

<<职业规划与素质培养教程>>

图书基本信息

书名：<<职业规划与素质培养教程>>

13位ISBN编号：9787302183426

10位ISBN编号：7302183422

出版时间：2008-9

出版时间：清华大学出版社

作者：魏卫 编

页数：352

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>

## <<职业规划与素质培养教程>>

### 前言

早在2000多年前，孔子对于人生应该怎样度过、怎样规划，就有过精辟的论述，“吾，十有五，而志于学，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳顺，七十而从心所欲，不逾矩。”而今，人一生中大部分的时间和精力都要与职业发生关系，职业，成为一个人安身立命之本，施展才华之基，成就人生之途，人的职业生涯之路是否顺畅会直接影响人生理想与幸福的实现。因此，怎样合理地设计与规划职业生涯，如何跟上时代和科技发展的步伐，势必成为每位将走向社会的人们尤其是当代大学生们需要认真思考与面对的问题。

随着大学生就业竞争日趋激烈，大学生的核心竞争力除了需要丰富扎实的专业知识外，还需要具备训练有素的职业素质，如自信心、领导力、团队精神和创业能力等。大学生们如果能够充分认识这些问题的重要性，在大学期间有效地规划学业，科学地选择自己今后职业发展的目标，对未来的职业进行合理定位，并根据自己确定的职业发展目标，有计划地培养职业素质，全面提升自己的综合能力，那么其职业生涯的设计与规划就能为今后事业的成功奠定坚实的基础。

然而，职业规划研究近几年才被引入我国，目前在高校多以就业辅导、讲座等形式出现，却尚未形成系统化的教学科研体系。

大学生的职业规划教育缺乏系统性、科学指导性，因而造成很多大学生对自己未来的职业目标不明确，对职业规划知识认识不足，因此在职业能力、素质培养等方面的主动性、计划性不够，难以利用大学时光很好地提升自身的职业能力与素质。

## <<职业规划与素质培养教程>>

### 内容概要

本书分为两篇，上篇为职业规划，下篇为素质培养。

本书以职业规划理论——职业规划技术——素质培养为主线，通过对职业规划理论与应用的阐释，对基于职业规划的高素质人才模型的构建以及对高素质人才事业成功所需要的基本素质和能力进行培养和训练，使读者在充分了解自己的兴趣和爱好的前提下，结合自己的专业特长和知识结构，对未来从事的职业做出方向性的计划与安排。

同时帮助大学生建立正确的职业生涯观念，增强他们对职业选择的信心与动力，使他们在职业生涯规划方法、择业与面试技术、表达能力、沟通能力以及创业能力等方面有明显的提高，从而提升事业成功的基本能力。

本书可作为高校大学生、研究生相关课程与职业辅导的教材，也可成为广大社会青年对职业生涯的规划、择业时的必读书目，还可以作为有关专家、学者研究的参考资料。

<<职业规划与素质培养教程>>

书籍目录

上篇 职业规划 第一章 职业生涯规划与素质培养概述 第一节 职业生涯规划与素质培养的意义  
一、职业生涯规划的相关概念 二、成功案例解析职业生涯规划的意义 三、大学生素质培养的重要性 第二节 大学生职业生涯规划的影响因素分析 一、影响大学生职业生涯规划的内部因素 二、影响大学生职业生涯规划的外部因素 第三节 国内外职业生涯规划与大学生素质培养的发展趋势 一、国外职业生涯规划与职业生涯规划教育的发展 二、中国职业生涯规划与素质培养领域的研究与实践 本章小结 研究与思考 第二章 职业生涯规划理论与应用 第一节 职业生涯规划理论解析 一、职业与人格匹配理论 二、职业发展阶段理论 第二节 职业测评技术与方法 一、职业测评技术的定义 二、职业测评的主要内容 三、霍兰德职业性向测验量表 四、卡特尔十六种人格因素测验 本章小结 研究与思考 第三章 大学生学业与职业生涯发展模式 第一节 大学生职业生涯规划基本模式 一、大学的时间价值 二、大学生学业规划 三、职业生涯规划的基本模式 第二节 职业生涯规划的基本方法 一、自我剖析法 二、职业环境分析之信息获取法 三、职业生涯目标设计法 四、实现职业生涯目标策略法 第三节 职业生涯设计的核心与误区 一、职业生涯规划中的核心要素 二、大学生职业生涯规划的 三、大误区 本章小结 研究与思考 ..... 下篇 素质培养

## <<职业规划与素质培养教程>>

### 章节摘录

上篇 职业规划 第一章 职业生涯规划与素质培养概述 第一节 职业生涯规划与素质培养的意义 职业生涯规划是我们生活中的主要组成部分，拥有成功的职业生涯才能实现完美的人生，因此职业生涯规划具有特别重要的意义。

一、职业生涯规划的相关概念 进行有效的职业生涯规划需要了解职业的相关概念与属性以及职业的分类，这些共同构成职业生涯规划的基础。

## <<职业规划与素质培养教程>>

### 编辑推荐

系统性：职业规划理论，职业规划技术，职业素质打造。  
趣味性：职业测试技术，素质拓展训练，游戏活动分享。  
实用性：求职应聘方略，人际沟通技巧，创业项目策划。

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>