第一图书网, tushu007.com

<<办公室心理学>>

图书基本信息

书名：<<办公室心理学>>

13位ISBN编号：9787802552449

10位ISBN编号：7802552443

出版时间：2009-10

出版时间：企业管理出版社

作者：石翠兰

页数：296

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

前言

复杂的办公室中，如何建立融洽的人际关系？
莫测的职场中，如何让自己游刃有余？
沉浮的商海中，如何掌好事业船之舵？
走进本书，你就会找到答案。
九型人格是一种深层次了解人的方法和学问，它按照人们的思维、情绪和行为，将人分为九种：1号人格完美型、2号人格助人型、3号人格成就型、4号人格自我型、5号人格理智型、6号人格疑惑型、7号人格活跃型、8号人格领袖型和9号人格和平型。
九型人格最卓越之处在于能穿透人们表面的喜怒哀乐，进人人心最隐秘之处，发现人的最真实、最根本的需求和渴望。
在九型人格的理念中，每个人都是世间独有的奇迹。
品尝生活，经营梦想，我们志在帮助每个人去明白自己的使命，活出最精彩的人生。
我们每一个人都在寻梦，不断收获人生的五味果实。
俗话说，“人心隔肚皮”。
在办公室中，我们要想掌控对方，并不是一件容易的事情。
但是，人的想法会不经意地通过一些外在的行为表现出来，从而被他人觉察到。
心理学就像是一个“大天幕”，它展现了上司、同事、属下、顾问，甚至你自己的不同处世方法，它不单显现出彼此相互影响的情况，更揭露彼此相互依赖的形态，它在不同的情景中证明了每个人的价值与必要性，而它更能使你有意识、具有创意及有效率地与周遭的人契合相处。
因此，我们能够从一个人的外在表现，轻而易举地识别对方，深入细致地了解他人的内心世界。
在“以人为本”的商业时代，越来越多的组织开始发现，作为管理者，了解自我、了解他人是非常重要的工作能力。
所谓“知己知彼、百战不殆”，不同性格的人需要用不同的方式来管理和沟通。

内容概要

九型人格是一种精妙的性格分析工具，为个人修养与自我提升提供深入的洞察力，旨在揭示人们内在最深层的价值观和注意力焦点，发掘自身的潜力，走上完美的职场晋升之路。
　人缘是机遇的催产素，人缘是情报的收集站。
任职场中营造良好的人际关系，获得好人缘，是我们取得成功的必修课。
　本书基于心理学的知识，为身处办公室中的各类职场人士提供处理复杂人际关系的有效指南；为个人如何走卜晋升之路指明方向；也为企业了解职员个性，充分利用其长处，用较小的人力资本赢取较大的价值回报提供r宝贵建议。

<<办公室心理学>>

书籍目录

前言上篇 办公室心理知道——揭秘办公室里的九型人格第一章 办公室里的九型人格 第一节 古为今用的办公智慧——九型人格 第二节 发现职场中的自我——九型人格测试 第三节 了解办公室里的人——九型人格的判定 第四节 深入你的办公室——九型人格的性格世界第二章 九型人格职业与个人发展训练 第一节 寻求最适合你的职业 第二节 突破人格局限，提升自我 第三节 历练自我，铸就完美人格 第四节 对号入座，规避九型人格职场缺陷第三章 九型人格的心理互动 第一节 九型人格的心理互动关系 第二节 九型人格的潜在动机和团队建设中篇 开启职场的天窗——玩转办公室的人际关系第四章 九型人格的办公室相处之道 第一节 形象是金，让自己完美出镜 第二节 伶牙俐齿，掌握与同事的交谈技巧 第三节 八面玲珑，与性格各异的上司相处 第四节 掌握技巧，培养玄秘职场的好人缘第五章 理清办公室的人际网 第一节 独具慧眼，理清办公室的人际关系 第二节 独具匠心，编织你办公室的人际网 第三节 做办公室中的生存高手第六章 透析办公室沟通的无敌技巧 第一节 如何铸造办公室沟通达人 第二节 巧用沟通技巧，轻松行走职场江湖 第三节 四通八达，与上司的沟通技巧 第四节 张弛有道，掌握与下属的沟通技巧下篇 教你游刃有余——超越九型人格的办公室哲学第七章 摸透职场“潜规则” 第一节 揭示隐藏在办公室的潜规则 第二节 影响职场沉浮的潜规则 第三节 道破职场玄机，巧妙应对潜规则第八章 解读职场交际心理 第一节 练就洞悉职场心理变化的眼力 第二节 用心驾驭职场社交障碍 第三节 巧用社交心理，成为职场受欢迎的人 第四节 扩宽你的人脉，提高你的职场影响力第九章 “卜”获前途。
完美晋升 第一节 找准自己的位置，认清自己的职场之路 第二节 掌握锦囊，轻松踏上晋升之路 第三节 你的工作态度决定你的人生高度附录： 其他相关九型人格的资料

