# <<不抱怨地工作>>

### 图书基本信息

书名:<<不抱怨地工作>>

13位ISBN编号:9787802038752

10位ISBN编号: 7802038758

出版时间:2010-1

出版时间:中国妇女出版社

作者:黄志坚

页数:255

字数:228000

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

## <<不抱怨地工作>>

#### 内容概要

调查显示,有八成的职场人会习惯性地表达哀伤、痛苦或不满。 65.7%的职场人表示自己一天抱怨次数在1~5次之间。 抱怨与工作相关的人达80.5%。

没有老板喜欢爱抱怨的员工,积极地解决问题才是职场生存之道,本书抽丝剥茧层层剖析"抱怨"形成的原因和摆脱的策略,从以下几个方面阐述: 爱抱怨的人具有什么样的特点; 抱怨对你的影响; 抱怨是怎样形成的; 抱怨的根源在自己; 如何改变爱抱怨的消极状态; 如何全方位地提升自己,告别抱怨。

## <<不抱怨地工作>>

### 作者简介

黄志坚,资深出版策划人。

具有"策划鬼才"之称,策划畅销图书数百本,个人出版作品30多部。

代表作品有:《偏要和陌生人说话》《嫁人经济学》《嫁人的资本》《为幸福放慢脚步》《吃饭时吃饭,睡觉时睡觉》《换工作不如换思维》《干得好,还要"混"得好》《谎言胜经》《

## <<不抱怨地工作>>

#### 书籍目录

第1章 谁该为你的抱怨"埋单" 为什么抱怨的人总是我 原因一:职业错位 原因二:好高骛远 原因 三:自身能力不足 原因四:职业操守差 原因五:不能适应环境 原因六:自我推销能力欠缺 原因七 :不能与时俱进 抱怨有客观原因,但根源还是自己第2章 别让抱怨害了你 得志的人并非都是小人 你 是真有才,还是自以为有才 抱怨者存在受害心理 抱怨者总是错失机会 抱怨者愤世嫉俗 抱怨者做事 浮躁 抱怨者太好面子 抱怨的人适应能力差 抱怨者盲目自信 抱怨者自我推销能力差 抱怨者缺乏热情 和胆识 抱怨者幻想太多 抱怨者总是坐等他人帮助 抱怨者处世缺少弹性 停止抱怨,世上没有怀才不 遇这回事 勇敢摘掉"抱怨"的帽子第3章 一味抱怨而不能改变现状,可耻 尽可能地发挥才能是毕生 的使命 生气不如争气 改变环境先从改变心情开始 找到使你产生抱怨的"短板" 世上没有救世主 , 万事靠自己 闻过则改:勇敢地改正错误 成功源于敢闯的霸气 有才华,更要有智慧 把精力放在寻求 解决办法上 跟凸透镜学学专注 对自己狠一点,改变不良的工作习惯 知耻而后勇,现在就开始改变 立即行动,获得更多成功的机会第4章 不做无名英雄,有才就亮出自己 天生我才必有用,先做自己的 伯乐 酒香也怕巷子深:有才华需要表现出来 抱怨者需要解决的大难题:自我推销 用最适合自己的方 式推销自我 不能遇到伯乐,何不"毛遂自荐" 老板也是人,学会与老板做朋友 告诉老板,你真棒 这样要求加薪最有效 借助职场贵人,让你借梯登天 织一张属于自己的人际关系网 提升职场人气指数 的9大途径 性格内向的人也可做个说话高手 用他的方式对待他 当心办公室里的绊脚石第5章 想要好 运,请坚持乐观主义好心态,会带来好运气受冷遇时,你的心不能冷换个角度看待为难你的人别 忘记打开另一扇窗 让"积极豁达"成为你的终身伴侣 变消极等待为积极争取 机会总是伪装成麻烦到 来 自信是成功的先决条件 逆境时,勇敢做积极力量的源头 没人喝彩,也要自我欣赏 积极行动,是 摆脱逆境的良方第6章 好态度是你晋升的敲门砖 态度决定你下"地狱"或上"天堂" 不甘平庸,先 得安于平凡 别为问题找借口,要为工作找方法 爱岗敬业,用积极的态度工作 做事需有始有终,不可 半途而废 尽职尽责才能尽善尽美 有些事,不要等着老板交代 千万别为了薪水而工作 顾全大局,以 良好的态度与团队合作 不要忽视工作中的细节 工作热情是成功的必要条件 职业人士不可或缺的职业 素养 机会之门只为有准备的人打开第7章 与其每天抱怨,不如每天更新自己 世界唯一不变的就是每 天都在变 现状是座孤岛,绝不能安于现状 永远别说做得够好了 用100%的激情做1%的工作 创造性 地完成工作任务 逃离工作的"舒适区" 不断进取是事业成功的必备条件 打造自己的不可替代性 每 天比别人多努力一点点 你需要每天更新自己

### <<不抱怨地工作>>

#### 章节摘录

郭婧想:"为什么呀?

我的能力又不比他们差,我为什么没有好平台表现?

老板为什么不赏识我?

"她多么渴望也拥有晋升的机会呀!

毋庸置疑,很多的人都有过像郭婧一样的遭遇和心境,总是抱怨:为什么不是我?

为什么老板总是看不到我?

升职、加薪怎么永远轮不上我?

在这个世界上,到处可以看见:有的人才华横溢、能力超群,有的人却颗粒无收、一事无成。 根据多年从事职业生涯规划的专家分析,这种情况主要是由以下几个方面造成的: 1.职业错位和 管理者安置岗位不当。

因为找错工作而造成怀才不遇,这是很普遍的原因。

找错工作,就是南辕北辙,你越努力,离你想要达到的目的地就会越遥远。

譬如一个女孩,她明明擅长的是英语翻译,却偏偏去从事生物方面的工作,虽然相当努力,但是怀才不遇却是她的宿命。

另一方面,管理者不懂得知人善任,也会导致人才感到怀才不遇。

2.急功近利的心态。

有些人有急功近利的心态,一开始对自己的期望就过高。

特别是高学历的职场新人,他们刚踏人社会,还没有经历过多少挫折,难免产生好高骛远的心态。

但是,当他们深人到职场,感觉到现实和想象的反差太大,自然就会有怀才不遇之感。

每个人不同程度地存在这种急功近利的心态,因这种心态导致的怀才不遇者不乏其人。

3.自身能力不足。

自身能力不足是导致怀才不遇最常见的原因。

职场是凭实力说话的地方,只有苦劳,没有功劳,没有真本事,不知道通过学习提升自己,那就只能 怀才不遇了。

正所谓:不患别人不知己,就患技不如人。

4.自我推销能力欠缺。

很多的人,看到不如自己的同事加薪、升职了,心理产生强烈的不平衡感,暗骂:"老板真是瞎了眼!

"果真是老板瞎了眼,放着人才不知道重用吗?

这个还得当事人好好分析一下。

退一步来讲,就算老板瞎了眼,那么可能从另一方面也说明你缺乏一种自我推销的能力。

试想一下,世上为何有这么多有才华的穷人,究其原因,就是他们缺少一种推销自己的能力。

# <<不抱怨地工作>>

### 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