

职业潜能

主 编 郭 霖

副主编 张美华 杨复伟

易荣伟 叶 舜



重庆大学出版社



普通高等学校通识课系列规划教材

职业潜能

主 编 郭 霖

副主编 张美华 杨复伟

易荣伟 叶 舜

重庆大学出版社

内容提要

本书通过赢在校园、潜能训练、团队意识训练、自信心训练、责任意识训练、规则意识训练、自我超越等方面的学习和实践,启发大学生逐步适应大学生活,在自我认知的基础上激发职业潜能,提升学习动力,更好地完成大学期间的各项发展任务,为提升职业竞争力,实现幸福人生奠定良好的基础。

本书可作为高校就业指导类课程的教材,也可供从事就业指导工作的教师及社会相关人士参考。

图书在版编目(CIP)数据

职业潜能/郭霖主编. -- 重庆:重庆大学出版社,
2018.8

普通高等学校通识课系列规划教材

ISBN 978-7-5689-1113-9

I. ①职… II. ①郭… III. ①大学生—职业选择—高等学校—教材 IV. ①G647.38

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第113586号

职业潜能

主 编 郭 霖

副主编 张美华 杨复伟

易荣伟 叶 舜

策划编辑:顾丽萍

责任编辑:李定群 谢 芳 版式设计:顾丽萍

责任校对:邹 忌 责任印制:张 策

*

重庆大学出版社出版发行

出版人:易树平

社址:重庆市沙坪坝区大学城西路21号

邮编:401331

电话:(023)88617190 88617185(中小学)

传真:(023)88617186 88617166

网址: <http://www.cqup.com.cn>

邮箱: fxk@cqup.com.cn (营销中心)

全国新华书店经销

重庆升光电力印务有限公司印刷

*

开本:787mm×1092mm 1/16 印张:9 字数:192千

2018年9月第1版 2018年9月第1次印刷

印数:1—3 700

ISBN 978-7-5689-1113-9 定价:25.00元

本书如有印刷、装订等质量问题,本社负责调换

版权所有,请勿擅自翻印和用本书

制作各类出版物及配套用书,违者必究

前言

当今世界,知识更迭与产业升级的速度前所未有。随着时代的发展和科技的进步,人工智能逐渐取代了一些传统岗位和职业,使得从业人员往往不能只在一个岗位上,只从事一种职业。因此,从业人员需要与时俱进,持续培养与提升自己的职业竞争力。这种竞争力无法被人工智能取代,它有别于通常的专业知识与技能,是一种非专业的要素,能够让从业人员在职业生涯中适应跨岗位、跨职业甚至跨行业的成长需求。如何培养大学生在未来职业发展过程中可持续的竞争力,以适应社会发展需求、企业发展需求以及大学生自身的成长需求,非专业能力系列课程应运而生。

非专业能力系列课程是在多年的教学实践、理论研究和企业调研的基础上进行研究开发,按照学生在大学不同阶段的发展需求来设计,相互之间有机衔接、密切联系,分阶段循序渐进、系统塑造,使学生顺利实现由校园人到职业人的转变。

非专业能力系列课程注重学生社会技能的培养,着力改变学生的心智模式,引导学生个性的充分发展,使学生作为一个健康而完整的个体,与环境和谐共处,去追寻职业发展的成功与人生的幸福。因此,学生在课程中不仅能感受到学习的快乐,更能感受到心灵的成长。这种成长帮助学生将关注的焦点从“环境的不利,他人的缺失”转移到“我能做什么”上面来。积极的心智模式为学生的专业能力培养与职业发展奠定了坚实的基础。在此基础上,培养学生具备处理人际关系的能力、公共关系能力、组织协调能力、交流合作能力、适应能力以及社会责任感等。

本书在课程试点的过程中逐步编写形成自编讲义,并在教学过程中不断完善后正式出版,遵循以学生学习与发展成果为中心的原则,立足可读性与指导性,注重理论与实践相结合、普遍性与特殊性相结合、理论指导与技术指导相结合,体现了系统性、有效性和实用性的特点。

本书由郭霖担任主编,张美华、杨复伟、易荣伟、叶舜担任副主编,各章节的编写工作由武汉工程科技学院创新创业学院非专业能力教研室授课教师合力完成。具体分工为:第一章,郭霖;第二章,徐娅妮;第三章,叶舜;第四章,张美华、陈浩;第五章,刘胜男;第六章,吴夏;第七章,李毅;第八章,易荣伟、杨复伟。统稿由郭霖承担,张美华、杨复伟、易荣伟、叶舜协助。

全书从创意、构思、写作直到出版,得到了诸多领导和老师的帮助和指导,在此表示诚挚的谢意!

