第一图书网, tushu007.com

<<怎样管理好你自己>>

图书基本信息

书名：<<怎样管理好你自己>>

13位ISBN编号：9787802079120

10位ISBN编号：7802079128

出版时间：2007-5

出版时间：经济管理出版社

作者：李启明

页数：249

字数：203000

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

<<怎样管理好你自己>>

内容概要

古希腊哲学家泰勒斯指出：“ 做什么事情最容易，向别人提意见最容易；做什么事情最难。
管理好自己最难。
”长期以来。
我们在传统应试教育以及众多管理类教科书中，讲自然法则的多。
讲人本法则的少；讲管事的多。
讲管人的少；讲管别人的多，讲管自己的少。
本书独辟蹊径，拾遗补缺，将人生职场中需要自我管理的内容融于一炉，用一个个案例、一个个哲理．告诉你怎样管好你的人生目标，你的自信心，你的公众形象，你的人际关系，你的情绪，你的压力，你的心态，你的习惯，你的时间，你的学习，你的健康等，既要学会做事，更要学会做人…… 人人都需要管好自己。
本书尤其适用于职场的中青年人士和正在苦苦求索的青年学子，让你恍然大悟，让你梦想成真，让你从一个类似听人指派的体力工作者变为具有强烈自我管理意识的知识工作者，从而做一个有所成就的人．一个快乐幸福的人。

作者简介

李启明，北京市经济管理干部学院（北京经理学院)资深教授，终身享受国务院特殊津贴的有突出贡献的专家。

近十年来，先后主持全国1000户重点企业领导人员工商管理培训和北京市国资委系统企事业单位领导人员进修培训。
同时主编了《现代企业管理》（高等教育出版社)、

<<怎样管理好你自己>>

书籍目录

第一章 管理好你的人生目标——做一个瞄准靶心　一、人生目标是什么　二、目标为什么　三、怎样管理好你的人生目标第二章 管理好你的自信心——做一个意志坚定的人　一、自信是什么　二、自信为什么　三、怎样建立你的自信心第三章 管理好你的公众形象——做一个讲究魅力的人　一、形象是什么　二、人生职场形象　三、怎样塑造好你的公众形象第四章 管理好你的人际关系——做一个让人喜欢的　一、人际关系是什么　　二、人际关系为什么　三、处理好人际关系的八大技巧第五章 管理好你的问题——做一个善于思考的人　一、问题是什么　二、人生中碰到的主要问题　三、问题管理的方法与技巧第六章 管理好你的情绪——做一个控制自己的人　一、情绪是什么　二、如何应对失控情绪　三、怎样管理好自己的情绪第七章 管理好你的压力——做一个举重若轻的人　一、压力是什么　二、关注工作压力　三、关注家庭压力　四、怎样给自己减压第八章 管理好你的心态——做一个轻松愉快的人　一、心态是什么　二、心态为什么　三、我们需要什么样的心态第九章 管理好你的习惯——做一个严于自律的人第十章 管理好你的时间——做一个讲究效率的人第十一章 管理好你的身体——做一个身心健康的人第十二章 管理好你的学习——做一个爱学会学的人主要参考文献

第一图书网, tushu007.com

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