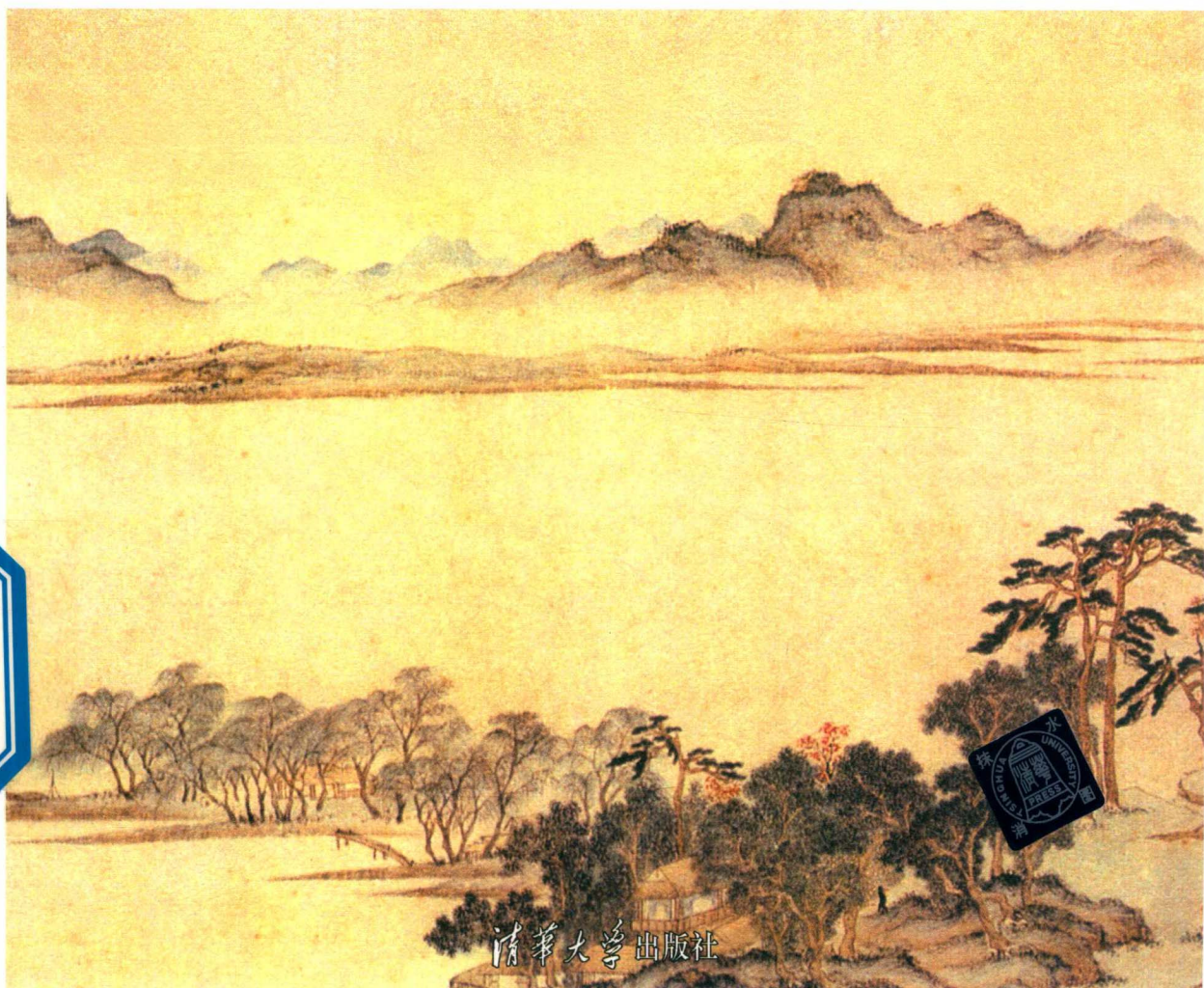


经济管理精品教材
公共基础课系列

21
世纪

职业素养开发与训练

李纯青 刘建勋 田敏◎编著



职业素养开发 与训练

——职业素养开发——



公共基础课系列
经济管理精品教材

21
世纪

职业素养开发与训练

李纯青 刘建勋 田敏◎编著



清华大学出版社
北京

内 容 简 介

本书根据十几年用人单位需求调研以及教学实践编著而成。围绕培养职场中所必备的五项职业素养而展开。不但对五项职业素养的内涵、思维模式以及训练方法进行详细说明,同时对它们之间相生相克关系以及教学实践也进行了说明。

