## <<职业素养训练系列教材>>

#### 图书基本信息

书名: <<职业素养训练系列教材>>

13位ISBN编号: 9787811375954

10位ISBN编号:7811375958

出版时间:2010-10

出版时间: 苏州大学出版社

作者:汤晓红 编

页数:67

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

### <<职业素养训练系列教材>>

#### 前言

每一个进入技工院校就读的学生,都必须为成为一名优秀的高级蓝领而努力。

如何实现从学生到高级蓝领的转变,尤其是成为企业所欢迎的现代职业员工,除了需要不断学习、提 升专业能力以外,还要培养良好的职业素养,这是成功的开始。

什么是职业素养?

职业素养是从事职业应该具备的品质和修养,是职业意识、职业精神和态度的综合体现。

为帮助广大学生塑造良好的职业素养,我们编写了这套《职业素养训练系列教材》。

这是一套用新的理念、新的形式编写的新教材,它以"学习领域"的模式,显现学习的实用性、情境性和趣味性,它以下达任务书的形式,引导学生主动参与教学活动。

经过苏州技师学院2008年以来的探索和实践,这套书深受学生的欢迎和社会的认同。

本套学生用书共设计13个学习领域。

每个学习领域侧重引导学生提升某一个方面的能力。

为编好这套系列教材,各书主编(按姓氏笔画排列)马逸敏、牛紫恩、刘亚平、汤晓红、李正栋、杜莉萍、余新利、张建平、赵坚、姚静芬、贾丽琴、黄激、眭丽萍等老师付出了辛勤的劳动,学院教务处、项目研发处等精心组织安排,金勤明、吴伟民、汤晓红、眭丽萍等2008年承担了启动本课程的有关工作;马逸敏、牛紫恩承担了本次出版的统稿等工作,在此我深表谢意!

## <<职业素养训练系列教材>>

#### 内容概要

本书是一套用新的理念、新的形式编写的新教材,它以"学习领域"的模式,显现学习的实用性、情境性和趣味性,它以下达任务书的形式,引导学生主动参与教学活动。 经过苏州技师学院2008年以来的探索和实践,这套书深受学生的欢迎和社会的认同。

## <<职业素养训练系列教材>>

#### 书籍目录

训练单元5.1 团队建设 ——团队成员相互认识、相互熟悉训练单元5.2 建立信任的训练 ——团队成员之间建立信任训练单元5.3 勇于承担责任的训练 ——出现问题应勇于承担责任训练单元5.4 团队沟通的训练 ——注重有效沟通训练单元5.5 团队协作的训练 ——团队精神的培养训练单元5.6 考核 ——团队融合、集体智慧(测试)参考文献

### <<职业素养训练系列教材>>

#### 章节摘录

插图:作为经历过灾难的个体,如果能把自己在灾难事件发生时的所见、所闻、所为和自己对该事件的想法、感受公开地(如向亲戚、好友、同事等)表达出来,或采用适当的方法,如痛哭、呐喊等,很好地将不良情绪宣泄和表露出来,可以最大限度地减轻灾难事件后的心理创伤,尽快恢复当事人的心理健康。

2.自我激励.行动落实在遭受灾难,特别是重大灾难后,当事人一般会处在心情极度低落、精神几近崩溃的边缘,甚至觉得无法再支撑下去或产生轻生的念头。

而精神上的鼓励和支持含有积极因素,能帮助当事人挖掘自己应付挫折的潜能,从而达到克服消极情 绪、调整认知、减轻心身压力的目的。

当自己正承受灾难带来的苦闷和折磨时,一方面要激励自己振奋精神,尽快转变思想观念,转变对挫 折、灾难的看法;另一方面还要积极行动起来,主动改善当前的境遇。

当看到身边的人正陷于痛苦的泥潭中不能自拔时,也要主动伸出援手,鼓励他振作起来,勇敢面对现 实。

3.积极思考生命的意义。

重新确定人生目标一个人如果无法找到生命的意义.或因某种挫折失去了生活目标,或因环境巨变感到生活迷惘,就会出现挫折、空虚、失落、绝望等心理失衡现象。

因此,当我们正在承受灾难带来的巨大痛苦时.更应该努力地开阔自己的视野,重新认识我们原本熟悉的世界,重新审视生命的价值和人生的真正意义。

重新体验苦难的意义,从而超越当下暂时的悲观失望情绪。

# <<职业素养训练系列教材>>

#### 编辑推荐

《急救避险训练》:职业素养训练系列教材。

# <<职业素养训练系列教材>>

#### 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