

《取得 – 成为自己故事里的英雄》

图书基本信息

书名：《取得 – 成为自己故事里的英雄》

13位ISBN编号：9787514509925

出版时间：2016-11

页数：304

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

《职得 – 成为自己故事里的英雄》

内容概要

职场中如何做自己，又不把自己作死？
如何找到我的天赋使命和核心竞争力？
那些职场成功的人，究竟做“对”了些什么？
职场上除了拼智商和情商，还能拼什么？
老板可以“被管理”吗？
为什么我勤奋努力，但升职加薪的却总不是我？
都说你是你的圈子，可怎样才能拓展职场人脉？
如何打造鲜明的个人品牌，低调的推销自己？
职场上主要看气场，可如何能让自己的气场强大？
现在的工作像温水煮青蛙，我该怎么跳出来？
为梦想创业，和为现实打工，我到底该怎么选择？
为什么我知道那么多道理，却总是没有行动？
你也有这些困惑吗？其实99%的职场人都迷茫，只是有些人找到了走出迷雾的钥匙，它其实就在自己手上。

从500强企业高管到高管们的教练，高琳将多年的职场实战经验总结提萃，告诉你那些老板和“成功人士”从没有告诉过你的实用技能。她把教练技术融入进来，像和你聊天一样，通过问“对”的问题帮你找到内在动力，从职场的“不知道”到“知道”，再从“知道”到“做到”。

本书写给奋斗不息，纠结不止的你。正因为对自己的生命有要求，所以奋斗；正因为探寻更好的自己，所以才纠结。成长的故事各不相同，而你可以比你想象的走得更远。

编辑推荐

有人叫你追逐梦想，有人叫你面对现实，只有这本书告诉你如何从现实走进梦想。

这里有从没人告诉你的职场干货，GE、GM,联想等500强的精英都在学习，让你少走5年弯路。

这里有让你开窍的自我教练问题，专业的教练技术帮你找到属于自己的答案。

因为如何找到自己的过程，比成功故事和心灵鸡汤更值得参考。

如果你是职场新人：你将找到一位“导师”，帮你找到自己的核心竞争力，一套实用且易掌握的工具让你获得快速成长。

如果你是职场老鸟：你将获得一位“教练”，用新思路解决老问题，带你突破职业发展瓶颈，找到成长的内在动力，走出迷茫期。

如果你正面临职场转型：你将拥有一位“知己”，与你分享转型路上的得与失，痛与乐，帮你战胜恐惧成为自己故事里的英雄。

比尔·盖茨曾说“每个人都需要一个教练”，这本书就是你的教练！

500强CEO和互联网大咖们鼎力推荐。

“作者通过自己的真实经历所总结出宝贵的职场箴言犹如明灯一般指引新一代职场人前进的方向。” -

沈博阳 领英中国区总裁

“这些颇具国际视野的经验，既中肯实用，又充满思辨色彩。难得的是还语言生动，诙谐有趣。无论初入职场还是面临职业发展瓶颈，都必将深受裨益。” - 高瑞彬 澳洲电讯大中华区首席执行官

《职得 – 成为自己故事里的英雄》

作者简介

高琳，拥有20年就职于世界500强企业的高管经验，曾任摩托罗拉系统公司全球政府事务部高级总监及亚太区首席信息官。目前专注于跨文化沟通以及领导力等方面的培训和高管教练。

作为中国美国商会第一位中国籍女性副主席，她认为玻璃天花板看得见但敲得碎。她相信公益应该是一种生活方式并用自己的影响力为国内外多家公益组织筹款。同时作为清华苏世民书院导师，国际青年成就组织志愿者，TEDx讲者，十多年来她为上千名学生带来了个人发展的演讲。

高琳拥有英国诺丁汉特伦特大学工商管理博士(DBA)和美国伊利诺伊大学香槟校区工商管理硕士学位(MBA)。作为全球认证的领导力教练，她希望能将专业的教练技术带入到她的文字，培训和演讲中助力他人成长。

《职得 – 成为自己故事里的英雄》

书籍目录

目录

Contents

写在前面：如何在这本书里找到属于自己的答案

CEO们都怎么说这本书？

推荐序一：一本书，一个公益力量

推荐序二：能让人消化吸收并身体力行的“干货”

