

<<工作要有阳光心态>>

图书基本信息

书名：<<工作要有阳光心态>>

13位ISBN编号：9787513610414

10位ISBN编号：751361041X

出版时间：2012-1

出版时间：中国经济出版社

作者：江禹呈

页数：181

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>

<<工作要有阳光心态>>

内容概要

心理学家认为：阳光心态、工作热情、成就感三者是紧密关联的。而阳光心态是做好一切工作的良好开端，它能使人产生向上的力量。成功的人士通常把注意力集中在积极的事情上，以开阔的心胸去面对未来。

阳光心态使人充满活力，积极向上；使企业和谐灵活，富有生命力、战斗力。阳光心态能转化为巨大的生产力，为企业核心竞争力的不断增强推波助澜。

阳光心态是快乐工作的前提，是一个人事业成功与否的关键。

然而，

阳光心态也不是与生俱来的，需要通过后天的培养来获得。

那么，我们如何去培养自己的阳光心态，快乐工作每一天呢？翻开本书，就能找到详尽的答案。

本书结合员工的工作实际，用大量生动翔实的材料和案例，详细分析和阐述阳光心态对一个人、一个企业成败的重要影响，

以及一个员工在工作和生活中如何缓解心理压力、调整工作心态，如何去塑造阳光心态，缔造阳光生活，走向阳光未来！

本书旨在为员工进行正确的心理导航，是塑造和谐企业、组织的最佳心灵读本。

本书适合所有在职人员阅读，尤其适合企业内部员工培训和政府公职人员培训使用。

<<工作要有阳光心态>>

作者简介

江禹呈，中国高级注册策划师、中国注册咨询师、中国物流经理师、中国策划协会副秘书长、吉林省青年企业家协会常务理事，曾荣获2004年度中国杰出策划师、2005年度中国十大商务策划专家、2006年度中国十大最具影响力策划专家等称号，现任吉林省禹呈光电照明科技有限公司董事长、吉林省禹呈园林景观规划有限公司董事长、中国百万女性俱乐部创始人及首席执行官，并担任多家企业总策略长。

著有《有为更有位》《企业是我家，发展靠大家》等员工培训类畅销书。

<<工作要有阳光心态>>

书籍目录

前言

第一章 阳光心态——塑造阳光心态，快乐工作每一天

1. 阳光心态决定我们的工作和生活是地狱还是天堂
2. 改变不了环境，但可以改变自己
3. 换份工作不如换种心情
4. 带着微笑去工作
5. 与其抱怨，不如快乐工作每一天
6. 崇尚乐业精神，让工作快乐起来

第二章 积极心态——积极的人像太阳，走到哪里哪里亮

1. 积极心态与消极心态所导致的差距有多大
2. 具有职业人士必备的积极心态
3. 做任何工作，都要从好的方面去想
4. 摒弃消极的心态，以积极的心态去工作
5. 如何培养自己的积极心态

第三章 自信心态——自信是职场成功的第一秘诀

1. 自信是职场成功的第一秘诀
2. 增强自信，把自卑踩在脚下
3. 将“绝不可能”变为“绝对可能”
4. 树立信心，冲破“怕承担责任而拒绝任务”的思想束缚
5. 用自我暗示培养自己的自信心

第四章 感恩心态——感恩是多赢的工作哲学

1. 拥有一份工作，就要懂得感恩
2. 感谢公司和老板为我们提供了工作平台
3. 感谢你周围的每一个人
4. 少一点抱怨，多一点感恩
5. 以感恩的心忠诚于企业
6. 以感恩心做人，以责任心做事
7. 以感恩为动力，努力为企业创造最大的效益

第五章 包容心态——以宽阔的胸怀包容一切

1. 拥有一颗包容的心
2. 气量有多大，事业就有多大
3. 做人要有既往不咎的宽大胸怀
4. 学会包容和忍让
5. 包容和欣赏你的竞争对手

第六章 空杯心态——选择“空杯”，就选择了不断超越

1. 以空杯心态去学习、去汲取
2. 空杯心态就是不安于现状，主动进取
3. 谦虚使人进步，骄傲使人落后
4. 清空自己，把过去“归零”

