第一图书网, tushu007.com

<<职场心术>>

图书基本信息

书名：<<职场心术>>

13位ISBN编号：9787508070926

10位ISBN编号：7508070925

出版时间：2012-10

出版时间：华夏出版社

作者：代滢

页数：272

字数：265000

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

前言

职场是职场人的江湖，人在江湖飘，难免碰到暗箭飞刀。
所以，最可悲的事情是，在这个江湖上，多少精明能干的高手没有输在比武论剑的擂台上，却惨败在暗流汹涌的人际关系上。
所以有人说，要想在这片江湖上立足，甚至扬名立万，必须要有心术——不掌握“职场心术”，不懂心理学，就混不好职场。
这话说得有些悲观，好像职场充斥的都是“旁门左道，阴谋诡计”。
事实当然不是这样。
职场因为是一个特殊的社会圈子，所有人的目的性和功利心都很明显，做事理性、直接，甚至用各种竞争来刺激效率，是这个圈子的特点。
也恰恰因为这样紧张的氛围，才需要用些心思去化解由于直接竞争而带来的负面影响，甚至是阻碍。
你能巧妙化解，借力使力，你可能就把“好钢用在了刀刃上”，事半功倍。
你不懂化解，反而身陷泥谭，不仅用不上力，还会让自己不断陷入窘迫的境地。
可见，正确的职场心术无论是对工作还是对自己的职业前途，都是极为重要的。
再从另一个方面讲，读懂对方心理，能够帮助我们更快更准确地理解对方的意图，作出正确的判断，能够减少工作中的沟通误差、理解误差，既能提高工作效率，也能减少人际关系方面因为各种误会而带来的附加压力。
事实上，有心理学家经过研究后发现，职场中80%的工作问题都是因为沟通理解上的误差造成的。
下属不能领会上司的意图，而与上司南辕北辙，会被上司认为没有执行力、没有工作能力而得不到升职加薪的机会。
同事之间不能准确领会对方的意图，而使得彼此之间的配合出现不默契的局面，结果各自认为自己没有做错，责任在对方身上，直接导致同事之间关系紧张，失去信任，甚至影响到未来工作中的合作。
职员不能准确领会客户的意图，不知道客户要什么、想什么，结果失掉很好的签单机会；有时候甚至因为提供了不当的服务而激怒客户，不仅此次合作不成功，甚至影响到公司的形象和声誉，断送了以后合作的可能。
诸如此类的问题在职场中比比皆是。
有一家国际猎头公司对跳槽人员进行统计，结果发现其中76%的人是因为职场人际关系的原因而离职。
这个数据如果只放到中国的职场环境，也许还略显保守。
因为意识到大家存在这样的问题，各类职场书籍为大家打了很多“强心针”：要大家心态放好，要不抱怨，要积极努力，甚至给出了各种职场法则，教人如何混迹职场。
这些信息都从不同方面缓解了一些职场心结，但是却没有从根本上解开。
用风靡全球的超强职场心术来武装自己、提升自己，这是每一个职业人士成功奋斗到精英所必须修炼的一门学问。
本书用通俗易懂而又全面的心理学效应，深刻地剖析、诠释了职场人必须了解的方方面面的规则和绝不能去碰触的雷区，一目了然，易学易懂易用。
书中涉及到了与职场有关的每一个细节：如何面面俱到地与上司相处；如何更好地潜伏在办公室里，协调各方面的利益关系，和同事打成一片，拥有一个好人缘；如何既能看穿职场中的种种心计，又能够使彼此双方都舒服，而不会招惹是非…… 在职场打拼，步步高升是永远不变的主题和追求。
职场中比拼的不仅仅是能力、经验，更重要的是一种心理的较量，需要“用心”，需要“花心思”，了解对方的心理，调整自己的心理，用合理而正确的心理战术去工作，去修炼成精英。
成为精英，需要的不是小聪明，而是大智慧。
而有这份大智慧最需要的就是懂得职场心理学，更深层次地吃透别人的心理，领会他人的意图，以便作出自己的准确判断，找到合理的应对方法，使你不浪费自己积累的能力和经验，争取到拥有更好地展示自己的机会和平台，让自己和身边有利益关系的人都可以生活得更舒心。

