

<<自我发展与团队管理学习包>>

图书基本信息

书名：<<自我发展与团队管理学习包>>

13位ISBN编号：9787304038106

10位ISBN编号：7304038101

出版时间：2007-3

出版时间：霍尔默斯 (Karen Holems)、Corinne Leech、等、天向互动教育中心 中央广播电视大学出版社 (2007-03出版)

作者：(英) Karen Holems Corinne Leech

页数：204

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>

<<自我发展与团队管理学习包>>

内容概要

《自我发展与团队管理学习包（第2版）》是在北京天向互动教育中心从国外引进的教育资源的基础上，根据职工素质教育的需要，专门聘请专家组进行适应性改造的课程。其内容主要是针对企业在进行内部管理、团队建设；职工在解决自身发展、处理周边关系和提高能力方面遇到的实际问题而设计的。

其知识、技能和方法具有很好的实用性和操作性。

《自我发展与团队管理学习包（第2版）》全书由如何确定自我目标、如何进行时间管理、如何开展工作沟通、如何进行团队领导四个单元组成。

在确定自我目标的单元中重点介绍了如何正确认识自我，如何确定个人发展目标，如何根据目标确定发展规划和进行自我学习的知识与方法；在时间管理的单元中系统地介绍了如何能够有效地利用和管理时间的理念与方法；在开展工作沟通的单元中重点介绍了沟通的作用与意义，沟通的几种常用方式和如何提高沟通的能力；在第四单元介绍了作为团队管理者或领导者，应该如何提高自己的团队管理和领导能力。

如何进行团队管理，如何选择合适的领导方式。

<<自我发展与团队管理学习包>>

书籍目录

《自我发展与团队管理 第二版》目录：第一单元如何确定自我目标 第1章明确目标 1.1思考自己的目标 1.2有效的思考方式、方法 1.2.1左右半脑的思维规律 1.2.2绘制思维导图 1.2.3头脑风暴法 1.2.4五个为什么 1.2.5因果图 1.2.6 SWIH法 1.2.7水平思考法 1.2.8六顶思考帽 1.3分析自己的现状 1.4职业和工作选择 第2章自我认知 2.1什么是自我认知 2.2增强自我认知力 2.3自我评估的方法 2.4 SWOT分析方法 第3章有效学习 3.1学习的周期 3.2学习的形式 3.3在实践中学习 3.4学习与发展的障碍 第4章确定目标 4.1关于目标 4.2 SMART原则——设置精确目标 第二单元如何进行时间管理 第5章工作与生活的平衡 5.1活动跟踪表 5.2不同的工作方式 5.3寻求平衡 5.3.1思考和行动之间的平衡 5.3.2工作效率和工作效果之间的平衡 5.3.3工作和维持工作能力之间的平衡 5.3.4压力不足和压力过度的平衡 5.3.5工作和生活之间的平衡 第6章做好时间规划 6.1做好计划 6.2检查目标 6.3确定工作优先级 6.4保持良好平衡 第7章提高利用时间的效率 7.1积极主动与自信果断 7.2建立自信 7.2.1学会说“不” 7.2.2说出您的要求 7.2.3不要浪费时间 7.2.4学会应付打扰 第三单元如何开展工作沟通 第8章口头沟通 8.1五个关键点 8.1.1目的意图 8.1.2沟通对象 8.1.3信息内容 8.1.4方式方法 8.1.5时间安排 8.2共享信息 8.2.1优质信息 8.2.2传送优质信息 8.3沟通障碍 8.4沟通技巧 第9章书面沟通 9.1书面沟通的五个关键点 9.2结构和版式 9.3写作中的注意事项 第10章会议沟通 10.1会议沟通的五个关键点 10.2会议进展 10.2.1主持会议 10.2.2如何促进和协调讨论 10.2.3如何解决会议中面对的困难局面 10.3贯彻执行会议决议 第11章工作报告 11.1工作报告 11.2工作报告的目的 11.3如何抓住听众 11.4准备工作报告 11.4.1工作报告的材料 11.4.2准备工作报告内容 11.5做工作报告 第四单元如何进行团队管理 第12章团队基本知识 12.1团队的类型 12.2团队的挑战与机遇 12.3团队的优势 12.4优秀团队的特征 12.5团队发展的阶段 12.6团队发展的方法 第13章团队内部建设 13.1团队角色安排 13.2培养成员间的融洽关系 13.3问题产生的原因 13.4解决问题的方法 第14章团队维护 14.1维护团队的一致意识 14.1.1团队会议 14.1.2确保团队会议的有效性 14.1.3会议并不能解决一切问题 14.1.4使用电子手段维护团队一致意识 14.2团队决策 14.2.1决策模式 14.2.2创造性决策 14.2.3达成协议 14.2.4遵循决策 第15章团队外部关系 15.1团队之间的关系 15.2团队之间的期望 15.3团队之间融洽相处 15.4处理冲突 第16章领导者的素质 16.1领导的概念 16.2领导的技能和品质 16.3选择领导方式 16.4建立信任 16.5领导授权 《自我发展与团队管理 学习指导及形成性考核 第二版》

