







### 董事长推荐



## 上班都不开心的你还能怎么逆袭?

公司付给你工资,是为了让你给公司创造价值。为此,你需要炼成哪些关键能力?

大多数人在成长时被灌输的工作模式都与此非常相似,但终身制的工作几乎已经灭绝了。

为了最大限度地发挥我们的价值,我们一方面需要在工作上富有成效,另一方面需要具备良好的团队合作精神。

**清楚地了解你创造的价值**

目前就业的人很少会列出条理清楚的清单,说明自己取得的成就,并附上可供量化的证明来表示他们的工作所增加的价值。

我们应该如何创建这个成就清单?首先,我们需要定义什么才算得上成就。成就体现为我们所做的,既能令自己满意,又让我们为组织的目标和战略愿景作出贡献的事情。成就能让我们意识到,我们能够做好自己的工作。

我们必须非常清楚,组织支付我们薪水的目的就是让我们取得成就和增加价值。所以,密切跟踪我们的成就,实际上是有意识地提高自己对组织的价值,这对我们大有益处。

**掌握两大领域的最新动态**

正如在求职面试中很少有人会要求我们写出复利计算式,潜在雇主也很少会问我们是否阅读了自己所在领域中最新的诺贝尔奖得主所写的书。但是,我们必须掌握两个领域的最新动态,以确保我们的价值。

如何掌握最新动态?通过每天和每周的阅读。如果我们成为掌握最新动态的专业人士,就不能拖到下午在办公室里听说,或者第二天才意外得知,这就太晚了,对于进行可能影响我们业务的决策来说太晚了。

那些认为自己受

热衷于工作,能镇住愤怒之心,也无暇发牢骚,而且日复一日努力工作,还能一点一点提升自己的人格。

**如何投入工作**

与其寻找自己喜欢的工作,不如先喜欢上已有的工作,脚踏实地,从眼前开始。寻找自己喜欢的工作,往往就像寻找一座空中楼阁;与其追求幻想,还不如爱上眼前的工作。如果对工作缺乏如此深沉的挚爱之情,就无法抓住工作要领。

人可以分为三种:第一种是点火就着的“可燃型”的人,第二种是点火也烧不起来的“不燃型”的人,第三种是自己就能熊熊燃烧的“自燃型”的人。

**培养能量、热忱和激情**

想象一下,我前往你的公司求职,你正在给我进行面试。我坐在你面前,垂头丧气地说:“我想要一份工作。不是因为我喜欢这个职位,我只不过没有别的选择,因为我需要照顾我的孩子。帮帮我。我不想做任何需要付出太多努力的事情,因为如果我的工作太多,背就会很痛。但是给我一份工作吧,求你,因为我需要一份工作。”你会雇用我这样的人吗?

问题是,许多人仍然相信,只因为他们需要工作就能得到工作。事实是,组织聘用我们的目的是做好一份工作并为公司增值。申请人与人之间差异在于承担这份工作和加入团队的渴望。

也许我们相信,表现出过多的兴趣会让我们看上去为了得到那份工作而不顾一切。我们必须意识到,没有什么比热情更能打动人。必须让人能从我们的眼中看到动力和激情。我们需要说的是:“我想在这里工作,因为我喜欢这里所做的工作。”我已经研究过,我真的很喜欢这家公司和公司的价值观、产品和经营方式。”我们需要在说话时充满能量,而不是刻意保持距离,说:“我认为这很有趣,我可以习惯这里的工作。”

我们眼中放射的光彩流露的是对工作的个人兴趣——它证明我们渴望做某事。而这就是差别。

**一个人因为角色不同责任也随之不同**

当你在家里,你可能只是父母眼中的好儿子,妻子心里的好丈夫,儿女心中的

## 全身心投入工作,你就能拥有幸福的人生

点、永无止境的努力。

**抓紧今天这一天**

“将来会搞出什么样的研究成果”“自己的人生将会怎样”,不再痴迷于这些不着边际的远景,而只是留神眼下的事情。首先是相信自己,然后必须对“自己解决问题的能力怎样才能提高”进行具体深入的思考。

**每天都要钻研创新**

不满足于现状,总想做得更好,总想不断提升自己,有没有这种“想法”或许就是产生“成功”与失败之间差距的根源。

如果你期望实现新的计划,那么,不管遇到什么样的困难也绝不能放弃。必须全神贯注、全力以赴,用高尚的思想和强烈的愿望不断描绘心中的蓝图。只要做到这一点,那么无论什么困难的目标都一定能达成。

**怎样才能出色工作**

任何时候都要要求100%的“完美主义”。如果懈怠了最后1%的努力,就会产生不良品,那么材料费、加工费、电费不说,前面各道工序所花费的时间、精力、智慧,所有一切也都全部泡汤。

“敏锐度”是在工作中“贯彻完美主义”必不可缺的。“敏锐度”太差,反应迟钝,即使产品已经提醒你发生了问题,提示你解决的办法,你仍可能不留神,而错过解决问题的最佳方法和时机。

