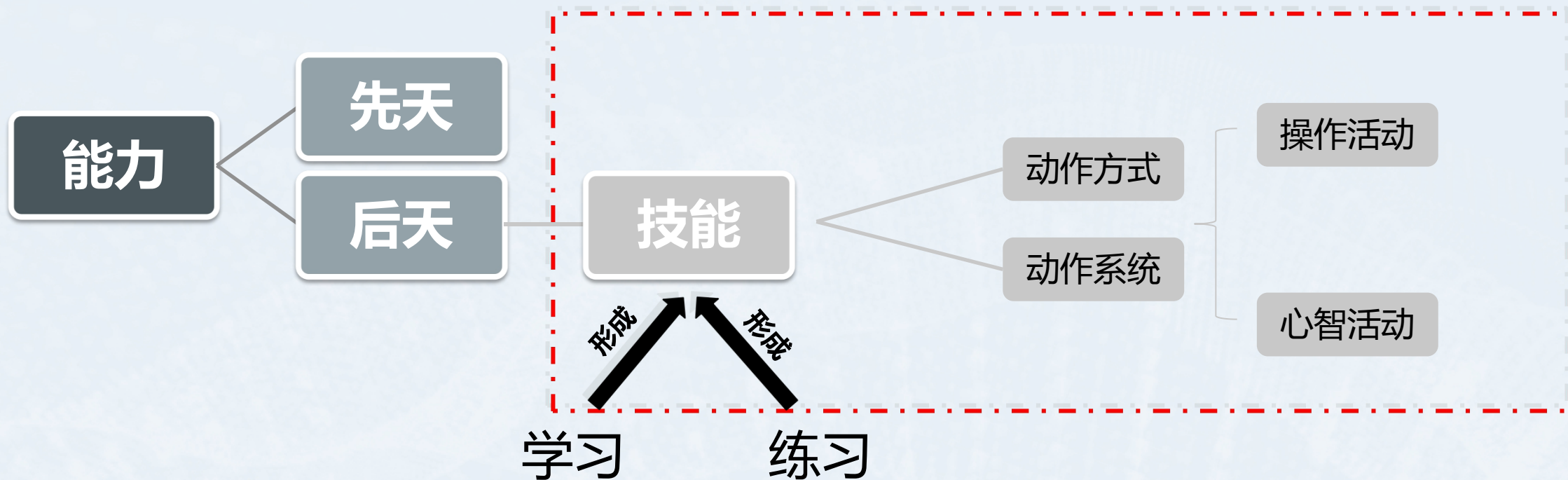




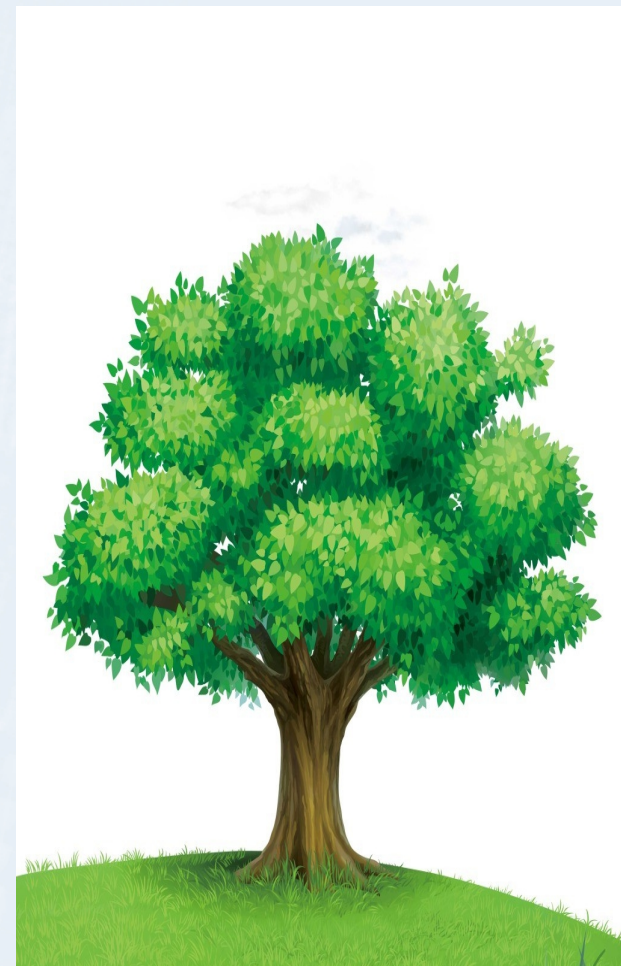