此外,在写作过程中参考和借鉴了学术界同人的成果和观点,限于篇幅未能一一列出,在此一并表示诚挚的敬意和感谢!

由于编者水平有限,书中难免有不足之处,但若能对读者有所帮助,我们也倍感欣慰和珍惜。最后,诚请读者批评指正,以便再版时更正。

编 者
2018 年 4 月

目 录 / CONTENTS

第一章 绪论/1

第一节 非专业能力课程概述/1

第二节 如何学好非专业能力课程/8

第二章 赢在校园/16

第一节 当代大学生的特点与就业环境/16

第二节 如何适应大学生活/23

第三章 潜能训练/34

第一节 认识自我的潜能/34

第二节 潜能开发/38

第四章 团队意识训练/55

第一节 团队概述/55

第二节 高效团队/63

第五章 自信心训练/73

第一节 自信心概述/73

第二节 训练自信心的方法/83

第六章 责任意识训练/90

第一节 责任概述/90

第二节 大学生责任意识现状/95

第七章 规则意识训练/105

第一节 如何进行自我行为管理/106

第二节 文明礼仪基本规范/110



CONTENTS

第八章 自我超越/120

第一节 真实自我的实现与超越/120

第二节 打造精英团队,激发团队潜能/128

参考文献/137



第一章 绪 论

[学习目标]

1. 理解职业素质与非专业能力的内涵;
2. 正确认识非专业能力教育的重要性;
3. 了解非专业能力课程的理论基础;
4. 了解非专业能力课程体系的培养目标与学习方法。

[导入]

人类生来拥有的是崭新的生命,与生即备有赢取胜利的条件。每个人以自己独有的方式观看、倾听、接触、尝试和思考。人人各有其独特的潜力——才能与先天限制。他们皆可因自己的天赋条件成为一个杰出的、有思考力、有觉察力和有创造力的人——一个胜利者。

——M. 詹姆斯《论强者》

第一节 非专业能力课程概述

随着时代的发展和科技的进步,在产业升级的同时,越来越多的岗位将被人工智能所取代,一些传统职业逐渐从历史的舞台淡去,同时,一些新兴职业也应运而生。就业市场上职业结构的变化、岗位的轮换,使得职业人不能再在一个岗位上从一而终,需要不断自我提升,培养自己的职业竞争力,去适应社会的发展。而这种竞争力无法被机器取代,它有别于通常的生产技术或专业知识,是一种非技术、非专业的要素,这种要素使职业人能够适应跨岗位、跨职业甚至跨行业的职业需求。如何培养大学生在未来职业发展过程中可持续的竞争力,以适应社会发展需求、企业发展需求和大学生自身的成长需求,非专业能力系列课程由此应运而生。

一、职业素质与非专业能力

职业素质是一个人职业生涯发展的关键因素之一,职业素质也称“职商”(career quotient, CQ),是指劳动者在一定生理和心理条件的基础上,通过接受教育、劳动实践和自我修养等途径而形成和发展起来的在职业活动中发挥作用的基本品质。职业素质包括三方面内容:一是职业素养,涵盖职业道德、职业心态与职业意识;二是职业行为规范,具体就是行业

与企业对员工行为规范的要求,涵盖职业化语言与职业化行为;三是职业技能,具体来讲就是员工对工作的胜任能力,包括职业资质、专业技能与通用能力。

专业能力是指大学生所修专业领域要求必须具备的特殊能力,包含职业资质和专业技能。

非专业能力也是职业素质的重要组成部分,包括职业素养、职业行为规范与职业通用能力,即职业素质中除职业资质与专业技能以外的能力素质,是大学生所修专业以外的各种有利于自己全面发展的能力,这种能力具有普适性,不同专业的学生可以有相同或相似的非专业能力。

