

## <<大学生职业发展与训练>>

### 图书基本信息

书名：<<大学生职业发展与训练>>

13位ISBN编号：9787536136885

10位ISBN编号：7536136889

出版时间：2008-8

出版时间：广东高等教育出版社

作者：程良越 编

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>

## <<大学生职业发展与训练>>

### 内容概要

自2004年广东省率先在国内举办了大学生职业规划大赛以来，职业规划的意识和理念已经在广东、甚至在全国高校的大学生中逐渐得到普及。

但是，中国恢复开展职业生涯教育工作才刚刚走过十多年的里程，我们的职业生涯辅导，无论是理论、思维，还是方法、手段，都停留在比较粗浅的层次，辅导的效果也不稳定，大学生在探索自我、解决就业以及职业生涯可持续发展等方面，仍存在诸多困惑。

这个时候，有必要进一步认识职业生涯发展的内在规律，梳理相关理论和方法，提高师资的辅导水平，帮助大学生从关注眼下的就业转而指向更关注未来一生的职业发展。

《大学生职业发展与训练》，正是在这样的背景下与广大师生见面的。

## <<大学生职业发展与训练>>

### 书籍目录

- 绪论 把握你的发展命运
- 上篇 职业规划与就业准备
- 第一章 认识职业生涯
- 第一节 职业与职业生涯
- 一、工作、职业与职位
- 二、生涯与职业生涯
- 三、职业生涯发展的五个阶段
- 四、把握正确的职业生涯规划理念
- 第二节 职业生涯规划
- 一、职业生涯关注的四个问题
- 二、职业生涯规划的主题与准则
- 三、职业生涯规划完整模型
- 第三节 大学生的生涯发展任务
- 一、大学阶段的生涯发展任务
- 二、大学生培养生涯规划能力的必修课
- 探索与训练
- 第二章 探索自己的职业道路
- 第一节 你是世界上独一无二的
- 一、识别你的性格偏好
- 二、不同职业需要不同的职业性格
- 三、选择职业时考虑你的性格
- 第二节 发现自我天生的激励因素
- 一、霍兰德的职业性向
- 二、让兴趣与职业相吻合
- 三、发现你的职业兴趣区域
- 第三节 估算个人的技能资产
- 一、了解技能与职业的关系
- 二、识别你的能力倾向
- 三、确认你的技能优势
- 第四节 了解你做决定的砝码
- 一、认识价值观的本质
- 二、探究你的内在驱动和需要
- 三、澄清你的职业价值观
- 探索与训练
- 附录：职业兴趣类型与相应职业的对照表
- 第三章 掌握环境变迁中的职业生涯
- 第一节 在新经济环境中工作
- 一、变化中的职业世界
- 二、就业市场的最新特点
- 三、在变化的世界中找到你的位置
- 第二节 心理契约与新职业模式
- 一、易变性职业生涯时代
- 二、心理契约的改变
- 三、新职业模式
- 第三节 在不同的组织文化中工作

## <<大学生职业发展与训练>>

- 一、了解不同组织的文化个性
- 二、了解组织架构的新变化
- 第四节 构建结构性觉察能力
  - 一、职业发展与企业用人趋势
  - 二、职业信息的搜集与分析
    - 探索与训练
- 第四章 思考你的职业生涯决策
  - 第一节 生涯决策的相关问题
    - 一、生涯决策的概念与本质
    - 二、职业决策中所涉及的因素
    - 三、四种最需要生涯决策技能的人
    - 四、生涯决策者的类型
  - 第二节 了解生涯决策过程
    - 一、CASVE循环模型-
    - 二、克朗伯兹等人的职业决策过程
  - 第三节 提高生涯决策技能
    - 一、了解生涯决策模式
    - 二、掌握生涯决策的两大要诀
    - 三、平衡单法
  - 第四节 分析你的职业前景
    - 一、基于理想工作描述的职业前景分析
    - 二、基于工作技能的职业前景分析
    - 三、基于职业价值观的职业前景分析
    - 四、基于教育与培训的职业前景分析
      - 探索与训练
- 第五章 绘制你的职业生涯蓝图
  - 第一节 理清职业规划的操作思路
    - 一、简化的职业生涯管理模型
    - 二、基本的职业规划操作流程
  - 第二节 探索可能的职业选择
    - 一、综合自我分析的结果
    - 二、探索你的职业范围
  - 第三节 聚焦你的职业发展方向
    - 一、分析目标职业类型的各项信息
    - 二、确认职业发展方向
  - 第四节 选择合适的发展路径
    - 一、整合理想职业的各项信息
    - 二、选择你的职业发展路径
    - 三、锁定你的目标组织（企业）
  - 第五节 拟定一份职业规划书
    - 一、规划你的人生总体目标
    - 二、规划你的大学生涯
  - 第六节 修正你的职业发展计划
    - 一、职业规划修正调整的原则和方法
    - 二、职业生涯成功的标准与评价
      - 探索与训练
- 第六章 向第一份职业发起冲刺