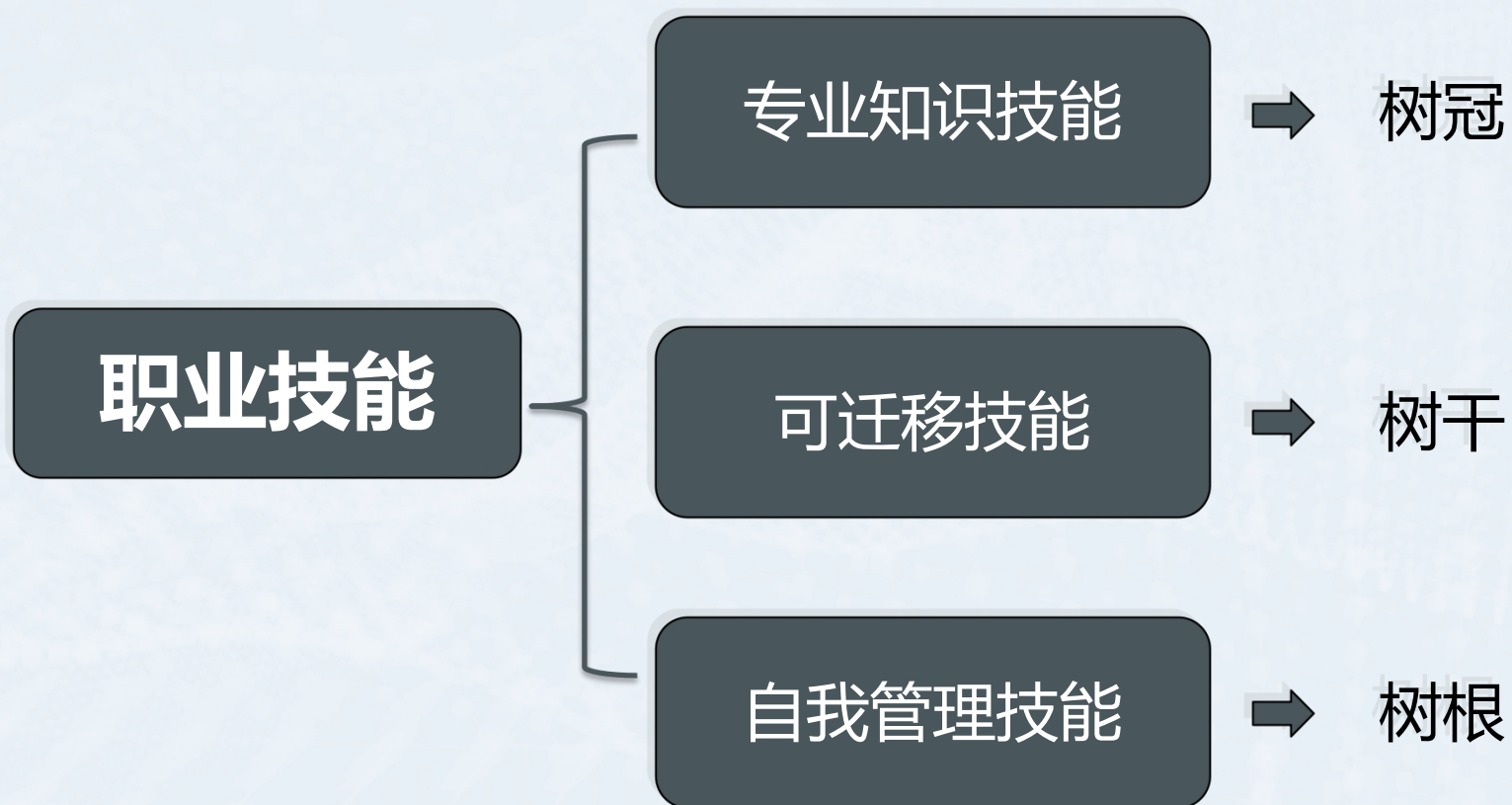
初心在方寸，咫尺在匠心