自序：生命是一场盛宴，你是否准备盛装赴宴？

第一章：不做自己你还能做谁？

一、做自己怎么就那么难？

二、内心强大的“学渣”是如何炼成的？

三、力量来自不同而非相同

第二章：向上管理，向下认可

一、你还在等着被老板管吗？

二、一仆两主：不要成为老板之间的炮灰

三、功劳给老板的员工差不了，认可给员工的老板错不了

第三章：职场上除了拼智商，还能拼什么？

一、所谓情商高就是能不好好说话偏要好好说话

二、职场上除了拼智商和情商还能拼什么？

三、让我们开窍的不是答案而是问题

第四章：打造个人品牌

一、如何低调地自我推销还不招人讨厌？

二、打造那个叫做“你”的品牌

第五章：如何做到气场强大

一、是的，职场上主要看气场！

二、在这个说说说不停的时代，真的只有外向的人才能成功吗？

三、为什么我知道开会该发言可就是不敢张口！

第六章：不会讲还怎么混？

一、如何向职位高的人汇报工作？

二、故作高深的人讲道理，真正高深的人讲故事

三、领导都讲什么故事？

四、真的需要把听众想象成全裸吗？

五、如何做出一个有观点且发人深思的演讲？

第七章：建立职场圈子

一、为什么你勤奋努力却还是原地踏步？

二、你是你的圈子

三、会闲聊的人在职场中容易成功

四、不是成功了才能给予，是给予了才能成功

第八章：转型之痛

一、温水里的青蛙需要什么才能跳出来？

二、冲破职场天花板到底靠什么？

三、既然不想要剧透的人生，为何不享受当下的忐忑

四、你是自己故事里的英雄

五、如何一边朝九晚五一边为创业做准备？

六、从斜杠青年到安可一族—你的人生下半场准备好了吗？

第九章：写给年轻的你—职业规划

一、不再迷茫—以终为始的职业规划

二、斜杠青年如何找到自己核心竞争力？

《职得 – 成为自己故事里的英雄》

三、风来了，年轻的猪该怎么办？

第十章：写给纠结的你—工作生活平衡

一、别再跟我提工作和生活的平衡

二、感谢纠结帮我找到了平衡

第十一章：写给成功的你—成功路上的How,Why,Who

一、别人家孩子的梦想：采访世界第一位完成“7+2”的华人女性

二、当你一心想赢的时候就已经输了

三、为什么成功人士多是拖延症患者？

四、从成就这美妙陷阱爬出来—成长路上的How, Why , Who

后记：你不值得谁值得？

感恩鸣谢

人才发展的专业人士怎么说这本书？

《职得 – 成为自己故事里的英雄》

精彩短评

- 1、GA圈子里的朋友不乏各种大咖，相信当下的白领蓝领们将从这位大咖的职场心得中深受裨益。
- 2、书里有自我教练式的提问，我非常喜欢的部分。过年的时候读了第二次，这次在自我探索上收获了很多力量。这本书真很神奇，随着我的改变，一些认知和个人成长，能感到力量也随之加强。找时间安静地再读一遍……
- 3、感谢真实的高琳教练把自己的经验毫无保留地分享给每一个读者。本书的自序部分是高琳教练今年年初在TEDx Beijing Chaoyang Women 线下活动的一个演讲，叫做“梦想是个什么玩意儿”，这是我第一次被她感动被她启发被她鼓舞，泪流满面。《职得》这本书几乎涵盖了“有意思教练”公众号里的大部分文章和观点，也有高琳教练新增的内容，略读一遍，文字轻松幽默，但细细品味，每一句都很有深意，适合反复阅读和体会。推荐所有职场中的小伙伴人手一本，这不仅是为我们自己，更为了西部地区的女高中生！
- 4、接地气的女神
- 5、就像作者所说的,这本书是鸡汤中的干货. 作为已经在外企中拼搏了十几年的人来说，这本书还是有很多可以融汇进工作的地方，这就值了。
- 6、成就更好的自己，过自己想要的生活
- 7、平时比较排斥“职场励志书”的，觉得都是鸡汤或者厚黑学。只看《职得》，因为它：1. 三观巨正一看了你就知道。2. 是一本故事书但是实用，更是一本工具书但是不枯燥。我想这得益于作者本身的背景：作者是摩托罗拉前高管—有真实的实战故事；又是管理学博士、培训师、高管教练—有理论基础和研究素养。3. 语言犀利有趣，读来畅快淋漓。总之，是一本不可多得的职场好书，任何有工作的人都可以买来读一读，我觉得都会对你的工作有新的思考，甚至真的做出一些改变来。
- 8、读书感悟：<http://www.jianshu.com/p/c3101f158ee6>
- 9、拿到读高琳老师的书，我迫不及待的挑灯夜读至天明，收获满满，全是干货
- 10、我值得成为自己故事里的英雄，我值得，就这么简单。
- 11、1、我是谁：在这个层面产生的问题，不能在同一个层面得到解决，书中的金字塔帮我跃层思考问题和解决问题，力荐；
- 2、梦想：Fake it until you become it，真正的梦想是想要什么而不是不想要什么，DVF模型可解决此问题，力荐；
- 3、恐惧：the fear you do not face becomes your limit；
- 4、实践：培养自己拥有“值得” healthy, wealthy and happy的思维习惯；这本书写作风格有论文的感觉，这启发我没准自己也可以试试写点东西；
- 5、感恩：书中说“我欠所有那些帮助过我的人这本书”，我在TM也有此感；作者售书费用均用于慈善，很感动；买书附送交流群，每天有高质量的教练问题，赞！书和作者均值得推荐！
- 12、感谢各位读者的认可，并且花时间去豆瓣来写书评！你们的评论我都看啦。
- 13、哈，这本书读到四分之一的时候赶紧下单又买了一摞，分别送给领导、下属、其他同事以及合作伙伴，因为“你的职场是你自己的事”，在指望别人都来帮助我实现career goal的同时，我也要有所回馈表示诚意嘛～那么《职得》就是我能拿得出手的最诚恳的礼物。因为作者用幽默诙谐的语言讲了一个个生动有趣的故事，是我读过最畅快、也是最实用的职场秘籍。不是干巴巴的方法论哦，也不是空洞飘忽的大道理～读的时候真正体会到忍俊不禁、拍案叫绝，这就是写给我的呀！我的那些困惑和纠结好像都在书里找到了思路和方向，我的那些焦虑和压力对于每个积极的上班族来说都无法逃开，想想也没那么可怕，何不接纳、拥抱这样的自己呢？特别感谢作者的发心、感谢作者作出的所有努力，这本书值得每一个职场人阅读传播，期待它能影响到越来越多的你我他～
- 14、有内涵还接地气儿书真心不多，要早点看到这本书，绝对能让职场少走五年弯路
- 15、第一次书评，写给值得写书评的这本书。干货不干，有滋有味！很多共鸣，这是作者跟读者之间最强的纽带和信任。读完我的脑袋里很长时间回旋着Goodall博士的话：“感谢上天赋予了我一个沟通的天赋”。作者不光会沟通，而且能感染别人愿意沟通（跟自己 and 他人[ThumbsUp][ThumbsUp]）。职得大家读，强烈推荐！
- 16、2016.12月1-7日，还想再次阅读