第七章 合作心态——铸就团队合作精神，才有“1+1>2”的可能

1. 成功不是靠个人英雄主义，而是靠团队合作精神
2. 团队合作从相互信任开始
3. 高效合作源于良好的沟通
4. 步调一致，才有“1+1>2”的可能
5. 把自己培养成一个有团队精神的人

<<工作要有阳光心态>>

第八章 老板心态——像老板一样思考，像老板一样行动

1. 抛弃“打工心态”，成就老板心态
2. 以老板的心态对待工作
3. 树立“过门意识”，把公司当成自己的家
4. 树立老板心态，像老板那样思考和行动
5. 做“当家”的员工，为企业节约每一分钱

第九章 付出心态——有多大的付出，就有多大的回报

1. 有多少付出，就有多少回报
2. 真诚付出会给你带来意外的收获
3. 不看重回报的人，得到的却往往更多
4. 问问自己，我为企业的发展贡献了什么
5. 为企业多做一点并不吃亏
6. 一个有奉献精神的人，会比别人收获得更多

第十章 坚持心态——用坚持不懈的韧劲打开成功之门

1. 用坚持不懈的韧劲打开成功之门
2. 困难不是放弃的借口，而恰恰是坚持的理由
3. 机遇总是偏爱那些执著追求的人
4. 哪怕只有万分之一的可能也绝不放弃

后记 除了感恩，还是感恩

<<工作要有阳光心态>>

章节摘录

“做顾客的阳光”，这样的理念并不仅仅适用于服务业，也适用于所有的单位和行业。如果能将工作中服务的每一个人都当成“顾客”，当成要给予温暖和阳光的人，那么即使最小的事也能做到最好。

毫无疑问，这样的人，也是职场中最有发展的人。

对现代人来说，微笑已经成为工作中必不可少的一部分。

它对每一个人都有着无法取代的重要性。

无论在生活中还是工作中，微笑都闪耀着迷人的魅力，推动你更好地生活和工作。

在职场中，一个人对你满面冰霜，另一个人对你面带笑容，他们同时向你请教一个问题时，你更欢迎哪一个？

当然是后者，你会毫不犹豫地对他知无不言，言无不尽，而对前者，恐怕就很难说了。

一个刚刚学会保持微笑的员工说：“自从我开始坚持对同事微笑之后，起初大家非常迷惑、惊异，后来就是欣喜、赞许，两个月来，我得到的快乐比过去一年中得到的满足感与成就感还要多。现在，我已养成了微笑的习惯，而且我发现人人都对我微笑，过去冷若冰霜的人，现在也热情友好起来。

上周单位搞民主评议，我几乎获得了全票，这是我参加工作这么多年来从未有过的大喜事！

”我们都应该培养自己微笑的习惯，要笑得灿烂、笑得真诚，笑出强有力的亲和力。

办公室里、商场里、大街上，与你见面的所有的人，给他们微笑吧！

你对他们的微笑，既是为你自己，也是为了他们，你对他们微笑时，他们也会对你报以微笑的。

如此下去你会发现，大家会在相互的微笑中共同受益。

曾听说过这样一个连锁反应：当一个人对他人投以微笑，会使人心情愉悦，其他的人也会将这种愉悦传递下去。

在工作中，我们一定要将微笑传递给他人，营造一种和谐的工作环境。

经常有人会这样说：“让我们带着微笑去生活吧！”

”既然生活与工作是不可分割的，那么不如把这份微笑也带到我们的工作当中。

.....

<<工作要有阳光心态>>

编辑推荐

一本适合所有在职人员阅读的职场励志书 企业、政府机关员工职业素养培训读本 塑造阳光心态，缔造阳光生活，走向阳光未来！

塑造阳光心态，快乐工作每一天 培养员工良好职业心态，帮助企业创造更大价值

快乐工作应具备的十大阳光心态 刚光心态——塑造阳光心态，快乐工作每一天 积极心态——积极的人像太阳，走到哪里哪里亮 自信心态——自信是职场成功的第一秘诀 感恩心态——感恩是多赢的工作哲学 包容心态——以宽阔的胸怀包容一切 空杯心念——选择“空杯”，就选择了不断超越 合作心态——铸就团队合作精神，才有“1+1>2”的可能 老板心态——像老板一样思考，像老板一样行动 付出心态——有多大的付出，就有多大的回报 坚持心态——用坚持不懈的韧劲打开成功之门

<<工作要有阳光心态>>

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>