本书不但可以作为大学本科生、专业硕士生必修课程的教材,还可以作为企事业单位新员工的培训教材,并且对使用该教材的教师如何开展教学也有一定的帮助。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。

版权所有,侵权必究。侵权举报电话:010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

职业素养开发与训练/李纯青,刘建勋,田敏编著. —北京:清华大学出版社,2018

(21世纪经济管理精品教材·公共基础课系列)

ISBN 978-7-302-49034-0

I. ①职… II. ①李… ②刘… ③田… III. ①职业道德—高等学校—教材 IV. ①B822.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 295600 号

责任编辑:刘志彬

封面设计:李召霞

责任校对:王凤芝

责任印制:李红英

出版发行:清华大学出版社

网 址: <http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址: 北京清华大学学研大厦 A 座 邮 编: 100084

社 总 机: 010-62770175 邮 购: 010-62786544

投稿与读者服务: 010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质量反馈: 010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

课件下载: <http://www.tup.com.cn>, 010-62770175-4506

印 刷 者: 北京富博印刷有限公司

装 订 者: 北京市密云县京文制本装订厂

经 销: 全国新华书店

开 本: 185mm×260mm

印 张: 12

字 数: 270 千字

版 次: 2018 年 2 月第 1 版

印 次: 2018 年 2 月第 1 次印刷

印 数: 1~3000

定 价: 45.00 元

产品编号: 077419-01



序言

通过十几年对用人单位需求及学生就业情况的了解,我们发现用人单位对学生的积极心态、敬业并自动自发地多做一些、没有任何借口执行任务、沟通协调能力和团队合作能力等方面的职业素养非常看重,而这些职业素养在大学的培养计划中又缺乏有针对性的学习和训练。作为大学教师,希望通过自己的从业经历及对此现象的感悟,写出一本职业素养开发与训练的教材,同时,希望大学里能够开设这样一门课程,让学生通过职业素养的开发与训练,在走上工作岗位之前就具备企业员工应具备的职业素养,并在学校生活中探索一种发现自我潜力、规划职业生涯、达到全面发展的途径。

本书的出版是基于以下五个方面的原因。

1. 缩小大学教育供给与社会需求之间的差距

尽管有很多教师献身于各种教育、教学理念的改革与创新之中,并且已经发现应对应试教育进行彻头彻尾的革命,但现代大学培养出的学生仍有很大的就业压力,以至于很多学生以自愿失业来应对现代大学教育的缺失,有的甚至成为“啃老族”。对于从事大学教育许多年的大学教师来说,应该义不容辞地担负起尽量满足社会对大学教育需求的责任。

笔者通过十几年的探索,发现大学教育供给与社会需求之间的差距,就是企业在用人时希望求职者所具备一定的职业素养,然而在大学里我们并没有教给学生或很少提及这些方面的内容,以致我们培养出来的学生不太受社会欢迎,或者有很大的就业压力。于是很多学生迫于无奈只好选择读硕士或博士。

是什么原因造成这种无奈呢?除了经济发展,不同阶段对人才需求的不同以外,更多的是供给与需求之间的不匹配,也就是学校里缺乏对社会需求的人才进行针对性地培养,所以学校培养出来的人才不符合社会对人才的需求。这本教材正是希望通过缩小大学教育供给与社会需求之间的差距,探索一种社会急需而大学教育又缺乏的内容,比如积极心态、敬业并自动自发地多做一些、没有任何借口地执行任务、沟通协调能力和团队合作能力等,我们暂且把这些内容称作职业素养,本书会对这类职业素养有一个具体的界定。

