

<<IT职业素质训练>>

图书基本信息

书名：<<IT职业素质训练>>

13位ISBN编号：9787121147722

10位ISBN编号：7121147726

出版时间：2012-2

出版时间：电子工业出版社

作者：唐振明 主编，胡霞，成焕，赖炜 编著

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>

## &lt;&lt;IT职业素质训练&gt;&gt;

## 前言

自加入世贸组织以来，中国的市场经济发生了巨大的变化，经济类型变得更加多样，市场的竞争也随之加剧。

激烈的市场竞争为我们提供了各种各样的机会，同时也给我们所有人带来了巨大的压力，如就业压力、职场生存压力、心理压力等。

大学生作为社会的一员，在学校里已经掌握了进入职场的必备专业技能。

然而，还是会有部分在大学里学习成绩非常优秀的学生，毕业很长时间都无法找到适合自己的工作，或者在工作的过程中不断出现这样或那样的问题，使得企业管理者对其工作能力产生疑问。

也有很多已经在职场中打拼了多年的老员工，仍然面临一直停留在某个职位，得不到任何提升机会等问题。

出现这些问题的原因有两点。

首先，对从事的职业和该职业所处行业的特点以及该职业所涉及的岗位在企业中的发展情况了解不够，导致很多学生在进入企业后总感觉自己找不到方向，工作提不起劲。

其次，方法不正确。

常见方法有很多，如学习方法、高执行力方法、突发事件处理方法、高效率工作方法、有效沟通方法等。

教材里强调的是最应该关注的学习方法，因为任何其他方法都基于这个基础，只有先学会学习，才会懂得如何运用学来的知识和技巧。

传统的职业素质训练方式多是以“说教式”为主，会列举世界上各行各业的成功人士的故事，如比尔盖茨、爱迪生、拿破仑是如何建立自信，如何具有积极心态才使得他们成功等，告诉学生必须有良好的心态。

学生在课堂上听得情绪高涨，但是这种高涨的情绪在下课后便被现实生活中的困难打倒，学生仍旧无法找到解决问题的方法，最后陷入消极和自卑。

本教材以IT行业和行业内的职业岗位设置为基础，先让读者了解IT行业的特点及IT行业岗位的特点，帮助读者学会学习的方法。

书中结合企业案例、个人案例、哲理故事及一些职场专业测试帮助读者进一步认识自己、了解职场规则，提升实际解决问题的能力，最终满足企业需求，实现人生目标。

在编写本书的过程中，得到了很多领导、同事及朋友的帮助。

感谢中软国际的所有领导及同事，是你们的帮助、鼓励及支持才有这本书的问世。

感谢电子工业出版社的编辑们，如果没有他们的辛苦工作及真诚建议，这本书的出版将不会这么顺利。

编者

## <<IT职业素质训练>>

### 内容概要

本教材从企业甄选人才的角度，通过分析企业的真实案例，帮助读者客观地认识自己和职场，学会并掌握适应现代社会生活和工作的方法。

本教材共分为四篇：第一篇明确要求，确立目标；第二篇素质评估，锁定差距；第三篇营销自我，脱颖而出；第四篇激发潜能，洞悉规则。

主要内容包括职业目标的确立，IT行业和行业内岗位的分析，职业理念的形成、职业生涯的规划，职业道德的建立及修养，职业学习能力的提升，团队合作与人际关系运作能力、应变能力、执行力的建立及提升，沟通技巧的提升和职业形象的树立等。

本教材涵盖了企业实际工作中常见的一些典型问题，通过对这些案例进行分析，加入职业能力测评，让读者能更快地理解职业素质包含的主要内容，掌握实际解决问题的方法，提升解决问题的能力。

