

# 《修炼——积聚职场正能量》

## 图书基本信息

书名：《修炼——积聚职场正能量》

13位ISBN编号：9787302387605

出版时间：2015-2

作者：曾智

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《修炼——积聚职场正能量》

## 内容概要

有人说，“职场成功是熬出来的”。这个“熬”字很形象地描述了职场奋斗中的曲折、内心的无奈和复杂的过程。在一个“成功无定法”的时代，如何在职场中“熬”到成功，如何从一个职场新秀修炼成一个职场达人，这需要充分获取职场成长的智慧和策略。本书从“临门一脚”跨入职场开始，结合大家熟知的一些影视作品及其故事情节，让处于职场不同阶段的人都能看到自己的影子，并透过故事中人物的成长经历，学习他们在职场中为人处事的智慧，懂得如何通过内外兼修锤炼自身的实力，积聚职场正能量，提升人际关系管理能力。

无论对于初入职场的新秀，还是久经沙场的职场老将，本书都从不同角度给予了一些职场智慧的分享与引导，适于广大职场人士阅读。

## 书籍目录

### 目 录

- 1 职场智慧宝典：《后宫·甄嬛传》的是与非  
1
- 1.1 不妨“俗得那样雅”——《人民日报》评《后宫·甄嬛传》  
2
- 1.2 以批判现实主义的方法尽情讴歌“真善美”——《光明日报》评《后宫·甄嬛传》  
2
- 1.3 把宫斗戏做到了顶峰和极致——《解放日报》评《后宫·甄嬛传》  
3
- 1.4 比坏心理腐蚀社会道德——《人民日报》批《后宫·甄嬛传》  
4
- 1.5 观众喜欢是硬道理——《求是》力挺《后宫·甄嬛传》  
5
- 【写在前面：后宫乎？职场乎？】  
6
- 2 选秀：“临门一脚”成功跨入职场  
9
- 2.1 沈眉庄教您全方位准备步入职场  
10
- 2.2 甄嬛提醒安陵容明白“先敬罗衣后敬人”  
13
- 2.3 夏冬春以“拼爹”高调登场却闪电出局  
16
- 2.3.1 职场新人忌轻狂跋扈  
16
- 2.3.2 职场新人忌自视甚高  
18
- 2.4 端庄恬雅的甄嬛在选秀中脱颖而出  
20
- 2.5 安陵容选秀时实现绝地大反攻  
23
- 3 职场生存：从青涩走向成熟  
25
- 3.1 尊重职场前辈，熟悉职场状况  
25
- 3.2 身处职场，心灵和谐是最要紧的  
27
- 3.2.1 安陵容：明白差异，学会正确地比较  
27
- 3.2.2 沈眉庄：认识自我才能超越自我  
29
- 3.2.3 夏冬春：与人为敌是透支人脉的险招  
30
- 3.2.4 华妃：捧得越高，往往摔得越重

- 32
- 3.2.5 甄嬛：家庭教育与自身性情相结合
- 36
- 3.2.6 皇后：职场管理者不应过分焦虑和担忧
- 39
- 3.2.7 欣贵人：做一个认清时局的普通人
- 40
- 3.3 好好做一个被利用的人
- 42
- 3.4 懂得分享与取舍才能创造更大的生存空间
- 45
- 3.4.1 恩宠固然重要，但也要明白“平分春色”
- 45
- 3.4.2 不可吞下的“肥肉”要懂得留给别人
- 48
- 3.5 适时示弱：后宫生存非常道
- 50
- 3.5.1 沈眉庄：装傻，有时候也是一种智慧
- 51
- 3.5.2 敬妃：虚中带实，让对手瞧不清自己的真正实力
- 52
- 3.5.3 端妃：不抛头露面，积劳成疾，远离后宫争斗
- 54
- 3.5.4 欣贵人：“心肠在”遇强示弱，懂得避敛光芒
- 55
- 4 职场发展：内外兼修锤炼真功夫
- 61
- 4.1 纯元皇后：懂得争，更懂得完善自身形象
- 62
- 4.1.1 温柔娴雅，深得人心，才艺出众
- 63
- 4.1.2 后宫“梦幻偶像”背后的真面目
- 65
- 4.2 深体帝心，揣摩上意，提升职场领悟力
- 72
- 4.2.1 甄嬛：揣摩圣意，知晓皇上的心思
- 74
- 4.2.2 苏培盛：读懂圣意的最佳总裁助理
- 76
- 4.2.3 槿汐：用领导最喜欢听的语言
- 80
- 4.3 成大事者要学会忍耐
- 83
- 4.3.1 皇上：大丈夫能屈能伸，方能为朝政谋万世之全
- 84
- 4.3.2 果郡王：闲散无能，万事就是皇兄最行
- 85
- 4.3.3 甄嬛：职场不相信眼泪，更不要为不值得的人浪费时间