关于非专业能力的定义和内涵,学者们有各种观点,其中,贵州建设职业学校的李安认为,非专业能力是指那些与一定的专业实际技能不直接相关的知识、能力和技能,它更是在不同场合和职责情况下作出判断选择的能力,应对人生生涯中不可预见的各种变化的能力,一般分为社会能力、情感能力和方法能力。

麦可思公司通过建立基于美国劳工部就业技能委员会(SCANS)标准的中国企业对大学毕业生基本能力需求模型,将35项基本工作能力划分为五大能力群。五大能力群对应的各项基本能力分别是:

①理解与交流能力。包括理解性阅读、积极聆听、有效的口头沟通、积极学习、学习方法、理解他人、服务他人的能力。

②科学思维能力。包括科学分析、数学解法、批判性思维、针对性写作的能力。

③管理能力。包括绩效监督、协调安排、说服他人、指导他人、谈判技能、解决复杂的问题、判断和决策、时间管理、财务管理、物资管理、人力资源管理的能力。

④应用分析能力。包括质量控制分析、系统分析、设备选择、新产品构思、系统评估、技术设计、疑难排解、操作和控制、操作监控、设备维护的能力。

⑤动手能力。包括安装能力、维护机器和系统的能力、电脑编程的能力。

广州大学的林昭雄认为,大学生“非专业能力”主要表现为以下五个方面:

①适应力,即适应社会、谋求生存的能力。目前,大学生这方面的能力主要包括心理承受能力、自立自强能力、人际交往能力、表达沟通能力、组织管理能力、公平竞争能力、团结协作能力、道德自律能力、行为自控能力、审美评价能力、明辨是非能力、分析处理问题能力等,这些都是大学生适应社会、谋求生存和发展的最基本的能力,它们虽然无法成为一个专业,却在很大程度上影响着大学生能力结构的优化及其能力的发挥,应成为衡量大学生综合素质高低的最基本的参考因素。

②学习力,即独立获取知识和运用知识的能力。由于我们的教育体制尚处在由应试教育逐步向素质教育转化的时期,因此,许多大学生主要是被动地、应试地学习。他们习惯于听老师讲,学习的目的是为了考出好成绩。至于考试的目的是什么,如何学会学习,如何主动有效地学习,如何运用知识,则考虑得较少。一旦遇上了新问题、新知识,就显得困难重重

或者束手无策。这种现象在高校中比较普遍,值得深思。我们不仅应教会学生学好知识,还应教会学生用好知识,这才是我们教育的最终目的。

③实践力,即动手操作能力及一些基本技能。一直以来,基本技能少、动手操作能力差是大学生普遍存在的问题,目前这种情况有所好转。实践力主要表现在应用写作、口头表达、英语口语、交际礼仪等基本技能及办公设备使用、摄像摄影、机动车驾驶等操作技能上。这些技能是大学生走上岗位、适应社会的基本本领,不管学生修读任何专业,均应尽可能要求学生能够自如运用。

④发展力,即规划人生、谋求发展的能力。这种能力主要表现为职业生涯规划能力、机遇把握能力、风险控制能力、时间管理能力、投资能力、创业能力、开拓进取能力、终身学习能力等。

⑤创新力,即创新能力和创造能力,是指产生新思想、创造新事物的能力。21世纪急需创新型人才。创新力是一种更高层次的能力,但由于受当前教育体制、教育观念、教育方法等许多因素的影响,大学生的潜能无法得到充分发挥,创造和创新能力普遍不强。高校应转变教育观念,创设宽松的育人环境,重视大学生创新精神、创新能力和创造能力的培养,善于发掘他们的创造潜能,真正实施素质教育,为大学生的成才创造更加有利的条件。

不难看出,对于非专业能力,学者们都将其归结为专业能力以外的能动的适应性,从科学发展观的角度,从宏观和微观来对非专业能力的具体内涵进行分析,是近年来许多学者探讨大学生就业问题的主要方向。

大学生不但要学好专业知识,培养自己的专业能力,还应具备适应当今时代发展和应对经济全球化挑战的能力,做一个会学习、懂生活、身心健康的现代人。从这个层面而言,非专业能力对于大学生的全面发展和健康成长具有更加深远的意义。

