



از من به تو ...

خودت را بشناس، رشته تحصیلی‌ات را انتخاب
کن و در راسای آن قدم بردار.

پگاه ذاکری

نشر مانیان

سرشناسه	: ذاکری، پگاه، ۱۳۷۷-
عنوان و نام پدیدآور	: از من به تو ... خودت را بشناس هدفت را انتخاب کن و در راستای هدفیت قدم بردار/پگاه ذاکری.
مشخصات نشر	: تهران: مانیان، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۱۳۰ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۷۰۲۶-۵۷-۳
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: کتابنامه.
عنوان دیگر	: خودت را بشناس هدفت را انتخاب کن و در راستای هدفیت قدم بردار.
موضوع	: خودشناسی
موضوع	: Self-perception
موضوع	: هدف و هدف‌گزینی (روان‌شناسی)
موضوع	: Goal (Psychology)
موضوع	: راهنمایی شغلی
موضوع	: Vocational guidance
رده بندی کنگره	: BF۶۳۷
رده بندی دهکده	: ۱/۱۵۸
شماره کتابشناسی ملی	: ۶۱۱۴۳۸۵



maniyan.ir

۰۲۱۵۵۱۳۸۹۱۱

۰۹۱۰۴۸۱۰۹۶۰

از من به تو ...

خودت را بشناس، رشته تحصیلیات را انتخاب کن و در راستای آن گام بردار.

پگاه ذاکری

نشر مانیان، نوبت و سال چاپ: ۱۳۹۹

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۰۲۶-۵۷-۳

تیراژ: ۱۰۰ جلد، چاپ و صحافی: پیششام

قیمت: ۳۲۰۰۰ تومان

ارتباط با نویسنده: @pegah77zakeri

Email: pegah1377zakeri@gmail.com

mob: ۰۹۳۵۱۶۰۲۲۰۷

فهرست

مقدمه

تألیفیه

فصل اول

چرا تصمیم به نوشتن این کتاب گرفتم؟ ۱۱

فصل دوم

من کیستم که من نیستم؟ ۲۳

فصل سوم

زندگی با چه چیزی شروع میشود؟ ۴۳

فصل چهارم

از کجا بدانم کدام شغل را انتخاب کنم؟ ۵۹

معرفی انواع شغل ۸۳

منابع

این کتاب مجموعه‌ای از تجربیات و مشکلاتی است که ممکن است هر جوانی در یک دوره از زندگی دچار آن بشود، دغدغه امروز خیلی از بچه‌ها و جوانان ما آینده تحصیلی و شغلی و بدتر از همه دانشگاه و انتخاب رشته است ولی افسوس که دیر متوجه بعضی از کارهایی می‌شوند که باید قبلاً بر آن‌ها را می‌کردند. بخش عظیمی از آینده هر فرد را شناختن که از خود و هدفی که در آینده برای خود تعیین کرده است مشخص می‌کند ولی افسوس که در سیستم آموزشی هیچ‌گاه روی این مسئله برنامه‌ریزی نمی‌شود و بچه‌ها چشم‌پسته در مورد آینده خود تصمیم نمی‌گیرند و متأسفانه برخی از آن‌ها بعد از اتمام تحصیلات دانشگاهی رضایت و خشنودی لازم را از عملکرد خود ندارند و حرفشان هم این است که ما به دنبال علاقه و هدفمان نرفتیم اکثرشان تلاش می‌کنند اما نمی‌دانند مقصد نهاییشان کجاست و به کجا می‌خواهند برسند. من خودم این دوره را گذرانده‌ام یا بهتر است بگویم هنوز هم

در حال گذراندن آن هستم و چون خودم این مشکل را در زندگی خودم تجربه کرده‌ام و می‌دانم که بچه‌ها در دوره دبیرستان فرصت اینکه دنبال کتاب‌های روانشناسی و خودشناسی و هدف‌گذاری بروند و مطالعه کنند و شناخت کافی از مشاغل به دست بیاورند ندارند، تصمیم گرفتم مطالعاتی را که از چندین کتاب داشتم را به علاوه داستان زندگی و تجربیات شخصی خودم در قالب کتابی دربیارم و آنرا در اختیار شما دوستان عزیزم قرار دهم تا قبل از آنکه انتخاب کتاب مناسبی انجام دهید بدانید که برای انتخاب درست چه مراحلی را باید طی کنید و هدف و انتخابتان را درست تعیین کنید.

این کتاب شامل ۴ فصل است. فصل اول تقریباً حالت داستان مانند دارد و توضیح مختصری درباره این است که چرا تصمیم به نوشتن این کتاب گرفته‌ام. محتوای اصلی کتاب از فصل دوم آغاز می‌شود ابتدا در مورد خودشناسی بحث شده و در انتهای فصل تجربه و خاطرات شخصی خودم را بیان کرده‌ام. فصل سوم در مورد هدف‌گذاری است و راهنمایی می‌کند که چگونه هدف‌گذاری کنیم. فصل چهارم در مورد انواع تیپ‌های شخصیتی است و توضیح می‌دهد چه شغلی برای چه فردی مناسب است و معرفی انواع شغل‌ها است که به صورت جداگانه گردآوری شده است. انتهای هر

مبحث یکسری سؤالات و خودآزمایی‌هایی قرار دارد که پیشنهاد می‌کنم حتماً آن‌ها را انجام دهید تا در نهایت بعد از خواندن این کتاب هدف موردنظرتان را شناسایی و آینده خود را برای خودتان بتوانید ترسیم کنید.

مربی که این کتاب برای شما دارد این است که چکیده‌ای مفید از چنین کتاب روانشناسی برتر دنیا است و زمان زیادی از شما نخواهد گرفت. هر فصل از این کتاب مانده تکه‌های پازل است زمانی که خواندن این کتاب را به اتمام برساند پازل ذهنتان تکمیل خواهد شد.

از استاد عزیز و بزرگوارم جناب آقای دکتر شیرمحمدی نهایت تقدیر و تشکر را دارم و ممنونم که پنجه جدیدی را در زندگی به روی من باز کردند و توانایی، قدرت و اعتماد به نفس این را دادند که بتوانم تجربیاتم را با شما دوستان عزیز به اشتراک بگذارم.

ارادتمند شما پگاه ذاکری