

驱动力

Dynamics

● 商传辉 王新 编著

职业院校学生『吴健能力』培养课程系列



中国工信出版集团



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

职业院校学生“关键能力”培养课程系列

驱动力

商传辉 王新 编著

電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

内 容 简 介

本书定位于职业院校学生“关键能力”培养课程体系的教材,坚持“独创性、实用性”的编写原则,与线下课堂教学与线上学生自主学习紧密结合。本书内容由五项关键能力构成,即性格与压力管理、优势与自我激励、修养与艺术审美、社会与组织认同、健康与情绪管理,着重学生隐性能力培养以促进其社会化的角色转变。本书的内容和结构设计力求丰富院校课堂教学实施手段,提升学生学习的主动性和积极性。

本书可作为职业院校所有专业学生的“关键能力”培养课程教学用书,也可供从事教育研究的相关专业人士参考。

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有,侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

职业院校学生“关键能力”培养课程系列·驱动力 / 商传辉,王新编著. —北京:电子工业出版社,2016.8
ISBN 978-7-121-29040-4

I. ①职… II. ①商… ②王… III. ①人文素质教育—高等职业教育—教材 IV. ①G71

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第129641号

策划编辑:朱怀永

责任编辑:朱怀永 特约编辑:王 纲

印 刷:北京千鹤印刷有限公司

装 订:北京千鹤印刷有限公司

出版发行:电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编100036

开 本:787×1092 1/16 印张:9.5 字数:240千字

版 次:2016年8月第1版

印 次:2016年8月第1次印刷

定 价:36.80元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题,请向购买书店调换。若书店售缺,请与本社发行部联系,联系及邮购电话:(010)88254609。

质量投诉请发邮件至 zltz@phei.com.cn,盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

本书咨询联系方式:(010)88254609 或 zhy@phei.com.cn。

序

当今世界和中国社会正在发生着巨大而深刻的变革，出生和成长于这个变革时代的当代职业院校学生既沐浴着改革的和煦春风，又经受着变革带来的风雨洗礼。职业院校肩负着为社会培养“下得去、用得上、留得住”的“生产、建设、管理、服务一线”高素质技术技能人才的重任。近年来，党中央和教育部更加重视和关心职业院校学生的综合素质教育工作。习近平主席强调：“把加快发展现代职业教育摆在更加突出的位置，更好支持和帮助职业教育发展，为实现‘两个一百年’奋斗目标和中华民族伟大复兴的中国梦提供坚实的人才保障。要树立正确人才观，培育和践行社会主义核心价值观，着力提高人才培养质量，努力培养数以亿计的高素质劳动者和技术技能人才。”李克强总理对职业教育也提出了明确要求：“职业教育是面向人人、融入社会的行业。要把职业技能和职业精神的教育培训相融合，通过改革的方式办好、办大职业教育。职业技能人才应该是高素质、全面发展的人才，更应该是有敬业精神加职业精神的人才。职业教育不仅要培养职业技能，更要培养职业精神。”当我们重新审视当前职业教育定位和方向时，我们应该不忘初心，即回归到“培养高素质人才，实现人的全面发展”的教育终极目标上来。

众所周知，德国职业教育发展经验对我国职业教育的顶层设计起着重要的影响，德国现代化之所以能取得惊人的成就，原因是多方面的，其关键之一是德国十分重视教育，特别是关键能力的培养，是其教育成功的秘密。在德国，从联邦到州、行会、企业、学校都有相关的法律法规明文规定，对关键能力培养具有明确的条款，涉及关键能力培养的方方面面，内容齐全，分类完善，其具体实施程序都有明确的相关规定，保证了整个关键能力培养完成于一个通畅的运作体系。

我国职业教育中提倡的职业基本素养与德国关键能力有着异曲同工之处，主要表现在三个方面：一是两者内涵相通，即都是强调培养学生在组织中的学习、工作和共同活动的能力，是能力本位的教育。二是两者都具