二、非专业能力教育的重要性

中国与发达国家的差距不仅仅体现在经济发展水平上,更体现在企业员工的职业化水平上。美国、德国、英国、法国、日本等发达国家的企业对员工职业化水准的要求非常高,其中,德国劳动力的高知识水平和高能力水准世界闻名,德国的教育体制就是根据企业的需求培养完全符合要求的从业人员。在德国,学校学习结束后,大概60%的毕业生都要在350种行业的一种中参加职业培训,在职业学校、企业或者跨企业的培训机构中进行的平行教育是德国教育的特别之处。根据职业不同,培训的时间为2~3年。培训的内容则总是随着职业生涯所需技能的发展而变化。英国在解决大学生就业及就业能力问题上更有着独到的见解和深入的研究,它主张将就业能力培养渗透到大学课程中,并将其进行了多种途径的实践,其理论研究水平与实践成果都为世人所称道。

近年来,国内虽然对大学生就业问题非常重视,但大部分学校仅仅只是开设了职业生涯设计与就业指导等课程,主要以讲授为主,很难使学生产生深刻的体验与感悟,同时,对非专

业能力这方面涉及很少,此类课程使大学生对于“应该做什么”有了一定的认识,但由于学时、教学内容与教学方法的限制,绝大部分大学生对于“应该怎么做”却仍然茫然无措,而非专业能力系列课程就弥补了这一缺失。

自2008年以来,武汉工程科技学院对职业素质教育及非专业能力课程体系进行了有益的探索,针对职业素质教育中非专业能力课程体系进行了研究,探索了课程体系建设实践中的目标、内容与方法,进行了通用能力素质公选课的教学实践,形成了实施效果良好的课程体系,并于2014年进入人才培养方案,成为公共必修课,对提升大学生的职业素质和非专业能力,完善应用型大学人才培养模式进行了有益的尝试。

在大学开展非专业能力教育具有以下三方面的重要意义:

1. 有利于学生成才

为学生成才提供良好的学习资源是大学的安身立命之本。大学生正处于职业准备期,要想在激烈的社会竞争中胜人一筹,在校期间必须为自己的职业生涯奠定坚实的基础。目前,普通高校中开设的课程很难满足学生的职业素质培养需求,使得刚毕业的大学生需要较长时间才能适应工作岗位。因此,只有加强在校学生的职业素质教育,在提升专业能力的同时,加强非专业能力教育,才能强化学生的职业竞争力,促进就业质量。同时,非专业能力较强的大学生,也具备良好的发展潜质与成就动机,在职业生涯发展中更容易克服困难,适应环境,迎接挑战,获得成功。

因此,大学期间,培养良好的非专业能力,顺利完成从校园人到职业人的转变,是大学生职业成功的基础。

2. 有利于企业发展

湖北省教育厅就业指导中心公布了一份毕业生选聘现状调查问卷,用人单位招聘应届毕业生的到岗率不足70%的占了将近一半,有两成多的用人单位到岗率不足50%,学生毁约现象比较严重。这些现象折射出大学生非专业能力的欠缺,导致企业用人风险与成本的增加。企业的发展后劲不足常常源于职业化人才的瓶颈。一个企业成功的关键,不仅在于资金与技术,更在于拥有一支具备较高职业素质的员工队伍。

因此,吸纳与凝聚具备较高职业素质的员工,是企业核心竞争力的体现,是企业发展的根本。培养具有较高职业素质的大学生以满足企业发展的人力资源需求是大学的使命。

3. 有利于社会发展

中国梦,归根到底是每一个中国人的幸福梦,而这幸福的构成中一定少不了的就是稳定就业。就业是关乎国计民生的大事,让每一个大学生具备良好的非专业能力,稳定就业,是家庭幸福的保障,是社会稳定的基础。大学人才培养质量是国家竞争力的体现,应届大学毕业生主要服务于一线生产、管理部门,要求大学生具备过硬的实践动手能力,扎实的专业基础知识,较强的职业岗位适应能力。大学在加强专业建设与学科建设的同时,认真研究应用型人才的培养模式,注重人才培养与企业需求的衔接,加强学生非专业能力的培养,才能使

毕业生得到用人单位的认同,为企业创造价值,获得稳定的就业,也使大学在创出自己的特色和品牌的同时,推动区域经济进步,推动社会稳定发展。

三、非专业能力教育的理论基础

1. 哲学基础

马克思主义哲学有三个重要的组成部分:实践论、认识论、价值论。非专业能力课程体系的主要学习方法——体验式学习就是以实践为基础,实现认识的提升,使学习者的价值观不断完善。

