

<<20几岁耐住寂寞，30几岁打破沉>>

图书基本信息

书名：<<20几岁耐住寂寞，30几岁打破沉默>>

13位ISBN编号：9787506476065

10位ISBN编号：7506476061

出版时间：2011-8

出版时间：中国纺织

作者：李睿

页数：270

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>

## <<20几岁耐住寂寞，30几岁打破沉>>

### 前言

20几岁的人，刚刚步入社会，昨日激情飞扬的青春一去不复返，初尝职场的酸甜苦辣。正当青春的人无所畏惧，无所期许。

20几岁的人，带着些许叛逆的个性，带着几丝桀骜不驯。

20几岁的人可曾想过，一旦走向职场，就没有人会把你当成孩子，上司不会宽容地允许你犯错误，同事不会忍受你脱口而出的张狂。

所以，暂且把满腔的激情和冲天的豪情放在心底吧，初来乍到职场，首先要学会的是耐住寂寞。忘记当年在学校的自己是多么“神勇”，不管是有意还是无意，都不要吹嘘曾经的辉煌“战绩”。

由学校到职场，要忘掉过往的一切，光鲜也好，狼狈也罢，都已经随着昨天变成历史。

随着数年的努力和打拼，20几岁的人褪去了刚入职场的毛躁和青涩。

古人云“三十而立”，30几岁的人在职场上，俨然已成为公司的中坚力量。

这时，还需要坐在角落静静地听别人讲，默默地执行他人的命令吗？

不！

30几岁的人需要学会的是打破沉默。

30几岁的人，无论是从工作经验还是为公司所做的贡献来说，都已经有了了一定的积累。

这时，就到了为自己争取利益和机会的时候了。

所以，在面临升迁的时候，别太沉默，敲开上司的门，勇敢地表达你的想法吧，让上司看到你的努力和成绩，看到你为公司所做的贡献。

如果你想过“现世安稳，岁月静好”的生活，期待升职加薪，那就合理去争取，如果上司是个伯乐，他会看到你这匹千里马的难得，自然不会吝啬给你更好的待遇。

如果你是个不安于现状的人，是喜欢不断挑战自我的人，那就尝试着去创业。

只要在动手前做足了功课，一旦有所行动，就必然会有不俗的成绩。

在现代社会，30几岁的人不管是自己当老板还是给别人打工，学会借力是必不可少的。

“好风凭借力，送我上青云”，懂得借力的人，才能走得更远。

因此，不妨审视一下自己的交际圈子，你身边是有各种职业、不同性格的朋友，还是仅限于同学和同事。

人脉就是财脉的道理大家都不陌生，在注重人情的大氛围下，更是要打理好人际关系。

不可否认，能成就一番事业的人，不但会做人，也懂得用人。

对30几岁的人来说，一定要经营好社交圈。

当然，最重要的还是应该懂得如何理财，因为经过自己的努力，在已经有了一定的积蓄和稳定的收入后，如果不懂理财，让钱躺在银行不动，本身就是一种对资源的浪费。

如果懂得一定的理财技巧，让金钱为你工作，相信享受财富自由时的喜悦就会离你越来越近。

总之，由20几岁的耐住寂寞到30几岁的打破沉默，经历了世事人情，尝尽了职场百味，该到了结出事业丰硕果实的时候了。

所谓厚积而薄发，此刻，你无须再等待，勇敢去闯吧，美好的未来就在前方。

## <<20几岁耐住寂寞，30几岁打破沉>>

### 内容概要

20几岁的年轻人要学会在寂寞中生存、学习和发展。

只有具备极强的专注力和承受力，才能保证自己比同龄人奠定更雄厚的人生基石，才能得到更多的赏识和机会。

