

<<团结就是力量>>

图书基本信息

书名：<<团结就是力量>>

13位ISBN编号：9787500845454

10位ISBN编号：7500845456

出版时间：2009-11

出版时间：中国工人

作者：臧道祥

页数：231

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>

<<团结就是力量>>

内容概要

《团结就是力量:团队精神的49个训练方法》是一本适合各级管理者和员工阅读的书。按照书中内容进行训练,可以使管理者和员工的工作更轻松自如,在不知不觉中迅速提升企业的经济效益和社会效益!

《团结就是力量:团队精神的49个训练方法》阐述了团队合作的重要作用和强大力量,所论及的个体、群体、组织、社会之间的关系,合作、学习、创造、自律行为的分析,具有广泛的社会性。书中的“黄金屋”能够提升企业员工负责任的心态,激发员工积极主动迎接挑战的正面态度。这已经被很多企业证明有效,帮助很多企业打造了卓越的团队精神。

<<团结就是力量>>

作者简介

臧道祥，著名体验式培训师，杰出的团队引导师。

从事团队建设训练11年，培训学员100,000以上。

国际体验式协会（AEE）高级会员。

国际挑战课程技术协会（ACCT）高级会员。

国际引导者协会（IAF）高级会员。

国际团队引导师协会（IATF）会员。

曾任联经国际培训机构中国区培训总监、浩瀚营销学院团队培训总监，现任生命动力（中国）大中华区培训总监，为数百家管理顾问公司智慧合伙人。

臧道祥是一位充满激情和探索精神的团队引导师，他一直以积极的人生态度，帮助个人发现内在潜能和领导天赋，也和团队一起在探索未知中突破与成长！

<<团结就是力量>>

书籍目录

第一章 团队精神就是团队灵魂第一节 我们需要什么样的团队一、团队的五大要素二、形成团队的软件要求三、团队的基本特征第二节 团队是个体成功之源一、团队对个人心理的影响二、团队对个人行为的影响第三节 发扬个体优势培养团队精神一、团队精神的内涵二、团队精神和个人英雄主义第四节 团结协作塑造团队精神一、团结协作是团队精神的核心二、快速融入团队的四点建议第五节 用激情演绎团队精神一、点燃工作热情二、激情使你最受欢迎三、对工作怀有激情第六节 团队精神源自凝聚力一、凝聚力是维持团队的必要条件二、与团队目标相一致第二章 影响团队精神的四大因素第一节 性格差异一、性格决定成败二、塑造良好的性格第二节 工作态度一、工作不用心的表现二、工作态度影响团队精神的培养第三节 目标融合度一、个人目标应与团队目标相融合二、实现目标融合的要求第四节 职业素质一、职业素质的类型及内涵二、职业素质的五个主要特征三、了解并培养个人职业素质第三章 做好分内的事第一节 热爱本职工作一、做好本职工作是团队精神的基础二、培养对本职业工作的热爱第二节 认知自己的团队角色一、团队角色类型二、认知自己的团队角色第三节 培养主动做事的习惯一、主动是做好本职工作的-前提二、培养主动做事的习惯第四节 敢于创新一、创新提升自身竞争力二、培养创新能力第五节 正确处理工作压力一、压力影响团队绩效二、控制并缓解工作压力第六节 提高工作效率一、影响工作效率的7种通病及其对策二、快速治理办公室混乱局面的5种方法三、利用科技改善工作流程四、10种良好的工作习惯第四章 处理好团队冲突第一节 解析团队冲突一、团队冲突的类型二、引发冲突的原因三、冲突对团队成效的影响第二节 用赞美缓解冲突一、赞美带来和谐二、赞美要讲究原则和方法第三节 换位思考一、换位思考有助于化解冲突二、培养换位思考的习惯第四节 避免揭短，学会宽恕一、宽恕对职场人士的好处二、利用宽恕解决职场冲突第五节 通过仲裁解决冲突一、通过仲裁解决同事冲突二、利用仲裁解决团队冲突第六节 适时激发建设性冲突一、建设性冲突特点二、激发团队中的建设性冲突第五章 与他人协同合作第一节 学会倾听一、倾听的层次二、倾听的阶段第二节 建立信任一、信任是团队合作的基础二、建立团队的信任气氛第三节 维护好团队人际关系一、处理好与队友之间的关系二、与上司和谐相处第四节 培养语言表达与沟通能力一、进行有效的语言沟通二、有效进行语言沟通的方针第五节 重视非语言沟通一、非语言沟通的类型及其方法二、一些体态语的基本意义第六节 乐于助人一、互助可以提高团队效率二、培养乐于助人的精神第六章 将自己融入团队第一节 根据团队目标确立个人目标一、个人目标要与团队目标一致二、制定个人目标的建议第二节 接受团队文化一、团队文化的要素及类型二、团队文化的重要性三、团队文化的组成部分第三节 认真对待团队培训一、团队培训的作用二、认真对待团队培训第四节 积极参与团队的集体活动一、通过集体活动融入团队二、积极参加集体活动第七章 与团队共命运第一节 忠诚于团队一、忠诚提升你的价值二、忠诚助你赢在团队第二节 依赖团队、服务团队一、依赖团队二、服务团队第三节 以团队利益为重一、避免对团队利益的误解二、以团队利益为重第四节 时刻为团队节约一、为团队节约就是为自己节约二、为团队节约的五点建议第八章 在团队中提升自我第一节 培养职业危机意识一、职业危机的表现二、培养自己的危机意识第二节 改善时间管理能力一、时间创造价值二、改善时间管理能力第三节 学会目标管理一、目标管理能力二、培养目标管理能力第四节 注意工作中的细节一、细节决定成败二、需要注意的工作细节第五节 主动找方法一、借口使你远离成功二、不找借口，找方法第六节 在团队中主动学习一、正确认识团队学习二、团队学习的特征以及作用三、在团队中应主动学习第七节 提高职场悟性一、悟性就是能力二、培养自己的悟性第九章 赢在团队第一节 打造个人品牌一、准确理解个人品牌二、建立和打造个人品牌第二节 赢在起跑线一、团队精神在应聘中的作用二、面试中的团队精神第三节 跨越职场代沟一、职场代沟二、利用团队精神跨越代沟第四节 群体压力消除惰性一、职场惰性二、“群体压力”克服惰性第五节 远离“办公室政治”一、“办公室政治”的主要表现二、远离“办公室政治”的方法第六节 在团队中取得成功一、能力——你必须打好团队精神的基础二、引入瞩目的工作——在团队中表现自己三、有力的推荐者——在团队中处理人际关系四、重要的机遇——善于把握机遇