—— 职业技能探索



未知 → 已知 → 熟练

0 → 1 → N



探索技能的方法

➡ 重点

技能形成的过程

➡ 重点

职业技能与职业
发展的关系

➡ 难点

知识目标

了解技能澄清的方法
了解技能形成的过程

技能目标

能够对自我的技能进行澄清和分类
掌握意向职业提升的途径

素质目标

认识到职业技能对于自身职业发展的重要性；
培养吃苦耐劳、精益求精的工匠精神；

活动操作流程：

	非常熟练	可以胜任	不胜任
非常愿意使用			
比较愿意使用			
愿意使用			
最好不使用			
很不愿意使用			

注意：

◎识别过程中的两个必须步骤：

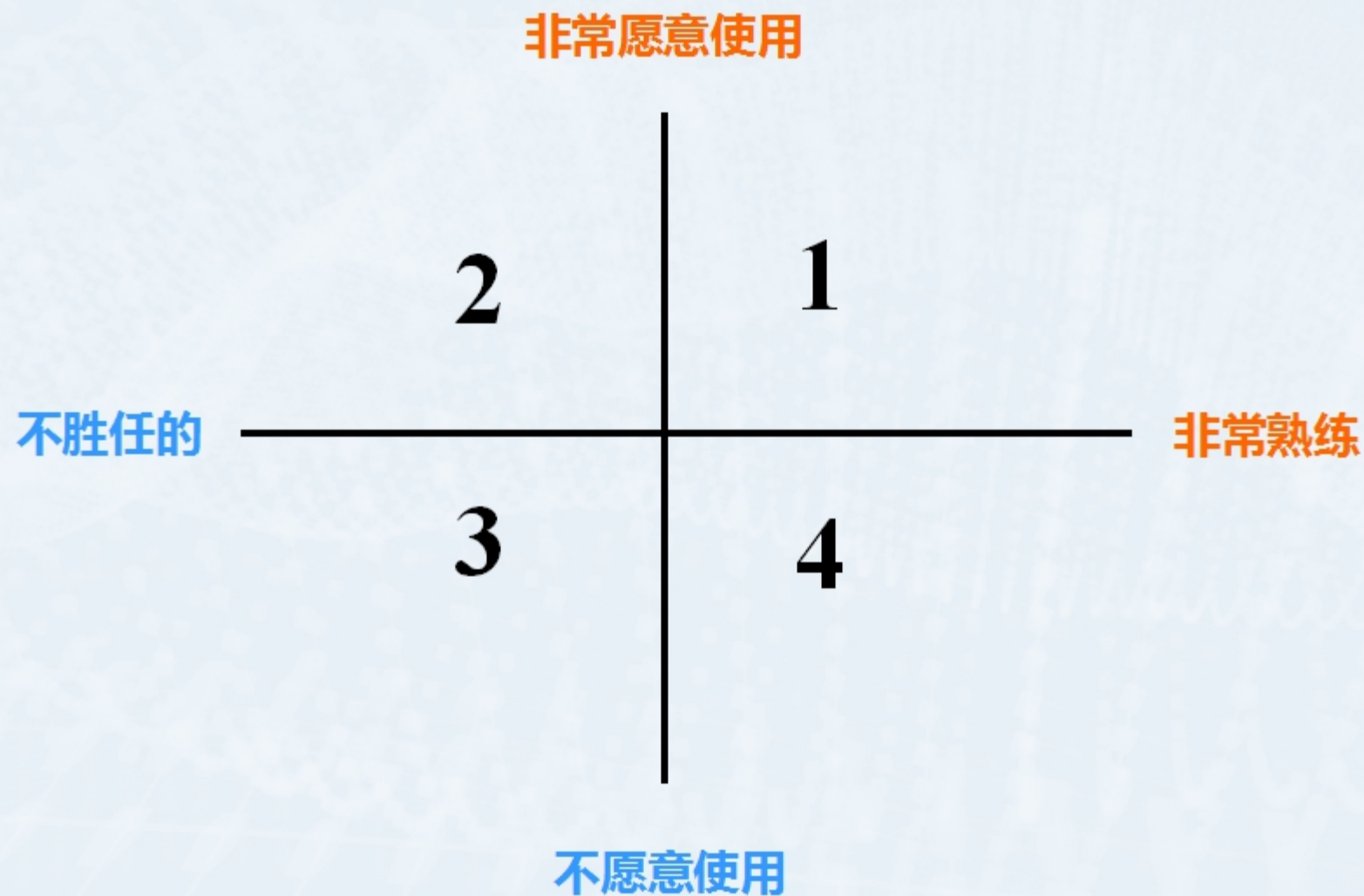
一、识别哪些是你做得做好的；

二、从这里找到哪些是你使用最愉快的。

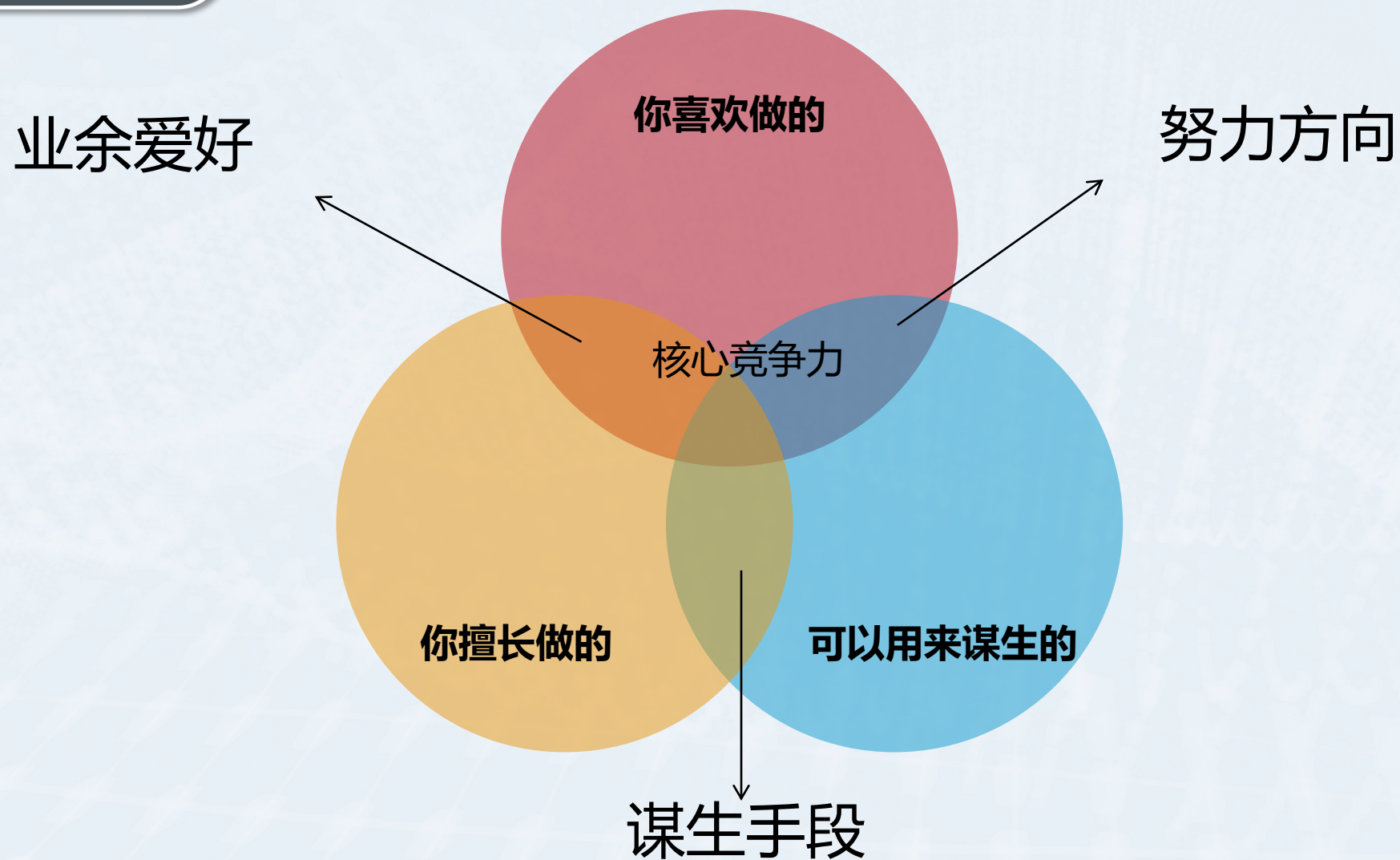
◎这样做可以帮你区分开哪些技能是你在工作中最愿意强调的，哪些是你避免或者试图最小化的。你需要把你的技能识别结果与其他的自我评估结果进行整合，来明确你的职业目标。