87

4.3.4 祺贵人：不是每个让你身陷困境的人都要被视为敌人

89

4.4 你怎样看待自己，别人就怎样看待你

91

4.4.1 品性高洁、自尊自爱的甄玉娆

92

4.4.2 生性自卑、妒忌心强的安陵容

95

4.5 拥有良好的判断力和独到的眼光

98

4.5.1 端妃：良好的判断力结识了甄嬛

98

4.5.2 敬妃：心善是好事，一味心善可能坏事

101

5 团队的秘密：团队建设与个人成长

103

5.1 从后宫看团队的定义与特征

104

5.1.1 后宫：一群本应成为团队的“乌合之众”

105

5.1.2 皇后：失败的团队领导人

107

5.1.3 三派纷争：只有完美的团队，没有完美的个人

108

5.2 团队的核心：统一的目标和凝聚力

112

5.3 沟通，团队合作的关键

117

5.3.1 “五心原则”提升团队沟通

118

5.3.2 用心沟通，挽救团队内部的异心之人

119

5.4 团队管理的艺术

120

5.4.1 管理的艺术源于团队管理者的人格魅力

120

5.4.2 以诚相待化解团队内部的嫌隙

122

5.4.3 雍正对年羹尧可谓“善用人者不恃人”

124

5.5 团队建设中的个人成长

125

5.5.1 浣碧：缺乏团队角色意识与位置感的姐妹

125

5.5.2 甄嬛：如同悟空一样的成长

127

5.5.3 宝鹃：忠诚比能力更重要

129	
6 左右逢源：职场人际关系管理	131
6.1 拓展人脉，成就职场	131
6.1.1 身在职场，善结贵人	132
6.1.2 世事难料，同事可能成上司	135
6.1.3 不要错过身边不起眼的“小人物”	136
6.1.4 人脉要拓展，更要善于维护	139
6.2 认清上司，才能与之融洽相处	142
6.2.1 “懂但不能太懂”才是朕心愉悦之人	142
6.2.2 猜疑是人性，更是领导的天性	145
6.2.3 “恐怖平衡”是管理者牵制下属的手段	150
6.3 忠诚：最被看重的职场品质	152
6.3.1 跳槽时代：我想跳槽，但我真诚	153
6.3.2 职场易主：为谁做事比做正确的事更重要	155
6.3.3 如何展示忠诚：让上司成为你的资源	158

### 精彩书评

1、1本书基本资料：作者曾智，类型为成功心理的通俗读物。本书来源：5月17号参加省职业指导师的考前课程培训，作者本人曾智老师上课，提到这本书。由于曾老师讲课风趣幽默，所以大家对他的书也很期待。下午上课时曾老师带了一堆书来，现场签售，我就抢了一本。阅读时间一周，没有集中时间读，拖拉。本书主题：这是一本讲述在职场如何生存发展、如何提升职场团队合作能力、如何提高人际关系管理能力的书。2全书的纲要：1媒体对甄嬛传的评论2如何成功跨入职场：结构化面试——充分准备、非结构化面试——厚积薄发的基本功、如何绝地大反攻。3职场生存：从青涩走向成熟。尊重前辈，熟悉职场情况。心灵和谐，心理素质好，让自己保持阳光心态。懂得分享和取舍。示弱是最高智慧。4职场发展：内外兼修锤炼真功夫。学会读懂别人尤其是领导的心。要会忍耐。阳光心态——你怎样看待自己，别人就怎样看待你。5团队建设。团队的核心是统一的目标和凝聚力。团队合作的关键是沟通。提升个人魅力，才能管理好团队。6职场人际关系。拓展人脉。认清上司，与其融洽相处。忠诚是最被看重的职场品质。大部分内容都说得非常有条理，我很赞同。比如，职场中，阳光心态很重要，用积极的友善的态度对待人事，让自己心灵和谐，每天都有好心情，人人都是好朋友。比如，职场中不能纵容自己的小个性，每时每刻管理好自己的情绪，说话做事要分场合分对象，要有分寸感。比如，忍耐和示弱非常非常重要。不为了面子争论，尤其是不要和领导争论。埋头做自己的事，少说话。读这本书时，我也在职场上碰上一个不大不小的挫折。在党政会议上，因为学生入党的事，和领导发生激烈争论。事后，我非常后悔，也主动找领导承认了错误。所以，这本书及时地给我许多提醒和建议，让我迅速冷静和理性。以后的我，不会再做无谓的争论，要学习如何与领导沟通，要懂得示弱，其实就是谦卑和忍耐。3印象最深刻的有两点。其一：“沟通也是生产力。”让我想起类似的一句话：一个人抵得上一支军队。会说的人，不战而屈人之兵。会说话的人，让别人因为你一句美好的赞美而快乐地生活两个月，所谓良言一句三冬暖。要学会在沟通的过程中解决问题，而不是相反，越沟通越让事情难办。学会说话这是我必须提升的技能之一。其二，“职场中，位置感很重要。”“职场的行为是由职场角色和职场位置所决定的。”明确位置感，有助于自己较好地适应职场，在职场中言行得体少犯错误。记得听易经的讲座时，胡老师也说过“位”很重要。认清自己的位置，明白自己的权利和义务，知道自己能做什么能说什么不能做什么不能说什么，自己与每一个人的边界在哪里，这是非常重要的。有位置感，是专业的表现，成熟的表现，智慧的表现。

# 《修炼——积聚职场正能量》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)