从实践论来看,体验式学习强调的是“经历”“体验”,从中获取对现实生活有效的经验,这正符合了“一切认识都来源于并依赖于实践,实践是认识的源泉、动力、目的,是检验真理的标准”的实践论。

从认识论来说,实践引发了新旧认识的交替,认识是在实践基础上发生的,是由感性认识能动地上升到理性认识,又由理性认识能动地回到实践中去的复杂的矛盾运动过程。认识经过多次反复的实践—认识—再实践—再认识,才有可能获得对世界规律的认识。体验式学习使学习者在不断的体验与感悟中不断探索,实现认识的提升与心灵的成长。

从价值观的完善来说,认识的完善与行为的改变,是促使价值观改变的最根本因素,通用能力素质课程主要采用体验式教学,带给学习者最大的收获是在实践与认识的交替、冲击与磨合之后形成的积极的价值观体系,简单地说就是心智模式的重建,帮助学生将关注的焦点从“环境的不利,他人的缺失”转移到“我能做什么”上来。积极的心智模式为学生的职业能力培养与职业发展奠定了坚实的基础。

2. 心理学基础

非专业能力课程体系在心理学方面主要基于马斯洛与罗杰斯的人本主义心理学思想,以及近年来不断发展的积极心理学思想。教师的主要工作是营造一种有利于个人成长的氛围,如轻松愉悦的学习环境、相互信任的关系和鼓励支持的团体,激励学生的主动性,接纳他的个性,疗愈他在成长过程中的创伤,引导他建立积极的自我概念,在学习适应自我、他人和环境的关系的过程中,不断激发潜能,培养良好的个性品质,实现学生的人格完善,而不是简单地传授知识。

3. 教育学基础

体验学习(experiential learning)的思想最初来自美国著名教育家杜威(John Dewey)的“经验学习”。经验是实用主义哲学的核心概念,杜威认为:“经验包含一个主动的因素和一个被动的因素,这两个因素以其特有的形式结合着。”这两个因素就是体验(experience)和承受(undergoing)。体验是为求得某种结果而进行的尝试,承受是接受感觉或承受体验的结果。也就是说,只有当主动的尝试和被动的承受结合在一起的时候,才构成经验。他认为,要保障人类经验的传承和改造,学校教育就必须为学生学习知识提供一定的材料,而它们要

真正获得真知,则必须通过运用、尝试、改造等实践活动来获取,这就是著名的“做中学”(learning by doing)。体验是以亲身经历、实践活动为基础,通过对经历、实践的感受、反思而实现的人格升华。只有通过反思内省,才能将活动与生活联结起来,找出其中所蕴藏的生命价值。因此,反思内省是体验学习的关键,透过反思内省,体验所形成的意义才可能与其他经验整合,从而形成一些新观点、新认识和新发现。从这个意义上讲,杜威的“做中学”应修正为“基于活动的反思学习”(learning from reflection on doing)。体验式学习就是在不断实践、感受、反思后产生顿悟升华,然后以新的认识指导实践。

4. 社会学基础

非专业能力课程体系注重团队学习,是以创建和谐、温暖、理解的团体心理氛围,使团体成员有强烈的安全感、肯定感和归属感,实现每个成员的成长和发展为目标。课程教学都是在团体中进行的,因为团体是真实社会的模拟。人际关系不良往往是许多心理问题之源,通过成员间的互动、学习、模仿、尝试探索新的行为方式,形成新的人际互动,解决生活中遇到的问题。这一理念来源于“群体动力学”创始人——德国心理学家勒温的“场论”和美国社会心理学家班杜拉的“社会学习理论”。

5. 大脑行为学基础

非专业能力课程不是简单的说教,而是注重经历和体验对人为模式的改善,正符合了行为主义的基本思想。体验式教学模式的教育主旨就是“你拥有的超过你意识到的”,重在挖掘每个学生的潜力,要求每个人充分发挥出体能和心理上的潜力,经受一定难度的考验,最大限度地实现行为改变的目标。让每个学生相信自己拥有更多的勇气、力量、智慧,远多于他们自己认为的。通过大脑神经的生物特性与行为的联系,针对大脑的高级活动区——大脑皮质层不同的功能区来设计课程内容,以不同的体验加深大脑神经元的连接,刺激大脑功能的完善,促进认识的提升,通过认识促进行为习惯的改变。同时,不断改善的行为模式也会通过调节大脑神经介质的代谢水平改善认知、情感与意志的互动模式,修复大脑功能,促进大脑功能的完善,激发心理潜能,形成正确的职业理念与价值观,引发与职业要求相匹配的职业行为,并形成良性循环,实现非专业能力的持续提升。