2. 开发一种和社会需求相匹配的大学教材

据统计,2001年全国毕业生人数114万,2016年毕业生人数已经达到了

765万,16年时间数字增加了近6倍,大学生就业难显然成了社会问题、热点问题,有人甚至提出大学生过剩的观点……但事实并非如此,现实情况是许多用人单位也在为招不到满意的员工而发愁和抱怨,从这个角度来看,大学生并不过剩。抛开学生的就业观、就业态度等原因,导致这种现状的一个主要原因是高校教育方式、理念与企业需求的脱节。一些大学沿袭所谓的研究型大学、教学型大学的教育方式和理念,但这与市场需求脱节。因此,要解决大学生就业难、“过剩”的问题,我们首先是要弄清楚用人单位最需要怎样的人才;其次是针对这些社会急需的人才来进行课程开发与设计,使大学教育与市场需求相匹配和吻合。

经过二十几年对社会人才需求的了解及与几十家企业高管长期的交流和沟通,我们发现,除了员工的专业技能外,员工做事的心态也成为企业用人的重要标准,其次是员工的主动性、执行力、沟通协调能力和团队合作能力等,这些恰恰是大学教育忽视而社会急需的职业素养。

3. 帮助大学生尽早养成良好的职业素养

良好的职业素养不但对个人的职业生涯有很大的帮助,而且还可以使个人成为一个受家庭、单位和社会欢迎的人,并最终达到个人与社会的完美结合,成长为自己力所能及的最好模样。

这里所说的良好的职业素养是我们根据多年来与用人单位接触和自己用人的感触而总结出来的,对于大学生而言,我们要关注学生的课内外活动的教育价值。开朗的性格、与他人合作的能力、语言表达能力、组织能力等很多职业素养都是在一些具体的课内外活动中培养的。我们认为,职业素养是大学毕业生不可缺少的一部分,对大学生职业素养的训练应该贯穿于对大学生教育的始终,从新生入学一直到毕业生离校。良好的职业素养包括以下五个方面:(1)积极的心态;(2)敬业并自动自发地多做一些;(3)没有任何借口地执行任务;(4)沟通协调能力和团队合作能力。本书就是从这五项职业素养展开来论述的。

4. 将二十几年的教师从业经历奉献出来

参与本书撰写的教师有二十几年的从教和从业经历,不但长期在大学任教并且担任多年的管理者,还曾在企业里担任过高级管理人员,现又负责或参与高校教师发展中心的工作。管理工作经验让笔者深知一个受欢迎的员工应该是什么样的,而这本书正是作者们经过二十几年的积累有感而发的结晶。

5. 将十几年《职业素养开发与训练》课程教与学的感悟分享出来

这门课程经历了这样一个发展变化过程:从2003年的公共选修课和学术报告开始,到市场营销专业的选修课、再到五个专业(市场营销、国际经济与贸易、人力资源管理、会计学、经济学)的必修课;从本科生课程拓展到专业硕士(MBA和MPAcc)课程;课程组成员从一位教师发展到七位教师;从一个学校的学生受益,到受邀去其他学校做报告;从只在学校教与学,到为企业做员工培训;对学生的职业素养开发与训练,到对新入职员工或大学教师的职业素养开发与训练;从现场培训到面向全国的大学教师进行的网络培训。

在本书的形成过程中,得到了很多部门和个人的支持与帮助,在此对他们表示深深的感谢。感谢教育部全国高校教师网络培训中心的邀请,我们面向全国的高校教师进行了

本教材理论部分的讲解。感谢西安工业大学教务处、经济管理学院领导与课程组教师们的积极支持与参与,感谢西安工业大学历届参加此课程学习的学生,感谢各位同学的热情参与和付出,尤其是学生学习后的6 000字的感言,给我们提供了非常宝贵的教学动力和提高方向。

本书从以下五个方面来展开:第一方面是职业素养开发与训练是什么,具体见第1章;第二方面是职业素养开发与训练为什么,具体见第2章;第三方面是职业素养开发与训练怎么做,其中又有五个内容,具体见第3~7章;第四方面是五种职业素养之间的关系,具体见第8章;第五方面是职业素养开发与训练的教学和实践,具体见第9章。



