

<<职业倦怠综合征>>

图书基本信息

书名：<<职业倦怠综合征>>

13位ISBN编号：9787561748152

10位ISBN编号：7561748159

出版时间：2006-8

出版时间：华东师范大学出版社

作者：王一敏

页数：173

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>

<<职业倦怠综合征>>

内容概要

试回想，当你刚刚进入职业社会的时候，是不是满怀期望努力工作？

！

而在若干年以后，面对一成不变的工作形态与职责，绷着自己斗志的弦便开始渐渐松弛，脑子经常会出现“没劲”的念头？

！

你甚至丛生了想要放弃工作的念头，更甚至于心心念念退休后的生活。

为什么会出现这样的情况？

！

怎么才能克服这种倦怠心理？

不如看看书中给了我们什么样的分析和建议吧！

<<职业倦怠综合征>>

作者简介

王一敏,女1954年8月出生于上海,在上海师范大学,上海大学生就业中心等单位主讲《职业咨询与指导》等课程,兼职教授。

近年主要著作:《当代青年的职业选择与指导》、《当代社会成人的职业再开发与指导》等。

<<职业倦怠综合征>>

书籍目录

第一章 什么是职业倦怠综合征 一、职业倦怠综合征的一般概念 二、从身心健康的视点,看职业倦怠综合征 三、从家庭与个人生计的视点,看职业倦怠综合征 四、从职业生涯发展的视点,看职业倦怠综合征 第二章 事例考察——职业倦怠综合征的表现与特征 一、“混”以及“混”的连锁反应 二、佛教信仰的起因 三、工作动力枯竭,真的?

!

四、反省了没有,疾病的祸源?

五、婚姻危机的背后 六、他为什么会离开人世?

第三章 职业倦怠综合征产生的根源 一、外部要因——职业及其组织、环境 二、内部要因——个人特性 第四章 诊断与对策:职业倦怠综合征的实例解析 实例一 职业倦怠诱因:纵向性上司人际关系+个人工作失误 实例二 职业倦怠诱因:个人职业能力难以胜任岗位职务 实例三 职业倦怠诱因:自我意识过剩+职位晋升受挫 实例四 职业倦怠诱因:工作负荷过重+工作实绩受挫+横向性同事间竞争 实例五 职业倦怠诱因:职场工作分工与作用不明确+过保护的养育环境 实例六 职业倦怠诱因:过于追求工作和家庭两全完美而过劳 实例七 职业倦怠诱因:工作内容缺乏兴趣+工作岗位长期固定化 实例八 职业倦怠诱因:频繁变动工作岗位+更年期障碍 实例九 职业倦怠诱因:长期深夜不规则工作制度+因职业恋爱失败 实例十 职业倦怠诱因:没有特别理由的失去工作动力+淡漠工作 实例十一 职业倦怠诱因:职场人际氛围冷漠+职场缺乏工作指导 实例十二 职业倦怠诱因:过重的工作压力+责任感过强的执著性格倾向 第五章 职业倦怠综合征的自我克服和社会援助 一、如何认识职业生活中自我身心的健康 二、职业倦怠综合征的自我缓解和预防对策 三、社会的援助和途径 附录一 职业压力自我简易诊断附录二 自我评价式抑郁状态简易测试(SRQ-D) 附录三 霍兰德职业倾向测验量表(SDS) 附录四 女性更年期自测与指数计算表 附录五 “过劳死”的27个危险因素信号 主要参考文献

<<职业倦怠综合征>>

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>