

<<发现你的职业性格>>

图书基本信息

书名：<<发现你的职业性格>>

13位ISBN编号：9787121150814

10位ISBN编号：7121150816

出版时间：2012-1

出版时间：电子工业出版社

作者：格里高力·E·哈苏克苏

页数：216

译者：穆瑞锋,郭岑,钱峰

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>

<<发现你的职业性格>>

前言

现在，人们对如何做出改变充满了兴趣。

大量的公司宣传自己的产品或服务能够给人们带来变化。

很多非营利机构将“做出改变”作为自己的宣传口号来招募志愿者。

例如，《美国周刊》在每年10月发起“公益活动日”，并且为有价值的项目提供资金支持。

奥普拉·温弗里建立了“奥普拉天使网络”，鼓励人们进行捐助，参加志愿者活动等。

美国国家广播公司（NBC）夜间新闻节目每周都会有一段时间用来讲述人们做出改变的一些故事。

在这样的趋势下，作者试图让人们意识到，做出改变是每个人都可以做到的事情。

这只是关于平凡的人们做出对他们而言平凡的事情——成为自己。

2008年本书第一次出版时，作者就收到了几百个故事，都是关于人们如何做出改变的。

也有很多读者告诉作者，本书帮助他们在工作、人际关系和社区中做出了改变。

如果作者告诉你，做出改变，归根结底就是做你自己，你会怎么想？

这听上去很容易，但是做起来并不简单。

为了让你做真正的自己，你必须了解自己的核心性格类型。

为了做出改变，你必须要有勇气利用自己的性格类型。

苏格拉底说：“浑浑噩噩的生活不值得过。

”本书帮助你了解自己，然后利用这种了解做出改变。

本书会让你通过成为自己——而不是超人之类的——来采取行动。

你所做的事情要与你的性格类型保持一致。

作者可以向你保证，如果你愿意有意识地利用自己的性格类型来采取行动，那么你就会做出改变。

为了完成本书，作者做了3次研究，共有500多人参与其中，他们告诉作者他们所做出的改变。

本书包括了100多个故事，可以帮助你了解你的性格类型将如何给你带来变化。

人们能够从好的故事中学到很多东西。

本书不是关于不平凡的人所做出的不平凡的事情。

在本书中，你不会看到如沃伦·巴菲特和林肯这类伟大人物所做出的改变，本书只是关于平凡的人们在自己的工作和生活中为了自己在乎的人和组织所做出的改变。

本书中的大部分故事都是一些关于日常生活的经验，因为经常性地做出一些小的改变，能够给自己带来幸福感和满足感。

玛丽安·赖特·埃德尔曼说：“我们不应该总是想着如何做出大的改变，而忽视了日常生活中我们所能做的小的改变。

小的改变日积月累，就会产生我们往往无法预见的大改变。

”其中的一些故事有点离奇。

例如，一个大学生在自己的女朋友晕倒后，努力保护她，不让别人在她身上写字。

大部分的故事能够让人了解人们如何通过成为自己在工作中做出改变。

其中的一些故事就像下面这则故事一样温馨：“我曾做了一年的教育助理。

我渐渐知道了解每个学生的重要性。

当孩子们在学习或生活中遇到困难时，他们就会向我求救。

在每个孩子过生日时，我会为他们做一点特别的事。

我会和他们一起吃午饭，并且写便条告诉他们，自己非常喜欢和他们聊天。

当我的一个学生患有精神疾病而住院治疗时，我常常去探望她。

同时，我还和班上的全职教师保持着良好的关系。

”在作者的研究中，所有的500名研究对象都和她分享了他们做出的一些改变。

有一些人在受到鼓励后，才和作者分享他们的故事，不过所有的人都曾在工作和人际关系中做出改变。

另外，几乎所有的人都指出，他们在某一领域中做出的改变能帮助他们在另一个领域中做出改变。他们也同时承认，为他人带来改变也大大地改变了自己。

<<发现你的职业性格>>

这让他们更加开心。

也更有成就感。

做出改变是一个基本的需要，而且可能是人类共有的经历。

做真正的自己是让自己感觉到成就感的关键因素。

作者希望读者可以在她的网站上（makingadiffrencetype.com）和她分享自己的故事。

在整本书中，你会学到不同性格类型的人将如何以不同的方式做出改变。

你将通过简单的自我测评和练习了解自己的核心性格类型。

一旦你了解自己的性格类型，你就能做好准备，提高自己做出改变的频率。

本书是关于你自己的性格类型的，而不是关于作者研究对象的性格类型的。

本书不会要求你深入了解自己的性格类型，但是你需要了解自己性格类型中的4种倾向。

本书也会鼓励你利用这些关于你的信息来寻找机会做出改变。

本书的第一部分是为每个人而写的。

第1~第3章介绍了积极心理学、做出改变、有意识地生活，以及发现自己的核心性格类型。