目 录

第 1 章 职业素养开发与训练是什么	1
1.1 是探索幸福人生的过程	1
1.2 是关于心理历练和心灵成长的过程	2
1.3 是关于心想事成体验的过程	2
1.4 是探索世界观、人生观、价值观的过程	2
1.5 是从业能力开发与训练的过程	3
1.6 是参与人探索兴趣、特长的过程	3
1.7 是帮助学生高效达成目标的过程	3
第 2 章 为什么进行职业素养开发与训练	5
2.1 为了找出盲点、开发潜能	5
2.2 发现自我潜力/特长而制定/调整职业生涯	6
2.3 提升就业能力和社会生存能力	7
2.4 为了了解：宇宙的真相	7
2.5 培养一些思维模式	8
2.6 促进人的全面发展	9
2.7 人与企业、社会、自然和谐共处	11
本章注释	12
第 3 章 树立积极心态	13
3.1 积极心态的内涵及例子	14
3.2 积极心态与消极心态之间的比较	17
3.3 积极心态的个人体验	22
3.4 积极心态的思维模式	26
3.5 培养积极心态的方法	36
3.6 12 年积极心态培养的心路历程	42
本章注释	43

第4章 敬业并自动自发地多做一些	44
4.1 “敬、自、多”的内涵及例子	44
4.2 “敬、自、多”的个人体验	50
4.3 “敬、自、多”的思维模式	51
4.4 有关“敬、自、多”的故事	57
4.5 “敬、自、多”的思维模式可能带来的意外收获	58
本章注释	59
第5章 没有任何借口执行任务	60
5.1 没有任何借口执行任务的内涵及例子	60
5.2 高效能人士的七个习惯及其关系	63
5.3 善用思维导图	66
5.4 工作中常见的几种借口	70
5.5 没有任何借口执行任务的思维模式	72
5.6 培养没有借口执行任务的方法	76
5.7 没有任何借口执行任务的益处	79
本章注释	83
第6章 培养沟通协调能力	84
6.1 沟通协调能力的内涵及例子	84
6.2 更新四种沟通协调的观念	94
6.3 如何更好地进行沟通协调	98
6.4 沟通协调能力的开发与训练	110
本章注释	117
第7章 培养团队合作能力	118
7.1 团队合作能力的内涵及例子	118
7.2 团队合作的故事	122
7.3 团队合作能力强的表现	126
7.4 如何进行团队建设	129
7.5 团队合作能力的开发与训练	134
本章注释	137
第8章 五种职业素养之间的相生相克关系	139
8.1 阴阳与五行学说	139
8.2 五种职业素养之间的相生相克	143
8.3 五种职业素养与“人生五道”	148

8.4 五种职业素养的结构与测量	151
本章注释.....	157
第9章 职业素养开发与训练的教学和实践	159
9.1 建构主义教育理念及其教学模式	159
9.2 基于建构主义教育理念下的教学设计	161
9.3 基于建构主义教育理念下的教学组织与效果	165
9.4 不同学生学习后的感言	167
本章注释.....	176
致谢	178

职业素养开发与训练是什么

为让大家清楚地了解职业素养开发与训练是什么,我们需要明确地界定“职业”“职业素养”“开发”与“训练”的概念。根据《现代汉语词典》,“职业”是指个人在社会中所从事的作为主要生活来源的工作。“素养”是指素质与修养,是由“能力要素”和“精神要素”组合而成的。“职业素养”是指工作中的行为规范、内在要求、综合品质,与智商、情商对应,通常称为职商,即CQ(career quotient)。“开发”是一个从无到有或从少到多的过程。“训练”是指有计划、有步骤的培养过程。

“职业素养”就是劳动者对社会职业了解与适应能力的一种综合体现,是指劳动者通过不断学习和积累,在职业生涯中表现并发挥作用的 related 品质,是满足职业及其所在岗位的规范与要求,是人们从事职业所应具备的素养,是从事专门工作的人自身所必须具备的条件,具体表现为职业道德、职业情感、职业习惯等。学术界所指的职业素养,是人类在社会活动中需要遵守的行为规范,是职业内在的要求,是一个人在职业从事过程中表现出来的综合品质,体现一个社会人在职场中成功的素养和智慧。一般来说,劳动者的就业能力在很大程度上取决于其具备的职业素养,职业素养越高,获得成功的概率就越大。所以,职业素养是一个人职业生涯成败的关键因素。职业素养量化而形成“职商”。