<<团结就是力量>>

章节摘录

第一章团队精神就是团队灵魂第二节团队是个体成功之源你可能感到疑惑：“我们究竟为什么要组建一支团队呢？”

成千上万的人都会问这样的问题。

这个问题的答案很简单：通常来说，组队工作所具有的积极作用要远大于它的消极作用。

员工们一起工作通常在解决问题上更容易成功，它能够让不同专家类型、不同阅历和不同个性的人发挥各自的优势，以取得综合效益。

简而言之，团队是个体成功之源。

具体而言，团队对个人的影响主要包括两个方面：对个人心理的影响和对个人行为的影响。

一、团队对个人心理的影响1.增加力量感，获得安全感一个人身在职场，总会遇到各种困难和危险。

当一个人融入一个团队时，在面对困难或某种威胁时，团队才可以增加个人的安全感与力量感。

团队内各成员力量的结合并非是若干个体的简单相加，而是个体的有机结合，成为一种新的力量。

团队的这种力量甚至可以击败权威的力量。

2.获得归属感归属需要是人的基本需要，即每个人都需要归属于一个群体，成为这个群体的一员。

只有当个人归属于团队时，才能免除孤独的恐惧感，获得心理上的安全感。

一个人如果归属问题得不到解决，或者说不能很好地得到解决，必然是孤立无援、心绪难宁。

事实上，团队成员在团队中比个人独处时更加愉快，比如工作中的幽默感能帮助人们对付工作和生活中的紧张和压力等。

3.满足社交的需要团队中，个人可以与团队中的其他成员进行各种信息的交流和沟通，进而促进人与人之间的感情交流，促进团队成员之间相互联系、相互了解。

当团队内部出现某种隔阂时，也可以利用团队的力量，做好协调转化工作。

4.满足自尊与成就的需要通过团队，一个人不但可以体会自己是社会的一分子，并且能确认自己在社会中的地位。

在团队中个人因其地位而受人欢迎或受人尊重可以满足其心理的自尊需要。

在团队中，成员之间团结协作，可以取得个人难以取得的成就，从而满足成员的成就需要。

5.增加自信首先，在团队中通过大家交换意见，提出一致的结论，可以使个人对社会中某些不明确、无把握的看法获得支持，增加信心和勇气；其次，通过共同克服困难，能够使人们对相互的能力建立起信任和信心，克服障碍，取得业绩。