## <<IT职业素质训练>>

### 书籍目录

#### 第一篇 明确要求，确立目标

##### 第一章 梦想成就未来

###### 第一节 进入大学，梦想开始

###### 第二节 兴奋过后的困顿

###### 第三节 如何充实大学生活

##### 第二章 行业剖析

###### 第一节 职业、行业、职位的区别

###### 一、职业、行业、职位的定义

###### 二、职业、行业、职位的关系

###### 第二节 IT行业剖析

###### 一、什么是IT行业

###### 二、软件行业的发展历史

###### 三、软件产业的主要类型

###### 四、中国软件行业的发展及现状

###### 五、软件产业的人才特色

##### 第三章 职业规划

###### 第一节 职业规划的定義

###### 第二节 职业规划与个人发展

###### 一、职业规划有助于增强自身实力

###### 二、职业规划有助于提升应对就业竞争的能力

###### 第三节 影响职业规划的因索

###### 一、个人的自信心

###### 二、个人的自我教育能力

###### 三、个人的情绪稳定性

###### 四、其他客观因素

###### 第四节 职业规划的步骤与原则

###### 一、职业规划的步骤

###### 二、职业规划的原则

#### 第二篇 素质评估，锁定差距

##### 第四章 职业素质与职业道德

###### 第一节 职业素质

###### 一、职业素质的概念

###### 二、职业素质的基本内容及要求

###### 第二节 职业道德

###### 一、职业道德的概念

###### 二、职业道德的特征

###### 三、职业道德对从业者个人的作用

###### 四、职业道德的基本要求

###### 第三节 职业素质的培养

###### 一、制订合理的学习计划

###### 二、科学合理的学习计划要求

###### 三、自我能力的培养

###### 四、身心素质培养

##### 第五章 知识改变命运

###### 第一节 快乐源于兴趣

## <<IT职业素质训练>>

一、兴趣的来源

二、兴趣与职业

三、兴趣测试

第二节 方法决定效率

一、掌握岗位职责分析法

二、提升工作效率的几种方法

第六章 意识影响生活

第一节 不做情绪的奴隶

一、了解情绪

二、情绪修炼

第二节 执行力与能力

一、什么是执行力

二、缺乏执行力的症状

三、如何提高执行力

第三节 创造、分享共成长，做最好的自己

第七章 能力影响成败

第一节 提升自我竞争力

一、什么是个人竞争力

二、竞争力的几个层次

三、如何打造自己的核心竞争力

第二节 提升团队合作能力

一、团队的概念

二、如何成为优秀的团队成员

第三节 职业习惯养成

一、什么是习惯

二、职业习惯养成

第三篇 营销自我，脱颖而出

第八章 准备好了吗

第一节 如何获取就业信息

一、就业信息种类

二、如何获得就业信息

三、整理就业信息

第二节 求职印象管理

一、印象管理对求职的影响

二、职业形象塑造

三、职场礼仪

第三节 表达能力提升

一、正确表达的重要性

二、表达的方式

三、表达能力提升训练

四、克服畏怯心理的方法

五、求职的语言艺术

第九章 求职技能解析

第一节 简历撰写

一、简历撰写的几个注意事项

二、简历的内容和格式

三、简历范本

## <<IT职业素质训练>>

### 第二节 面试技巧提升

- 一、面试过程需要注意的要点
- 二、面试回答问题的技巧

### 第十章 就业案例分析

- 一、就业过程中容易出现的情况
- 二、就业成功的案例

## 第四篇 激发潜能，洞悉规则

### 第十一章 职场规则

- 一、了解企业对人才素质的要求
- 二、职场规则与生存守则

### 第十二章 初涉职场，如何迈好第一步

- 一、调整期望，保持良好心态
- 二、磨去棱角，适应环境
- 三、认真对待每一件事，从小事做起
- 四、累积人脉，少说多听多做
- 五、提高学习力，不断学习
- 六、找准定位，扬长避短，坚持不懈
- 七、善于表现自己，勇于表现

附录A 软件企业部分岗位的岗位职责说明书

附录B 职业目标人物生涯访谈问卷

附录C 职业规划书格式

附录D 中华人民共和国劳动合同法

附录E 个人简历模板

参考文献

## <<IT职业素质训练>>

### 编辑推荐

《IT职业素质训练》适合所有在校和在职人员阅读。

<<IT职业素质训练>>

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>