第一图书网, tushu007.com

<<自我学习>>

图书基本信息

书名：<<自我学习>>

13位ISBN编号：9787500852537

10位ISBN编号：7500852533

出版时间：2012-9

出版时间：中国工人出版社

作者：吴永生，刘伟 著

页数：150

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

第一图书网, tushu007.com

<<自我学习>>

内容概要

自我学习是每一个员工成长、进步的阶梯。
任何一个员工想要有所成就，都必须在自己的岗位上、在工作中坚持自我学习。
从普通员工成长为优秀骨干，一步步走向卓越，离不开个人强大的自我学习能力。
对企业员工来说，无论是刚刚参加工作，还是已经担任一定职务，都应该掌握自我学习的技巧和本领。

能通过各种途径汲取知识的人，才能使自己的学识更加广博、深刻，使自己的胸襟更加开阔，也才能替领导解决各种各样的问题，这样自己也会在能力上获得更大的提升。

在繁忙的工作中加强学习，需要提高学习的效率，从而达到事半功倍的效果。
《“十二五”全国职工素质建设工程指定系列培训教材：自我学习》通过对自我学习的方向、自我学习的技巧、自我学习的注意事项等详细解说，让读者快速提升自我学习能力，在自己的职位上有所突破，有所发展。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

吴永生，著名人力资源、团队建设专家，资深企业管理诊断咨询专家，国际注册职业经理人研修班、多家著名高等院校MBA特聘讲师；《首席智慧》《中国职业经理人》《家族商业评论》等多家刊物撰稿人，其独创的“极限领导力”“员工整体素质强化训练系列课程”“职业化塑造——优秀职业人的五项修炼”等经典课程已经成为提升企业员工整体素质和职业化不可缺少的必修课。

刘伟，著名企业培训师，《首席智慧》执行主编。

第一图书网, tushu007.com

<<自我学习>>

书籍目录

第一章 自我学习：员工成长的推手第一节 自我学习的概念一、自我学习的含义二、自我学习的特点三、自我学习的意义四、完成自我学习应具备的能力小结第二节 岗位成才与自我学习一、岗位成才与自我学习的关系二、自我学习目标的制定三、自我学习兴趣的培养小结第三节 员工自我学习的基本方法一、制订计划二、提高效率三、善用资源小结本章讨论本章实操指南第二章 自我学习目标和计划的制订第一节 自我学习目标的制定一、目标在自我学习中的作用二、自我学习目标制定的原则三、制定自我学习目标前所要考虑的问题小结第二节 计划的制订与实施一、自我学习计划的含义及作用二、自我学习计划的制订三、自我学习计划的执行与时间统筹小结本章讨论本章实操指南第三章 自我学习的途径和方法第一节 读书：获取知识的主要手段一、为何读书二、读书的四种类型三、读书的方法小结第二节 课堂：在培训中提升技能一、培训的功能二、培训中的学习原则小结第三节 互联网：把网络学习进行到底一、互联网对自我学习的作用二、如何利用互联网小结第四节 工具书和图书馆的使用一、工具书的使用二、图书馆的利用……第四章 知识的积累与总结第五章 主观因素的发挥第六章 克服自我学习中的心理障碍第七章 把自我学习与实践有效结合第八章 自我学习离不开创造性思维第九章 适时测试职业技能与自我学习效果

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

兴趣则是对事物喜好或关切的情绪，表现为人们对某件事物、某项活动的选择性态度积极的情绪反应，可使人集中注意力。
专一而稳定的兴趣，将会引导和推动自我学习之舟驶达胜利的彼岸。
（2）与消遣性兴趣相区分。
自我学习的兴趣，是指一种积极探究事物、认识世界、追求真理的意识倾向。
它区别于有的人喜欢打牌，有的人喜欢下棋，有的人喜欢钓鱼，有的人喜欢武术，并且兴趣浓厚。
这些都只是一种业余消遣，而不是自我学习的兴趣，不能成为自我学习的方向。
（3）区分中心兴趣与相关兴趣。
有些自我学习者有很多的兴趣，但是，自我学习者必须要有一个稳定的中心兴趣。
倘若有几种兴趣，就应全力找出一个中心兴趣，并根据中心兴趣的要求来培养相关兴趣，从而争取在这个方向上取得突破。
（4）区分暂时性兴趣与持久性兴趣。
有些人的兴趣只是一时之兴，过后会很快冷却，这样对自我学习是没有帮助的。
真正的兴趣是持久而稳定的。
稳定的兴趣可以让自我学习者长时间地保持愉快的情绪和平静的心境。
2.稳定兴趣自我学习者明确了自己的真正兴趣后，就要学会使自己的兴趣成为持久性兴趣，而不是暂时性兴趣，以下几种方法可以让兴趣变得更加稳定：　　（1）分析利弊。
自我学习者可以通过分析挫折造成的原因和结果来维护兴趣。
分析利弊可使自我学习者警醒，加深对自我学习的对象、意义、行为本身的认识，寻求解决问题的新途径，以维护原有的自我学习动机，直至达到自我学习目标为止。
分析利弊还可以总结经验教训，提供给自己或他人作为参考。
总结一些经验教训来作为今后攀登的阶梯，以免重蹈覆辙。
……

第一图书网, tushu007.com

<<自我学习>>

编辑推荐

自我学习是员工成长的推手，自我学习是岗位成才的关键，自我学习是提升员工职业核，心能力的途径，自我学习是使企业保持持久竞争力的基础。

确立学习目标，制订学习计划是自我学习的前提　　制订计划、提高效率、利用资源是自我学习的基本方法　　书籍、课堂、互联网以及公共图书馆是自我学习的根本途径　　良好的记忆力和善于积累、总结的自我学习习惯可有效提升学习效果　　动机、信心、兴趣、意志是自我学习过程中必不可少的主观因素　　自我学习需要克服逆反心理，提高抗挫能力　　实践可提升自学者对学习对象的认识　　创造性思维可实现自我学习效果的突破　　职业技能测试是检验自我学习效果的有效方法

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