

<<像雄鹰一样蜕变>>

图书基本信息

书名：<<像雄鹰一样蜕变>>

13位ISBN编号：9787121174803

10位ISBN编号：7121174804

出版时间：2012-7

出版时间：电子工业出版社

作者：何艳丽

页数：187

字数：192000

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>

## <<像雄鹰一样蜕变>>

### 内容概要

要成为“雄鹰”，像雄鹰一样蜕变，必须不断磨砺自己，全力以赴地努力，继而实现凤凰涅槃的突变。  
一个人只有坚信自己能不断超越自我，才能够向着卓越的目标迈进。

何艳丽编著的《像雄鹰一样蜕变(不断迎接挑战的雄鹰精神)》深度挖掘雄鹰精神的精髓，引导员工以积极的心态对待工作，以主动思维融入工作，以激昂的斗志投入工作，以科学的方法创新工作，以完美的业绩完成工作。

《像雄鹰一样蜕变(不断迎接挑战的雄鹰精神)》是一部职场生存与发展启示录，一部卓越员工潜力开发指南，一部团队竞争力与执行力的提升宝典。

## <<像雄鹰一样蜕变>>

### 书籍目录

- 一 “鹰”雄本色——要做就做到最优秀
  - 鹰永远是天空的宠儿
  - 不安于现状，不畏于新生
  - 挑战自我：在磨炼中成长
  - 改变自己：在适应中超越
  - 突破自我：在蜕变中新生？
- 二 适者生存——抱怨环境不如改变自己
  - 做不断适应环境的强者？
  - 吐故纳新，适应环境“日日新”
  - 以积极的态度应对不利环境？
  - 敢于探索、敢于尝试
  - 适应竞争：比别人更快一步
- 三 心比天高——志存高远，与梦想齐飞
  - 是强者就要选择远方？
  - 相信自己就是“鹰”
  - 坚定信念：一分希望，一分能量
  - 怀着必胜的信念，相信“我能行”
  - 不达目的誓不罢休
- 四 专注目标——不是想要，而是一定要
  - 目标指引我们走向成功
  - 我的心中只有它：盯住兔子不放？
  - 锁定目标，激发自身全部的能量？
  - 心无旁骛，眼中只能有一个目标
  - 准备，任何冒险都不会成功
  - 唯有全力以赴，才能达到目标
- 五 勇往直前——困难在强者面前止步
  - 鹰的字典里没有“恐惧”二字？
  - 勇敢是流淌在血液里的天性？
  - 有所为，无所畏：绝不当懦夫
  - 勇于挑战，强者的世界里没有“不可能”？
  - 该冒险时，绝不胆怯
  - 战斗不止，为梦想永不服输？
- 六 主动出击——想到和得到之间，必须做到
  - 猎物不会自动送到嘴边
  - 抓住稍纵即逝的机会
  - 做事的准则：“稳、准、狠”
  - 迅速出动，提升速度
  - “现在”是你成为强者的最佳时机？
  - 做到完美，你就是赢家？
- 七 不屈不挠——在磨砺中汲取成长的能量
  - 雄鹰也是从失败中摔打出来的
  - 蔑视困难，才能战胜困难
  - 屡败屡战，永葆激昂的斗志
  - 排除一切艰难险阻
  - 让挫折成为前进的垫脚石

## <<像雄鹰一样蜕变>>

八 成长有法——学会找方法，成为一流的“猎手”

头脑是雄鹰最有用的资产之一

主动思考，做问题的终结者

“打破习惯”，经验并不总是对的

以变应变，灵活应对困难

借他人之力成功捕食

九 进步不止——在迎接挑战中练就不凡的本领

多学本领才能捕获心仪的猎物？

给自己一片悬崖，与鹰一般“重生”

培养“捕食”能力，让自己成为专家

除去心智的枷锁，你也可以成为“鹰王”

