# <<铁杆朋友>>

### 图书基本信息

书名:<<铁杆朋友>>

13位ISBN编号: 9787500692393

10位ISBN编号:7500692390

出版时间:2010-5

出版时间:中国青年

作者:汤姆·拉思

页数:167

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

## <<铁杆朋友>>

#### 前言

婚姻的幸福、家庭的美满、团队和组织的成功,都取决于人与人之间的能量。 不过,当我们认真地想要改善自己的人生时,几乎都会把所有的努力,一股脑投入在提升自我上

我回顾自己受过的正规教育,几乎都是为了精通某一门学科,或是在培养通识基础。中小学时,我学习阅读、加减乘除、识字,还辛苦地学习外语:在大学和研究生阶段,我有机会可以专注在自己感兴趣的特定学科:步入职场后,我参加过无数的开发课程,而这些课程的目的,也都是为了要让我更有竞争力。

即使我投入时间从事培训他人的工作,我仍然将重点锁定在每个人的自我开发上。 我全都搞错了,真正的潜力,其实是潜藏在我们生命中每一段关系里。

## <<铁杆朋友>>

### 内容概要

这本书只有一个目的,就是帮你找出不可或缺的8个朋友,以影响你对工作、健康、婚姻、生命的期待。

你可能不知道: 不到20%的人认为,上司是亲密的朋友。

工作上如果没有最好的朋友,全心投入工作的几率是8%。

只有17%的员工说,上司在过去3个月中曾花时间与下属建立关系。

只有18%的工作环境,会提供机会让员工发展工作上的友谊。

你不得不知道: 工作上至少有3位亲密朋友的人中,有96%的人对生活感到满意。

夫妻之间"友谊"的重要性,是"身体亲密"的5倍。

工作中有"好朋友"的入,投入工作的热情耽一般人高出7倍。

如果好朋友非常健康,你也同样健康的几率,是一般人的5倍。

# <<铁杆朋友>>

### 作者简介

汤姆·拉思(Tom Rath)《纽约时报》畅销书排行榜榜首作家。

盖洛普公司全球职场研究及领导力咨询业务负责人。 他的著作包括:《你的水桶有多满》、《现在,发现你的领导力优势》等。

## <<铁杆朋友>>

#### 书籍目录

生命中的朋友 1 谁对你有期待 前言:少了某样东西 " 你是怎么沦落街头的 " 2 两个人之间的能量 太强调自我 人类的重大挑战 3 友谊胜过百忧解 你会与共餐的人相似 婚姻的基础是友谊 5 圆满的错误 友谊不应是周全圆满的 只看 友谊处方 4 婚姻的光明面 见朋友的付出 6 工作与生活必须平衡 很难不把工作带入家庭 工作上的朋友 7 三个好友的 不准交朋友 一起喊痛的伙伴 把影响量化 寻找最好的朋友 一个"最好的朋友"就够 门坎 透过友谊建立忠诚度 8 和上司做朋友 人人都需要上司好友 关心工作以外的生活 9 了吗 和一群"欧吉桑"大谈友谊 软性管理更有效 建立不可或缺的友谊 10 努力经营 每段炎系 朋友的独特贡献 你有几种朋友 11 一定要有的8个朋友 1.推手 推手擅长鼓励,总会 把你推向终点。

他会真心希望你成功,即使他们必须为你承担风险。

- 2.支柱 支柱永远会站在你这一边,他们懂得赞美,让你的生活多姿多彩。 你可以安心与他们分享一切,不管别人怎么说。
- 3.同好 共同的兴趣是许多亲密友谊的基础,同好是兴趣相近的朋友。
- 4.伙伴 只要有需要,伙伴总会在你身边。 他们几乎是可以以性命相托的朋友。
- 5.中介 中介会搭起桥梁,让你得到自己想要的东西。
- 6.开心果 这个"好玩的朋友"总会让你有好心情,非常擅长找出正面的能量。

7.开路者 8.导师 在工作上建立不可或缺的友谊 12 家庭关系 13 茶水间效应 14 欢迎新人的环境后记附录

## <<铁杆朋友>>

#### 章节摘录

接着,罗杰向我诉说多年前发生的事,他的人生也从此完全改观。

他叙述,当时他在工作上的挫折感日益加深,而且公司里唯一的朋友吉米又被炒鱿鱼。

除了太太之外,吉米是罗杰在这个世界上最好的朋友,他们一起加入保龄球社,每年十一月都相约打猎、旅行,两家人往来十分密切。

罗杰和吉米的办公室相邻,每天都会聊上几句,不只谈论公事,也会聊聊私事。

要不是有两人的友谊,这份工作实在很乏味,因此自从吉米离职之后,罗杰几乎提不起劲儿去上班。 长达八年的时间,罗杰和吉米一直忍受上司迈克的欺凌。

迈克是个充满敌意的人,只要一有机会,总会不断提醒部属他有多资深,而且动不动就流露出对罗杰 、吉米和其他同事的轻蔑。

听罗杰描述迈克,你可以看出迈克这种经理人的危害甚深,伤害程度甚至超过朝九晚五的枯燥工作。 罗杰说到迈克的时候,下巴紧绷,双唇紧抿,面露愁容,恨意在他心中翻搅不已。

罗杰的同事也无力让情况好转,他们全都默默忍受迈克的荼毒。

在吉米被炒鱿鱼之后,罗杰每天只能面对上司和其他几位不多话的同事,他们在公司很少互动,每个 人只是准时上班打卡,然后巴望着赶快下班离开办公室。

每天晚上下班之后,罗杰都必须找方法解闷,于是他开始喝酒。

起初,罗杰每周会有一两个晚上在附近的酒吧小酌,不久就变成一周五六个晚上都泡在酒吧里狂饮。 虽然家人努力避免他向下沉沦,他还是开始自我毁灭。

# <<铁杆朋友>>

### 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