

<<工作要有超级好心态>>

图书基本信息

书名：<<工作要有超级好心态>>

13位ISBN编号：9787563931217

10位ISBN编号：756393121X

出版时间：2012-6

出版时间：北京工业大学出版社

作者：李源快

页数：232

字数：158000

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>

## <<工作要有超级好心态>>

### 前言

面对日益激烈的职场竞争，每一个职场人士的压力都与日俱增。在压力的影响下，职场人士产生了各种各样的负面情绪，焦虑、困惑和无助感像一根根丝线一样捆绑着职场人士的心。

情绪的波动导致他们工作的质量直线下降，而工作质量的直线下降又导致职场压力增大，如此反复恶性循环下去，会导致很多职场悲剧发生。

所以职场人士必须拥有超级好心态，以积极乐观、勇敢坚强的心态来面对工作、面对压力。

只有这样才能阻断这种恶性循环，使事情朝着好的方向发展。

每一个人的职业生涯都不会是一帆风顺的，每一个人都会在工作中遇到这样或者那样的问题，当我们在职场中遇到打击、困难和挫折的时候，唯有拥有超级好心态，才能战胜这一切，重整旗鼓，勇往直前。

超级好心态就是一种积极向上、乐观豁达、勇敢坚强的态度。

为何说是“超级好”呢？

难道“好心态”还不够吗？

这是因为在如今的职场上，人们的压力很大，仅有一般的“好心态”还不足以应付，因此，我们提倡要有“超级好”心态，只有这样，才能应对一切竞争压力。

任何事情都有其两面性，当我们以消极的心态看待世界的时候，我们只能得到悲观、失望和沮丧；当我们以积极的心态看待世界的时候，我们可以得到快乐和希望。

工作中的很多事情是我们无法避免的，如工作中的失误、领导无端的呵斥、无休止的加班以及职业发展的停滞不前等。

既然无法改变这些既定的事实，我们就只能改变我们的态度。

拥有超级好心态的人会把这一切都当成是通往成功道路上的垫脚石，他们会从这些阻碍中看到发展的机会，从而汲取力量，实现梦想。

心态的好坏影响员工的工作效率，那么作为依靠员工的工作业绩生存的企业来说，帮助员工培育阳光的心态就显得非常有必要。

任何一家企业都希望自己的员工能够高效率地工作，为企业创造更多的价值，于是很多企业用各种各样的办法来刺激员工的积极性。

但是消极的心态还是不期而至，而这种消极心态会给企业的发展造成很大的障碍。

那么企业该怎样帮助员工培养超级好心态呢？

本书从员工本身和企业两方面出发，针对积极心态在职场中的具体表现，分章节地讲述了积极心态培养的办法。

相信本书能给那些产生职场倦怠感，处在困惑当中的职场人士以及正因员工的消极心态导致工作效率低下的企业带来帮助。

希望所有阅读本书的人都能够走出职场发展的困境，获得持久的发展。

## <<工作要有超级好心态>>

### 内容概要

企业该怎样帮助员工培养超级好心态呢？

李源快编写的这本《工作要有超级好心态》从员工本身和企业两方面出发，针对积极心态在职场中的具体表现，分章节地讲述了积极心态培养的办法。

相信《工作要有超级好心态》能给那些产生职场倦怠感，处在困惑当中的职场人士以及正因员工的消极心态导致工作效率低下的企业带来帮助。

希望所有阅读本书的人都能够走出职场发展的困境，获得持久的发展。

## <<工作要有超级好心态>>

### 作者简介

李源快，高级工商管理硕士，著名培训师，实战派营销管理专家，企业管理运营模式资深顾问，人性管理教练。

多家商学院及清华大学、华南理工大学、中山大学特聘高级讲师，历任港资商学院营运经理、集团培训经理、培训事业中心总监、公司总经理职务，历时数年学习与沉淀，终领悟企业及人性成败的根源，并创立《我是一切的根源》系统人性修练课程，广泛应用于企业、家庭、成功人生等领域。

### 曾经服务过的客户

东莞出租车行业、车管家、车洁士、金星电子、技研新阳、新兴五金、柯美印刷、安尚电器、富士康集团、飞利浦、茂森集团、海尔电脑、中国银行、香港比利时银行、新快报、金叶珠宝、裕和集团、百安居、雅新电子、源兴科技、今科科技、安美时、环球互易资讯集团、中国平安保险、友邦保险、农村信用社、东莞国药、东莞宾馆、龙泽物业、光大地产、东糖集团、广东锦力电器、成都华臻、陕西海红光电、四川力锋伟业、华业龙图、明苑酒店、富盈酒店、新都会等。