章节摘录

上篇　办公室心理知道——揭秘办公室里的九型人格　　第一章　办公室里的九型人格　　第一节　古为今用的办公智慧——九型人格　　办公室里的九型人格再现　　在“以人为本”的商业时代，越来越多的人开始发现，无论是作为管理者，还是作为普通员工，了解自我、了解他人是非常重要的工作能力。
在办公室里我们会遇到这样的困惑：如何建立和谐人际关系？
如何与各种性格的人相处？
如何增强团队凝聚力？
如何发挥我们的性格优势？
所谓“知己知彼、百战不殆”，不同性格的人需要用不同的方式来管理和沟通。
那么就让我们一起揭秘办公室里九型人格的神秘面纱，帮助我们认识自我，改善个人性格和沟通方式；帮助我们通晓人性，了解自己和他人的行为动机及处世原则；帮助我们理解顾客、上级、同事、合作伙伴及亲朋的行为，建立良好的人际关系；帮助我们促进团队成员间的沟通与合作，提高团队凝聚力和执行力；帮助我们提高人事管理能力，做到知人善用、人尽其才。
　　1.办公室需要实用九型学说　　首先，让我们一起了解一种古为今用的智慧。
九型人格（Enneagram），又名性格型态学、九种性格。
九型人格学，是一种始于第三世纪的神秘远古智慧。
早在一千四百多年前，就建立了以九型人格为立论的基础学说；20纪中期，由于它对不同人格的归类原则的准确性，首度成为心理学训练教材；20世纪70年代，九型人格学在美国各地迅速盛传起来；自此，九型人格经历了很多心理学派对其准确性和使用价值方面的实证肯定，将其视为一个能有效分辨、揭开人格类型谜底的心理学系统。
到了1993年，九型人格学更被世界著名的斯坦福大学商学院，专门开设了一个《人格，自我认知与领导》的课程，以此发掘和推广九型人格在营销商学领域的潜能。
　　九型人格是关于人的性格类型的一门学说，也是一种古老的智慧。
九型人格的英文单词Enneagram源于希腊文，意思是指一个有九个点或九条线的图。
其中Ennea是“九”的意思，Gram是“图”的意思。
九型人格的发展不是在学院中，而是由一个叫做苏菲的游牧民族发展起来的。
一种传说是九型人格是只有苏菲教派的灵性教师才知道的秘法，用以开启教众的灵性，而且数千年来一直都是以秘密的方式流传。
而它的奥妙之处是每一个前去请求灵性教师解决困扰的人，都会得到非常满意的解答，可是妙就妙在即使是相同的问题，每个人的解答却不同。
如中国之太极与八卦的图案一样，蕴含玄机，能解释人类世界的天机云云，是为追求灵性行为的一个工具。
另外一种传说是因为居无定所的游牧民族需要与形形色色的陌生人打交道，所以需要借助这套学问用不同的方式与不同的人沟通、相处。
它按照人们惯性的思维模式、情绪反应和行为习惯等性格特质，将人分为九种，称为九型人格。
无论哪种传说，都向我们宣示着一种源于实践的古老智慧。
也正因为这套学问不是从象牙塔中发展出来，而是从实践中总结出来的，所以它有很强的实用性。
在办公室里，我们会碰到很多和九型人格映照的实例。
　　一个2号助人型的行政经理，他（她）除了在平时会做完自己分内的事，还会张罗公司其他的事务。
比如天冷了，他（她）会给每位同事发邮件，提醒大家多穿衣服注意保暖。
天热了，他（她）又会提醒大家要注意防暑，多吃清凉下火的食物，甚至还会购买解暑的药品放在办公室，给有需要的同事。
平时如果他（她）感冒了，他（她）一定会把自己关在小房间里，因为他（她）怕自己的病毒传染给别人，又或买来洗手液让大家经常洗手消毒。

