

<<大学生活与生涯规划>>

图书基本信息

书名：<<大学生活与生涯规划>>

13位ISBN编号：9787560848747

10位ISBN编号：7560848745

出版时间：2012-6

出版时间：同济大学出版社

作者：杨邦勇

页数：256

字数：335000

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>

## <<大学生活与生涯规划>>

### 内容概要

杨邦勇编著的《大学生活与生涯规划(第2版普通高等教育大学生素质教育规划教材)》从大学生的成长、成才这个独特的视角出发,针对大学生这一特定群体,紧紧围绕大学生在学习、生活中遇到的诸多问题进行详细阐述,旨在帮助大学生尽快完成角色转变,在人生新的起点上,实现新的飞跃。

《大学生活与生涯规划(第2版普通高等教育大学生素质教育规划教材)》通篇贯穿着以人为本的思想理念,注重理论性和实践性相结合,力求框架清晰、脉络明了、新颖实用、通俗易懂。

《大学生活与生涯规划(第2版普通高等教育大学生素质教育规划教材)

》既可作为本科院校和高职高专院校新生入学教育的教材使用,又可作为大学生思想政治教育工作者、学生管理人员和广大教师的参考用书,还可作为大学生提升自我素养的自学用书。

## <<大学生活与生涯规划>>

### 书籍目录

#### 前言

#### 第一章 撩开大学神秘面纱

##### 第一节 何为大学

##### 第二节 大学魅力

##### 第三节 大学功用

##### 第四节 大学精神

##### 第五节 大学文化

#### 第二章 适应大学角色转变

##### 第一节 初人大学，一切都是新的

##### 第二节 认识自我，克服新环境带来的困扰

##### 第三节 主动适应，实现角色的顺利转变

#### 第三章 培养自主学习能力

##### 第一节 大学学习有何特点

##### 第二节 致力培养五种能力

##### 第三节 应持有的六种学习态度

##### 第四节 学习中常见的几个问题

##### 第五节 大学学习的策略和方法

#### 第四章 创建和谐校园生活

##### 第一节 我的宿舍我的家

##### 第二节 共创和谐班集体

##### 第三节 培养健康的生活方式

##### 第四节 多姿多彩的大学生活

#### 第五章 强化安全防范意识

##### 第一节 大学生社会交往及人身财产安全

##### 第二节 大学生消防安全

##### 第三节 大学生交通安全

##### 第四节 课外活动安全

##### 第五节 大学生网络安全

#### 第六章 塑造优良思想品德

##### 第一节 文明修身

##### 第二节 学会沟通

##### 第三节 保持感恩

##### 第四节 诚实守信

#### 第七章 提升心理健康水平

##### 第一节 大学生心理健康的标准

##### 第二节 大学生常见的心理问题

##### 第三节 影响大学生心理健康的因素

##### 第四节 大学生心理调适的途径

##### 第五节 培养良好的心理素质

#### 第八章 增强实践动手能力

##### 第一节 大学生参与社会实践的意义

##### 第二节 社会实践的途径

##### 第三节 实践动手能力的自我培养

#### 第九章 科学设计生涯规划

##### 第一节 生涯与生涯规划

## <<大学生活与生涯规划>>

第二节 大学生涯规划

第三节 踏实走好每一步

第十章 做好求职择业准备

第一节 大学生就业形势

第二节 大学生就业政策

第三节 树立“大众化”择业观

第四节 大学生就业准备与求职择业攻略

第十一章 勇于创业、开拓未来

第一节 大学生创业的背景及意义

第二节 大学生创业政策

第三节 大学生创业必备的基本素质

第四节 创业计划书的制定与实施步骤

第五节 大学生创业的误区与防范

附录 李开复给中国学生的四封信

参考文献

后记

<<大学生活与生涯规划>>

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>