6. 管理学基础

国外学者和权威机构在 20 世纪 70 年代就开始了企业员工可雇佣性的研究,提出可雇佣性的 USEM 模型:专业理解力(知识)、技能(包括关键技能)、自我效能感(包括自我发展意识)、元认知(包括学会如何学习的能力)。研究的主要视角包括:将可雇佣性与个人工作能力相联系;将可雇佣性看成个人准备进入工作的相关因素;将可雇佣性看成与个人适应能力相关;将可雇佣性看成与个人特点有关,但同时也将可雇佣性看成与劳动力市场状况有关;将可雇佣性与企业/雇主的要求相关,即个人的可雇佣性取决于其是否具备满足企业或雇主需要的知识、技能、能力和其他特性。英国学者 Knight & Yorke 研究的由雇主认可的技能和属性也具有一定参考意义,它包括个人品质(自我理论、自我意识、自信、自主、情商、适

应性、忍受压力、积极性、愿意学习、思考)、核心技能(有效阅读、数字、信息恢复、语言技能、自我管理、关键分析)、创造性(听、书面沟通、口头表达、解释、全球意识)、处理技能(计算机、商业意识、政治敏感度、伦理敏感度、跨文化工作的能力、优先排序、计划、应对不确定性和复杂性、道德的行为、问题解决、解决冲突、决策、协商、团队等)。

最能代表国际性观点的应该是美国培训与发展学会(ASTD)的观点。虽然该学会是美国组织,但参加该组织的成员是国际性的。ASTD 研究的结果是可雇佣性包括基本能力(阅读、写作、计算)、沟通技能(说、听)、适应性技能(解决问题、创造性思考)、开发技能(自尊、动机、目标设定、职业生涯规划)、群体效果技能(人际技能、团队工作、协商)和影响技能(理解组织文化、共同领导)。

虽然中外企业所处的阶段不一样,但企业对员工可雇佣性的需求大多数都是对员工非专业能力要求的体现。以上这些研究成果为我们进行非专业能力课程体系的设计提供了较为充分的依据。

四、非专业能力课程体系的形成

非专业能力课程体系在理论的指导下,立足实践,在企业调研中了解企业对人才最重视的能力素质,在课程目标中涵盖这些关键点,区分这些关键点在大脑中对应的功能区,筛选对这些功能区的功能改善有效的训练方法,结合大学生在不同阶段的心理发展规律,以及职业人需要具备的相关职业发展知识进行课程设计,并在公选课的试点授课过程中进行教学内容的完善与教学方法的探讨。

在近 10 年的课程研究与开发过程中,开展了企业调研,研究了非专业能力对职业发展的影响,规划与建设非专业能力课程体系,研究适应当代大学生特点的素质教育教学方法,进行了试点教学,不断总结完善课程体系。2014 年,武汉工程科技学院成为湖北省首批应用技术型大学转型试点,对接社会需求和应用型人才的培养需求,对人才培养方案进行了改革,非专业能力系列课程正式成为公共必修课。

在调研中发现,参与调研的企业每年都会招聘应届毕业生,这些企业普遍反映聘用应届毕业生的成本太高。综合各企业的意见,他们对员工的职业素质要求集中体现在以下方面:积极主动、诚信负责、遵守纪律、团队合作、沟通能力、学习能力、灵活性/适应能力、耐受挫折、时间管理、关注目标、专业技术、动手能力、情绪稳定、人际交往能力。

企业对员工的要求除专业技术外,基本属于职业素质中通用能力素质的范畴。通过综合分析,我们认为成长型企业在快速发展的过程中对人员的需求量大,素质要求较为全面,不仅能满足企业现实的需要,更要为未来的发展作好储备。同时,在发展初期,生存环境比较恶劣,变数较多,需要员工应变能力强,学习能力强,能适应多个岗位的要求。因此,应届毕业生如果没有较高的非专业能力,专业能力也无法更好地发挥,就无法在一个企业扎根,与企业共同发展,很容易成为跳槽专业户,很难积累优质的职业经历,最后沦为“蚁族”。

