

<<软能力>>

图书基本信息

书名：<<软能力>>

13位ISBN编号：9787111364160

10位ISBN编号：7111364163

出版时间：2011-12

出版时间：机械工业出版社

作者：胡晓梅

页数：190

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>

<<软能力>>

前言

毫无疑问，上班族有自己的无奈！

也许你总是第一个到公司上班却是最后一个离开公司；也许你兢兢业业、踏实做事却总是与升职、加薪无缘；也许你永远也跟不上老板的朝令夕改、喜怒无常；更气人的是，平时什么好事都轮不到自己，可是遇到裁员就非你莫属。

这还不算什么，同事之间的派系斗争、明争暗斗，公司内部的八卦消息，你埋头苦干充耳不闻，谁也不得罪，却免不了每次都成为众矢之的，你倒成了最后的替罪羊。

是要大呼冤枉？

还是郁郁寡欢？

你想不想找到原因？

没错！

你可以说：“此处不留人自有留人处，换个老板还不容易吗？

”但换老板容易，适应环境难，你就没有想过问题可能出在自己身上吗？

看看周围吧！

就算环境再恶劣，企业再压榨，老板再苛刻，同事再小人，总还是有人春风满面、扶摇直上，要什么有什么。

这些人可能智商不比你高，成绩不比你高，专业比不过你，工作更是比你踏实……当然，他们也不见得有什么漂亮或帅气的面孔，有个能撑腰的老爸，靠拍马屁才受宠升迁……或许他们只是多了一点你没有的东西——软能力。

所谓“软能力”，是指创新、沟通、团队合作及解决问题等能力，比如能更善于与人相处，能更容易从言语中准确了解老板的意图，能协调好各个部门之间的关系，能灵活顺利地完成多人合作的工作，能变换思考角度办成别人办不成的事……你或许天生腼腆、性格内向，根本就不擅长与人打交道。

可是你要知道，这不是你想与不想、愿意与不愿意的问题，而是事关你要不要活下去，要不要幸福富足地活下去的问题！

要生存，你必须要跟人打交道，而且要学会怎么样说话为妙；怎么样见机行事；怎么样让老板满意、让同事服气、让下属心甘情愿为你做牛做马……当你掌握了这种无法用试卷来检测评估的“软能力”以后，你才会幡然醒悟，工作的实质不是计算机数据、文字、图表而已，而是与领导、同事的沟通与协作。

怎么样，你是否做好了准备，来“玩”这场智力与情商并重的游戏呢？

<<软能力>>

内容概要

软能力之所以是职场成功必备，皆因为它不仅能够改善我们的人际关系，提高我们与领导、同事沟通、协作的能力，而且还能够提高我们解决实际问题的能力。

本书从合作、待人、沟通、自我和接受五个方面论述软能力的重要性，及其如何培养我们的软能力，通过提高软能力奠基我们的职场成功和人生辉煌。

<<软能力>>

作者简介

胡晓梅

台湾知名畅销书作家，心理咨询师。

著有《开发脑力的44个好习惯》、《破解人生的N个困惑》等多部畅销书籍。

<<软能力>>

书籍目录

前言

第1课 合作：每件事都是自己独立完成

1. 我要学什么

除了考试你会什么

2. 别吝惜你的欣赏

我不是马屁精

3. 尽快发现相似点

你不需要去骗人，只需要找到彼此之间的共同点

4. 命令没有利益好用

只要关系到自己，谁都会毫不推辞

5. 被利用才证明有价值

公司利用员工来创造公司的整体价值；员工也利用公司的资源来提升自己的价值

6. 开口求人也是能力

开口求人不会要了你的命

7. 不做天生“反对派”

职场不是黑是黑或白是白的童话世界

第2课 待人：我常常不耐烦

1. 别人说的我真的听不下去

说得多，不如听得多

2. 坦诚不意味着有话直说

假话不见得就是错

3. 宽容，放开你自己

计较就是跟自己过不去

4. 不要想当然

随便一个想当然，都会让人犯错误

5. 没想好，就写下来

文字沟通的能力不可限量

6. 不要故意取悦上司

有时是用自己的热脸贴了对方的冷屁股

7. 巧妙地利用沉默

沉默是金

第3课 沟通：别人听得懂我说的话吗

1. 你怎么老听不懂

错把毒药当补药

2. 别浪费你的耳朵

你有没有用心在听

3. 变则通

心中的固执并非真的有道理

4. 什么场合说什么话

说者无心，但是听者有意的人却大有人在

5. 眼前最重要的是什么

所有的事绝对都有轻重缓急之分

6. 把“我”换成“他”

