

<<职业生涯六堂课>>

图书基本信息

书名：<<职业生涯六堂课>>

13位ISBN编号：9787111402107

10位ISBN编号：7111402103

出版时间：2012-12

出版时间：机械工业出版社

作者：姚先桥

页数：159

字数：189000

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>



## <<职业生涯六堂课>>

### 作者简介

姚先桥 武汉科学技术发展促进中心资深培训师 曾任武汉春天集团公司人力资源部经理  
北京海翰智慧管理顾问公司特聘培训师 武汉华中人才公司特聘资深培训师 武汉中小企业管理咨询服务专家顾问 《楚天金报》职场聊吧栏目点评专家  
《华中人才周报》专栏作者 武汉创业天使导师 服务过的客户  
中国石化武汉分公司、美国惠普中国公司武汉分公司、美国嘉吉生化公司、南开大学、天津滨海快速交通发展公司、武烟集团、武钢培训中心、武汉凡谷电子公司、武汉力兴电源公司、武汉东风电动车辆公司、湖北捷龙公司、武汉健民大鹏药业公司、武汉太和集团等。

## <<职业生涯六堂课>>

### 书籍目录

推荐序一

推荐序二

前言

第一课 职业规划——为职业生涯发展导航

1. 职业生涯要有战略规划

2. 彻底认识自己

3. 理性评价性格在职业生涯规划中的作用

4. 制订职业生涯规划要从读大学开始

5. 用正确的人生观统领职业生涯发展

6. 树立正确的人生观

7. 职业生涯规划要有系统性

8. 确定职业生涯发展目标

9. 在实践中探明职业发展方向

10. 短期利益要服从于长远利益

11. 大学阶段要打造专业优势

12. 大二阶段要以读书为主

13. 不要将兴趣视为职业

14. 将自己的专长同企业需求相对接

15. 从基层工作做起

16. 初入职场要培养学习心态

17. 不要将当老板作为评价职业生涯成功的唯一标准

18. 放弃是一种智慧

19. 职业生涯规划要适时调整

20. 不要过于追逐高学历

第二课 职业选择——为职业生涯发展决策

1. 职业选择就熟不就生

2. 寻找具有职业发展舞台的企业

3. 为选好职业储备专业知识

4. 选好实习单位

5. 选择就业机会多的职业

6. 选择职业要独立思考

7. 选择专业谨防赶浪潮

8. 选择智力含金量高的职业

9. 选择同自己性格相吻合的职业

10. 选择职业不宜舍近求远

11. 选择企业不要太看重薪酬待遇

12. 拓宽职业选择的思维空间

13. 求职德商价更高

14. 求职要摆脱从众心理

15. 求职要对接所学的专业

16. 对所学专业就业态势进行评估

17. 谨防职业选择的布里丹效应

18. 谨防盲目跳槽的风险

19. 频繁跳槽贻误自己

第三课 职业定位——为职业生涯发展聚焦

## <<职业生涯六堂课>>

1.职业发展要立足于“根据地”

2.职业定位宜早不宜迟

3.在反思中找准职业定位

4.专注于做好一项工作

5.逐渐领悟职业角色

6.初入职场要做好职业定位

7.经营自己的长处

8.唯有专业才能卓越

9.职业定位贵在有恒

10.职业定位要着眼未来

第四课 职场情商——为职业生涯发展奠基

1.战胜浮躁情绪

2.走出后悔情绪的阴霾

3.提高情绪的控制能力

4.善待工作压力

5.低调做人

6.享受困难的恩赐

7.学会欣赏他人

8.学会处理与上司的关系

9.帮助上司成功

10.善于向领导建言献策

11.善于结交好同事

12.调整工作心态

13.扩大职场交际圈

14.对求职要有信心

15.建立和谐的人际关系

16.感谢宽容你的人

17.感谢伤害过你的人

18.感谢批评你的人

19.感谢羞辱你的人

20.对职业发展要充满期待

第五课 职业转型——为职业生涯发展突破

1.职业转型细思量

2.职业转型要基于发挥专业才能

3.职业转型不宜另起炉灶

4.职业转型要有归零心态

5.为未来从事本专业工作储备能力

6.不要轻言职业转型

7.不要盲目进入陌生的职业领域

8.别把所从事的职业不当一回事

9.参加职业培训是职业转型的基础

第六课 职业发展——为职业生涯发展加油

1.作好就业的充分准备

2.初涉职场多尝试

3.求职者当自强

4.从基层工作做起

5.增强敬业观念

<<职业生涯六堂课>>

- 6.高度重视品德修养
  - 7.诚信重于能力
  - 8.向标杆学习
  - 9.知识面窄将制约职业发展
  - 10.珍惜专业知识积累
  - 11.用知识打造职场竞争力
  - 12.用实力迎接挑战
  - 13.用成果说服企业主考官
  - 14.员工如何参与绩效考核
  - 15.学习要着眼于职业生涯发展
  - 16.潜心培养职业爱好
  - 17.热爱所从事的职业
  - 18.打造个人品牌
  - 19.领导者要善于做员工的教练
  - 20.把握职业发展的节奏
- 后记

<<职业生涯六堂课>>

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>