大学生是一个特殊的社会群体,校园是他们走向社会的最后准备基地,虽然社会上不同职业的行规业律各不相同,但各个行业对求职者的基本职业素养要求是一致的。随着大众化高等教育的发展,用人单位对人才的选择余地渐宽,超越学历之外的劳动力职业素养问题逐渐被用人单位所关注。当一个人的职业素养与工作技能不适合用人单位的要求时,就业难的问题就难以避免。企业在招聘一些重要岗位时,应聘人员的职业素养成为一个重要的录用标准。

培养职业素养最直接的意义在于能够提高大学生的就业竞争力。通过多年的实践,我们认为职业素养的开发与训练是探索幸福人生的过程,是关于心理历练和心灵成长的过程,是关于心想事成体验的过程,是探索世界观、人生观、价值观的过程,是从业能力开发与训练的过程,是参与人兴趣、特长探索的过程,是从业能力开发与训练的过程,是帮助学生高效达成目标的过程。下面分别从这七个方面分别展开论述。

1.1 是探索幸福人生的过程

对于幸福,不同的人对其理解与要求是不同的,有人说快乐即幸福,有人说健康即幸福,有人说有钱就幸福,有人说有了爱与被爱就幸福,有人说有份称心如意的工作就幸福,有人说……我们认为幸福就是心理欲望得到满足时的一种状态。这是一种由于得到满足而对生活充满巨大乐趣并自然而然地希望这种乐趣能够持续久远的状态。

举例来说,一个富贵之人,可能会由于缺乏健康的身体而感觉到不幸福;相反,一个健康的人,可能由于其过于贫穷也会感到不幸福。虽然每个人的期望有所不同,但首先最希望的,恐怕都是自己健康平安,其次是家庭和睦,在这两个基本前提下,人们才会去追求富贵名利等。我们非常认可黄老学院创始人曹鹏举先生的一个观点:一个幸福的人至少要做到三好——“身体好”“家庭好”“事业好”。所以,我们希望通过本书,教会学生深入思考“为什么活着”,“活着的真正意义是什么”等问题,使学生能够结合自身实际,思考并学会怎样幸福地活着。任何事情都有其快乐规则,不要去回避这些规则,比如钓鱼的快乐规则就是钓鱼、钓到鱼、钓到大鱼,只有这样,钓鱼者才感觉到快乐。幸福人生也是一样的,当我们掌握了每件事情的快乐规则时,我们就会发现,人活着就是一件非常幸福的事情!

1.2 是关于心理历练和心灵成长的过程

之所以说这是一本关于心理历练和心灵成长的教材,是因为本书不但要教会学生应该具备什么样的职业素养,而且还提供了一些切实可行的训练或练习方式,从而使真正参与其中的学生在一些真实场景的构建下能够达到相应的积极心态,敬业并自动自发地多做一些有助于自己的成就的事情且没有任何借口地去执行任务,并具备相应的沟通协调能力和团队合作能力等。

1.3 是关于心想事成体验的过程

相信很多人都有“心想事成”的体验,有本名叫《秘密》的书可以解释心想事成的原理。这本书认为,人之所以能够心想事成,是由于吸引力法则在起作用,而吸引力法则认为人的思想或意念是以一定频率振动的能量,一旦人的内心发出这样频率的能量时,就会与宇宙空间相同或相似频率的能量发生共鸣和共振,于是就会吸引这些相同或相似频率的人或事到这个人的身边,从而就达到了心想事成的目的。我们且不论这样的观点是否正确,至少给了我们一种“心想事成”的练习方法,我们要将这种方法为我所用,使自己经常处于“心想事成”的喜悦之中。同时,之所以有“心想事成”“说曹操、曹操到”这些词句的出现,一定有其出现的道理,这个背后的原理源于人的意念是一种力,这种力可以发挥一定的作用,而这种意念力是可以加以训练的,人们可以通过一定的方法来训练意念力,进而为自己所用。本节主要是从积极心态或积极心理学这个角度来进行“心想事成”训练的,教会学生凡事都要往好处想,进而形成强大的积极能量场,进而来培养学生强大的内心和乐观向上的态度。

