. 上帝为何让他洗马桶
3. “量力而行”，蚂蚁成雄兵
4. 10000小时重复一成功！

5. 变成一头犀牛
6. 把自己当成大客户
7. 做抗压的小头目

第二部分 心态调节术

8. 第一是简化，第二还是简化
9. 扔掉桌上的报纸杂志
10. 现在是“简单”管理时间
11. 请问，你的时间力呢
12. 什么让你这么自信
13. 千万不要过度自信
14. 空杯！

空杯！

15. 情绪！

情绪！

16. 赶走疲劳
17. 职场三忌：“给你”、“替你”、“帮你”
18. 时刻有种紧迫感
19. 职业“逆转”有3招
20. 迫切的读书与迫切的成功

第三部分 互助多赢术

21. “给别人加水”
22. 公司兴，我荣幸
23. 发现别人做错事？

No！

24. 我们走平凡路线
25. 拖沓可以，拖垮人生不值
26. 想终生成功？

造平台！

第四部分 吸引老板术

27. 不在老板面前玩鬼把戏
28. 高尔夫背后的职场哲学
29. 魅力是天生的？

鬼才信！

<<白领幸福工作日志>>

30. 请忘记学历

31. 老板是不是赚走了我的薪水

32. 忘记领导的聪明或愚笨

33. 创意天才—恶作剧高手

34. 员工比高管重要

第五部分 自我发展术

35. 持续成功有条件

36. 德鲁克法则

37. “不小心族”突破法则

38. 杜拉拉启示录

39. 菜鸟型经理的N种修炼

40. 构建职场“董事会”

41. 营销高薪的自己

42. 要有工作狂作风

第六部分 幸福修炼术

43. 一生至少要做的4种工作

44. 快乐的穷外婆

45. 我们拥有自己所厌恶的缺点

46. 幸福家庭的好习惯

47. 幸福是可以学会的

后记也谈自我激励

<<白领幸福工作日志>>

章节摘录

第一部分 意志磨炼术 1. 做有目标的唐僧马 我们跨过的距离是大体相等的，不同的是，唐僧和我有一个遥远的目标，按照始终如一的方向前进，所以我们看到了一个广阔的世界。

据说唐僧骑的那匹马从前住在长安城西的一家磨坊，它和一头驴子是好朋友。

平日，马在外面拉东西，驴子在屋里推磨。

没想到，当这匹马昂首西去之后，它和驴子的命运从此迥然不同。

14年后，这匹马驮着佛经回到长安，来到磨坊会见它的驴子朋友。

老马谈起这次旅途的经历：浩瀚无边的沙漠，高入云霄的山岭，凌峰的冰雪，热海的波澜……那些神话般的美景，使驴子听了大为惊异。

驴子惊叹道：“你有多么丰富的见闻呀！

那么遥远的路，我简直连想都不敢想呀！

” 老马说：“你知道吗？

其实，我们跨过的距离是大体相等的。

当我向西天前进的时候，你也一步也没停止。

不同的是，唐僧和我有一个遥远的目标，按照始终如一的方向前进，所以我们看到了一个广阔的世界。

而你被蒙住了眼睛，一生就围着磨盘打转，所以永远也走不出这个狭隘的空间。

老马和驴子的寓言同样适用于这样的一群人：最初，他们的智力其实不相上下，在走过漫长的人生之后，有的功盖天下，有的却碌碌无为。

是什么原因造成了这么大的区别呢？

答案是目标。

原来，杰出人士与平庸之辈最根本的差别，不在于天赋，也不在于机遇，而在于是否建立了自己的人生目标！

请每个人都回忆一下自己的工作、生活处于怎样一个状态，有没有明确的目标？

有没有让自己感觉轻松简单的规划？

我来谈谈自己的处境。

我是这样一个状态：

<<白领幸福工作日志>>

编辑推荐

危机频发的职场，我们是怨天尤人，还是潜心修炼，拥有6种职场修炼术，让你成功晋级工作并快乐着的职场达人。

<<白领幸福工作日志>>

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>