第2篇的各章分别针对特定的人。

第4-第7章主要描述了4种核心性格类型，其中某一章特别有利于你在工作和人际关系中做出改变。

在本书中，你会发现很多的表格和练习，它们可以帮助你提高自己的能力，从而做出改变。

第8章是一个总结。

但是，只阅读本书是不够的——你必须从自己的实际情况出发，将学到的东西运用到工作和人际关系中。

本书的目标是使你能够自然而然地做出改变。

现在就行动起来。

通过成为真正的自己来做出改变！

<<发现你的职业性格>>

内容概要

在日新月异的环境中，只有不断改变才能走向成功，那你应该如何改变呢？

本书作者通过涉及500多人的3次研究，结合迈尔斯-布里格斯个性分析指标（MBTI）的性格类型及自己的工作经验，总结出四种倾向的性格类型，以及具有这四种性格类型的人在工作、生活和人际关系中的改变方法。

书中简单的自我测评和练习使你掌握自己的核心性格类型；100多个小故事帮你学会如何利用性格类型发挥自身潜力；附录部分帮你迅速了解自己的性格类型。

<<发现你的职业性格>>

作者简介

<<发现你的职业性格>>

书籍目录

第1部分 做出改变，发现自己

第1章 为什么做出改变显得如此重要

在当今世界，做出改变有多么重要

为什么做出改变对我们来说如此重要

选择改变，而不是十全十美

选择改变，而不是推卸责任

第2章 你如何做出改变

在工作上做出改变

在人际关系中做出改变

为什么做出改变对你而言非常重要

做出改变是否对每个人都具有相同的意义

第3章 你是谁？

利用你的性格类型

对“做真正的自己”的回答

寻找你真正的自我

描述你的性格类型

了解你的性格类型

4种核心的性格类型

工作中的4类核心性格类型

有意识地生活

利用你的性格类型

第2部分 用你的性格做出改变

第4章 “稳定者”如何做出改变

关于稳定者的更多细节

稳定者之间的差别

稳定者在工作中做出的改变

稳定者在人际关系中做出的改变

稳定者与其他核心性格类型的人之间的对比

相关练习

第5章 “协调者”如何做出改变

进一步了解协调者

协调者之间的差别

协调者在工作中做出的改变

协调者在人际关系中做出的改变

协调者和其他核心性格类型的人之间的对比

相关练习

第6章 “有感染力者”如何做出改变

关于有感染力者的更多细节

有感染力者之间的差别

有感染力者在工作中做出的改变

有感染力者在人际关系中做出的改变

有感染力者与其他核心性格类型的人之间的对比

相关练习

第7章 “远见卓识者”如何做出改变

进一步了解远见卓识者

<<发现你的职业性格>>

远见卓识者之间的差别

远见卓识者在工作中做出的改变

远见卓识者在人际关系中做出的改变

远见卓识者与其他核心性格类型的人之间的对比

相关练习

第8章 制定计划，做出改变

为做出改变，了解自己的能力和

在短期内做出改变

学到的经验教训

做出长期的改变

总结

附录A 检验你的MBTI性格类型

附录B 你在工作中的核心性格类型

附录C 核心性格类型中“做出改变”的主题

<<发现你的职业性格>>

章节摘录

版权页：我有10个兄弟姐妹。
我排行老四。
在我10岁的时候。
由于家中照管不良。
我被送到看护所。
我长大后，经济上变得非常独立。
后来。
我获得了4个最小妹妹的监护权。
我自己抚养她们。
这样她们在离开看护所的时候能够和其他的兄弟姐妹在一起。
(INTP) 在人际关系中，我总是用人的那一个。
而不是被甩的那一个。
不知道出于什么原因，我的前任男朋友总会试图恢复我们曾经的关系。
结婚后。
我收到了一些卡片，上面写着：“祝贺你，如果这张卡片没有用的话，请打我电话。”
我相信。
我的魅力与我的长相并没有关系。
我认为。
正是因为我的真实、不情绪化，他们才喜欢和我在一起。
(INTP) 我支持我的妻子创建一个培训中心。
我鼓励她，给她足够的空间做自己想做的事。
(ENTP) 我最近和我的男朋友分手了。
他是一个军人。
他准备第三次前往伊拉克。
他告诉我。
他们在他们的基地结交了一位女朋友。
虽然这伤到了我，但是我还是听他讲完了他那些无法理清的感觉。
我知道，他现在给予的没有接受的多。
但是在过去。
他给予的比接受的多。

<<发现你的职业性格>>

媒体关注与评论

<<发现你的职业性格>>

编辑推荐

《发现你的职业性格:MBTI帮助你发挥自身潜力》：做出改变是成功的一个基本需要，不同性格类型的人需要做出不同的改变。

找准性格类型，利用它在工作和人际关系中做出改变，走向成功。

<<发现你的职业性格>>

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>