1.4 是探索世界观、人生观、价值观的过程

我们从小到大会受到很多观念的影响,尤其是在我们国家这样的背景下长大的孩子,在家庭教育中更多的是不准孩子干这个、不准孩子干那个,在这种提醒和警告的氛围下长成的孩子,通常会不自觉地形成很多思维的局限,做什么事情的时候首先想到的是负面或

消极的一些内容,所以,慢慢地这个孩子的心态就变得相对负面或消极。

俗话说心态决定命运,而这个心态最初的形成就是家庭教育和学校部分教育的一个结果,心态背后是个人对世界的看法、对人类与人生的观点、做事的一些基本原则与方法,即这个人的世界观、人生观与价值观,而通过一些具体场景或活动的参与和思考,学生可能就会将那些原本负面或消极的心态,改变成相对正面或积极的心态,最终将乐观、积极、阳光的心态通过有意识地锻炼而固化下来,形成良性循环。

1.5 是从业能力开发与训练的过程

通过十几年的研究与实践,我们认为一个受欢迎的职场从业人员应该具备以下五种职业素养:积极的心态、敬业并自动自发地多做一些、没有任何借口地执行任务、沟通协调能力和团队合作能力,而通过我们的实践与观察,具备这五种职业素养的学生在找工作时不太可能遇到失败,而忽视这五种职业素养的学生也不太可能成功。所以,从这个角度,我们说这是一本从业能力开发与训练的教材,我们希望通过学习这本书的学生,能找到适合自己特长并能开发自己潜力的乐在其中的工作,进而达到幸福人生的终极目标。

1.6 是参与人探索兴趣、特长的过程

在五种职业素养的开发与训练中,尤其是学生在通过一些具体的事或任务来训练自己的敬业并自动自发地多做一些和没有任何借口执行任务这两项素养时,就会发现哪些事情是自己乐在其中的事情,哪些事情做起来更容易成功并且使自己的内心得到尽可能大的满足,这样就使参与其中的学生发现自己的兴趣是什么,自己的特长是什么。比如,当你自动自发地多做一些的时候,你会发现,经常多做的那部分,恰恰是自己喜欢和擅长的,否则学生也不会达到真正的快乐和满足。当然,这有一个提升的过程,刚开始做的许多事情或许并不是自己乐意或擅长的,但随着时间的推移,熟能生巧,这个巧劲儿出来的时候,参与人会觉得非常的开心,自然会达到前面提到的那种知足的状态。在沟通协调能力的开发与训练中,同样有一些环节可以起到这样的效果,比如可以通过赞美而从别人的视角发现自己的优势与长处,也可以通过“拍金砖”来发现别人的不足或需要改进的地方。其他几种职业素养也会有相似的效果。

1.7 是帮助学生高效达成目标的过程

在开发和训练五种职业素养时,每种职业素养的内涵、特征与训练方法都是非常明确的,同时对每一种职业素养,都配备有相对应该种职业素养水平的自我测试量表。通过自我测量,学生会非常清楚自己在该种职业素养方面的进步与提高,学生也可以在没有进行开发与训练时先测试一下自己这方面的水平,然后进行开发与训练,再测试一下自己这方面的水平,就可以看出学生在该种职业素养方面的进步与提高。

另外,在开发和训练五种职业素养时,我们对个人或团队高效达成目标有专门的训

练,并且对此有一种非常明确的路径:如果你想达成什么样的目标,只有将此目标具体化、清晰化,竭尽全力想出达成目标的一切可能的途径与方法,并尽可能地将自己的所有注意力都集中在目标上,而不是去想达成目标过程中的困难或消极因素,更不去关心万一达不成目标带来的负面的影响。这样就像儿时站在太阳底下用放大镜去点燃火柴一样,如果你能专心致志地将放大镜对着阳光聚焦在火柴上,火柴迟早会燃烧起来,而如果你一直在移动你的焦点或坚持不到一定的时间,都可能无法点燃火柴。同时,我们还在没有任何借口执行任务的训练中增加了“高效能人士的七个习惯”和“思维导图”等的方法与技能,在团队合作中增加了团队高效率做事的任务与训练,通过这些技能的开发与训练,可以使学生会如何高效达成目标。

