

<<大学生职场核心能力训练>>

图书基本信息

书名：<<大学生职场核心能力训练>>

13位ISBN编号：9787536680005

10位ISBN编号：7536680007

出版时间：2006-11

出版时间：重庆出版社

作者：周矩

页数：275

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>

## <<大学生职场核心能力训练>>

### 内容概要

学习已经不是人生某一阶段的任务，而是贯穿生命始终的一种习惯和必须，是结合社会的需求，在自我的每一个不同发展阶段的主动学习，是21世纪崭新的学习理念。

本书结合社会对大学毕业生的要求，把职场核心能力加以模块化，一项一项地加以分析和阐述，并提出训练和培养的若干关键要素。

实际上就是一群资深的职场人士，根据自己的工作实际，结合理论编著的，他们大多来自培训、综合管理和人力资源管理的实际岗位，（绝大部分都是行业内的资深专家。

他们更看重的不是理论本身，而是理论在实践中的运用和能力的提升。

）以一种谈心的方式，用过来人的眼光，给初入社会和职场的人谈一些心得体会和必备的核心能力。

## <<大学生职场核心能力训练>>

### 作者简介

周矩，荣格心理与事业发展咨询所所长，1984年大学毕业，于1986年执教《管理心理学》《社会心理学》和《心理学》至今，重庆大学研究生院心理咨询中心特聘顾问，重庆心理学会科普专业委员会副主任、危机干预委员会主任委员。

1993年创办重庆荣格心理与事业发展咨询所。

有15年个体咨询经验和20年的心理学教学经验。

崇尚以智慧改善现代人的工作和生活质量。

关注企业与事业单位的高层管理的人力资源建设，对人员的招聘、选拔、激励、培训、使用提供专业化的技术支持。

发表的有关人力资源方面的文章有：《择业的心理准备》《制定职业发展的计划》《双因素理论和留人策略》《怎样对待下属的成功和失败》《怎样才会努力工作》《管理咨询问题与出路》。

## <<大学生职场核心能力训练>>

### 书籍目录

前言 作者简介 上篇 培养职场心态能力 第1讲 什么是职业化 一 我国职业化现状 二 何谓职业人  
三 对职业人的新界定 四 职业人的特点和素质 五 职业人的人际艺术 六 认同心中的职业化  
七 职业人的一个中心和三个基本点 第2讲 如何职业化 一 从“学校人”至“职业人”  
人生紧要处如何走 二 企业的人才观 三 个人职业设计的成功秘诀 四 细节的职业化 五  
职业经理人谈职业规划 六 如何建立与职业成就对应的职位系列 七 职业发展七宗罪 第3讲 面  
对挑战 一 生活工作中遇到过哪些挑战 二 挑战——能否适应时代的变革 三 挑战——能否  
把握自己的角色 四 面对挑战——能否保持良好的心态 第4讲 调整心态的技巧 一 积极心态  
二 要积极尝试新事物 三 要专注不要刻板 四 学习自我暗示 五 生活中常见的非理性因素  
六 建立自信的方法 七 习惯是一种力量 八 学习一些办公室政治 九 调整心态的8种方法  
十 如何解决初入社会面临的几个心理适应问题 第5讲 正确地面对挫折与失败 第6讲 谈判技巧中篇  
在团队中成长 第7讲 职场人际关系 第8讲 沟通技巧 第9讲 职业思考力 第10讲 职业地完成指派的工作  
下篇 职业竞争力的成长之道 第11讲 职业选择 第12讲 职业规划的几步步骤 第13讲 选择应聘单位和面  
试的技巧 第14讲 时间管理 第15讲 压力管理 第16讲 职场礼仪之社交篇 第17讲 职场礼仪之商务篇  
第18讲 着装礼仪后记

<<大学生职场核心能力训练>>

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>