因此,在高等教育已经由精英教育进入大众教育的今天,大学生在已经具备专业知识和技能的基础上,必须通过非专业能力教育,使自己在职业素养、职业行为和职业通用技能三个方面得到全面提升,从而使专业能力得到更好的发挥,成为优秀的应用型人才,为顺利进入职场、满足社会与企业的用人需求打好基础,同时也为进一步提升履职能力和把握职业发展机会做好准备。

第二节 如何学好非专业能力课程

一、非专业能力课程体系设计的基本思想

首先,非专业能力素质课程注重学生社会技能的培养,着力点在于改变学生的心智模式,在团队互动中引导学生积极思考,实现个性的充分发展,使学生作为一个健康而完整的个体,与环境和谐共存,去追寻职业发展的成功与人生的幸福。因此,学生在课程中不仅能感受到学习的快乐,更能感受到心灵的成长,这种成长帮助学生将关注的焦点从“环境的不利,他人的缺失”转移到“我能做什么”上来。积极的心智模式将有助于学生形成良好的职业价值观,为学生的职业能力培养与职业发展奠定了坚实的基础。在此基础上培养学生处理人际关系的能力、公共关系能力、组织协调能力、交流合作能力、适应能力以及社会责任感等。

其次,非专业能力素质课程注重方法技能的培养,培养学生自我管理 with 自我发展的能力、独立思考的能力、获取新知识新技能的能力、解决问题的能力、创新能力等,这些能力是学生在职业生涯中不断获取新知识 with 技能、掌握新方法,有效运用专业技能的重要基础,能提升学生的职业竞争力,使学生在踏上职场后能有效缩短职业适应期。

最后,非专业能力素质课程按照学生在大学不同阶段的发展需求来设计,相互之间有机衔接,密切联系,分阶段循序渐进,系统塑造,使学生顺利实现从校园人到职业人的转变,成为高职商、高情商的职业人。

二、非专业能力系列课程的培养目标

非专业能力素质课程包括职业潜能、自我探索与自我管理、人际沟通与公众表达、团队协作与情商提升、工作方法 with 问题解决、职业形象 with 求职就业六门必修课,主要目标是通过系统训练提升大学生的职业素养、职业行为 with 通用职业能力,使之具备无法被轻易取代的职业化核心能力,在素质、态度、行为 with 表现等方面基本达到职业人的要求。具体来说,在不同时期、不同课程中,主要使学生达成以下目标:

①职业潜能课程,相对应的成果是激发学生职业潜能,增强自信心,培养积极的职业意识与职业态度;培养自我突破的革新意识与执行力,提升挫折耐受力与适应能力;培养纪律意识与责任意识,掌握一定的道德自省与评判能力。通过职业潜能课程的学习,大一新生能迅速融入校园,激发潜能,提升学习动力,建立自信,以积极的心态开始大学生活。

②自我探索和自我管理课程,相对应的成果是让学生能安排自己的学习和工作任务,承担责任;通过自我评估、职业定位、自我规划,确定个人的发展方向和获得多样性的技能来适应新的和多变的环境,培养良好的职业习惯与终身学习的能力。学生在熟悉校园之后,进一步发现自己的优势与劣势,认识自我探索与自我管理的关系和意义,制订行之有效的学习计划,培养积极的职业规划意识与态度,也使大学生活更有目标,为今后的职业决策奠定坚实的基础。

③人际沟通与公众表达课程,相对应的成果是通过可视性和灵活性的方式表达信息,用书面形式交流和用语言或形体参与交流;掌握公众表达与人际沟通的基本方法与技能。人际沟通与公众表达课程旨在培养学生良好的沟通心态,提升沟通中的倾听、情感表达、非言语交际的技能,掌握朗诵、演讲、交谈、辩论、求职和自荐等口语表达的技巧。学生通过沟通能力的提升,为自己营造一个良好的成长环境。