而30几岁正是人走向事业巅峰的加速阶段，在这个时候要打破沉默，学会主动争取更多的机遇，学会利用关系，变人脉为财富。

李睿编著的这本《20几岁耐住寂寞，30几岁打破沉默》是一本帮助年轻人走向成熟，帮助平凡者走向非凡的指导书。

学习《20几岁耐住寂寞，

30几岁打破沉默》，研读它，使用它，你会发现成功原来并不难！

<<20几岁耐住寂寞，30几岁打破沉>>

作者简介

李睿，畅销书作者。

多年来致力于励志、心理类图书的策划、编写工作。

出版有《这样做男孩/女孩最优秀》、《每天学点心理学》等书。

## <<20几岁耐住寂寞，30几岁打破沉>>

### 书籍目录

#### 上篇 20几岁耐住寂寞

##### 第一章 伟大须经磨炼，心理上耐得住寂寞

耐得住寂寞，才等得到繁华  
保持平常心，不为得失过分烦恼  
收起虚荣心，你的人生无须炫耀  
自信之心，有它相伴不怕寂寞  
谦逊之心，总把自己当初学者  
好学之心，知识让你如虎添翼  
耐心耕耘，成功不能一蹴而就  
宽容之心，帮你看淡生活中的不平  
乐观之心，寂寞会变得甘美

##### 第二章 初来乍到职场，姿态上耐得住寂寞

可悲的不是怀才不遇，而是眼高手低  
年少无知，别太把自己当回事  
低姿态进入，赢得更多成长空间  
不挑肥拣瘦，任何工作都有价值  
任劳任怨，比别人多做一些  
克服急躁，一步一个脚印  
柔和处世，学会主动退让  
淡泊名利，懂得与人分享功劳  
善于自守，不在同事面前逞英雄

##### 第三章 成功姗姗来迟，意志上耐得住寂寞

走好自己的路，不妒忌别人的成功  
只要肯坚持，冷板凳也能坐热  
不要一味图快，笑到最后才最好  
韬光养晦，在沉淀中突破自我  
低谷中不放弃，在寂寞中成长  
笑对一时不顺，耐心等待机会  
杜绝浮躁，当好绿叶也是种成功  
不惧冷言冷语，要禁得起冷暴力

##### 第四章 欲速往往不达，金钱上耐得住寂寞

薪水微薄别气馁，未来更重要  
不属于自己的钱，要禁得起诱惑  
欲取先予，人际交往中慷慨投资  
学会放弃，不因沉没成本一错再错  
投资须谨慎，不可随大流  
别急功近利，要关注长期收益率  
在别人贪婪的时候，多一些冷静  
多做多错，投资时机不佳就休息  
见好就收，别因贪心遭受毁灭损失  
分散风险，把鸡蛋放在不同的篮子里

#### 下篇 30几岁打破沉默

##### 第五章 追求卓越自我，树立品牌打破沉默

别再埋头苦干，抬起头一鸣惊人  
核心技能，让你变得不可或缺

## <<20几岁耐住寂寞，30几岁打破沉>>

不断进取，走在时代前列  
统筹安排，效率才会更高  
主动工作，让结果超出别人的预期  
勇于挑战，必将获得成功  
保持向上的激情，更能激发潜能  
时时反省自我，实现人生价值  
超前意识，会让同行都听你的

第六章 争当团队领袖，升迁面前打破沉默  
适时打破沉默，该出口时就出口  
让上司看见你的努力和成绩  
不再随声附和，讲出你的精彩见解  
敬业程度，直接影响你的升职速度  
敲开上司的门，听听他的想法  
让忠诚说话，它有时胜于能力  
不该包揽的事情，学会巧妙说不  
寻找时机，提出升职和加薪请求

第七章 勇于动手尝试，创业面前打破沉默  
不安于现状，风险的另一面是收益  
心动不如行动，想好了就马上去做  
做决定之前，多问几遍大脑  
拒绝一切借口，紧迫感时刻放心中  
言语激励，让合作伙伴更有热情  
言出必行，信誉是宝贵资本

