

图书基本信息

书名：<<别抓狂，灵感在这里！>>

13位ISBN编号：9787562263562

10位ISBN编号：7562263566

出版时间：2013-12-20

出版时间：华中师大出版社

作者：（美）埃里克·梅塞尔

译者：张继伟

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>

<<别抓狂，灵感在这里！>>

内容概要

<<别抓狂，灵感在这里！>>

作者简介

书籍目录

第一章

创造力焦虑：

不管你开始创造与否，焦虑无时不在 001

第二章

重要性焦虑：

认为自己的工作毫无价值或过于重要 015

第三章

身份焦虑：

努力成为自己迫切想成为的人 025

第四章

个性焦虑：

做真实自己的代价 033

第五章

职业规划焦虑：

对未来太担忧 043

第六章

生存焦虑：

当努力没有获得生存所需的回报 053

第七章

日常工作的焦虑：

只做那些让自己能够冷静下来的事 061

第八章

选择焦虑：

全力以赴地去坚持所选择的 071

第九章

妥协焦虑：

衡量、定位、决定 081

第十章

可能性焦虑：

在某一时间里只能做好一件事 089

第十一章

创造过程的焦虑：

忙于对付手头的工作 097

第十二章

思考的焦虑：

如果过程复杂且结果重要 105

第十三章

“搞砸”的焦虑：

不受控制的悲观情绪 113

第十四章

失败的焦虑：

冤枉了很多结果 123

第十五章

完工的焦虑：

成果将要被评估 131

第十六章

依恋与关注的焦虑：

过于在乎 141

第十七章

形象受损的焦虑：

拒绝与批评 149

第十八章

表现的焦虑：

隐含的恐惧太多 157

第十九章

竞争的焦虑：

必须将成果推销出去 165

第二十章

推销的焦虑：

市场是个让人畏缩的地方 173

第二十一章

拖延的焦虑：

一种典型的恶性循环 181

第二十二章

等待的焦虑：

创意能否修成正果 189

第二十三章

重复的焦虑：

激情难再读 197

第二十四章

成功的焦虑：

更多挑战和责任 205

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>