备普适性、稳定性、内在性、发展性的特征。三是两者都满足学生多元化的发展需要，即遵循现在学习与将来工作的结合、个别需要与一般需要的结合、情商发展与智商发展的结合、一时需要与一世需要的结合。

——因此，将德国职业教育课程体系中核心的“关键能力”培养与中国职业院校人才素质培养高度融合势在必行，这将进一步推动创新现代职业教育模式下学生人文气质与职业精神培育方式，提高学生综合素质，使学生在面对当今社会的高速发展和产业的剧烈变革时，能够从容地在变化的环境中重新获取未来的职业技能和知识，实现可持续性的自我发展。这套由北京君哲教育组织设计和开发的“职业院校学生‘关键能力’培养系列课程”正是为这种融合和发展开启了一种崭新的模式。

综合分析本套课程体系及其系列教材可以发现，其遵循了四个原则。一是以人为本，即充分解读当前阶段职业院校学生的生长环境和身心特点，有针对性地引导学生树立正确的世界观、人生观、价值观。二是全程嵌入，即改变传统素养教育课程设置，将关键能力的二十个模块内容完全溶解到学生在校学习全程，使教学过程中的每一学期、每一阶段都有对应的素养教育内容。三是形式多样，即根据各模块的学习目标特点而设计不同的课程内容和教学方法。四是工学结合，即充分体现职业性，把现在学习和将来工作紧密结合。关键能力培养模式和方法紧密联系社会职业现实，将优秀企业的管理理念和岗位标准课程化，通过创造性的线下课堂设计、线上内容设计、学生自主拓展训练设计，让学生在多维度、立体式的环境中接受知识、提升素养水平。

期待更多的有识之士关注职业教育，重视关键能力或者说职业基本素养教育。推动职业教育思想和职业教育模式的进步，使职业教育为社会培养更多的“既能做事，更会做人”的高素质优秀人才！

刘兰明 教授

教育部职业院校教育类专业教学指导委员会主任

2016年6月8日于北京

前言

“关键能力”一词源自德国职业教育界对从业者职业生涯中除岗位专业能力之外的基本能力的概括。“关键能力”是一种跨职业的、在职业生涯中起关键作用的综合能力。它超出了专业技能和专业知识的范畴，它是方法能力、社会能力和个人能力的进一步发展。这种能力在职业人的未来发展中起着关键性作用，是职业人的综合职业行为能力的重要组成部分。“关键能力”在中国职业教育语境中常被称为“素质教育”。

近年来，我国职业教育快速发展，职业院校学生成为企业技能人才的重要力量。对学生质量的关注，越来越多地体现在对学生关键能力的培养上。当前，职业院校办学仍然特别强调就业导向和学生技能的训练，而忽视了人文气质和职业精神的培养。虽然一些院校也逐步认识到学生素质教育的重要性并在教学过程中付诸实施各种形式的职业精神引导，但受传统应试教育惯性和当前教育理念落后于市场经济中快速发展的新型经济形态的影响，学生关键能力培养的重点仍然侧重于理论研究或简单几本书、几门课的“任务式”教学，没有从根本上贴合当前学生心智发展现状和行业企业对人才需求的要求和变化。

鉴于此，北京君哲教育联合国内三十余所职业类院校和十余家大型知名企业的人力资源部门共同开发的一套适用于中国职业院校学生自我发展需要的“关键能力”培养课程系列。该课程系列由驱动力、执行力、领导力、创新力四个领域共 20 项关键能力组成。其课程内容设计和教学方法设计充分汲取德国职业教育“关键能力”培养课程精髓，并能适应中国职业教育发展特点和中国企业人力资源发展需求。课程教学结合软件平台、学生 APP 客户端、课程教材、海量案例、学生自我拓展作品等方式多维度呈现，完全匹配院校教师信息化教学和学生自主学习特点。

职业院校学生“关键能力”培养课程系列，以提高学生综合素质为宗旨，以培养全面发展的、合格的社会人和职业人为目标，同时强调独立精神、实践能力、职业精神和创新思维，充分考虑个人和社会发展的基本需