◎技能的识别是你拥有自己市场的基础。

职业技能分类卡片法



寻找核心竞争力



其他技能探索方法



模拟面试



案例



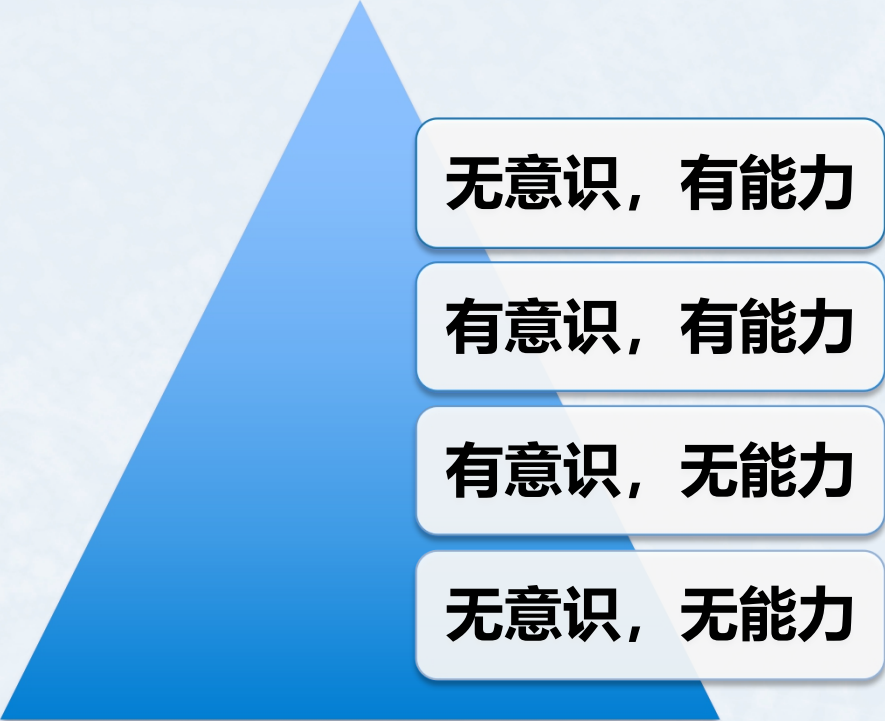
2007年入学，掌握专业知识，考取多项证书。

2010年，进入中国兵器工业集团有限公司光电集团河南平原光电有限公司，成为一名车工新兵，从“零”起步。

俯身练习，反复刃磨刀具，熟悉各个切削角的磨法和技巧。

不断地试验、总结和探索，在做精做强的道路上从未止步。

埃里克森的职业技能掌握过程



无意识，有能力

我亦无他，唯手熟尔

掌握

有意识，有能力

有意识而有能力

练习

有意识，无能力

我知道了，我不知道。我意识到了，我需要知道

学习

无意识，无能力

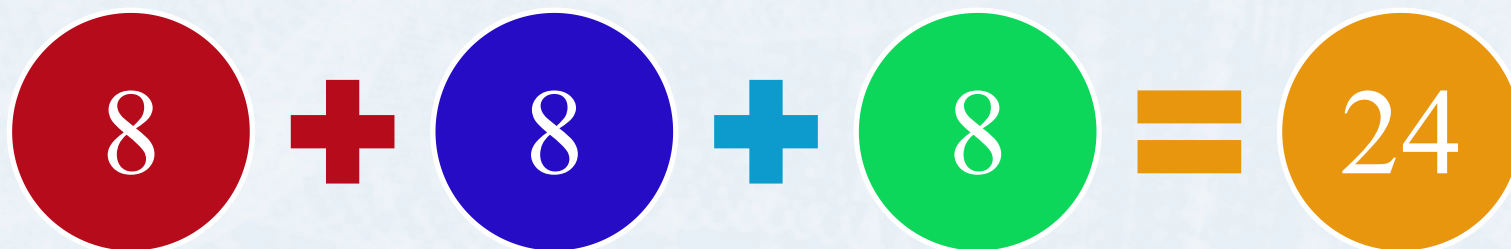
无知者无畏，没有目标，没有压力