为了把产品做到这样



### 运动指南

有越来越多的人选择羽毛球作为健身运动,但是,在进行羽毛球锻炼时还是存在很多误区。

**出汗越多,减肥就越成功**

误区:打球锻炼时,自己一滴汗也没出,而同伴却汗流浹背,为此感到既羡慕又沮丧。

事实:科学研究证明,流汗消耗的是水、盐分和矿物质,而不是脂肪。锻炼时不出汗,与是否消耗脂肪没有关系。

**正式运动前的热身准备没有必要**

误区:很多女性轻易地决定,在打球前不做热身运动无关紧要。

事实:尚未运动开的肌肉很容易损伤,因为它还没有做好充分的准备以承受突然性的大动作。任何热身动作都可以提高肌肉的适应性,使关节变得灵活。锻炼前的热身有利于运动者的心血管系统,有益于健康。

**反正在打球锻炼,尽兴吃喝问题不大**

误区:许多男性地想,因为打球健身了,可以不用再节食减肥了。

事实:尽管从事任何体育锻炼,身体确实会消耗更多的热量和碳水化合物,但并不意味着对所有食物大开绿灯。关键是保持营养平衡,多吃水果、蔬菜、纤维素、谷物及瘦肉。

**超负重锻炼效果更好**

误区:如果我们观察得仔细些,就会发现有的女士打球时在脚上带着小重物进行锻炼,以便消耗更多的脂肪。

事实:过重的负重可能造成肌肉和关节的损伤以及肢体的畸形,包括脊柱变形等。

**停止锻炼会比前更胖**

误区:很多人认为一旦停止锻炼,就会变得比以前胖很多,多人因此对打球健身望而却步。

事实:其实只有超重这一类锻炼所形成的脂肪块,才会在停止锻炼后的第二周开始减少。而通过有氧运动,包括坚持多年的打球、游泳、长跑、有氧操、步行和骑车等活动能消耗脂肪,且消耗得比较缓慢,保持肌肉持久不变的惟一办法是在生活中保持有规律的健身锻炼和有节制的饮食。

**穿紧身衣打球减肥效果更好**

误区:有些女性认为打球时再穿上紧身衣或紧身衣能让自己有更多的汗,消耗更多的脂肪。

事实:医学专家通过研究发现,64%的妇科疾病与穿紧身衣有关。特别是在打球锻炼过程中,穿紧身衣会影响血液循环,而且,穿紧身衣还会直接影响血液循环系统,使腰部和下肢血液循环不畅,易发生腰腿疼痛、下肢静脉曲张、出现头晕等患,还会出现失眠等患。

## 责任心有多强,能力就有多大!

好爸爸……赡养老年的责任、爱的责任、抚养子女的责任让你为之奋斗和骄傲。

当你在企业里,你是下属的好领导,你是领导的左膀右臂,这份对同事负责、对领导负责、对客户负责、对企业负责的态度,让你平步青云,扶摇直上。

当你在社会中,你就应该遵守法规、习俗、道德的制约,这是一个社会人应该承担的社会责任。

我们或在各种责任之中游走,这是常态。也正是这样的责任感、责任心激励着我们不断前进。责任有的时候会很累,甚至因此付出很多,但是这种责任心是一个、一间企业、一个民族、一个国家富饶强盛的根源。

**责任心的培养跟习气息息相关**

首先,凡事不要逃避。虽然趋利避害是人性之所在,但人还可以迎难而上,大公无私。所以当你对困难、越无私的时候,你最终得到的肯定会更多。

**对待问题的态度**

面对问题,态度很重要。只要有坚决解决问题的态度,就可以培养起强大的责任心,这是提升能力不二的重要途径。

**成长环境极其重要**

一个人有没有责任心和其成长环境很重要,也就是说:父母给了他什么。从小就教育和锻炼其责任心,长大以后一定会独当一面。



## 永怀赤心、永记初心、永保决心

“匠心·未来”2017年世纪天鸿新品推介会·核心客户联谊会纪实

2017年5月30日,世纪天鸿新品推介会·核心客户联谊会在廊坊国际饭店隆重召开,200多位来自全国各地的核心客户和媒体朋友齐聚一堂,见证了世纪天鸿的2017年新品发布,奏响了世纪天鸿旺季营销工作的序曲。我们要永怀赤心、永记初心、永保决心。世纪天鸿将会把最优质的产品给消费者,通过品牌的打造与代理商实现真正“共赢”。



## 世纪天鸿盛装亮相第27届全国图书交易博览会

2017年5月31日,第27届全国图书交易博览会在廊坊市开幕。世纪天鸿在博览会上盛装亮相,在博览会主会场山东展区专设精品展台,“志鸿优化”精品图书在展台上集中亮相,引来了全国各地众多客户的咨询与合作洽谈。