## <<工作要有超级好心态>>

### 书籍目录

- 第一章 阳光心态：好心态就是核心竞争力
  - 积极态度的力量
  - 成功=心态+能力
  - 良好的心理素质是成功的关键
  - 每一份工作里都隐藏着快乐
  - 智商高不如心态好
  - 阳光心态，成就未来
- 第二章 乐业心态：给工作一把快乐的钥匙
  - 不工作的人比工作的人幸福吗
  - 别总觉得“我最苦”
  - 好工作在你心中
  - 每一份工作都值得尽心尽力去做好
  - 发现你工作的可爱之处
  - 工作也有审美疲劳，会经营才能永葆激情
  - 不断进步才能冲淡“老驴推磨”的枯燥感
- 第三章 积极心态：远离消极悲观思维
  - 为什么倒霉的总是你
  - 有问题意味着有机会
  - 有了问题，去解决而不是逃避
  - 不轻言放弃
  - 只找方法，不找理由
  - 学会处理自己的悲观情绪
  - 摩西奶奶效应：每个人的潜能都是无限的
  - 点燃工作激情
- 第四章 主动心态：用工作实现人生价值
  - 博士乞丐：你是不会干，还是不愿干
  - 不用别人告诉你，就能出色地完成工作
  - 机会需要主动寻找
  - 挖掘潜能，超越老板的预期
  - 肯吃苦就是最大的资本
  - 若想越过高墙，先把帽子扔过去
- 第五章 学习心态：学力大于学历
  - 学习能力决定你的职场竞争力
  - 被淘汰的对象：八小时外不再学习的人
  - 努力成为一专多能的复合型人才
  - 给自己制订一个职场充电计划
- 第六章 高效心态：享受高效工作的过程
  - 完成任务不等于拥有结果
  - 分解目标就能轻松到达目的地
  - 提高效率，轻松拥有好心情
  - 有条不紊就是效率
  - 忙而不盲，才能发挥时间的最大效用
  - 日事日毕，拖延误事又误人
  - 制订高效的工作计划
- 第七章 合作心态：独木难成林

## <<工作要有超级好心态>>

天堂与地狱的区别

一颗珍珠与一串珍珠的价值

重视合作，不做“独行侠”

合作实现双赢

合作与分享的价值

帮助别人就是成就自己

第八章 付出心态：得到的前提是付出

怀才不遇究竟是谁的错

老板雇用你是为了创造价值

工作是为自己增值

不要只做老板交代的事

创造更多的效益，才能领到更高的薪水

第九章 包容心态：创建和谐工作环境

忌妒心理要不得

不要急于否定别人的观点

学会欣赏同事

做尊重上司的下属

尊重别人，积攒人气

让自己融入集体

第十章 感恩心态：把工作当做生命中最珍贵的礼物

工作的快乐源于一颗感恩的心

怀着感恩的心去工作才能收获更多

老板也在为员工工作

正确对待工作中的委屈

任务是成长的机遇

因为对手，我们才变得更加强大

抱怨不如感恩

## <<工作要有超级好心态>>

### 章节摘录

**积极态度的力量** 我们经常会有这样的经验：如果我们每天走进办公室时的态度是消极的，就很难投入工作中去，并且工作效率低，质量差；反之，如果我们带着积极的态度，就会很快进入工作角色，不仅工作效率高，而且质量好。这就是积极态度的力量。

积极的态度可以帮助你更容易地应对每天发生的事件。它会将乐观带入你的生活，并会避免你产生消极的想法。如果你接受它作为一种生活方式，它将给你的生活带来显著的变化并使你更快乐、更成功。有了积极的态度，你会看到生活光明的一面，变得乐观而且期待着好的事情发生；有了积极的态度，你会充满信心和勇气，能够克服工作中的困难和阻碍。

有一位将军总是赢得一次又一次战斗。有一次，在面对实力比他的军队强十倍的敌人时，他决心打赢这场仗，其部下却表示怀疑。为了使部下满怀信心，这位将军在带队前进的途中让大家停下来休息。