唤醒

匹配：知己知彼，早做准备



平衡

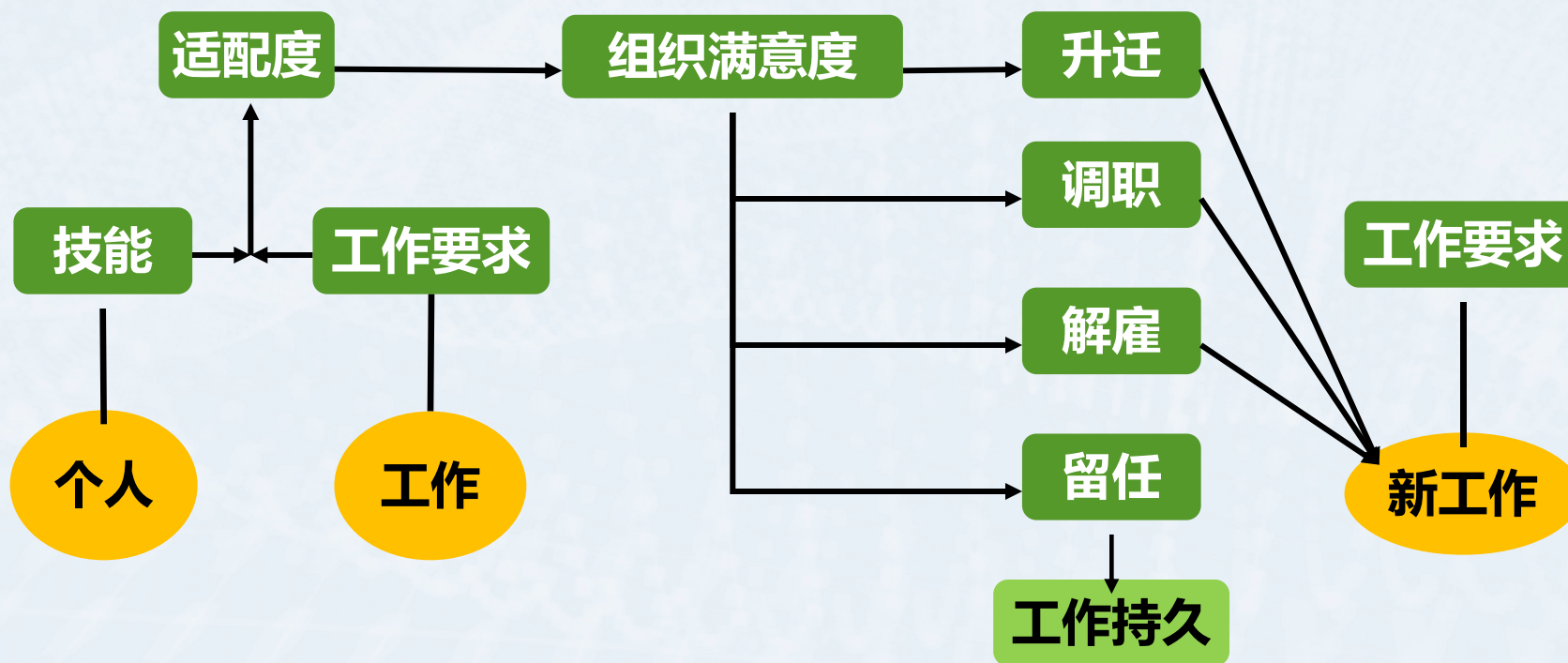


A visual equation representing the sum of three eights equals twenty-four. It consists of a red circle with the number 8, followed by a red plus sign, a blue circle with the number 8, followed by a blue plus sign, a green circle with the number 8, followed by an orange equals sign, and finally an orange circle with the number 24.

