

<<快乐上班有什么不好?>>

图书基本信息

书名：<<快乐上班有什么不好?>>

13位ISBN编号：9789570829723

10位ISBN编号：9570829729

出版时间：2006年03月20日

出版时间：聯經出版公司

作者：周怡秀

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>

<<快乐上班有什么不好?>>

内容概要

快樂上班.有什麼不好？

, ISBN : 9789570829723 , 作者 : 周怡秀

<<快樂上班有什麼不好?>>

書籍目錄

人生有一半以上的時間都在工作，工作雖然不是人生的全部，卻是生命中極為重要的一部分。

不管你是為了五斗米還是打發時間，也不管你是為了功成名就還是半推半就，只要身在職場上一天，你就一定要學會「快樂上班、笑傲職場」的6大秘笈：

上班前的深呼吸
上班中的情緒管理
下班後的創意生活
下班後的自我成長
下班後的省思

出門前，先來個「上班前的深呼吸」，帶著輕快的步伐走進辦公室；從「上班中的武林秘笈」中，你可以學到遊刃職場的必勝招法；再輔以「上班中的情緒管理」，打造優質的人際關係；下班後，勤練「創意生活」、「自我成長」、「自我省思」三式，必能讓你在職場江湖中稱霸一方！

上班前的深呼吸

一日之計在於晨，在進公司前，為自己創造一個口號，來個深呼吸，然後帶著愉快的心情，上班去吧！

讓上班像赴宴、創造自己的口號、一日之計在於晨、輕鬆看事情、不要執著、迪士尼精神的自信光彩、機會通常只有一次、永遠都是最佳狀況、成就一場完美的演出、工作熱忱、全「心」開幕、認真執行今日事今日畢、職場MVP

上班中的武林秘笈

好的工作態度是上班族在職場上的基本功，工作安排的技巧、掌握做事的節奏感、快速精準的執行力……正是職場制勝的武林秘笈。

職場上六個必修學分、換個角度看世界、搖滾沙拉表達法、聰明工作指標、適當的反應、重視時段管理、工作安排三技巧、掌握做事的節奏感、工作心情模擬、不放棄的提問法、要徑完成率、建立決策標準、未來式解決問題法

上班中的情緒管理

幽默是人際關係的潤滑劑，輕鬆看事情、維持好心情、擁有好EQ，在職場上才能暢行無阻、工作愉快。

幽默是人際關係的潤滑劑、穿上情緒的金縷衣、維持好心情、聆聽的禮貌、好的觀察力打開好關係、克服憂慮的藥方、別作情緒殺手、溝通頻率、在不安定中尋求安定、向前走的圓圈哲學、放風箏的收放藝術

下班後的創意生活

除了忙碌的工作，每個人都應該讓生活多一點樂趣，以補充隔天上班的能量，再說，工作並不是生活的全部。

創意的每一天、打開你的好奇心、「紀錄」行銷、自己的嘉年華、擁有幸福不如享有幸福、別錯過賞味期、淡季經營術、每次出擊都要創新活力、假如我是封面人物、交叉組合的火花、個人年度排行榜

下班後的自我成長

現代人不只要有專長，而且還要有一個以上的專長，「學習」是自我提升的唯一法則，更是提升職場競爭力的利器。

建立個人品牌、快速且精準的執行力、人生的IPO、用力挑戰極限、在模仿中創新、出奇制勝的秘訣

<<快乐上班有什么不好?>>

、自我升級、向模範生學習、主題式學習、複製分身、百日計畫

下班後的省思

卸下上班的戰鬥裝，花幾分鐘想想一天的得失，有什麼快樂的事情？

認識了什麼新朋友？

學習了什麼新事物.....

俯拾意外的收穫、自我沉思、唯有割捨才能追求新方向、遠離舒適區、慢下來的節奏、當個積極的候補人選、一流人才的省思、等待自己播種的花朵、愈換愈好的工作哲學、享受98%的辛苦過程、職場的世界末日、轉換跑道的智慧、創業之路莫貪快

<<快乐上班有什么不好?>>

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>