为什么进行职业素养开发与训练

近年来,社会上出现类似就业能力拓展训练、职业生存能力拓展特训、社会生存能力培养的课程等,这些课程和训练都希望通过学员参与设计好的实际活动来改善学员的从业技能:比如团队合作能力、沟通协调能力等,而且越来越多的人或组织已经意识到这类训练的重要性,进而越来越积极地参与到这类培训中。如果能有一本相对系统的教材,使那些参加过拓展训练的人能通过参与活动而转换或改善相应的思维模式,或者是让没有机会参加拓展训练的人也有相应的从业技能和生存质量的提升,那也是非常不错的事情。而本书就是希望通过我们的努力,使读者、学生或越来越多的人参与类似这种的培训,通过培训达到以下几个方面的目的:找出自己的盲点并开发自己的潜能、发现自我潜力/特长从而制定/调整职业生涯、提升自己的就业能力和社会生存能力、了解宇宙的真相、培养一些优秀的思维模式、促进自身的全面发展等。

2.1 为了找出盲点、开发潜能

“约哈利窗”是心理学家约瑟夫和哈利研究出来的^[1],他们将“有关自己的信息”分成了四类,即公开信息、隐私、盲点、潜能。“约哈利窗”理论主要是教人们如何发现盲点、开发潜能,如图 2-1 所示。



图 2-1 约哈利窗

从图 2-1 可以看出,对于信息按自己是否知道、别人是否知道进行分区:在标有 1 的是公开信息区,是属于自己知道和别人知道的信息;在标有 2 的是隐私区,是属于自己知道但别人不知道的信息;在标有 3 的盲点区,是自己不知道但别人知道的信息;在标有 4 的潜能区,是自己与别人都不知道的信息。职业素养开发与训练可以通过一些特殊的步骤与方式将学生的盲点与潜能开发出来,有时候会使学生或教师都非常惊讶,但确实达到

了这样的效果。当然,这个过程需要教师与学生以及学生之间非常好的合作与配合,才能达到预期的效果。

盲点、隐私是制约和影响人们潜能开发的根本性因素,必须依据全新的团队互动式学习方法,理性而大胆地应用教练技巧中的发问、回应、分享等手段,才可以不断地冲破我们内心的本能阻力,使个人和组织思维中盲点越来越少,隐私充分披露,从而达到个人素质提升和组织效能的根本改变。

约哈利窗理论主要是教人们如何发现盲点、开发潜能。即:个人——挖掘自我盲点,突破思维局限,使个人潜能得以开启;工作——发挥领导才能,勇气自信倍增,提升自我价值;家庭及社交——善于聆听,沟通无阻,增进感情等。

在教学的安排中,我们通常建议学生之间分团队学习,每个队都有自己的队长、队名和队呼(也就是对应自己团队的名称,有一个口号,能够激发团队成员士气的),并且通常是32学时(3天3晚)的集中学习,这样就可以通过学生之间的不断交流与沟通,达成共同成长和相互之间发现盲点与开发潜能的目的。比如,在沟通协调能力的训练中,有赞美、批评汉堡包以及拍金砖的环节,并且这个过程是在全体学生面前演示的。通过这个训练过程,使教师或学生能发现每个人的特长或不足,使其得以改进和提升。同时,通过团队合作去做一些专项的训练活动,同样能起到这样的效果。

2.2 发现自我潜力/特长而制定/调整职业生涯

每个人的潜力都是无穷大的,在没有经历一些特殊事情时,人们的潜力往往无法显现,然而人们一旦遇到一些特殊的事情时,无穷的潜力会使人惊讶不已。

我们会经常听到这样的故事,一位母亲在危急时刻,徒手掀起了大卡车,救出压在卡车下的自己的孩子。像电影《永不言弃》里的布洛克,他的教练说:“布洛克,过来这里,我想看看你死亡爬行的最好成绩。”布洛克说:“什么,你想让我爬行三十码?”教练说:“我认为你能爬行五十码。”然后,布洛克被教练蒙上眼睛,开始死亡爬行。“往左一点,就这样。往右一点,右一点,对对。”教练提醒布洛克。三十码、四十码、五十码到了。其他队员坐不住了,跟着站了起来。布洛克:“我很累”,“我知道”,“他很重,太重了”,“我知道”,“我的手臂像火一样在烧”,“知道你的手臂在烧,坚持”,六十码、七十码、八十码、九十码,教练:“还有二十步,还有十步,五步,两步,到了!你看吧,你爬完了全场(一百一十码)。”这个故事告诉我们人的潜力都是无穷的,只要你坚持不懈,永不放弃地朝着目标前进,你会发现成功其实离你很近。