第八章 打造黄金人脉，社交圈中打破沉默  
30岁以后，你必须拥有的社交圈  
先用口才吸引人，再用魅力征服人  
面对陌生人，如何打破沉默  
得体的称呼，分量掷地有声  
赞美别人，满足他们的渴求  
左右逢源，见什么人说什么话  
幽默诙谐，亲和力与人气飙升  
经常问候，不要忘记老朋友  
巧为别人解围，你会赢得人心

第九章 借助别人力量，乘势而为打破沉默  
事必躬亲，这种做法不可取  
开口求助，别担心丢面子  
实现理想，需借助别人的智慧  
取长补短，通力合作能双赢  
自我推销，让别人看到你的价值  
真心赞美，博取好感好办事  
晓以利害，给对方想要的  
善用心理战术，顺利实现愿望

参考文献

## <<20几岁耐住寂寞，30几岁打破沉>>

### 章节摘录

版权页：真诚的、发自内心的激励可以搞好你的人际关系，使你在事业的道路上畅通无阻。

激励从一定意义上讲，是一种有效的感情投资，当然，有付出就会有回报。

对自己生意伙伴的激励则会赢得更多的合作机会，从而获取更多的利润。

因为，赞美是激励合作伙伴最快捷、最实用、最经济的办法。

我们通过赞美可以达到以下效果：可以拉近和合作伙伴之间的关系，提高合作伙伴的自信心和工作激情；可以保证工作质量，促进工作的顺利完成；可以体现一个创业者应有的个人修养；可以创造良好的企业文化。

一位名人曾经说过：“快乐因为分享而加倍。

”激励也是如此，你给予别人由衷的激励，就等于给予了别人奋进的动力。

一个人如果心胸狭窄，妒忌心强，那他就永远也体会不到给予别人激励所得来的快乐。

从人生价值的角度来看，一个人的价值在于他付出了多少，而不在于他取得了多少。

因此，只有放开胸襟，大胆说出你对别人的称赞和表扬，生活才会变得更精彩。

据美国《幸福》杂志下属的名人研究会研究的结果表明：人际关系的顺畅是事业成功的最关键因素，而激励别人是处世交际最关键的课程。

因此，如果你懂得如何去激励别人，再加上你聪明的脑袋，还有脚踏实地的精神，就等于事业成功了一半。

从很大意义上讲，学会激励他人是事业成功的阶梯。

<<20几岁耐住寂寞，30几岁打破沉>>

媒体关注与评论

年轻人要过一段“潜水艇”式的生活，先短暂隐形，找寻目标，耐住寂寞，积蓄能量，日后方能毫无所惧，成功地“浮出水面”。

——刘墉



## <<20几岁耐住寂寞，30几岁打破沉>>

### 编辑推荐

《20几岁耐住寂寞,30几岁打破沉默》：寂寞其实并不可怕，可怕的是在寂寞中迷失方向，在寂寞中淡化自己原本坚定的意志和梦想。

经历了20几岁的磨砺，你需要的是打破沉默。

追求卓越。

在职场上、生活中，20几岁和30几岁的人应该如何正确地给自己定位？

应该采用什么样的处世态度？

应该如何提高自身素质，发挥个人能力？

应该怎样改写人生、实现自己的梦想……答案就在《20几岁耐住寂寞,30几岁打破沉默》中。

几岁耐住寂寞，蓄势待发；几岁打破沉默，一鸣惊人！

在正确的年龄阶段做正确的事，才能得到100分的人生。

耐住寂寞的意义在于安抚躁动的心灵，抚慰狂乱的灵魂，把无休无止的欲望归于最有价值、最有意义的地方。

在20几岁的时候学会耐住寂寞，你将会更好地磨炼自己的意志，让能力得到极大的提高。

在30几岁的时候打破沉默，你将会得到机会的垂青，让命运之船扬帆远行。

20几岁耐住寂寞，30几岁打破沉默，在40几岁的时候，你将会收获成功的喜悦，享受奋斗所带来的丰厚果实！

20几岁耐住寂寞，蓄势待发！

成功必读。

<<20几岁耐住寂寞，30几岁打破沉>>

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>