要。使学生在面对当今社会的高速发展和产业剧变时，能够从容地在变化的环境中重新获取未来的职业技能和知识，实现可持续性的自我发展。同时此课程系列也将帮助中国职业院校创新人才培养思维，发展职业教育思想和教育模式。

《职业院校学生“关键能力”培养课程系列——驱动力》是职业院校学生“关键能力”培养课程系列教材的第一本。“驱动力”强调的是学生成长为合格“社会人”过程中的内在因素，是学生人文气质培养的重要部分，教材内容包含性格与压力管理、优势与自我激励、修养与艺术审美、社会与组织认同、健康与情绪管理五项关键能力的培养，旨在引导职业院校学生调整心理状态，认识自己的优势、积极阳光地面对生活。教材结构上有课程背景、学习目标、课程重点、课程内容、测评与体验、悦读与思享等构成，力求帮助教师更好地组织教学，帮助学生更好地完成对该课程的学习。

本教材由君哲（北京）教育科技有限公司组织编写，君哲（北京）教育科技有限公司产品研发部赵蕊、罗秋日等项目团队以及德国 InterCo Education & Culture Exchange 团队为本书的编写做出了重要贡献。教材在编写过程中参阅了大量的国内外文献和资料，并得到了电子工业出版社的鼎力支持，在此，表示由衷的感谢。由于时间和水平方面的原因，本书的不足之处也在所难免，诚恳地希望广大师生在使用中提出宝贵意见，以便进一步修订完善。

编 者

2016年6月1日

单元一

职场与职业性向 / 1

一、课程背景	/ 3
二、学习目标	/ 3
三、课程重点	/ 4
四、课程内容	/ 4
五、测评与体验	/ 10
六、悦读与思享	/ 38

单元二

敬业与岗位增值 / 45

一、课程背景	/ 47
二、学习目标	/ 47
三、课程重点	/ 48
四、课程内容	/ 48
五、测评与体验	/ 53
六、悦读与思享	/ 64

单元三

品牌与企业文化 / 73

一、课程背景	/ 75
二、学习目标	/ 75
三、课程重点	/ 75
四、课程内容	/ 76
五、测评与体验	/ 81
六、悦读与思享	/ 83

单元四

资源与人脉培育

/ 91

- 一、课程背景 / 93
- 二、学习目标 / 93
- 三、课程重点 / 93
- 四、课程内容 / 94
- 五、测评与体验 / 103
- 六、悦读与思享 / 106

单元五

成本与绩效管理

/ 119

- 一、课程背景 / 121
- 二、学习目标 / 121
- 三、课程重点 / 121
- 四、课程内容 / 122
- 五、测评与体验 / 129
- 六、悦读与思享 / 133

参考文献

/ 143

职业院校学生“关键能力”培养课程系列

驱动力

单元一 职场与职业性向

从业者只有找到适宜的职业岗位，其才能与积极性才会得以最好的发挥。

——约翰·亨利·霍兰德（复杂理论和非线性科学的先驱，遗传算法之父，美国约翰·霍普金斯大学心理学教授，著名的职业指导专家）



一、课程背景

职场不仅是我們挣钱谋生的场所，更是实现人生价值的舞台。在职场中最大的幸福莫过于找对行业、找对单位、找对老板、找对上司。可见，正确地选择非常重要，然而很多年轻人面临选择时非常草率。之所以不能进行正确的选择，往往是因为不知道如何进行自我定位，没有找准职业方向。所以年轻人更需要了解自己的职业性向和行业、组织、职业的匹配之处，做到知己知彼，方能笑傲职场。