$$8 + 8 + 8 = 24$$

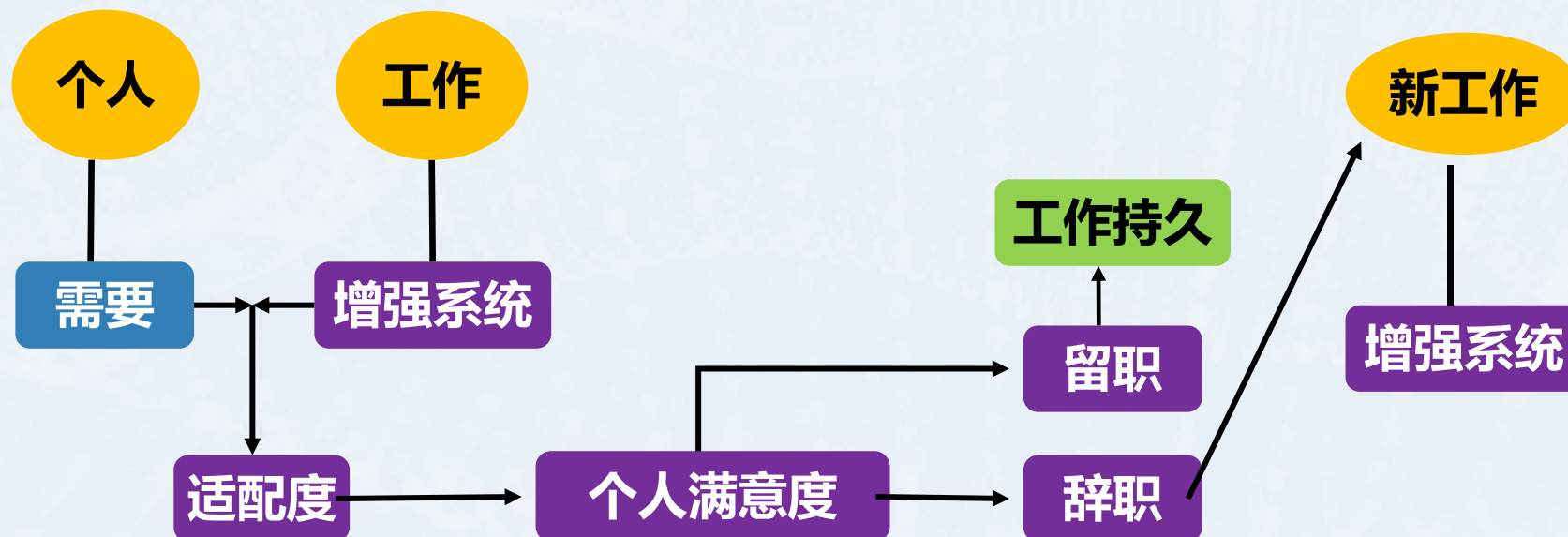
适应

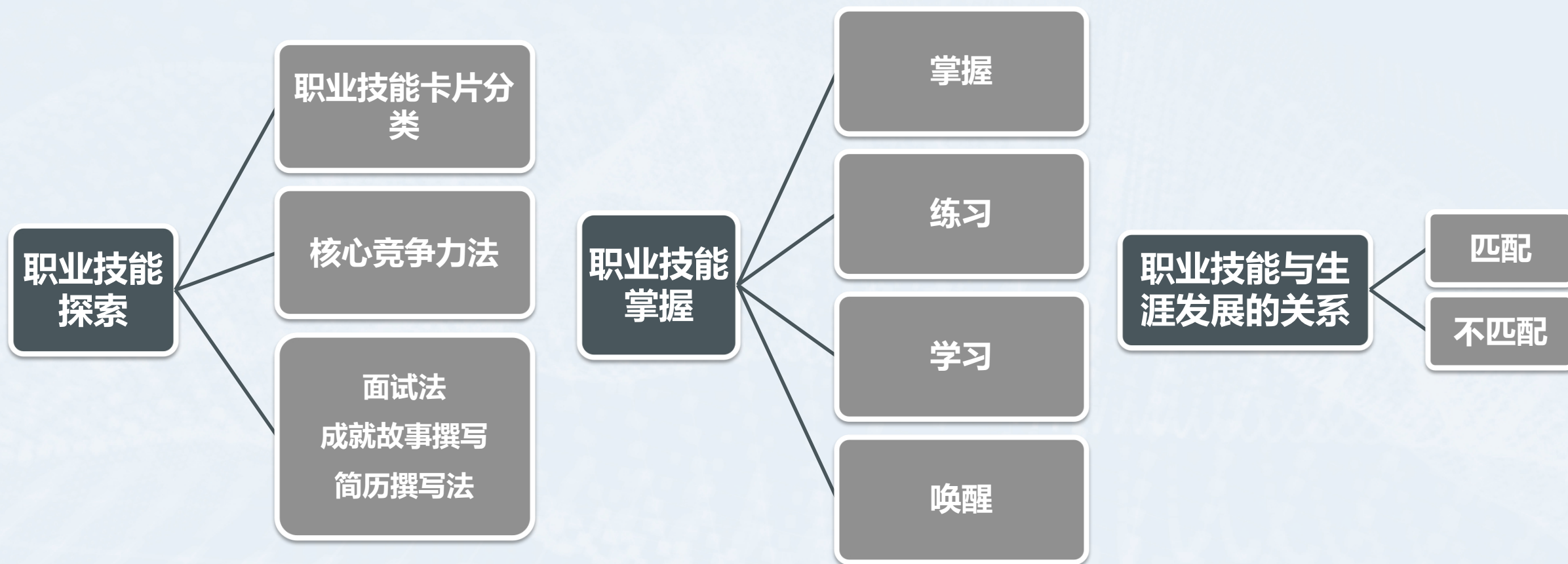
1、提高能力



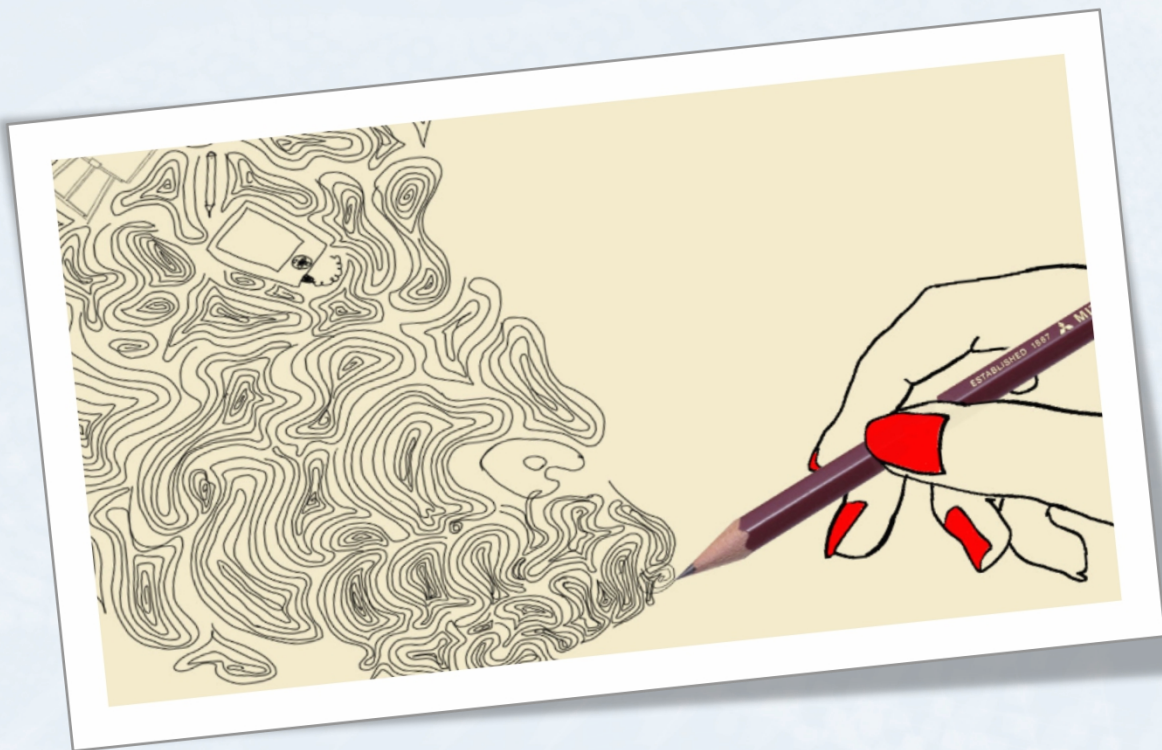
适应

2、降低期待