④团队协作与情商培养课程,相对应的成果是培养领袖思维,让学生成为自己情绪的主人,成为自己生命的领袖,成为团队中的领袖;学会尊重他人的价值观、看法和意见,尊重个体和群体之间良好的合作交往,提升团队中的计划、组织与协作能力;学习如何有效转化负面情绪,培养良好的情商,提高处理生活与工作中的各种关系、有效进行团队协作的技巧与能力。通过团队协作与情商培养课程的学习,学生不仅能处理大学生活中的人际关系,也能更好地适应将来职业发展对团队协作能力的要求。

⑤工作方法与问题解决课程,相对应的成果是掌握基本的工作方法,使用信息与资源,处理复杂的常规和非常规工作,解决常规问题;提升目标管理、时间管理的能力与问题解决的能力;促使学生打破思维上的局限,在前期自我认知的基础上,明晰目标管理和时间管理的真正意义与实践方法。通过工作方法与问题解决课程的学习,学生将学会如何以更有效的方式接受上级委派任务,并解决问题,保质保量地完成工作。

⑥职业形象与求职就业课程,相对应的成果是掌握商务礼仪要求,进行自身的职业化塑造,分析自身条件、求职意向及就业市场信息,掌握求职材料准备与面试技巧。在前期课程的基础上,既能让学生在职业理念上得到提升,又能在职业行为与职业造型上得到模拟训练,并系统指导学生的求职面试,使学生在面试时表现出自己最优秀的一面,更能在今后的职业发展中提高自身的职业品牌价值。

三、非专业能力课程教学方法

非专业能力课程在教学方法的选择上遵循大学生的认知与行为发展特点,参照企业对

职业化人才的要求,依据心理学、教育学原理,采用体验式学习与团队学习相结合的教学模式,将讲授与训练相结合,教学方法上采用行为导向教学法与项目教学法相结合,教学内容结合典型工作任务,教学过程以学生为中心,将课堂讲授、案例分析、情境模拟训练、小组讨论、角色扮演、调查分析等教学方法有机融合。

中国古代将“体验”解释为“以身体之,以心验之”。也就是说,仅有学习者的身体力行(“体”)是不够的,更重要的是学习者对学习经验的领悟、体察和反思(“验”)。体验是以亲身经历、实践活动为基础,通过对经历、实践的感受、反思而实现的人格升华。只有通过反思内省,才能将活动与生活连接起来,找出其中所蕴藏的生命价值。因此,在教师引导下的反思内省是体验学习的关键,通过反思内省,许多思考的碎片才得以重组,体验所形成的意义才可能与其他经验整合,从而形成一些新观点、新认识和新发现。

大学生在校期间体验职场氛围有一定难度,而踏入职场又往往缺乏指导,就业适应期较长。因此,非专业能力素质课程不强调深奥的理论,而侧重于加强学生由“知”到“行”的转化,融挑战性、教育性、实用性为一体,以非专业能力素质提升为目的,提供模拟的职场挑战 and 高峰体验,营造有利于学习的职场氛围,使大学生学习更加投入,在激励中加速所学知识技能的有效转换。

四、非专业能力课程学习中应注意的关键点

由于非专业能力课程注重由知到行的转化,因此,与传统的应试教育在学习和考核方法上有很大的差异。要有效达成学习目标,总体要求就是“直面挑战,积极行动,深刻感悟,自我突破”。具体来说,要做到以下三点:

1. 积极投入,不做旁观者

在非专业能力课程中,非常注重学生的体验,在课程中没有旁观者,所有的学生都必须积极投入,在课程体验中不断进行自我探索与自我反思,并在此基础上实现知行合一的突破,以实现非专业能力的提升。

2. 团队学习,相互协作

非专业能力课程的所有学习都是在团队中完成的,在学习过程中,要通过团体的互动,在体验—感悟—实践—再反思中唤醒自我意识。同时,也要以他人为镜,不断产生新经验、新认识,强化自己的团队意识与协作能力,和团队共同成长,并由此发展自己的适应能力,形成积极的职业态度,促进非专业能力的持续提升。

3. 领袖思维,自我管理

未来社会,最难以复制的能力是领导力。具备领袖思维的人,更容易在人生发展中坚定前行,也更容易在团队中承担责任,在团队的整体目标达成过程中实现自我的价值。在学习本课程的过程中,不要自我设限,要勇于自我挑战和自我突破,要注意遵守团队规则,做好自我管理,时刻注重培养自己的领袖思维和慎独精神,知行合一,将课程中所学所悟运用到生