

<<个人形象与求职艺术>>

图书基本信息

书名：<<个人形象与求职艺术>>

13位ISBN编号：9787102022420

10位ISBN编号：7102022425

出版时间：2004-4

出版时间：人民美术出版社

作者：张自慧

页数：404

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>

<<个人形象与求职艺术>>

前言

在人生的舞台上，每个人都在演出一幕幕人生活剧。每一幕结束时，有的人赢得喝彩与掌声，走向成功与幸福；有的人得到的却是冷漠与嘘声，走向失败与痛苦。

而每一幕演出的成功，都离不开演员良好的个人形象、精湛的表演技巧。

人生由一次次选择组成，升学、求职、择偶、交友……每一次选择都将我们推向一个个陌生的场合、全新的环境，每一次都需要推销自我。

生活是一连串的推销，从渐悟世事的稚嫩孩童到洞悉人情的耄耋老人，每个人都要与他人接触与交往、沟通与交流，每个人都渴望别人悦纳自己，期盼拥有和睦的人际氛围，为此，同样需要良好的个人形象和高超的处世艺术。

在社会生活中，每个人的自我形象都是面对公众的，不管是否自知、有意无意，我们都在通过自己的衣着打扮、举止行为、语言谈吐来向别人宣告：“我是怎样一个人”。

诚然，每个人都渴望别人的肯定与赞美，厌恶别人的否定与贬斥。

所以，我们需要选择合适的言辞、表情、动作、姿势、服饰，并通过由此而构成的外在形象来展示自己的气质与风度，来告诉别人：我是有修养的、我是能干的、我是自信的、我是善良的、我是有价值的、我是有品位的……那么，怎样塑造良好的个人形象？

怎样因人制宜、因时制宜、因事制宜、因地制宜地表现自己的个性和优势，赢得众人喝彩呢？

本书的上篇——“个人形象设计”将为您指点迷津。

<<个人形象与求职艺术>>

内容概要

本书是《人际关系与沟通艺术》一书的姐妹篇。

该书以个人形象塑造为重点，强调涵养是个人形象的深层根基，从理想追求、道德情操、文化知识、身心健康、审美情趣、礼仪规范等多方面阐释了涵养的内容及提高途径；在此基础上，以大量的笔墨从服务、举止、谈吐等方面探讨了涵养的方式，即如何塑造良好的个人形象。

该书还将求职面试作为运用形象、推销自我的范例，做了详尽的剖析。

本书内容丰富，观点新颖，文笔流畅，语言生动形象，案例贴切真实，读之令人回味无穷，具有很强的可操作性。

从大中专学生到一般读者。

凡是渴望成功的人士，都可从中获取有益的知识与启示，找到美化形象、赢得他人悦纳的捷径，掌握通向成功与幸福之门的钥匙。

<<个人形象与求职艺术>>

作者简介

张自慧，河南南阳人，副教授，长期以来一直在郑州大学从事人际交际学、交际礼仪学、个人形象与求职艺术、演讲学、以及市场营销学等课程的教学与研究工作，著有《大学生形象塑造与社会适应能力培养模式研究》等多项研究课程，发表相关学术论文数十篇，并为社会上多家企事业

<<个人形象与求职艺术>>

书籍目录

上篇 个人形象设计 第一章 形象是金 一 形象：时代的呼唤 二 第一印象：成功的开端 三 形象有价 四 形象是内、外美的统一 五 良好的形象是可以塑造的 第二章 涵善——个人形象的坚实根基 一 扬起理想之风帆，构造道德之船体 二 锻炼健康体魄，培育积极心态 三 博采知识之琼浆，酿造修养之玉液 四 陶冶审美情趣，掌握形象之“罗盘” 五 提高礼仪素养，规范个人形象 第三章 服饰——个人形象的外包装 一 服饰与个人形象 二 独领风骚的服装 三 画龙点睛的饰物与配件 四 不可小视的人体修饰 第四章 举止——个人形象的动态展示 一 举止行为非小事 二 坐立行走皆修养 三 伸手相握话风度 四 轻启朱唇显魅力 五 透过眼神窥心灵 六 日常动作礼仪与禁忌 第五章 谈吐——个人形象的无形“外衣” 一 口才与人才 二 驾驭你的谈吐 三 寒暄：沟通心灵与情感的“引桥” 四 称呼：尊严与地位的代名词 五 电话中的形象 六 赞美：人类成长的阳光 七 幽默：力量与智慧的象征 下篇 求职面试技巧参考文献后记

<<个人形象与求职艺术>>

章节摘录

在人际交往中，目光注视的位置因交际对象、交际场合、交际内容的不同而各异。

一般来说，人们将目光注视位置区分为三种类型：其一，公事视线。

这种视线是在陌生人之间和比较严肃的场合使用的，其特点是公事公办、严肃郑重，不含任何个人感情，能深刻地影响对方情绪，使其立即进入“角色”。

公事视线的位置是以双眼为下底线，到前额中部，构成一个等边三角形。

其二，社交视线。

这种视线是社交活动中最常用的一种视线，其特点是亲切温和、热情友好、融洽和谐。

其位置是以双眼为上底线，到唇部中央，构成一个倒立的等边三角形。

其三，亲密视线。

这种视线是比较亲密的人之间使用的一种视线，如知心朋友、恋人、夫妻之间。

其特点是热烈而柔和，能将炽热的感情很快地传达给对方，使对方体会到一种关切和热爱之情。

其位置是以双眼为上底线，延长至胸部，构成一个大的倒立等边三角形。

（3）注视方式 在人际交往中，不同的注视方式，所表达的含义是不同的。

一般说来，仰视表示尊重和崇拜；俯视带有权威，有诲人之意；凝视表示愤怒、仇恨和敌意；直视易置人于窘迫之中；正视则表示友好、平等、礼貌等。

（4）注视对象 在人际交往中，面对不同的交际对象，目光的使用也是有讲究的。

在长辈面前，目光应略微向下，以示恭敬；在晚辈面前，目光应慈祥、柔和，以示亲切。

朋友、同事之间，目光应热情洋溢，以示真谛。

<<个人形象与求职艺术>>

编辑推荐

朋友，你想拥有良好的个人形象吗？

你想建立和谐的人际关系吗？

你想掌握成功的求职艺术吗？

你想学会心灵的沟通艺术吗？

这两本指导人生征途的姐妹篇将成为你的良师益友，如春雨滋润你的心田，陶冶你的性情；似春风拂去你的忧愁和迷惘，带给你希望、成功和幸福。

<<个人形象与求职艺术>>

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>