

帶着正能量工作



目录

- 什么是正能量？
- 如何培养正能量
- 带着正能量工作
- 带着正能量工作的影响和收获
- 总结和展望

contents

CHAPTER

01

什么是正能量？



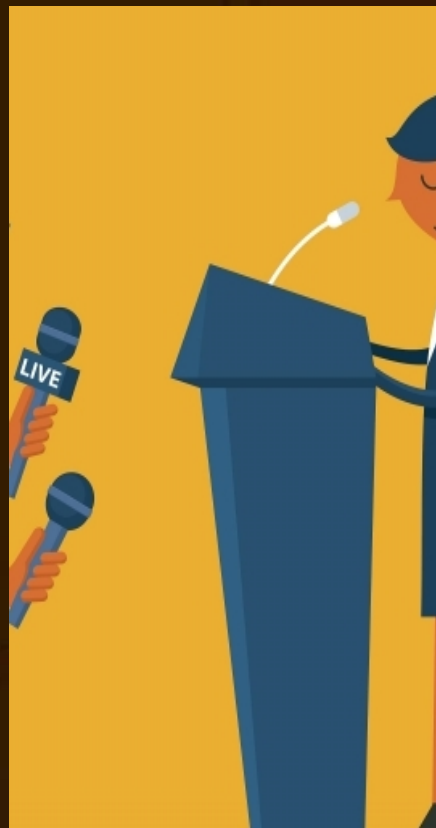
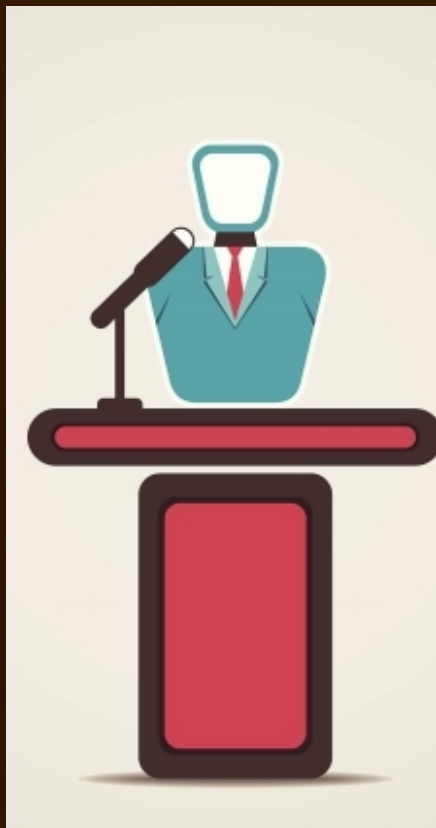
正能量的定义



- 正能量是指积极、乐观、向上的动力和情感能量，表现为对工作、生活、人际关系的积极态度和进取精神。



正能量的来源



内在因素

包括个人的性格、态度、价值观等，这些因素决定了人们对待工作和生活的态度，是正能量的重要来源。



外在因素

包括工作环境、工作氛围、家庭和社会支持等，这些因素也会对人们的工作和生活产生积极影响，激发正能量。



正能量的作用 and 影响



01

提高工作效率

正能量能够激发人们的积极性和创造力，提高工作效率和生产力。



02

增强人际关系

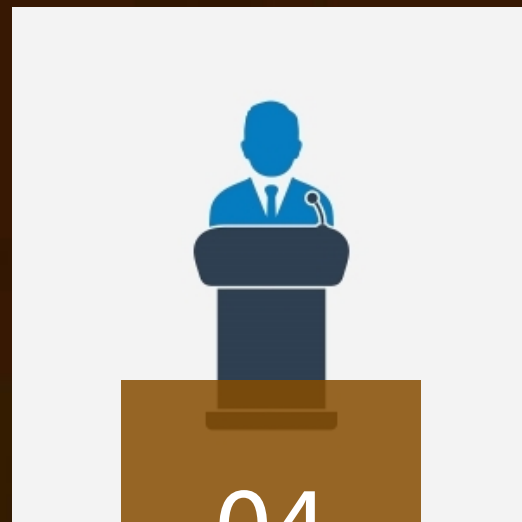
正能量能够增强人与人之间的信任和互动，有助于建立良好的人际关系。



03

促进身心健康

正能量能够增强人们的身心健康，帮助人们更好地应对工作和生活中的压力和挑战。



04

提升个人形象

正能量能够提升个人形象和信誉，有助于个人职业发展和社交场合的表现。

CHAPTER

02

如何培养正能量



保持积极的态度

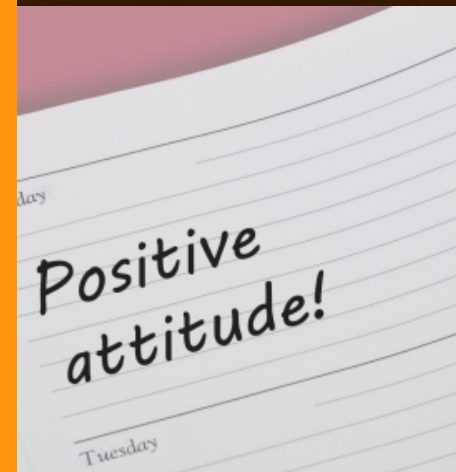
积极面对工作中的困难和挑战，不逃避不抱怨。



对自己和团队充满信心，相信自己能够克服困难取得成功。



主动寻求解决问题的方法，不放弃不妥协。





培养乐观的情绪



认识到工作中的挫折和失败是常有的事情，不轻易放弃。



学会从失败中吸取教训，不沉溺于过去的错误。



对未来充满希望和期待，不盲目悲观。



学会自我激励



找到自己的动力来源，激励自己
不断前行。



学会自我肯定和自我认同，不断
增强自信心。



培养自己的兴趣爱好，丰富自己
的生活，增强工作动力。

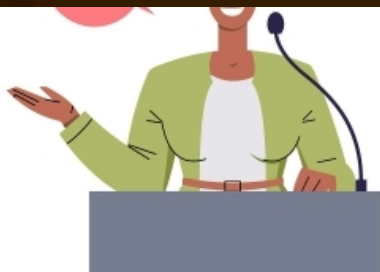
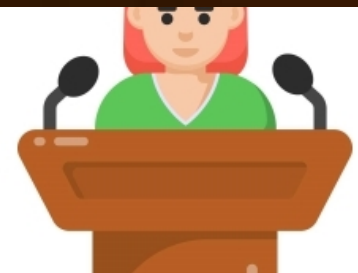


建立良好的人际关系



尊重他人，与同事建立良好的合作关系。

学会倾听和理解他人，提高沟通效率。



学会与不同性格和文化背景的人相处，提高团队协作能力。

CHAPTER

03

帶着正能量工作



积极面对工作中的挑战

01



保持乐观



面对工作中的困难和挑战，要保持乐观的心态，相信自己的能力和解决问题的能力。

02



主动寻求机会



不要等待机会自己送上门，要主动去寻找和抓住机会，展示自己的能力和价值。

03



勇于承担责任



在工作中不要逃避责任，要勇于承担责任，积极解决问题，这样才能得到更多的信任和尊重。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：
<https://d.book118.com/767153120065010006>