他对部下说：“让我们来投硬币问卜。如果正面朝上，就表示我们会赢，否则就是输，我们就撤退。”部下同意了将军的提议。

将军默默祷告了一会儿，然后当着众人的面投下一枚硬币。大家都睁大了眼睛看——正面朝上！大家欢呼起来，人人充满勇气和信心，恨不得马上就投入战斗。

最后，他们大获全胜。一位部下说：“感谢神的帮助。”将军说道：“是你们自己打赢了战斗。”他拿出那枚问卜的硬币——硬币的两面都是正面！

要想赢得人生，心态就不能总处在消极的状态，那只会使你沮丧、自卑，徒增烦恼，还会影响你的身心健康，最后，你人生的光辉就可能被失败的阴影遮蔽。反之，积极的心态常常能够帮助你获得意外的胜利，因为人在心情舒畅、快乐的时候总能够爆发出巨大的潜能。

对工作充满积极的态度，工作就会变为生活中的一件乐事，它不但能给我们带来财富，还能让我们感受到勤奋的快乐，体味到生活的美好。同时，我们的积极态度还会影响到身边的同事、客户，营造出一种和谐欢快的氛围，大家会因为你的存在而欢欣鼓舞，更加热爱工作和生活。

艾莎错过了公司的班车，为避免迟到，就摆手叫了一辆出租车。早上是上班高峰期，没多久车子就卡在车阵中，前座的司机先生开始不耐烦地叹气，并不停地抱怨：“总是塞车，塞车，北京的交通什么时候能够改善……每天工作十几个小时，却赚不到什么钱，真是遭罪！”

艾莎想缓和一下气氛，于是说：“还好你的车很大很宽敞，即便是塞车，也让人觉得很舒服……”司机打断了艾莎的话，激动地说：“舒服个鬼！不信你来每天坐12个小时看看，看你还会不会觉得舒服？”

艾莎吓得伸了伸舌头，再也不敢做声了。下车之后。

她希望下次不要再遇到这位司机。几天后，艾莎与朋友约好去郊区玩，又跳上了一辆出租车，结果他们又遇到了塞车。前座的女司机打开广播，里面流淌出舒缓的音乐。她还轻轻地跟着哼唱。

艾莎问：“看来你今天心情很好嘛！”她笑得露出了牙齿：“我每天都是这样啊，每天心情都很好。”

## <<工作要有超级好心态>>

” “为什么呢？”

” 艾莎想起了那位满腹怨气的男司机，“听说司机的工作又辛苦，收入又不理想。

” 她笑着说：“没错，我和我先生轮流开车，他晚上开，我白天开。

虽然很辛苦，不过，日子还是过得很开心的，看你怎么想了，比如，我觉得出来开车，其实是客人付钱请我出来玩。

像前几天我载一对情侣去密云水库看夕阳，他们下车后，我也下来喝碗鱼丸汤，挤在他们旁边看看夕阳才走，反正来都来了嘛，更何况还有人付钱呢？

呵呵，像今天一早，我就碰到你，花钱请我跟你到郊区玩，这不是很好吗？

” 艾莎觉得坐这样的司机的车，真是一件幸运的事情，于是决定跟这位女司机要手机号码，以便以后有机会还坐她的车。

艾莎接过她名片的时候，她的手机铃声正好响起，有位老客人要去机场，原来喜欢她的不只是自己一个人。

拥有乐观心态的人总是会受到人们的欢迎，因为情绪是会传染的，没有人喜欢和牢骚满腹、抱怨连天的人在一起，大家都喜欢靠近笑对生活，心中总是充满阳光的人，因为在他们身上，人们总是能够汲取到积极向上的力量。

积极的态度能够帮助我们将客户、朋友都牢牢：也吸引到身边，有了他们，我们的物质生活和精神生活都会变得富足，心情也会更好，如此形成积极的良性循环。

因此，如果你想让工作变得轻松有趣，如果你想拥有一个积极的、美满的人生，就请抱着积极的态度去生活、工作。

.....

## <<工作要有超级好心态>>

### 编辑推荐

心态影响着人的情绪和意志，心态决定着人的工作状态与质量。不好的心态不但影响人的工作能力和工作热情，更会影响人的幸福感和人生质量。良好的工作心态是优秀人生的保证！建议每一个在职场打拼的人都读一读由李源快编写的这本《工作要有超级好心态》。

<<工作要有超级好心态>>

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>