二、团队对个人行为的影响团队是由个人组成的，个体组成团队后，就会对个人的行为产生影响，使团队成员表现出不同于个人单独情境时的行为反应，形成“总体超越部分的总和”。

此时，个人的价值观、态度与团队成员所共有的价值观、态度有密切的关系。

个体的许多行为，是通过团队来形成或改变的。

1.社会助长作用在工作中，由于团队中其他成员在场，激起了个人更强的工作动机，从而使工作效率比个人单独干时高。

2.社会标准化倾向人们在单独情境下个体差异很大，而在团队中，团队成员在相互作用与影响下，会互相模仿、暗示、顺从。

久而久之，团队成员会产生几乎一致的行为、情绪和态度，慢慢地使团队成员对事物有大体一致的看法，对工作有一定的标准。

这就是社会标准，并逐渐地在生活或工作中趋同或遵守这一标准。

这整个过程就叫社会标准化倾向。

任何一名团队之外的成员要想融入某一团队之中，首先必须接受这个团队的独特行为标准和行为准则。

社会标准化倾向的结果是形成了团队的各种规范，团队规范不仅约束着人们的行为，而且还能对个体产生一种动力作用，促使个体的行为发生变化，改变人们的行为。

3.形成团队压力团队压力是行为个体的一种心理感受，是指：在团队内部，当个人的意见与多数人的意见不一致时，团队对个体施加一种阻止力量，使个体在心理上产生一种压抑、压迫感。

<<团结就是力量>>

个体行为目标与团队目标偏离越大，来自于团队的压力就越大，同时，个体心理越脆弱，对团队压力的感受越强烈。

据研究，团队对背离者施以压力，通常有四个阶段：（1）理性的说服阶段。

如果个体与团队持有不同观点，其他团队成员首先会友好地劝说，希望个体放弃个人意见，此时对个体的压力不大。

（2）情感的引导阶段。

其他成员会采取感情亲近的策略，好言相劝，希望其改弦更张。

（3）直接的攻击阶段。

当团队发现理性的探讨不起作用，亲善的政策也失效时，团队压力的第三个阶段随之到来，即攻击阶段。

多数人便开始了攻击，当面讽刺、挖苦、顶撞，团队其他成员力图击败背离者，使其归顺。

（4）开除背离者阶段。

上述几个阶段仍未成效，个体仍一意孤行，团队中的多数人便失去了耐心，采取不理政策，断绝同他沟通，使其孤立。

这是真正的最后阶段，是团队对背离者的清除。

4.从众行为。

个人在团队中不知不觉地受到团队的压力，而在意见判断和行为上表现出与团队中大多数人相一致的现象。

从众行为不都是天赋的本能，绝大多数情况下是后天习得的，即学会的倾向性。

第三节发扬个体优势培养团队精神一、团队精神的内涵团队精神，简单来说就是大局意识、协作精神和服务精神的集中体现。

团队精神强调成员个人的力量，其基础是成员个人的努力和力量。

团队精神的形成并不要求团队成员牺牲自我，相反，挥洒个性、表现特长保证了成员共同完成任务目标。

“小河无水大河干”强调的就是这个道理。

所以要想培养伟大的团队精神，首先要充分地发挥自我，挖掘自己的潜在力量，这是团队精神的基础。

案例：中指敲门法新奥集团的廊坊燃气收费组有个有名的“五姐妹”，其中一位是小杨。

有一次，她到客户家里收费，轻轻地敲了敲门，门没有开。

她仍然轻轻地敲，门还是没有开。

当她正准备返回时，门开了。

女主人说：“不好意思，我还以为没人呢，你怎么不大声敲门呢？”

小杨说：“知道你家有婴儿，怕吵醒他。”

女主人惊奇地问她：“你怎么知道我家里有小孩？”