在社会分工越来越细，新职业越来越多的今天，职场对从业人员的专业度要求也越来越高，要求从业人员对自身特质和职业环境都要有充分的了解，以达到人职匹配，否则就会因为阴差阳错地任用人才而导致人力、财力的浪费。现代年轻人由于缺乏社会经验和职业知识，加上对自身特质不甚了解，不知道自身特质与哪些职业匹配。初入职场的年轻人常出现“海投”简历、频繁换工作的现象，而工作几年之后的上班族也常常坐立不安，对辞职创业也跃跃欲试，不能全身心投入工作，导致许多企业管理者往往对如此“80后”“90后”员工的管理也颇为头疼。

所以，进入职场才开始了解自己和职业已经晚了一步，大学是了解自己、探索职业的最佳时期，通过了解自身特质和职业要求，找到符合自己性格、兴趣、能力的职业，这是增强年轻人工作积极性、促使企业员工稳定的重要保障。



二、学习目标

1. 了解校园与职场的区别。明了职场必备的职业意识，为进入职场做好角色转变的准备，尽快适应职场环境。
2. 做好自我定位，找到自己在职场中独有的位置，发挥最大价值；认识到自己和他人的不同之处，实现与他人的差异化发展。
3. 找到与个人兴趣、性格、价值观、需要、使命相互匹配的职业，确定最适合自己的发展的职业领域。
4. 盘点自身的各项能力及素质，为获得一份职业做好充分的能力和素质储备，胜任



本职工作。

5. 对各行各业进行分析, 深刻理解各行各业对人才的不同需求, 把自身的最佳条件和最适合的职业进行匹配。

三、课程重点

1. 职业和自我的关系, 走上职场前的自我调整, 良好职业形象的塑造。
2. 最佳的职业起点, 自己在职场中的最佳位置, 最高效的职业发展路径。
3. 性格、兴趣、价值观、需要、使命与职业的关联。
4. 自身赢取好工作的价值点, 评估个人的交换价值。
5. 宏观、产业、行业、企业、职业、家庭六个方面所包含的职业机会。

四、课程内容

本课程基于实用的职场理念、实战型的操作方法, 讲述认识职场、认识职业性向、盘点人职取向、盘点交换价值、盘点职业机会。第一, 通过学校与职场的不同对比认识两者的区别, 为进入职场做好心理准备, 分析进入职场需要进行的五个方面观念转变; 第二, 了解什么是职业性向, 分析职业性向对自己有什么作用, 并试图分析自己的职业

性向; 第三, 通过性格、兴趣、价值观、需要、使命五个维度分析适合自己的职业领域, 并找到五个维度的交叉点包含哪些职业; 第四, 通过观念、知识、技能、天赋、心理、身体、经历、人脉八个维度盘点自己有哪些资本可供赢得心仪的职业; 第五, 通过宏观、产业、行业、企业、职业、家庭六个维度分析有哪些切切实实存在的职业机会, 通过整合确定适合自己的职业领域。



（一）认识职场

有人说职场就是战场，那是从竞争的角度看；有人说职场是一所社会大学，那是从职场能够让人获得成长的角度说；有人说职场是实现人生价值的舞台，那是从实现梦想的角度思考的。从学生的角度来看，职场是什么？这就要从职场与学校的关系开始说起。

1. 学校与职场的不同

在学校里，如果期末考试成绩不理想，职业院校的老师不会像中学老师一样对学生进行严厉地批评教育。考不好不会造成重大损失，不及格就补考，还不过就交点补考费再考，再不行还有重修的机会，实在不行只能延迟毕业，直到学分修完为止。如果学习成绩优异，有奖学金等着你，如果既不想参加补考又不想获得奖学金就可以舒舒服服地过着 60 分万岁的日子。在学校里看某个同学不顺眼可以不理他，这也不影响你的生活质量。你不用做出任何改变，保持独特的个性还可能获得同学点赞——真有个性，哪怕别人笑我太自负，我便笑他人看不懂。

