

<<大学生职业素质训练>>

图书基本信息

书名：<<大学生职业素质训练>>

13位ISBN编号：9787564061555

10位ISBN编号：7564061553

出版时间：2012-8

出版时间：北京理工大学出版社

作者：刘文，蒙坪 主编

页数：251

字数：374000

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>

## <<大学生职业素质训练>>

### 内容概要

刘文和蒙坪主编的《大学生职业素质训练》借鉴加拿大CBE模式，对大学生应具备的职业素质和能力进行了科学的分类。

全书共分7个能力模块对学生进行训练，包括自我认识训练、体能与意志训练、沟通与口语表达训练、情商管理能力训练、学习与创新能力训练、择业与求职能力训练、社交礼仪训练。这些内容较全面地概括了大学生的职业素质要求。

## <<大学生职业素质训练>>

### 书籍目录

#### 模块1 自我认识训练

##### 1.1 接纳自我、认识自我训练

###### 1.1.1 训练目标

###### 1.1.2 训练内容

###### 1.1.3 训练小结

##### 1.2 克服自卑、增强自信训练

###### 1.2.1 训练目标

###### 1.2.2 训练内容

###### 1.2.3 训练小结

##### 1.3 展现自我、重塑自我训练

###### 1.3.1 训练目标

###### 1.3.2 训练内容

###### 1.3.3 训练小结

#### 模块2 体能与意志训练

##### 2.1 体能训练

###### 2.1.1 训练目标

###### 2.1.2 训练内容

###### 2.1.3 训练小结

##### 2.2 自制力训练

###### 2.2.1 训练目标

###### 2.2.2 训练内容

###### 2.2.3 训练小结

##### 2.3 恒心毅力训练

###### 2.3.1 训练目标

###### 2.3.2 训练内容

###### 2.3.3 训练小结

##### 2.4 合作能力训练

###### 2.4.1 训练目标

###### 2.4.2 训练内容

###### 2.4.3 训练小结

#### 模块3 沟通与口语表达训练

##### 3.1 积极心态与言辞

###### 3.1.1 训练目标

###### 3.1.2 训练内容

###### 3.1.3 训练小结

##### 3.2 表扬与批评、请求与拒绝

###### 3.2.1 训练目标

###### 3.2.2 训练内容

###### 3.2.3 训练小结

##### 3.3 打电话与社团活动

###### 3.3.1 训练目标

###### 3.3.2 训练内容

###### 3.3.3 训练小结

##### 3.4 座谈与讨论

###### 3.4.1 训练目标

## <<大学生职业素质训练>>

3.4.2 训练内容

3.4.3 训练小结

3.5 主持与演讲

3.5.1 训练目标

3.5.2 训练内容

3.5.3 训练小结

模块4 情商管理能力训练

4.1 认识调控自我情绪

4.1.1 训练目标

4.1.2 训练内容

4.1.3 训练小结

4.2 自我激励能力训练

4.2.1 训练目标

4.2.2 训练内容

4.2.3 训练小结

4.3 认知调控他人情绪

4.3.1 训练目标

4.3.2 训练内容

4.3.3 训练小结

4.4 抵御挫折与压力能力训练

4.4.1 训练目标

4.4.2 训练内容

4.4.3 训练小结

模块5 学习与创新能力训练

5.1 注意力与观察力训练

5.1.1 训练目标

5.1.2 训练内容

5.1.3 训练小结

5.2 记忆力训练

5.2.1 训练目标

5.2.2 训练内容

5.2.3 训练小结

5.3 制订、执行学习计划能力训练

5.3.1 训练目标

5.3.2 训练内容

5.3.3 训练小结

5.4 想象力与创新思维能力训练

5.4.1 训练目标

5.4.2 训练内容

5.4.3 训练小结

5.5 制定创新工作方案

5.5.1 训练目标

5.5.2 训练内容

5.5.3 训练小结

模块6 择业与求职能力训练

6.1 认识自我职业倾向

6.1.1 训练目标

## <<大学生职业素质训练>>

6.1.2 训练内容

6.1.3 训练小结

6.2 规划职业生涯

6.2.1 训练目标

6.2.2 训练内容

6.2.3 训练小结

6.3 收集与处理就业信息

6.3.1 训练目标

6.3.2 训练内容

6.3.3 训练小结

6.4 准备求职材料

6.4.1 训练目标

6.4.2 训练内容

6.4.3 训练小结

6.5 应聘面试训练

6.5.1 训练目标

6.5.2 训练内容

6.5.3 训练小结

模块7 社交礼仪训练

7.1 礼仪认知训练

7.1.1 训练目标

7.1.2 训练内容

7.1.3 训练小结

7.2 个人礼仪形象塑造

7.2.1 训练目标

7.2.2 训练内容

7.2.3 训练小结

7.3 社交礼仪训练

7.3.1 训练目标

7.3.2 训练内容

7.3.3 训练小结

7.4 职场礼仪训练

7.4.1 训练目标

7.4.2 训练内容

7.4.3 训练小结

参考文献

<<大学生职业素质训练>>

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>