小杨说：“从客户资料上看到的。”

这种细心和爱心令女主人既感动又佩服。

原来，“五姐妹”经过细心研究，发现用中指去敲门声音最好听，因此就坚持用中指敲两下门。

年复一年，中指都磨出了厚趺子。

而且，在“五姐妹”手里都有个性化的客户档案，上面记录着每家客户什么时间比较方便、有什么爱好、需要特别注意哪些方面，等等，用来为客户提供满意的服务。

团队精神基础在个体。

“世上没有相同的树叶”，如果每个个体的思想都千篇一律，那么，由若干个个体组成的团队岂不毫无生机？

人多可能是优势，但不一定有高效率，更不能以此为标准。

不是所有问题都要由团队共同面对，否则容易滋生弊端，形成不必要的浪费。

可见，挥洒个性、表现特长、尊重个体兴趣和成就，是团队精神的基础所在。

团队精神的实质是看行动。

<<团结就是力量>>

“行胜于言”，团队精神不仅需要动嘴、动脑，更需要动手。

过于看重团队精神的形式会导致理论脱离实践，乃至于一套说一套做一套。

唯有多实践才能提高协作与竞争能力，使人对团队精神产生好感，自觉、自愿、自律地为团队奋发努力。

付诸行动以及行动中所以体现出的主动性与默契度，是团队精神的实质所在。

团队精神的关键要针对人。

“事在人为”，人是主观的，事是客观的。

为什么同一件事不同的人会做出不同的结果？

就是因为人的不同，而不是因为事的不同。

那种言则必称“对事不对人”，十有八九恐怕又要落人泛泛之谈，不仅于事无补，而且会耽误事。

因此，要从根本上解决事的问题，不妨大胆些、再大胆些，直接把作为关注的焦点，这是团队精神的关键所在。

关于如何在岗位上发挥好自己，打好团队精神的基础，我们在第四章会具体系统地讨论。

二、团队精神和个人英雄主义一个好的团队中，个体的差异和能动性也能得到发展空间，这样才有了团队互补性和整体的丰富，这样的团队才是一个有机体，有内在的活力和创造性。

团队意识强调团队内部各个成员为了团队的共同利益而紧密协作，从而形成强大的凝聚力和整体战斗力，最终实现团队目标。

而个人英雄主义则强调发挥团队内部每个成员的主观能动性、独立性、积极性和创造性，最大限度地挖掘个人潜能，实现个人价值的最大化，最终推动团队业绩的整体提高。

<<团结就是力量>>

媒体关注与评论

当与Andy谈论中国企业培训的发展方向时，谈到近年团队训练百花齐放，各企业都热衷于培训的现象，倍受鼓舞。

让人欣慰的是，Andy身为行业的培训师，能够将自己的培训经验转化成文字与大家分享。

本人诚心地向需要进行团队培训的企业推荐这本书。

——亚太区著名团队训练专家、香港优质人才公司执行董事 何干彬Ben Ho 热爱团队训练的人很多，但像Andy这样对团队训练不仅热爱，而且坚持实践的人很少；像他这样实践后，还能与广大读者分享的人，更是少之又少。

所以我建议读者用心读这本书，去体会书中的精华。

——中国实战游戏演练第一人、国内顶尖团队训练导师 韩庭卫 作为体验式培训行业的先行者，Andy在团结训练领域积累了丰富的实战经验。

难能可贵的是，他还毫无保留地提炼出这些经验，供大家分享和借鉴。

——生命动力（中国）团队训练机构华南区执行总监 严挺松Timsun 臧老师对团队精神的理解很独到，在训练中的执行也很到位，是一位优秀的团队训练导师！

——香港祈福集团人力资源部 陈健 我们只有作为一个齐心协力的团队才能取得成功。我们深信团队协作是通向成功的钥匙，而主人翁精神和高透明度的领导力是催化剂。

——黑人牙膏（中国）人力资源部 Tracy Chen

<<团结就是力量>>

编辑推荐

《团结就是力量:团队精神的49个训练方法》源自于国内知名团队教练臧道祥为众多国际名企团队训练的精华课件来自于国际团队引导大师的团队精神训练哲学。

《团结就是力量:团队精神的49个训练方法》——培养员工完美团队精神的实战读本。

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>