

<<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。

为帮助广大学生营造良好的职业素养，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

## 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>