然而在职场中却是另一番景象，如果做不好工作，可能会造成重大损失，甚至没有挽回的余地。例如未做细致市场调研或充分的客户沟通，唐突签订合同，可能公司就要在不久之后面临陌生人上门讨债；在厂区、矿区、油田工作，如果按错一个按钮、做错一个动作，将会危及他人生命。我们必须为组织创造价值才能获得报酬，超额创造价值才能得到奖金。在组织中，各部门既独立又相互联系，如果不能和部门内外的同事维持良好的人际关系终有一天会被组织淘汰出局。

2. 必备的职场意识

在学校里，我们以是学生自居，认为社会上的人会体谅或照顾新员工。事实上并非如此，只有转变观念，以职场人的角色严格要求自己，才能在走上职场后迅速适应环境。

（1）从索取到付出的转变

我们自从出生之日起，就开始向父母等人索取，尽管我们偶有付出。吃穿住行用，我们需要向父母伸手，学知识、长经验，我们需要向师长请教。当我们毕业后超过 18 周岁了，法律允许我们走上社会，把之前向父母、向师长讨教的事情转向社会索要了。不同的是，向父母或师长索要时我们直接开口——请给我；而向社会索要时我们得间接开口——我先给你，你再给我。所以，走上社会之后我们必须先做事，付出时间、精力、知识和才干，得到团队和组织认可之后才能得到工资，这和绝大多数公司先工作后发工资的惯例不谋而合。



（2）从好动机到好结果的转变

好动机是做好工作的基础，好动机要产生好结果才符合职场规律。例如销售主管让刚入职的某毕业生去和客户签合同，当他回到公司时主管问他合同是否签了。他回答：“我到客户公司的时候，李经理在开会，为了不打扰他开会我在会客室等他，当他开完会后又说有急事，等下午回公司再签，后来一直等到下班他也没回到公司。”主管说：“我问你的是合同签了吗？你只须回答签还是没签，没签的话下一步怎么做，我不需要你说明理由。”

企业看重的结果，合同签了就是好结果，没签就是员工出现了问题。刚入职的某毕业生理解客户工作忙碌的动机很好，但是这个好动机没有创造良好的工作结果，因此，必须改变观念，一切以良好的工作结果为导向，想方设法完成工作任务。

（二）认识职业性向

1. 职业性向的定义

职业性向是指由个性决定的职业选择和发展方向，从长远来说是找准职业大方向，从阶段性来说是找准自己在职场中的位置。

2. 职业性向的作用

（1）找到每个人独有的位置：每个人都是独一无二的，能力各异的，特质更是千差万别，因此要寻找到属于自己的位置而非从众。

（2）确定最适合自己发展的职业：不管是职业测评结果还是应聘职位的素质要求，都说明某一类而非某一个人适合该岗位，因此，一个人也适合做几个职业，适合做几个职业不等于几个职业都能做得最好，只有亲身实践，亲力亲为，不断与职业磨合才能发现哪个职业最适合自己。

（3）实现与他人的差异化发展：刚入职时我们都是同一个部门的行政人员、程序员或者销售员，三五年后，有的人当了主管，有的人成为技术骨干，有的人开始创业，有的人还在原地踏步，这就是不同人的不同发展道路。



（三）盘点人职取向

有的人因为性格外向，善于交际而选择从事销售工作；有的人因为想赚取更多的钱而从事销售工作；有的人是想获得更多的锻炼机会，为未来创业积累经验而从事销售工

作。这是不同人根据个性或需要或使命对同一个职业的选择。

1. 性格与职业

美国著名心理学家卡尔·荣格先生建立的 MBTI 性格测试将性格类型分为 16 种，每一种性格类型的人都适合从事多个职业，你可以经过测试找到自己相应的性格类型对应的职业作为择业参考。