## <<大学生职业发展与训练>>

### 第一节 冲刺前的最后思考

- 一、刺猬原则与自我定位
- 二、职业生涯规划的原则与策略

### 第二节 锁定目标, 准备求职

- 一、受雇能力的准备
- 二、求职前的心理准备
- 三、求职材料的准备

### 第三节 成功面试赢取职业机会

- 一、做好面试前的所有准备
- 二、在面试中展示你的风采

#### 探索与训练

## 第七章 拉近创业与你的距离

### 第一节 审视创业

- 一、有关创业的内涵
- 二、就业与创业的新趋势
- 三、创业: 思路决定出路

### 第二节 评估你的创业潜力

- 一、创业前的自我认定
- 二、考量你的创新品质
- 三、审视你的财富观念

### 第三节 走近创业

- 一、熟悉自主创业的基本程序
- 二、找准创业立点
- 三、创业者心理品质的培养
- 四、创业者能力的积累和提升

### 第四节 与创业面对面

- 一、创业的一般过程
- 二、创业过程的常见问题及对策
- 三、大学生自主创业研判

### 第五节 大学生创业的相关政策与法规

- 一、创业应了解的法律法规
- 二、把握大学生创业扶持政策

#### 探索与训练

## 下篇 通用职业能力训练

## 第八章 开发适应生涯发展的职业能力

### 第一节 谁是职场梦寐以求的人才

- 一、个人核心职业能力的新要求
- 二、21世纪最需要的人才
- 三、越来越重要的可迁移技能

### 第二节 就业力与就业力技能

- 一、就业力与就业力技能
- 二、择业行为与胜任能力

### 第三节 克塞伯斯下的就业力开发

- 一、个人克塞伯斯的内涵
- 二、个人克塞伯斯的开发

## 第九章 职业动机激发能力训练

### 第一节 自我工作愿景的建立

## <<大学生职业发展与训练>>

- 一、思考个人工作愿景
- 二、确立你的工作愿景
- 第二节 职场伦理与社会化意识的认知
  - 一、了解生涯中的小社会与大社会
  - 二、掌握职场伦理的要求
  - 三、社会化意识与能力的激发
- 第三节 专业精神与自我管理
  - 一、专业态度与敬业精神的养成
  - 二、个人形象的塑造与表现
  - 三、有效的自我管理
- 第十章 职业行为转化能力训练
  - 第一节 职场认知及其沟通协调技能
    - 一、职业适宜性与角色定位
    - 二、提高你的职场适应能力
    - 三、培养你的沟通协调能力
  - 第二节 工作团队与团队协作方法
    - 一、工作团队与团队精神
    - 二、形成共同的团队意志
    - 三、发挥共同的团队力量
  - 第三节 工作伙伴关系与冲突化解能力
    - 一、自我与工作伙伴关系
    - 二、有效化解冲突
- 第十一章 职业知识运用能力训练
  - 第一节 职业知识的学习与应用
    - 一、职业知识的理解
    - 二、职业知识的革命与创新
    - 三、个人知识的有效管理与运用
  - 第二节 价值创造与成本意识
    - 一、机会成本与社会成本
    - 二、掌握价值创造的基本原则
  - 第三节 归因技术与执行技巧
    - 一、内归因和外归因
    - 二、归因风格的影响
    - 三、归因技术的应用
- 参考文献

<<大学生职业发展与训练>>

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>