

<<管理懂点心理学>>

图书基本信息

书名：<<管理懂点心理学>>

13位ISBN编号：9787122066091

10位ISBN编号：7122066096

出版时间：2010-1

出版时间：化学工业出版社

作者：田秋

页数：232

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>

## <<管理懂点心理学>>

### 内容概要

《管理懂点心理学》在内容上选取了心理学理论体系中的知识精华，在阐述方式上将心理学知识与管理者日常工作有机结合，让管理者迅速学会如何提高自身心理素质和决策智慧，做好自我心理保健，并灵活运用心理学方法来管理和影响下属，激发下属的内在潜力，打造具有执行力、战斗力的团队，达到快速、高效的管理目标。

<<管理懂点心理学>>

作者简介

田秋，毕业于北京大学中文系，专长于管理、心理、生活、家庭教育、文化等领域。曾出版过《影响生活的77条心理定律》、《日常生活中的心理学》等多本心理学图书。

## &lt;&lt;管理懂点心理学&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 管理者所需的心理素质1 成就动机：强烈的成功欲望，是管理者的动力 22 意志心理：坚强的意志，是管理者完成工作的保证 53 乐观自信：管理者要与负面思维作斗争 94 想象力的提高：想象力使管理者思维更开阔 125 注意力的调节：善于分配注意力，效率才更高 166 气质心理：不同气质的管理者要扬长避短 207 情绪与理智：管理者要管理好自己的情绪 238 恐惧心理：恐惧肯定会有，但要学会克服 26

第二章 管理者做决策的心理智慧1 格式塔原理：管理者要有全局眼光 312 心情影响状态：情绪不好时，不要做决策 343 应激心理：管理者要善于应变 37

第三章 管理者需要了解的心理知识1 社会角色：管理者在团队中的角色 662 权力的需要：管理者的影响力来自哪里 703 互惠效应：别只让下属奉献，你为下属做了什么？ 734 优势效应：发挥下级的优势，才是会管理的人 765 心理偏见：全面、客观地考察员工 796 互补效应：互补的团队，力量最强 824 沉没成本：别让过去影响现在的决策 405 从众心理：只会随大流，当不了管理者 436 直觉心理：直觉是管理者的重要能力 467 定势思维：跳出框框，勇于创新 508 自我辩解心理：多听取不同的意见 549 满意化原则：不求“最优”，只求“满意” 5710 忽视未得收益：未挣到的钱一样是损失 60

第四章 管理者要管理好下属的情绪1 情绪感染：怎样把团队的情绪带起来 1102 需求理论：满足下级的需求，他才给你干活 1123 霍桑效应：下级也值得尊重 1164 情绪的宣泄：别让下属在压抑中工作 1205 心理疲劳：愉悦的工作气氛，有利工作效率 1236 压力心理：给下级太大的压力，会压垮他们 1277 生理与心理：利用饮食，调节下级心理 1308 环境心理：提供有利办公的环境 133

第五章 管理者影响下属的心理策略1 个性心理：管理者要知人善用 1382 预期效应：不诚信，迟早变成“狼来了” 1413 定位效应：用正确的参照系去衡量下属 1444 社会懈怠效应：偷懒永远存在，“责任分明”是克星 1485 目标效应：时刻不要忘记目标 1516 反馈效应：下属的工作需要“回音” 1547 逆反心理：高压政策会遭到反弹 1578 正强化与负强化：批评让人泄气，鼓励给人干劲 1609 皮格马利翁效应：用积极的期待去改变下属 16410 激将心理：对好强的下属，“激”出他的能力 16611 德西效应：下属要的不仅仅是钱 16912 模仿心理：你是下级的好榜样吗？ 17413 自己人效应：别说“你们”，要说“我们” 17614 紫格尼克效应：奖赏不要一步到位 17915 鲶鱼效应：让下属之间良性竞争 18216 近因效应：关键是批评后说什么 18517 心理暗示：有些话何必明说 18718 标签效应：给下属下结论要谨慎 19019 破窗效应：提防第一个破坏制度的人 19420 心理距离：管理者和下级距离多远才最“美” 19621 身体语言：你的身体语言传递什么信息 19922 对比效应：不比不知道，一比才心服 20323 自我宽恕：审视自己的管理缺陷 20624 社会促进与促退效应：群体工作还是独自工作效率高？ 20925 糖果实验：给员工自主做事的空间 21126 超限效应：说话别没完没了 215

第六章 管理者的自我心理保健1 管理者心理健康的标准 2192 管理者怎样战胜不良情绪 2213 为工作忽略生活，是失败的管理者 2234 过度忙碌损害身心，管理者不要“一把抓” 2275 管理者怎样避免“成功焦虑” 230

章节摘录

困难并不可怕，只要有坚强的意志，就能够克服重重困难。

优秀的管理者应该经受得住考验，能够率众摆脱困境，在企业的关键时刻起到关键作用。

其次，管理者意志品质的优劣，直接影响到整个组织的精神状态。

管理者的大量工作是做人的工作，管理者在克服困难过程中所表现出的意志品质，直接影响到组织成员对待困难和风险的态度以及精神状态。

管理者往往是组织的主心骨，往往成为组织的象征和榜样。

他们在面对困难和挫折时是懦弱还是坚强，是犹豫还是果断，都直接影响到组织成员的士气和精神状态，从而影响到组织任务的完成和管理者的威信。

管理者要使本组织士气高涨，自己首先要有战胜自己、克服困难的勇气和决心。

管理者坚强的意志品质，不仅是自己宝贵的精神财富，也是所在组织的宝贵财富。

此外，意志品质是管理者提高心理素质的重要条件。

管理者无论是进行认知品质的自我修养，还是个性心理品质的自我完善，都必须有坚强的意志来保证，才能取得成效。

一个人要想不断提高自己的心理品质修养，就必须不断地克服心理品质方面的弱点和缺点。

习惯成自然，任何缺点和不良习惯的克服都不是轻而易举的，只有意志坚强、坚持不懈、锲而不舍的人，才能严于律己，勇于改正自己的错误。

意志薄弱的人，往往是勇于检讨而怯于改过，甚至文过饰非，一错再错。

这就无法提高自己的心理素质，从而也就不能有效地进行领导。

所以，管理者要进行富有成效的领导工作，良好的意志品质是不可或缺的。

管理者必须把意志品质的自我培养当作自己成功的重要保证，自觉地、坚持不懈地进行意志品质的磨炼。

编辑推荐

管理者所需的心理素质 管理者做决策的心理智慧 管理者需要了解的心理知识 管理者要管理好下属的情绪 管理者影响下属的心理策略 管理者的自我心理保健 成就动机：强烈的成功欲望，是管理者的动力 乐观自信：管理者要与负面思维作斗争 格式塔原理：管理者要有全局眼光 权力的需要：管理者的影响力来自哪里 模塑问题：引导员工看问题的方式 时间与效率：根据时间，合理安排工作 情绪感染：怎样把团队的情绪带起来 皮格马利翁效应：用积极的期待去改变下属 破窗效应：提防第一个破坏制度的人 心理距离：管理者和下级距离多远才最“美” 管理是和人打交道的工作，而心理学是研究人的想法和行为倾向的科学。学习一些基本的心理学知识，有利于管理者更好地开展工作。

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>