第一图书网, tushu007.com

<<中职生职业生涯设计导航>>

图书基本信息

书名：<<中职生职业生涯设计导航>>

13位ISBN编号：9787040174335

10位ISBN编号：7040174332

出版时间：2005-7

出版时间：高等教育出版社

作者：文春帆，姚贵平 主编

页数：188

字数：300000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

随着所有制结构、经济结构调整步伐的加快，经济和社会发展对人才的需求及其配置方式发生了重大变化，中等职业学校的培养目标、服务领域、毕业生就业方式和就业渠道也都发生了很大变化。怎样选择到适合自己的职业，在职业中实现个人的理想和抱负，如何规划自己的职业发展道路，使自己在激烈的竞争时代立于不败之地，是摆在每个中职生面前紧迫而又现实的问题。
《中职生职业生涯设计导航》正是适应新形势的需要、帮助中职生回答这些问题、指导中职生顺利走上求职之路的一本好书。

该书分为导航篇与发展篇两部分。
导航篇主要是告诉中职生有关职业、职业生涯中涉及的一些知识，包括什么是职业生涯与职业生涯设计，人的个性、兴趣、职业价值观，职业环境分析以及如何搜集信息，职业生涯目标的内涵及制订职业生涯目标的方法，行动的重要性及行动的艺术。
这些知识对于学生了解职业生涯理论，启发学生职业观念的更新，促进学生形成正确的职业观十分必要，能让他们更好地了解自己，在职业生涯中扬长避短，取得出色的成绩；能让他们更好地了解职业，寻找到最适合自己的职业，创造高质量的职业生活；能让他们更好地了解社会，正确扮演自己的社会角色，营造和谐的职业环境；能让他们更好地确立职业生涯发展目标，采取恰当的行动，设计最佳的职业生涯发展规划。

发展篇主要告诉学生有关职业素养的养成策略，包括形成良好职业道德的重要价值及如何形成良好的职业道德；学会做事的重要意义及如何做事、如何开发自我潜能；择业心态的调节及择业技巧的养成；树立正确的挫折观及战胜挫折的方法。
这些素养在个人的职业生涯发展中非常重要。
一个人凭借自己的专业水平也许能很快地找到一份工作，但要在工作中脱颖而出，超越别人，坚持不懈，获得成功，离不开这些素养的“保驾护航”。
书中不仅用生动的事例向学生展示了这些素养的“奇妙”作用，而且向学生介绍了切实可行的方法，帮助他们养成和提高这些素养，具有较强的操作性和实践性，对引领学生把握职业机会，践行自己的职业生涯发展规划，成为成功的职业人指点了可行的路径和方法。

内容概要

职业生涯设计关系到个人一生的发展和前途。
为了帮助和指导中等职业学校学生正确、科学地进行职业生涯设计，更好地结合实际发挥自己的个性特点，我们请长期开展这方面研究与实践的教研员和一线教师编写了这本学生用书。
全书分为导航篇和发展篇两大部分，内容包括：结识职业生涯设计、客观地认识自己、全面地分析环境、科学地设计自我、将设计变成现实、培养良好的职业道德、打造竞争优势、提升职业选择能力、锻炼挫折承受力。
全书采用故事坊、心语屋、航标灯、资料卡、实战演练等栏目编排内容。
　本书内容丰富、体例新颖，具有较强的针对性和操作性，是一本中职生必备的职业生涯设计教材和教师参考书。

书籍目录

上篇 导航篇　第一章 开启航线——结识职业生涯设计　1.1 美丽的职业生涯　1.2 设计，让职业生涯更精彩　第二章 照照镜子——客观地认识自己　2.1 我的个性　2.2 我的兴趣　2.3 我的职业价值观　第三章 量量台子——全面地分析环境　3.1 需量的内容　3.2 轻松自如量舞台　第四章 绘制蓝图——科学地设计自我　4.1 目标为我们引路　4.2 描绘我们的蓝图　第五章 按图施工——将设计变成现实　5.1 心动不如行动　5.2 行动的艺术下篇 发展篇　第六章 以“德”为先——培养良好的职业道德　6.1 成功必有“德”　6.2 育“德”从此开始　第七章 学会做事——打造竞争优势　7.1“做”出机遇　7.2 打造做事本领　7.3 开发自我潜能　第八章 学会择业——提升职业选择能力　8.1 培养良好的择业心态　8.2 择业艺术 第九章 直面挫折——锻炼挫折承受力　9.1 挫折，职业生涯的常伴　9.2 战胜挫折附录 附录一 我的职业生涯发展蓝图 附录二 我的学习方案 附录三 我的成长轨迹主要参考文献

章节摘录

人具有无限发展的可能。
或许是因为没有发现自己的潜能，或许是因为偏离了自己的航向，或许是因为没有尽力去行动，才使得我们的职业生涯之路平淡无奇。
如果我们能实实在在地设计自我的职业生涯，踏踏实实地奋斗，我们就能最大限度地发掘自我潜能，取得意想不到的成功。
容容是1999届商务英语专业的学生，是一位相貌平平的农村女孩。
第一次班会课的时候，班主任老师让同学们作自我介绍，轮到容容时，她满面通红，紧张得难以完整地说出一句话。
平凡的相貌、贫穷的家庭背景、胆小的性格，让她乐于生活在自己的小圈子里，享受那一份平静又平凡的快乐。
当班主任老师发现她英语好、嗓音好的时候，与她进行了长时间的交流，分析了她的优势与劣势，引导她制订了争取去外资企业工作的目标，并让她担任班上的文娱委员，鼓励她努力学好英语、多参加集体活动。
一次谈话，一次简单地设计，改变了容容的命运，一直生活在自己小世界里的她，开始迈出那个圈子，来到班级小集体、校园大集体。
那个曾经自我介绍都满面通红的小姑娘逐渐变成了一个侃侃而谈的学生分会主席。
毕业时，她如愿以偿地成为成都一家外资企业的办公室文员。
假如没有那次谈话，容容也许还和以前一样胆小；没有那次对三年后职业生涯目标的设计，容容也许不会抓住到外企工作的机遇，因为她没有有意识地准备。
职业生涯设计引导我们认识自己的过去、现在与未来，认识自己的优势与劣势。
当前是一个快速变化、竞争激烈的时代，要想在竞争中取胜，就要全面、客观地认识自己，科学、合理地定位自己，有效、及早地规划自己，以充分发挥自己的优势，最大限度地降低自己劣势的负面影响，达到扬长避短的效果。
同时，也有利于重新认识自己的价值，增强自己的信心，做出适宜的决策。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com