另外，2号的他（她）总是把别人的需要当成是自己的必要。
比如老板中午的午餐，他（她）一定餐餐不漏地帮他预定。
在他（她）的抽屉里，永远会放着一包方便面，因为他（她）怕加班的同事饿着肚子。
2.办公室人格必为九型人格之一　　那么九型人格是如何发现的呢？
19世纪，有一位叫做George Ivanovich Gurdiieff的俄国人。
他是一个很喜欢探寻人生奥秘的老师。
他和一帮志同道合者成立了一个叫做搜秘者（Seekers of the Turth）的组织，专门探索世界各地的种种神秘。
他们在今天的阿富汗或者土耳其一带发现了一种神秘的图形，也就是我们今天所说的九型人格中的九柱图。
这些搜密者对此很感兴趣，就到处收集相关的资料，并且找人翻译出来。
他们发现，原来这是一套完整的关于人的性格类型的学问——九型人格。
今天，我们知道Enneagram是一个概念化的系统，一个复杂的性格类型理论，但也是一个有效易懂的了解自我的工具。
九型人格学说认为，尽管人们行为上的表现林林总总，按照这些行为背后的出发点，即基本欲望和基本恐惧，千差万别的人可以划分为九种类型：1号人格完美型、2号人格助人型、3号人格成就型、4号人格自我型、5号人格理智型、6号人格疑惑型、7号人格活跃型、8号人格领袖型和9号人格和平型。
在我们职场生活中的每一个人都属于其中一个型号，这种型号是天生的。
九型人格为我们职场发展带来什么　　九型人格不仅仅是一种精妙的性格分析工具，更主要的是为个人修养与自我提升、历练提供深入的洞察力，与当今其它性格分类法不同，九型性格揭示了人们内在最深层的价值观和注意力焦点，它不受表面的外在行为的变化所影响。
1. 揭示职场里的人格特点　　——深入观察发现“我是谁”。
——你的思维模式及怎样影响你的决策。
——你的价值取向及怎样影响你的事业。
——你的情绪反应及怎样影响你的人际。
——你的行为方式及怎样影响你成长。
——你个性的优势与局限。
——你在事业发展中的个性障碍及突破的方向。
——你在人际关系中的个性冲突及改善的技巧。
——你在亲密关系中的个性困扰及解决的方法。
性格其实就是我们的自我维护的总和。
九型人格代表了九种不同性格的人看待世界和维护自我的方式。
九种性格由不同的潜意识动机和偏好构成，它们导致了不同的思维感觉和行为模式，这些模式对于人的成长既可能成为助益，也可能成为阻碍。
九型人格论是一门讲求实践效益的学科，属人格心理学范畴，是应用心理学中的一种，其应用范围广泛，有助于个人成长、企业管理及人际沟通和关系处理，特别适于企事业单位在人员招聘、组织构建、团队沟通过程中，作为评价人员性格的工具，近年来更扩展至夫妻相处、子女教育及亲子关系等方方面面。
九型人格论把人格清晰简洁地分成九种类型，每种类型都有其鲜明的人格特征。
九型人格论所描述的九种人格类型，并没有好坏之别，只不过不同类型的人回应世界的方式具有可被辨识的根本差异。
九型人格是一张详尽描绘人类性格特征的活地图，是我们了解自己、认识和理解他人的一把金钥匙，是一件与人沟通、有效交流的利器！
如今九型人格论被广泛推广到制造业、服务业、金融业等多个领域，在促进团队协作表现、提升销售业绩、有效沟通等方面都有不凡表现。
今时今日更被全球大部分先进国家和商业机构如通用汽车、AT&T、HP（惠普）计算机、可口可乐、Nokia、美国中央情报局等广泛应用，全球500强企业的管理阶层均有研习九型性格，并以此培训员

