

# 推荐书目

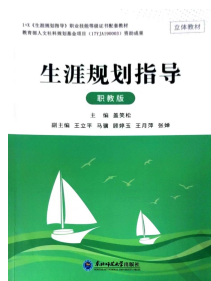
本课程配套教材



## ● 生涯规划类书籍

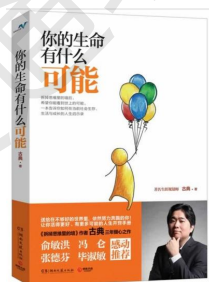
1. 《生涯规划指导》（职教版），盖笑松主编，东北师范大学出版社

——推荐教师、学生



2. 《你的生命有什么可能》，古典著，湖南文艺出版社——推荐生涯

初学者



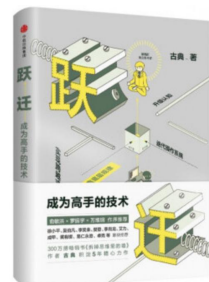
3. 《拆掉思维里的墙》，古典，北方妇女儿童出版社——推

荐生涯初学者



4. 《跃迁(成为高手的技术)》，古典著，中信出版社——推

荐对生涯有一定了解的学习者



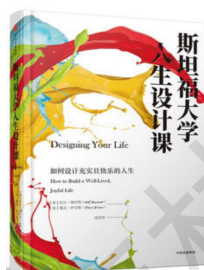
- 5.《洞见》，赵昂著，文化发展出版社——推荐对生涯有一定了解的学习者



- 6.《人生拐角》，赵昂，机械工业出版社——推荐需要了解职业信息的学习者

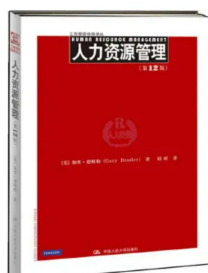


- 7.《斯坦福大学人生设计课》，[美]比尔·博内特 (Bill Burnett)、戴夫·伊万斯 (Dave Evans) 著，中信出版集团——推荐生涯初学者



## ● 人力资源管理类书籍

- 1.《人力资源管理（第12版）》，【美】加里·德斯勒 (Gary Dessler) 著，刘昕译，中国人民大学出版社——推荐教师使用

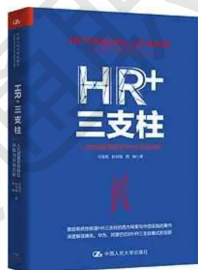


2.《人力资源管理实操（第2版）》，仁康磊著，人民邮电出版社

——推荐教师使用

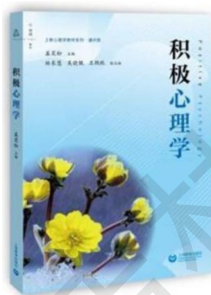


3.《HR+三支柱》马海刚 彭剑锋 西楠著，中国人民大学出版社——推荐教师使用



## ● 心理学类书籍

1.《积极心理学》，盖笑松主编，上海教育出版社——推荐教师、学生



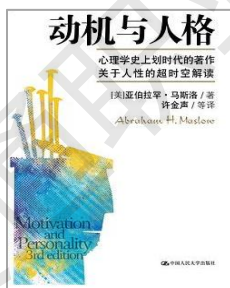
2.“积极心理学之父”马丁·塞利格曼幸福三部曲：《真实的幸福》《活出最乐观的自己》《认识自己 接纳自己》——推荐教师、学生



3. 《了不起的我》，陈海贤著，台湾出版社——推荐教师、学生



4. 《动机与人格》，【美】亚伯拉罕·马斯洛著，中国人民大学出版社——推荐教师使用



5. 《自尊》（原书第4版），【美】马修·麦凯马特里克·范宁著，机械工业出版社——推荐教师、学生



## ● 沟通技巧类书籍

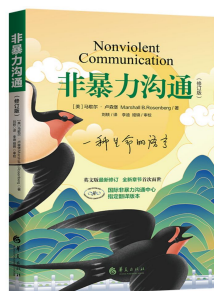
1. 《沟通的方法》，脱不花著，新星出版社——推荐教师、学生



2. 《非暴力沟通》，【美】马歇尔·卢森堡著，华夏出版社

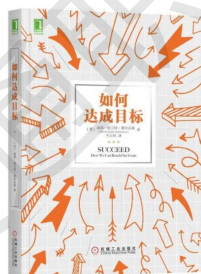


## ——推荐教师、学生



### ● 提高效率类

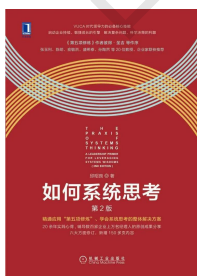
1. 《如何达成目标》，【美】海蒂·格兰特·霍尔沃森——推荐教师、学生



2. 《人生效率手册》，张萌著，湖南文艺出版社——推荐教师、学生



3. 《如何系统思考》（第2版），邱昭良著，机械工业出版社——推荐教师、学生



职业素质养成教研室推荐