十 抱团高飞——团队精神让雄鹰成为永恒的强者

善于团结，才能成为强者

团队不需要孤胆英雄？

不各自为战，融入团队才能取得更大成功？

不一意孤行，沟通是最强的团队的黏合剂

分享是最聪明的生存之道

分工协作，依靠集体力量收获成功

后记

## &lt;&lt;像雄鹰一样蜕变&gt;&gt;

## 章节摘录

鹰永远是天空的宠儿。鹰广泛地分布在全球的大陆地区，从北美到南美，从沙漠到森林、沼泽，从海边到高原、丘陵，到处都是雄鹰飞翔的身影。

寒冷、饥饿、疾病，甚至人类的屠杀，都没能让这个顽强的生灵退缩，一旦环境改变，鹰往往是最先做出反应的动物。

正因为这种超强的适应性，才使雄鹰成为动物界的强者，天空的宠儿。

伟大的生物学家达尔文在《物种起源》一书当中已经明确地提出了“物竞天择，适者生存”的进化理念，凡是在自然界生存下来的生物，都是在这一自然选择的条件下的优胜者。

达尔文的进化论在人类世界中同样适用，整个人类的发展史其实就是一部淘汰史，经历了优胜劣汰，最终唯有强者才能得以立足。

要做就做最强者，对于每个渴望获得成功的人来说，这份信念是非常重要的，或者说这也是他必须具备的基本素质。

如果一个人连这份信念都没有，恐怕真的会连生存都会出现问题。

比如，一群人同时到一家公司工作，他们的能力都相似，现实的情况是，往往那些最有企图心的人，他们会通过更多的努力去提升自我，他们也最容易受到重视。

做最优秀的自己，我们应该以一种积极的心态去改变自己，而不是逆来顺受。

很多人错误地以为，逆来顺受就是对环境的适应，这是绝对错误的一种想法。

对环境适应的最终目的是为了让自己变得更强大，而逆来顺受只会让你成为环境当中最底层的弱者。

当环境改变，尤其是向坏的方面变化的时候，一方面，我们不能逆来顺受，当做什么也没发生；另一方面我们也不能怨天尤人，让失望与愤怒冲昏头脑。

正确的做法应该是我们用自己乐观的精神，不断去适应新岗位、新环境，同时也是在面对新的机遇，在变化中寻找走向成功的机会。

卡加隆是德国大众汽车公司某区域经理。

正当他事业上一帆风顺、业绩蒸蒸日上之际，公司开始大规模裁员，有将近百分之三的人被解聘。

他虽然幸运地保住了饭碗，但却丢掉了经理的职位。

卡加隆很是痛苦了一段时间，他甚至考虑过转行做饮食方面的生意。

但值得庆幸的是，最后他没有被环境变化导致的挫折所压倒。

降级后的他及时调整自己的心态，无论在哪个岗位上，都要做到最好。

他逐渐适应了新环境，并且更加努力地工作。

几个月后，他重新被提升为该地区的销售经理。

优秀与平庸的区别往往就在一念之间，无论在哪个岗位，都要做最优秀的人。

比尔·盖茨说：“每一次新的变革都迫使某一行业的所有企业改变战略，以适应变革。”

成为最优秀的软件公司，微软公司才会成为全球最成功的企业之一。

人类自古至今，总是生活在各种各样的竞争之中，一个人要在职场中生存和发展，就要有雄鹰一样的竞争意识，就要有一种比对手做得更好的意识。

一味埋头赶路而丝毫不顾及其他对手情况，缺乏在社会上立足的竞争意识，则很可能会成为一同起跑的落伍者。

只有经过历练，才能成为真正的雄鹰，才能翱翔于蓝天之中。

职场中的人也只有经过磨炼，才能成为优秀员工，成功从来就不会轻而易举地来到你身边。

人们对邓亚萍这个名字应该并不陌生。

回顾邓亚萍的成功之路，我们收获的也许不仅仅是感动与佩服，更应该从她的成长中学习更多。

身高仅1.55米的邓亚萍手脚粗短，似乎不是打乒乓球的材料，但她凭着苦练，以罕见的速度，无所畏惧的胆色和顽强拼搏的精神，13岁就夺得全国冠军，15岁时获亚洲冠军，16岁时在世界锦标赛上成为女子团体和女子双打的双料冠军。

邓亚萍的出色成就，改变了世界乒坛只在高个子中选拔运动员的传统观念。

在辉煌成果的背后，是邓亚萍比常人付出了更多的艰辛与努力。

## <<像雄鹰一样蜕变>>

进入国家队后，邓亚萍都是超额完成自己的训练任务，队里规定上午练到11时，她就给自己延长到11时45分，下午训练到6时，她就练到6时45分或7时45分，封闭训练规定练到晚上9时，她练到11点多。在队里练习全台单面攻时，邓亚萍依旧往腿上绑沙袋，而且面对两位男陪练的左突右奔，一打就是2小时！

当邓亚萍开始求学之路时，摆在她面前的并不是平坦之途。

刚到清华大学外语系报到时，26个英文字母都要费尽心思才能写出来。

为了在求学之路上不逊于其他人，邓亚萍把自己的睡眠时间压缩到最低限度，经常学习到很晚才肯休息，有时一边走路一边看书。

邓亚萍不断要求自己，做作业也要和完成训练课一样，毫不含糊。

1998年2月，邓亚萍前往英国剑桥大学读书，邓亚萍在剑桥大学的语言学校开始学习英语，短短3个月的时间，邓亚萍坚持每天8点多从自己的住所赶往学校上课。

下午3点半下课后，她还到学院的学习中心去学英文，听磁带，练自己的口语，直到晚上8点学习中心关门后才赶回住所。

回到住所，邓亚萍也从不浪费时间，她坚持和房东用英语交流，坚持按时完成作业和预习功课。

2008年11月29日，邓亚萍在英国剑桥大学被正式授予经济学博士学位。

剑桥大学近八百年的历史中，这是第一次有像邓亚萍这种量级的世界顶尖运动员拿到博士学位。

此时，邓亚萍站在了新的高度上！

无论在哪个领域，邓亚萍都做到了最优秀。

无数成功人士的经历都是明证，他们之所以成功，都经历了比普通人多得多的磨砺。

由此可见，优秀者并不一定生来就注定优秀，唯有付出努力，才能在商场和职场中立足。

面对变化的环境，雄鹰不断适应环境、磨砺自我，最终让自己成为天空的宠儿。

职场人士如果也能像雄鹰一样不断提升自我，就一定会成为职场的宠儿。

P2-4

<<像雄鹰一样蜕变>>

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>