2. 需要与职业

马斯洛需要层次理论从此前的五个层次上升到八个层次，第一层是生理的需求。如生存需要呼吸空气、喝水、吃饭、休息、谈婚论嫁等，这时，选择工作只为糊口，不管何种工种。第二层是安全的需求。生存需要安全的环境、舒适的家庭、安宁的身心及自由地支配时间等需求，只有生理的需求满足之后才会产生安全的需求，否则哪怕再危险，为了吃饭，有人也会冒险从事高危职业。有着安全需求的人会在获得基本收入的前提下从事有安全保障、舒适的工作环境的职业，矿工、空中清洁工、烟花爆竹生产工人将不再是他们的选择。第三层是友爱和归属的需求。与人交往、对爱与被爱的需求，这时他们选择的职业更多考虑和同事是否和谐相处，公司是否关爱员工等。第四层是受尊敬的需求。自己的人格、工作成果受到尊敬的需求，这时，他们会到重视工作成果而非关系的组织里从事受人尊敬的职业，如教师、工程师、医生、职业经理人等。第五层是求知的需求。理解事物、事件出现原因的需求，这时他们会选择到能够培养下属、培训他人的岗位上。第六层是求美的需求。享受美、被欣赏的需求，这时他们会想成为某个部门的领导或技能精英。第七层是自我实现的需求。发挥潜能及实现富有意义的目标的需求，这时他们会选择独当一面，要么创业，要么做合伙人，要么做自由职业者，要么在某个组织中获得一定自由。第八层是天人合一的境界。与自然和谐的需求，认识、遵循、利用客观规律，按照客观规律办事，这时的事业状态是顺势而为。

3. 使命与职业

使命是我们愿意为某项事业或某个职业奉献一生、付出一切的目的和理由，是我们拼搏奋进的动力。努力、认真地叩问自己的心灵这一生的使命是什么，这样我们会享受从事事业或职业的过程而乐此不疲，即使再苦再累也心甘情愿，我们应该不断寻找、调整、升华自己的使命。

每个人走到这个世界都肩负着特殊的使命。找到这个使命，就仿佛启动了内心的“核动力”，引爆它，将会给你带来无限的激情和前进的动力，那样的话我们就会孜孜不倦、无悔无怨地做着自己喜欢的事情，我觉得在自我燃烧的同时照亮了别人。比如马云



把“让天下没有难做的生意”当成自己的使命，他在创业成功的同时也让客户赚到了钱，还让顾客买到了相对便宜的商品，个人价值得到了发挥，其引领了电商行业的发展也促进了社会的变革。

（四）盘点交换价值

1. 观念

观念简单地说就是看法。好的观念是财富，好的观念可以扭转命运，好的观念价值百万。对于一个即将踏上社会的年轻人，好的观念是什么呢？面对老板，你要有降低成本的观念——怎样做才能更省钱？准时关灯、节约用水都是你应该做的；提高效率的观念——怎样做才能更节约时间？你要提前甚至是超前高质量地完成工作，而不是边工作边玩手机；提升质量的观念——怎样做才能做到最好？工作不能敷衍了事，要主动思考，才能不断提升工作质量。面对直接上级，要有不越级、及时沟通、服从管理等观念。面对同事，要有互助合作、融入团队、积极主动等观念。

2. 知识

在学校里，书本上所学的知识很难直接在工作中派上用场，学校只是培养学生的基本学习能力，是未来我们要根据工作需要进行自学的铺垫。我们可以在学校看书、上选修课，自学感兴趣的学科，扩大知识面，发掘学习兴趣，为将来从事相关职业奠定基础。

3. 能力

对于职业院校的学生来说，关键能力与职业技能是最重要的。近年来，学生就业率很可观，其主要原因是技能过硬、专业对口。对于职场新人，关键能力能让你蓄势待发、砥砺前行，专业技能能够让你获得一席之地，唯有在工作中不断学习、实践、提高，才能立于不败之地。

4. 天赋

天赋就是天分，是天生具备的特长。对某些事物或领域具备天生擅长的能力或者具有极大的热情。我们要善于发现自己的天赋，如果我们乐于与人沟通时，那么管理者、公关、客服、销售、人力资源管理等工作可能就是我们的方向；如果我们对数字比较敏感，那么财务、审计等工作可能适合我们；如果我们喜欢动手操作，那么焊接、装配、