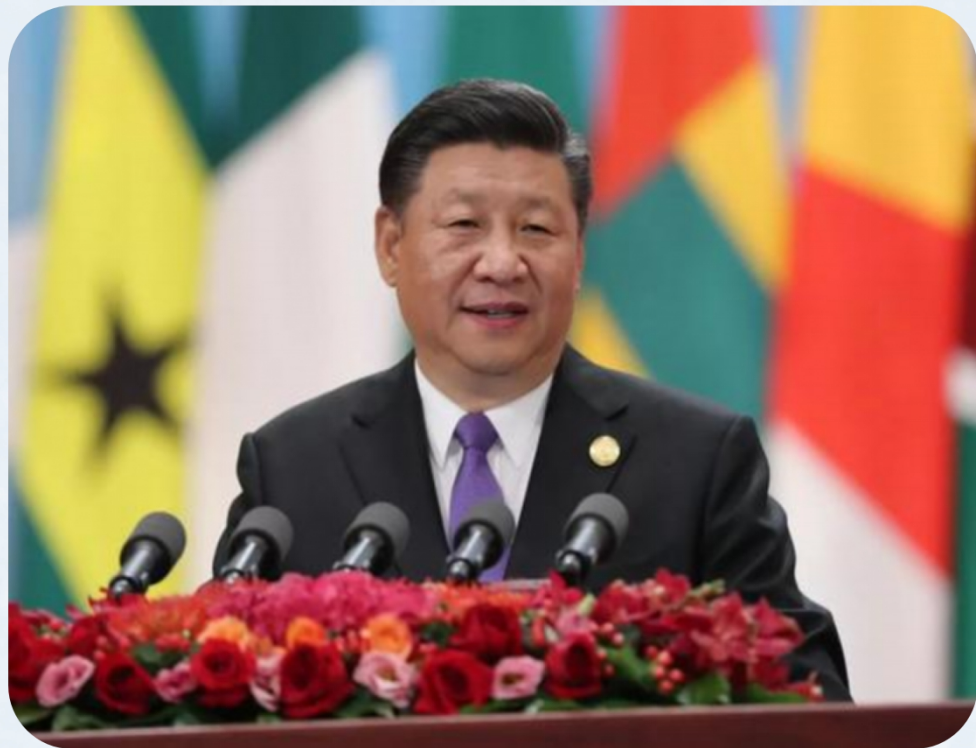


课后作业



勾画一个建立在个人职业技能基础上的工作蓝图，并思考需要提升和完善的职业技能有哪些？

结语



广大青年要保持初生牛犊不怕虎的劲头，不懂就学，不会就练，没有条件就努力创造条件。“志之所趋，无远弗届，穷山距海，不能限也。”对想做爱做的事要敢试敢为，努力从无到有，从小到大，把理想变为现实。