《职得 – 成为自己故事里的英雄》

17、题目有点鸡汤 但完全不影响全是干货的内容 已经在看第二篇 里面的问题需要认真审视自己 写上自己的答案。

18、之前一直都不大喜欢读什么职场心灵鸡汤，厚黑学类的东西，朋友强力推荐了这本《职得》说是市面上难得一见的好职场书，所以拿来看了看，没成想一看就放不下了，3天看完，还买了一打送身边的朋友和同事。

书里有很多职场的干货，从向上管理到个人品牌，很多地方看的很有感触，有的是曾经自己掉下去过的坑，不禁心想要是早看到这样一本书该多好；有的是灵光一闪茅塞顿开，又不禁庆幸还好看到的还不晚^&^

书里还有很多讲述高琳老师个人成长、感悟和一路寻找自己的过程的故事，时而看的心潮澎湃，时而看的泪流满面。这样的真实的分享，比任何鸡汤都来的有营养，让我更有信心成为自己的英雄！

19、赤兔上听高琳老师《碎片化学习如何不变成一地碎片》，听到最后，竟道出了学习本质。虽然经历还是单纯了一些，不过，写得很真诚，也是值得学习的。

20、高博士集合了她此前在多家跨国公司的工作经验和自己在生活中的感悟，以流畅的文笔和敢于“自黑”的精神娓娓地描述着职场经营所需的做人做事。与其他职场书籍偏重讲道理不同，高博士更多地以生动的案例告诉我们，如何以讲故事地方式去沟通，如何建立自己的品牌和树立自己的气场，如何做职业规划，如何换位思考，如何建立自己的圈子并找到自己职场上的贵人，如何找到自己的热爱并成功转型等等。作为一名领导力教练，高博士在文中还不断借用教练常用的有力的问题（powerful question）来让读者思考，并进而触发采取相应的行动。

每个人每天都在书写着自己的职场故事，职场并不仅是勾心斗角，玩弄聪明，你也可以光明磊落地做自己，多读书、吸收到自己受用的点并加以应用，你终将成为自己故事的英雄。

21、可以是因为做HR的原因，近几年很少读职场的书，这本很不同。首先语言接地气，没有大道理，没有说教，没有鸡汤，像是和一位资深职场达人的对话，有欢声笑语也有潸然泪下；其次，佩服作者不服输要强的那股劲儿，字里行间透着不蒸馒头争口气，每当困难来临，不是焦虑而且脚踏实地，真正活成了自己的英雄；最喜欢的还是里面的丰富的案例，教练式手法，深入浅出，有觉察有反思，看完有意犹未尽余音绕梁的感觉。总之，无论是初入职场的菜鸟还是老司机，都有共鸣和思考，已推荐给多人，共勉共成长。

22、读完这本书最大的感受是高琳老师的真诚与坦诚，如果没有一颗真诚分享的心，干货就是“干巴巴”的，而这本书呈现是真实、坦诚、鲜活、接地气的干货。我第一次写书评，以表达对作者的感谢。大力推荐！

23、暖心的JA小伙伴分享于我的书 不得不点个大大的赞 推荐给各位白骨精们。实在是太熟悉的感觉 发现了曾经的同事 朋友和老师；有太多上进的小伙伴们正在参与的Toast Master/Junior Achievement/TED...还有太多太多的职场真经（有自己曾经同样感悟到的也有新鲜的需要再学习的）引经据典更是必不可少总有一条打动到你[愉快] 还有还有 ...英雄之旅 NLP的应用 ...太多太多 [太阳] 作者更是一位奇女子 [太阳] 感恩感恩[玫瑰][玫瑰][玫瑰] 还等什么 赶紧先睹为快吧！

24、带你走出工作的迷茫，找到属于自己的答案....

《职得 – 成为自己故事里的英雄》

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