<<软能力>>

人生是不公平的，习惯去接受它吧

7. 我只是一部分

团体利益比个人利益重要

第4课 自我：我觉得我是对的

1. 我没错啊

你非要他们认错，这样对你而言没有什么好处

2. 培养抗挫性能

老板不是你的父母，可以宽容你一再犯错；同事更非你的知心好友，可以随时考虑你的情绪，体会你的感受

3. 谁是情绪污染源

我们无法逃离到一个没有情绪污染的环境中去，除非远离人群

4. 没人爱看你的臭脸

你的情绪是属于你自己的

5. 你敏感，更受伤

太敏感会让人觉得你太做作，让人感觉很假

6. 会生活，才会工作

不要让工作成为你唯一的乐趣

第5课 接受：为什么一定要我去做

1. 干吗老找我

能力越大，责任越大

2. 信任需要长时间付出

要想他人信任你，你自己必须做出值得信任的事情来，更重要的是你也得相信对方

3. 忠于职业还是忠于老板

你觉得老板会器重一个频繁跳槽的人吗

4. 面对流言

低调、面对、自省、自嘲、沟通

5. “低潮”期的应对

人有了退路，有了其他选择，只会让人更加倾向于逃避，而不是解决问题

6. 规则就是规则

不要带着情绪工作

<<软能力>>

章节摘录

合作：每件事都是自己独立完成在部门众多的大公司中，总是人来人往，有人辞职就有新人上班，就业压力巨大，人力资源部最终敲定的人员必是万中选一的“精英”。

评定精英的标准有很多，不过大部分人力资源部会选择学业成绩或专业特长出众的人作为生力军。成绩、特长在他们眼中，就是评判员工是否优秀的“硬能力”。

可是除了成绩之外呢？

这些人在学校里不是干部就是名列前茅的优等生，而当真正开始了“格子”生涯时，却是状况百出。阿乐是新人中最不起眼的，不知是因为初来乍到不习惯，还是天生性格腼腆。

他工作时候一副埋头苦干的专注样子，闲暇时分也少有听见他的声音。

原本以为这是财务人员必备的严谨素质，却没想到上级对他的沉默寡言十分不满，别的同事也对他敬而远之。

阿乐的上级不只一次抱怨：“谁知道他脑袋里在想什么？”

交代事情的时候答应得很爽快，可是做出来的东西全都得重做！

”阿乐的同事也愤然：“不就是个研究生吗，好像他什么都知道的样子。

清高成那样，谁还会卖力地提醒他？

”做人要低调本来没错，尤其是新人上班，在环境不熟悉的情况下，以守为攻比较稳妥，但是像阿乐这样一直做个“聋哑人士”，只会被上级更加不信任，被同事更加孤立。

开口请教前辈又不吃亏，跟同事打成一片也不等同于庸俗势力。

相反，虚心请教和亲和力却会让你的工作完成得比较顺利，使你融入工作环境的速度大大提升，否则你三缄其口，就怪不得他人说你不懂装懂，假清高了。

跟阿乐截然不同的是销售部的Sarah，开朗热情的她亲和力很强，跟谁都是很快就能熟悉热络起来。

别说同部门的上上下下、同公司的里里外外，就连餐厅送快餐的人都对她赞不绝口。

照理说，这种很吃得开的性格应该会使Sarah的工作势如破竹，可是时间不长，大家都变得对她有所警惕了。

原来，刚刚还面带微笑90°鞠躬地送走客户，一转脸Sarah就开始批评起客户的不是来。

于是大家不得不联想，谁知道她会不会在别人面前说自己的坏话呢？

谁又敢保证自己说过的坏话不会从Sarah的嘴里传到老板或其他同事的耳朵里呢？

为了不引火烧身，远离是非根源，所有人对Sarah都不自觉地疏远了起来。

过于沉闷不合群的阿乐和见人说人话见鬼说鬼话的Sarah都没做满试用期就离开了。

这都是预料之中的事情，可是办事风格认真仔细的Rock，居然也不慎踩到了“地雷”。

Rock在打印同事交给他的文件之前，总是会仔细地检查一遍，当他发现了错误以后，却选择了一种最错误的方式——直接在办公室里高声嚷嚷：“喂！

你这个地方出错了，快来改！

”一副恨不得全公司人都知道对方出错的架势。

公司内部会议上讨论预算案，各个部门之间的利益难以协调之时，免不了要起争执，可是大家都知道，争执归争执，决策权还是在老板手里，底下的人没必要为公事伤了和气。

Rock却不知深浅，非要拿出初生牛犊不怕虎的气势来跟其他人比较，争得面红耳赤，让气氛陷入尴尬。

几次会议之后，Rock的部门列席开会的名单上就没有了Rock的名字，Rock的上司绝对不看好这样不识大体的年轻人。

阿乐、Sarah和Rock不在同一个部门，从事的工作不相同，性格也迥然，可是他们离职的原因却归乎于同一点：不会跟同事、上司打交道，得罪了老员工，作茧自缚。

职场新人是万事开头难，不但要学习和熟悉工作和业务，同时更为重要的是，要学会跟其他人融洽相处，不然，工作就会很难进行下去，人际关系上就会给你增添诸多的障碍，让你根本无法施展拳脚。

这些“实战”经验，没有人会教你，你不可能指望着职场里有像学校里那样不厌其烦的老师一遍又一遍地给你讲解，给你准备详细的教程，临到考试前还会帮你画重点。

<<软能力>>

这些东西不会有考试，实际情况出现问题的时候，都比考试更重要。
考试只是一个分数，职场关系到的却是生存。

<<软能力>>

编辑推荐

《软能力:你的职场制胜法宝》也许你总是第一个到公司并且最后一个离开，却永远与升职加薪无缘；也许你兢兢业业踏踏实实，却永远跟不上老板的朝令夕改喜怒无常；也许你对明争暗斗八卦消息充耳不闻，却难免成为众矢之的替罪羔羊；更气人的是，平时什么好事都轮不到，遇到裁员却非你莫属。当你因为这一切愤愤不平之时，或许你也该反思一下自己到底缺少什么。

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>