

<<不抱怨地工作>>

图书基本信息

书名：<<不抱怨地工作>>

13位ISBN编号：9787802038752

10位ISBN编号：7802038758

出版时间：2010-1

出版时间：中国妇女出版社

作者：黄志坚

页数：255

字数：228000

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>

## <<不抱怨地工作>>

### 内容概要

调查显示，有八成的职场人会习惯性地表达哀伤、痛苦或不满。

65.7%的职场人表示自己一天抱怨次数在1~5次之间。

抱怨与工作相关的人达80.5%。

没有老板喜欢爱抱怨的员工，积极地解决问题才是职场生存之道，本书抽丝剥茧层层剖析“抱怨”形成的原因和摆脱的策略，从以下几个方面阐述：爱抱怨的人具有什么样的特点；抱怨对你的影响；抱怨是怎样形成的；抱怨的根源在自己；如何改变爱抱怨的消极状态；如何全方位地提升自己，告别抱怨。

## <<不抱怨地工作>>

### 作者简介

黄志坚，资深出版策划人。

具有“策划鬼才”之称，策划畅销图书数百本，个人出版作品30多部。

代表作品有：《偏要和陌生人说话》《嫁人经济学》《嫁人的资本》《为幸福放慢脚步》《吃饭时吃饭，睡觉时睡觉》《换工作不如换思维》《干得好，还要“混”得好》《谎言胜经》《

## &lt;&lt;不抱怨地工作&gt;&gt;

## 书籍目录

第1章 谁该为你的抱怨“埋单” 为什么抱怨的人总是我 原因一：职业错位 原因二：好高骛远 原因三：自身能力不足 原因四：职业操守差 原因五：不能适应环境 原因六：自我推销能力欠缺 原因七：不能与时俱进 抱怨有客观原因，但根源还是自己 第2章 别让抱怨害了你 得志的人并非都是小人 你是真有才，还是自以为有才 抱怨者存在受害心理 抱怨者总是错失机会 抱怨者愤世嫉俗 抱怨者做事浮躁 抱怨者太好面子 抱怨的人适应能力差 抱怨者盲目自信 抱怨者自我推销能力差 抱怨者缺乏热情和胆识 抱怨者幻想太多 抱怨者总是坐等他人帮助 抱怨者处世缺少弹性 停止抱怨，世上没有怀才不遇这回事 勇敢摘掉“抱怨”的帽子 第3章 一味抱怨而不能改变现状，可耻 尽可能地发挥才能是毕生的使命 生气不如争气 改变环境先从改变心情开始 找到使你产生抱怨的“短板” 世上没有救世主，万事靠自己 闻过则改：勇敢地改正错误 成功源于敢闯的霸气 有才华，更要有智慧 把精力放在寻求解决办法上 跟凸透镜学学专注 对自己狠一点，改变不良的工作习惯 知耻而后勇，现在就开始改变 立即行动，获得更多成功的机会 第4章 不做无名英雄，有才就亮出自己 天生我才必有用，先做自己的伯乐 酒香也怕巷子深：有才华需要表现出来 抱怨者需要解决的大难题：自我推销 用最适合自己的方式推销自我 不能遇到伯乐，何不“毛遂自荐” 老板也是人，学会与老板做朋友 告诉老板，你真棒 这样要求加薪最有效 借助职场贵人，让你借梯登天 织一张属于自己的人际关系网 提升职场人气指数的9大途径 性格内向的人也可做个说话高手 用他的方式对待他 当心办公室里的绊脚石 第5章 想要好运，请坚持乐观主义 好心态，会带来好运气 受冷遇时，你的心不能冷 换个角度看待为难你的人 别忘记打开另一扇窗 让“积极豁达”成为你的终身伴侣 变消极等待为积极争取 机会总是伪装成麻烦到来 自信是成功的先决条件 逆境时，勇敢做积极力量的源头 没人喝彩，也要自我欣赏 积极行动，是摆脱逆境的良方 第6章 好态度是你晋升的敲门砖 态度决定你下“地狱”或上“天堂” 不甘平庸，先得安于平凡 别为问题找借口，要为工作找方法 爱岗敬业，用积极的态度工作 做事需有始有终，不可半途而废 尽职尽责才能尽善尽美 有些事，不要等着老板交代 千万别为了薪水而工作 顾全大局，以良好的态度与团队合作 不要忽视工作中的细节 工作热情是成功的必要条件 职业人士不可或缺的职业素养 机会之门只为有准备的人打开 第7章 与其每天抱怨，不如每天更新自己 世界唯一不变的就是每天都在变 现状是座孤岛，绝不能安于现状 永远别说做得够好了 用100%的激情做1%的工作 创造性地完成工作任务 逃离工作的“舒适区” 不断进取是事业成功的必备条件 打造自己的不可替代性 每天比别人多努力一点点 你需要每天更新自己

## <<不抱怨地工作>>

### 章节摘录

郭婧想：“为什么呀？  
我的能力又不比他们差，我为什么没有好平台表现？  
老板为什么不赏识我？”  
她多么渴望也拥有晋升的机会呀！

毋庸置疑，很多的人都有过像郭婧一样的遭遇和心境，总是抱怨：为什么不是我？  
为什么老板总是看不到我？  
升职、加薪怎么永远轮不上我？

在这个世界上，到处可以看见：有的人才华横溢、能力超群，有的人却颗粒无收、一事无成。  
根据多年从事职业生涯规划专家分析，这种情况主要是由以下几个方面造成的： 1.职业错位和管理者安置岗位不当。

因为找错工作而造成怀才不遇，这是很普遍的原因。

找错工作，就是南辕北辙，你越努力，离你想要达到的目的地就会越遥远。

譬如一个女孩，她明明擅长的是英语翻译，却偏偏去从事生物方面的工作，虽然相当努力，但是怀才不遇却是她的宿命。

另一方面，管理者不懂得知人善任，也会导致人才感到怀才不遇。

#### 2.急功近利的心态。

有些人有急功近利的心态，一开始对自己的期望就过高。

特别是高学历的职场新人，他们刚踏入社会，还没有经历过多少挫折，难免产生好高骛远的心态。

但是，当他们深入到职场，感觉到现实和想象的反差太大，自然就会有怀才不遇之感。

每个人不同程度地存在这种急功近利的心态，因这种心态导致的怀才不遇者不乏其人。

#### 3.自身能力不足。

自身能力不足是导致怀才不遇最常见的原因。

职场是凭实力说话的地方，只有苦劳，没有功劳，没有真本事，不知道通过学习提升自己，那就只能怀才不遇了。

正所谓：不患别人不知己，就患技不如人。

#### 4.自我推销能力欠缺。

很多的人，看到不如自己的同事加薪、升职了，心理产生强烈的不平衡感，暗骂：“老板真是瞎了眼！”

“果真是老板瞎了眼，放着人才不知道重用吗？”

这个还得当事人好好分析一下。

退一步来讲，就算老板瞎了眼，那么可能从另一方面也说明你缺乏一种自我推销的能力。

试想一下，世上为何有这么多有才华的穷人，究其原因，就是他们缺少一种推销自己的能力。

<<不抱怨地工作>>

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>