工，帮助建立团队、促进沟通、提升领导力、增强执行力等多方面的综合能力的提高。
九型人格能够帮助您深入了解自己和他人，是一个易学易懂的企业管理工具。
在职场中，九型人格可以帮助人们真正地知己知彼，可以帮助人明白自己的个性，从而完全接纳自己的短处、活出自己的长处；可以让人明白其它不同人的个性类型，从而懂得如何与不同的人交往沟通及融洽相处，与别人建立更真挚、和谐的合作伙伴关系。
2.职场九型人格需求　（1）决策的需要：每种性格都有其不同的注意力焦点和盲区，一旦性格类型被确定，即可知道每种人在决策时会关注什么，而惯性会忽略什么。
这一点对做出正确决策非常重要。
（2）选人的需要：选拔人才一是看能力（是否能胜任），二是看性格（是否能相融）。
（3）用人的需要：有些岗位，对有些性格则更合适，例如：财务岗位，可能更适合1号型的人，他们讲求原则，不允许出错。
帮理不帮亲。
但如果让他们去拓展市场，服务客户，他们的原则性会令他们缺少灵活和变通，往往会错失机会。
因此，每种性格都有其显著的优势与局限，如果使用得当，则企业可以以最小的人力成本，获取最大的价值收获。
（4）留人的需要：优秀人才或高层领导的去留在很大程度上是价值的取向，尽管不同时期人们的价值取向会有所不同，但九型性格揭示的是人们内在最深层的价值取向，这一点是无可动摇和无法改变的。
但通常你无法知道人们内心最深层的追求和渴望。
一旦性格类型被确定，则可立即知晓这一点，对企业留人，对建立梯队式的领导团队非常重要。
（5）成长发展的需要：一个人若想比现在做得好一点，可能在行为或能力上做些努力和改变是可以做到的，但如若要取得突破性的进展，例如：突破自己的事业高峰，突破自己的成长障碍等等，这些将最终受困于个陛的局限行为。
只有深入了解到这一点，才能够有意识地做到突破，得到更高的发展和突破性的成长。
3.认识九型人格铸就成功团队　当我们面对逆境中的生存与发展，最令我们头痛的往往不是那些要面对的困难，而是在这些困难下，我们迷惘不知方向，没有了前进的动力和方法。
因此，只有更深刻地了解自己的个性，挖掘自己深层次的需求，然后再进一步顺应自己的个性倾向，同时调整那些一直影响自己而不自知的盲点，有效地开发自己的能量与潜能，掌握和发挥自己的闪光特质和优势，才能找到一条真正属于自己的成功方程式——性格绝非决定人生成功与失败的理由，关键在于是否懂得发挥本身性格的优点。
例如，周先生是一家电器公司的老板，他一向对所有事情都有高要求，他努力工作，不苟言笑，不断学习提升自己。
但一直困扰他的是他下属的能力，他曾经说过：“我不明白，为什么我的员工总是达不到公司的要求，我们应该达到完美的水准才能不断地进步，只有进步才不会被淘汰。
人们总说我要求高，脾气不好，但这是我为公司发展必须做的。
”在学习了九型人格后，张先生有了不同的见解：“其实我自己对自己的要求也很高，似乎有一种力量在推着我，不断地进步，不能停下来，这样才觉得有保障。
我现在知道我是1号性格的人（完美主义者），我开始思考一个问题：自己是不是过分追求完美？
当我不断提出要求的时候是不是有正面的作用？
我和我的员工可能一直在这种压力之下，其实进步还有很多方法。
我最大的收获是可以接受自己不一定完美，当我接受自己可以错的时候，我轻松了很多，我发现自己开始包容别人，也开始表扬做得好的同事，而不是一味地要求。
现在我公司的气氛比以前好了，员工工作的态度积极了，我知道还有很多事情要去学习，我相信自己的改变会提升公司的整体水平。
”　现在的企业面临竞争飞速发展的挑战，随着市场发展的日渐成熟，企业的综合素质将是决定命运的要素。
而企业的核心竞争是什么？

越来越多的企业从实质上认识到：是人，是企业的每一个员工！
如何发挥每一个员工的能力，如何建立一个高效的团队就成为企业的热门课题。
九型人格是一套有效的管理工具，透过认识性格形态，不单能明白对方心里的想法，更可以像亲身体验一样，懂得行为背后的出发点和原动力，了解他人如同了解自己。
从而有效的激励员工，知人善用。
每种性格都有自己的特长和盲点，在企业中不同性格的人分工和组合会有着截然不同的结果。
　　王先生是某大公司的人事总监，他将九型人格运用在公司的管理中颇见成效，他告诉我们：“我早就知道不同性格的人适合做不同的工作，我也学习过不少的性格理论，不过九型人格真是一套很有效的工具。
我们公司是以市场为先导的公司，市场对我们来讲至关重要，我们将九型人格运用在市场开拓方面。
首先，在人才的选用上，我们留意到每种性格的特长。
有一种性格的人，他们目标感强，有超强行动能力，很多优秀的销售精英都是这个性格的人。
另一种性格的人，他们充满激情，对新的事物特别有兴趣，他们爱冒险，精力充沛，创意多，喜欢接触不同的人，和他们交流是很愉快的。
这种性格的人也是市场工作的好人选。
选了有此特长的人，不等于就有好的成绩，每个性格里面都有健康和不健康的发展方向，而且每一个人都是独一无二的，管理的焦点是如何有效地支持他们发挥自己的能力，人尽其才，使企业发展得更快。
我们知道员工的长处，也知道他们想要的是什么，更知道他们的盲点和健康发展的方向。
我们和员工的沟通是深层次的，给予员工的支持会是更彻底的。
这就是应用九型人格的好处。
”

编辑推荐

走进《办公室心理学》，你就会找到答案！
九型人格是一种精妙的性格分析工具，为个人修养与自我提升提供深入的洞察力，旨在揭示人们内在最深层的价值观和注意力焦点，发掘自身的潜力，走上完美的职场晋升之路。
一把解析人性、破泽性格密码的钏匙！
一套玩转人际关系的实用工具！
一种自我认知和领导他人的实用艺术！
复杂的办公室中，如何建立融洽的人际关系？
莫测的职场中，如何让自己游刃有余？
沉浮的商海中，如何掌好事业之舵？

第一图书网, tushu007.com

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