

<<熱情人生的冰淇淋哲學>>

图书基本信息

书名：<<熱情人生的冰淇淋哲學>>

13位ISBN编号：9789862130148

10位ISBN编号：9862130148

出版时间：2007/11/15

出版时间：大塊文化

作者：Margaret Lobenstine

译者：劉怡女

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>

<<熱情人生的冰淇淋哲學>>

內容概要

你興趣廣泛，好奇心強烈，熱情滿滿，不容易待在一個領域裡，怎麼也難以決定該走上哪一條道路。絕大多數的生涯顧問都會建議你：找出你最重要的長處和優勢，努力發揮它們，在同一個軌道上累積成績與實力，一步一步往往上爬。

只有這本書鼓勵你：接受你喜愛朝向多面發展的特質，循著熱情找工作過生活，同時進行多種興趣，隨時可以改變愛好，用熱情來幫你取得金錢與快樂。

本書結合了生涯規劃、心理諮商與時間管理的概念和技巧，將會讓你學到：
重新認識自己的性格特質，愛上多才多藝的自己。

選擇愛好可以像是在吃四色冰淇淋，同時進行幾種你目前最喜歡的「熱情焦點」。

用嶄新的眼光尋找下一份工作，或者重新看待現在這份給你薪水的工作。

不必轉換職業軌道，也能滿足好幾種愛好。

用你熱愛的事物來賺取金錢。

把時間管理得既有秩序又有彈性。

不必辭職進修，也能獲得新領域的知識。

特別建議以下幾種人類從這本書裡找到指引：

已展現能力並擔任主管職務，受公司倚重，但耳畔有聲音對你說：「人生還有別的可能性。」

善於「打天下」，但不喜「治天下」的人才。

喜歡尚未嘗試過的風險，遠勝於已經熟悉的成功。

過去兩年來換過四次工作，每次都覺得新工作是正確選擇，但不久又因為想做別的新鮮事而離職。

目前從事薪水微薄的基層工作，想換工作但不知還能做什麼，總覺得看不到出路的人。

興趣廣泛，期許自己成為一個多才多藝的全能人才，可是不知如何選定大學主修課程的學生。

今日世界追求彈性與感性、適應力與創造力。
像你這般隨時在演化的人種，這正是你的時代。

<<熱情人生的冰淇淋哲學>>

作者簡介

<<熱情人生的冰淇淋哲學>>

書籍目錄

目錄 導論 你患有熱情花心症候群嗎？

拜託，不要逼我做選擇 / 用全新觀點審視你的個性特質
現代的文藝復興靈魂 / 歷史上的多面向發展人才
這本書提供的協助 / 你是一個多面向發展的人嗎

Part 1 正名

1 多面向發展的文藝復興靈魂

從一輩子追求同一種熱情，到興趣廣泛多元
多面向發展人才的三種特質 / 對多面向發展人才的誤解
醜小鴨變天鵝

2 常見的疑慮

疑慮一：現在才要重新來，已經太遲了 / 我還有時間
疑慮二：可是，我真的很想成為某方面的專家
疑慮三：不專注在一件事上，便無法謀生 / 熱情就是力量
變遷時刻，欣然接受改變 / 多面向發展的經濟優勢
疑慮四：其實，我並不想朝多面發展

part 2 管理熱情

3 你最在乎的事物

找出你的核心價值觀 / 最在乎的五項價值觀 / 事物的重要順序
為自己辦慶生會 / 萬一你在乎的事物「令人難為情」
挪出時間給你重視的事物

4 四色冰淇淋的力量

冰淇淋哲學的啟示 / 焦點組合策略 / 變動的聚焦過程
不必與別人一樣 / 沒有「正確的」焦點組合
你（現在）想吃什麼口味 / 你的第一份熱情焦點組合

part 3 兼顧現實

5 真工作，帶你圓夢

日間工作與「真工作」 / 如何選擇一份真工作 / 真工作的五項標準
我這是「真實的」工作，怎麼辦 / 好的真工作 / 你是做什麼的
興趣與收入的距離

6 用興趣賺錢

不必從基層往上爬也能找到工作 / 在未來雇主面前展現自己
選擇一：找一把工作傘 / 一個作家的工作傘 / 第一類工作傘
第二類工作傘 / 你和你的工作傘
選擇二：二合一 / 選擇三：自由工作 /
說你討厭向別人推銷自己 / 不必推銷自己也能成功
天賦大於自我 / 找人幫你推銷你的夢想

7 不必回學校也能進修

人人喜愛流程圖 / 把流程反過來 / 動腦大會的技巧
腦力激盪，尋找新熱情 / 辦一場資源交換會 / 你說你還需要更多資訊
誰說當義工就要舔郵票 / 關於義工的兩個問題 / 有效表達你的要求
找一位前輩當你的導師 / 人生教練：你最公正的顧問

8 給新鮮人的建議

上大學：該讀哪一所學校 / 「你的主修是什麼？」

」

<<熱情人生的冰淇淋哲學>>

用熱情焦點組合法來選擇你的主修 / 讓你的學習更務實, 但仍然多采多姿

一邊工作, 一邊讀書 / 該不該讀研究所

進入企業世界的新人 / 高中畢業生能做哪些工作

一邊學習, 一邊賺錢 / 你的工作方式 / 無薪事業: 家管與養兒育女

放自己一年假 / 還有沒有其他可能性

part 4 理想的生活

9 勇敢做承諾

PRISM測驗: 讓你更敢做承諾 / P: 代價 / R: 現實 / I: 完整 / S: 明確 / M: 可測量

換個角度來看 / 找出你的意向 / 意向標記 / 小心: 有些事超乎控制

10 時間管理魔法

熱情焦點筆記 / 熱情焦點活頁備忘錄 / 安排行事曆 / 熱情焦點時段

平衡的時間運用 / 兩者通吃 / 使你分新的事物 / 享受從容的時間感

11 排除路上的障礙

障礙之一: 單打獨鬥 / 誰來幫我忙 / 障礙二: 被完美主義綁架 / 障礙三: 意料外的無聊感

障礙四: 我的另一半是專心的莫札特

12 掙脫最深層的束縛

抗拒, 是一種自我保護的策略 / 從父母傳下來的負擔 / 關於金錢的假設

對性別的刻板期待 / 在兄弟姐妹裡的排行 / 看待移民和外人的成見

改寫老舊的家訓 / 想像出來的恐懼與焦慮 / 讓恐懼發揮功能 / 把失敗當作禮物

其實, 你害怕成功 / 缺乏積極的動力 / 時運不濟 / 尚未診斷的疾病 / 過往的創傷

結語 成為別人的模範!

<<熱情人生的冰淇淋哲學>>

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>