无论你是否在全球500强企业，只要懂得了职场心术，你就会成为公司的佼佼者，职业愿景将会比较顺利地实现，而且你和身边的领导、同事也会相处得友好而融洽。
这样的心理和状态对身心健康和职业发展都是极为重要的。

内容概要

职场中比拼的不仅仅是能力、经验，更重要的是一种心理和策略的较量，需要“用心”、“花心思”，用正确而合理的“战术”去工作，这样才能修炼成职业精英。
《职场心术》通过各种真实的职场案例，结合世界上最权威的心理学定律，深刻地剖析、诠释了职场人必须了解的方方面面的规则和绝不能触碰的雷区，并介绍了应对各种职场状况的实用技巧，提供了诸多可借鉴的策略和经验，从而帮助广大职场人士更好地把握自己的职业前途。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

代滢，毕业于北京青年政治学院，畅销书作家，对心理学有独到的见解，著有《好妈妈心理学》《冒险心理学》（即将出版）等。

书籍目录

第一章 职场读心术——与上司相处时的面面俱到
遭遇多头领导，到底该听谁的
心理学专家支招 如何学会左右逢源？

职场小“诡计”善用“第三者”
与领导之间留下一个弹性的空间
心理学专家支招 如何成为一名受欢迎的员工？

职场小“诡计”不要牵扯到上司的私生活里
当情绪要爆发时就数羊
心理学专家支招 如何控制自己的情绪？

职场小“诡计”转移注意力
不要背着仇恨袋工作
心理学专家支招 如何才能不做领导眼中的“刺头”？

职场小“诡计”学会为领导辩护
少说话，言多必失；多做事。
行胜于言
心理学专家支招 如何行走职场？

职场小“诡计”多听、少说、慢表态，积累人脉
推诿不会减轻你所要承担的责任
心理学专家支招 如何处理工作中犯的错误？

职场小“诡计”用自己的时间来弥补错误
开会，你的位置坐对了吗
心理学专家支招 如何从不同的座位来判断人？

职场小“诡计”多做会议记录
不要让上司觉得你的存在是个威胁
心理学专家支招 如何避免“螃蟹效应”？

职场小“诡计”不要表现得太张扬
醒目却又不刺眼地亮出自己
心理学专家支招 如何改变默默无闻的现状？

职场小“诡计”有了成绩要让领导知道
第二章 潜伏在办公室——心理学教你看穿职场“诡计”
初入职场被冷落
心理学专家支招 如何顺利高效地度过“蘑菇期”？

职场小“诡计”既要埋头苦干，又要善于表现
说话注意分寸和场合。
千万不要惹祸上身

心理学专家支招 如何在职场中把握说话的分寸？

职场小“ 诡计 ” 了解职场禁语
你是不是正在经历职场“ 安乐死 ”
心理学专家支招 如何避免“ 温水煮蛙 ” 的命运？

职场小“ 诡计 ” 必要的以退为进
不做盲从的羊。
要做领头的狼
心理学专家支招 如何做好职业规划？

职场小“ 诡计 ” 正确选择职业
细节决定成败
心理学专家支招 如何在职场中注重细节？

职场小“ 诡计 ” 不妄加评论公司的制度和规定
跳一跳，你会够得更高
心理学专家支招 如何使自己跳得更高？

职场小“ 诡计 ” 进行职业规划，设定可行的阶段目标
男女搭配，干活不累
心理学专家支招 与异性同事交往时要注意哪些事项？

职场小“ 诡计 ” 避免办公室恋情
扬长避短，不要让缺陷成为致命伤
心理学专家支招 如何在职场中为自己充电？

职场小“ 诡计 ” 学一点自己感兴趣的东西
责任，该承担还是推脱
心理学专家支招 如何对待自己的工作？

职场小“ 诡计 ” 出了问题不要找“ 替罪羊 ”
第三章 好人缘好办事——在职场的角逐中平步青云
学会和不同类型的同事相处
心理学专家支招 如何与不如类型的同事相处？