当然,发现学生的潜力是一个方面,发现他们的特长是另外一个方面,而通过怎样的训练能使学生发现自己的潜力和特长,并根据他们的潜力和特长让学生思考适合自己发展的职业生涯规划问题,是本书的任务之一。因为只有这样,才能使学生及早地发挥自己的特长,做些乐在其中的事情,进而达到幸福生活的终极目标。在五种职业素养训练中,尤其是学生在训练自己的积极心态时,就会发现哪些事情是自己乐在其中的事情,哪些事情是自己擅长的,哪些事情是自己原来觉得不行但做了之后才知道挺感兴趣的,这样就使参与其中的学生发现自己的兴趣是什么,自己的特长是什么,开发人的未知潜能。

2.3 提升就业能力和社会生存能力

就业能力和社会生存能力不只是每个即将走向工作岗位的毕业生应该具备的能力,而且也是已经走上工作岗位并希望能有所进步与成长的人所希望具备的能力,但我们的大学教育里是否涉及了这些方面的内容,是需要深入考虑和度量的问题。如果我们培养出来的学生有很强的就业能力,那么找不到工作的学生应该很少,但近5年的平均就业率91.5%(2016年《就业蓝皮书》指出,2015届、2014届、2013届、2012届、2011届大学毕业生就业率分别为91.7%、92.1%、91.8%、91.5%、90.8%),而与2013年的700万大学毕业生相比,全国有67万多大学毕业生找不到工作,这也是一个不小的数字,并且这种数字在不采取任何措施的情况下,可能会随着时间的推移而越来越大。已经有学生在拿到录取通知书后并不去读大学,这使得大学教育的生命力会越来越弱。所以,就业率已经成为衡量大学教育质量和水平的一个很重要的指标,这个指标从某种程度上来讲,关乎大学教育的存亡。

社会生存能力是事关民族发展和存亡的严峻问题,它是一个人在社会中生存的必备能力,是保证学习、生活、工作正常进行的基本社会能力。其具体包括分析和解决问题的能力;管理自己情绪和处理人际关系的能力;承受压力(包括失败和挫折)的能力;决断能力;管理财富、增值财富、使财富给自己带来快乐的能力;管理身心健康的能力等。社会生存能力是在学生进入社会独自生活时必须具备的基本技能,也是影响生活质量的一项能力。在某种意义上来说,这些方面比单纯的学历更重要。社会上有许多学历高但并不成功或是学历偏低却成功的例子更能说明社会生存能力的重要性,而大学教育里偏偏缺少了这方面系列的课程学习与训练。这也就是为什么社会上会出现类似就业能力拓展训练、职业生存能力拓展特训、社会生存能力培养的课程。

本书正是通过一系列严谨而实用的能力开发与训练,使学生在学习过程中练就较好的积极心态、敬业并自动自发地多做一些、没有任何借口地执行任务、良好的沟通协调能力、团队合作能力,从而提升学生的就业能力和社会生存能力。

2.4 为了了解:宇宙的真相

在《道德经》第二十五章中^[2],老子说:“有物混成,先天地生,寂兮寥兮,独立而不改,周行而不殆,可以为天下母。吾不知其名,强字之曰道,强为之名曰大。大曰逝,逝曰远,远曰反。”也就是说在混沌中有这样一个东西,它在于天地之前就已经存在,既不能听到它发出的声音,也看不到它的形体,在虚无缥缈中永恒地存在,循环运行而生生不息,可以是天地万物的根源。老子也不知道这东西的名字,就称其为“道”。道是一种什么样的东西呢?我们并不能清清楚楚地描述出来,“无”是它的一个方面,是一种超越了人们所能认知领域的范围的东西。或许我们在这里不能称“道”为“东西”,因为它并不是实体的存在,也不是简单的概念,无法用一个“名”去命名“道”。

还有一个比较著名的幻灯片叫“巨视和微视的世界”,通过类似望远镜和显微镜的设