<<自我发展与团队管理学习包>>

章节摘录

版权页：插图：2.1什么是自我认知 斯蒂芬·柯维（Steven Covey）说：“自我认知能够帮助我们站在旁观者的角度研究和理解自己，它不仅影响我们自己的行为 and 态度，还影响我们采取怎样的方式看待他人。

”中国人常说，知人者智，自知者明。

一个人如果对自己没有正确的认知，难以发现自己的缺点和不足，就会缺乏自我学习、自我完善和自我发展的驱动力，同时也不可能理解他人，更谈不上管理他人了。

自我认知的一个重要环节就是对个人智商（IQ）和情商（EQ）的认知。

过去认为，一个人能否取得成就，智力水平是第一位的，即智商越高，取得成就的可能性就越大。

但现在心理学家们普遍认为，情商水平的高低对个人自我认知的程度和成功的可能性都起着重大的作用，所以下面我们重点阐述情商的知识。

情商又称情绪智力，是与智力和智商相对应的概念。

它主要是指人在情绪、情感、意志、耐受挫折等方面的品质。

具有较好情商的人，一般十分敏锐，具有易于相处，能够理解体谅别人，善于换位思考等诸多良好的品质，这些心理品质对管理者来说是非常重要的。

情商水平低的人，即使他们具有很高的智商，但在待人处事的时候，也会很少甚至根本不会考虑别人的所思所想和别人的情感，很容易给别人造成诸多不便和麻烦。

虽然他们野心勃勃，有时也能做成一些事，但与之俱来的可能是对他人的伤害。

如果这类人的情商水平始终得不到提高，那么他们永远不会理解和考虑他人的感受，别人也同样理解不了他们。

情商是控制自我情绪的方式，是对自己和他人情感的直觉和理解，也是人与人交流中需要重视的方面。

虽然情商在管理科学领域曾经不被承认，但是现在以自我认知为核心的情商已被认为是一种重要能力的体现。

开发和增强自我认知对于团队领导者主要有下面三项好处：了解自己以及团队成员的强项和弱项，这意味着能更有效地发挥个人和团队的能力。

了解自己是怎样看待这个世界的，这意味着对自己进行客观的评估，认识到他人对世界的看法可能和自己不同——以便更好地与他人沟通。

了解自己的情感以及对他人情感的反应，可以帮助个人处理一些复杂的情感环境，如冲突、失望或情感变化，从而能够更好地管理自己和他人。

<<自我发展与团队管理学习包>>

编辑推荐

《首都职工素质教育工程指定培训教材:自我发展与团队管理学习包(第2版)(套装共2册)》由如何确定自我目标、如何进行时间管理、如何开展工作沟通、如何进行团队领导四个单元组成。

<<自我发展与团队管理学习包>>

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>