职场小“ 诡计 ” 宁可得罪君子，也不要得罪小人
不要吝啬你的赞美
心理学专家支招 如何赞美别人最有效？

职场小“ 诡计 ” 赞美之词在一个人身上不能重复使用
如果你懂得付出，你的回报会更大
心理学专家支招 如何与同事相处才能达到共赢？

职场小“ 诡计 ” 学会在关键时刻送温暖
重视个人的“ 印象管理 ”
心理学专家支招 如何搭配自己的职场着装？

职场小“ 诡计 ” 不可不知的职场礼仪
如何在职场政治的密林中生存
心理学专家支招 如何在职场密林中生存？

职场小“ 诡计 ” 新人不要急于露角
提高职场人气
心理学专家支招 如何提高职场人气？

职场小“ 诡计 ” 提高职场人气需要“ 活气 ” 和“ 灵气 ”
不要做办公室唐僧
心理学专家支招 怎样与“ 唐僧 ” 相处？

职场小“ 诡计 ” 要有头脑和分辨力
……
第四章 办公室潜规则——你的前程取决于对规则的正确解读
第五章 升职心理学——职场晋升必备的超级攻心术

章节摘录

版权页： 插图： “ 以牙还牙 ”，“ 你跟我过不去，我也不会让你好过 ”，“ 你越不让我这样，我偏要这样；你越和我计较，我就要和你对抗到底 ”……类似这样的报复情绪都被称为“ 海格力斯效应 ”。
生活中这种现象比比皆是：两人出于误解或嫉妒，闹了矛盾，你要是报复对方，便会加深对方对你的仇恨，于是对方更会挖空心思地加害于你；你若再不罢休，他会用更恶毒的方式报复你，直到两败俱伤。
可见，仇恨就如海格力斯所遇到的这个袋子一样，开始很小：如果你忽略它，矛盾自然会化解；如果你跟它过不去，怨恨它，它就会加倍地报复你。
人生在世，人际间或群体间的摩擦、误解乃至纠葛恩怨总是在所难免，如果心里装着“ 仇恨袋 ”，生活只会是如负重登山，举步维艰，最后只会堵死自己的路。
在职场中，因为工作的缘故，我们不可避免地要与各种各样的人打交道。
俗话说“ 人上一百，形形色色 ”，这话一点不假。
尤其是对于一个初入职场的人来说，周围的一切都是新鲜的，工作起来干劲十足。
但是在一个公司工作时间长了，会逐渐对公司或同事，甚至对领导滋生出不满乃至怨恨的情绪。
几乎每个职场中人都会或多或少经历过怨恨这种负面情绪的折磨。
仔细观察，几乎每个公司里都有一些“ 影子人物 ”存在，他们始终生活在暗影里，好像被领导遗忘了一样，而实际上他们可能承担了公司最基本却又最重要的工作。
由于心理上的不平衡和对工作的厌烦、对领导的不服，很多职场中人的“ 仇恨袋 ”越变越大。
但是，在职场中，领导和员工之间的关系没有绝对融洽的，二者永远是领导与被领导的关系。
没有哪个员工不挨领导批评的，但不能因为挨了批评就心生怨恨，在背后大肆说领导的坏话，以此来发泄心中的不满。
多数情况下，领导对员工的批评都不是空穴来风，与其在心中充满仇恨，不如虚心接受，反思自己。
小王找到好朋友诉苦，其中说到他对他的上司很反感。
他反感他的上司，是因为感觉上司没什么能耐——用他的话说，整个一空心枕头，什么也不懂，还动不动指手画脚。
小王问：“ 这种没什么本事的人，怎么还能当领导？
他凭什么批评我？
”朋友直截了当地问他：“ 你觉得上司应该是什么样子的呢？
”“ 长得怎么样先不说，起码应该是懂业务、精管理吧。
如果业务都不懂，怎么领导手下人干活？
”小王回答道。
领导，顾名思义，既要领又要导，没有真本事，又拿什么来领，用什么来导？
所以，不少新加入职场中的人，当看到自己的上司专业技能特别不上档次时，就开始不服气了，认为如果这种人都能当领导，自己岂不是更合适。
于是，有意无意地对上司产生不服心理，虽然当面不敢说什么，背后总会露出不屑的神色。
甚至有的时候，还故意耍点“ 大牌 ”，刁难一下上司。

编辑推荐

《职场心术》是一本让你站得稳、撑得住、吃得开、上得去的职场生存指导手册。

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