

<<大学生就业指导与职业生涯规划>>

图书基本信息

书名：<<大学生就业指导与职业生涯规划>>

13位ISBN编号：9787563815401

10位ISBN编号：7563815406

出版时间：2011-2

出版时间：首都经济贸易大学出版社

作者：商光美 主编

页数：269

字数：303000

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>

<<大学生就业指导与职业生涯规划>>

内容概要

为了更好地配合课堂教学，福州大学阳光学院联合中国就业力研究院福建分院，整合资源优势，依据教育部《大学生职业发展与就业指导课程教学要求》中的教学要点，根据同类学生的特点和就业倾向，有针对性地编写了本书，供相关院校就业训练课使用。

《大学生就业指导与职业生涯规划(普通高等院校公共基础课十二五应用规划教材)》由商光美主编，既适用于教师讲授，大学生自学，也适用于在就业方面有需求的其他读者参考使用。希望此书能够成为大学生在就业之路上的良师益友。

书籍目录

绪论

第一章 就业形势与政策分析

- 第一节 就业严峻是一个长期的态势
- 第二节 当前高校毕业生就业环境及政策解析
- 第三节 培养科学、理性的择业观念

第二章 大学生职业生涯规划

- 第一节 职业生涯
- 第二节 职业生涯规划
- 第三节 大学生职业生涯规划

第三章 认识自我

- 第一节 认识自我的方法
- 第二节 气质与职业
- 第三节 兴趣类型及职业倾向
- 第四节 性格与职业
- 第五节 能力与职业
- 第六节 价值观的探索

第四章 认识职场

- 第一节 我国的职业内涵和分类
- 第二节 热门职业走势
- 第三节 认识职业世界的方法
- 第四节 目前大学生的就业形势
- 第五节 职业发展展望

第五章 就业力

- 第一节 是“无业可就”还是“有业难就”
- 第二节 系统就业力理论

第六章 就业素养——综合素质体系

- 第一节 综合素质(一)
- 第二节 综合素质(二)

第七章 选择与行动及通过率

- 第一节 行动
- 第二节 通过率——成功就职体系

第八章 存活率——试用匹配体系

- 第一节 企业行为模式和校园行为模式
- 第二节 试用期考核

第九章 就业心理调试

- 第一节 大学生就业心理调适
- 第二节 成功就业必备的心理素质

第十章 面试与面试技巧

- 第一节 面试概述
- 第二节 面试的具体形式
- 第三节 面试的主要内容
- 第四节 面试时应避免的问题
- 第五节 面试服饰礼仪
- 第六节 剖析面试中常见的问题

参考文献

章节摘录

(一) 职业生涯规划的出发点 职业生涯规划, 简单地说就是要解决职业生涯设计中“干什么”、“在何处干”、“怎么干”、“以什么样的心态干”这四个最基本的问题。

有专家将此高度概括为职业生涯中的“四定”——定向、定点、定位和定心。

定向, 就是确定自己的职业方向。

方向与目标有所不同, 目标是自己拟定的期望达到的一个理想, 而方向是为实现目标而选择的一种路径。

如果方向错误, 则会偏离目标, 即使修正也需要花费更多的时间和精力。

对大学生来说, 职业定向需要冷静的头脑和十足的勇气, 根据自己的兴趣、理想、专业去选择自己未来的职业方向。

在这里, 专业已经淡化到次要的地位, 如果有可能, 大学生最好不要让理想屈从于专业。

定点, 就是确定职业发展的地点。

地点也是现实环境的一个因素。

就中国来说, 各地的经济发展现状和前景都有不同, 甚至差异很大。

比如, 中心城市和边远山区, 沿海一带和西部地区。

近几年的调查研究显示, 绝大多数毕业生就业地点只选经济发达地区, 但这些地区竞争激烈、人满为患不说, 外地生源还要面临环境、观念、语言、文化等差异带来的困难, 而且发展与晋升的空间与机会并不见得比去发展中地区更好。

这也是大学生就业时要慎重考虑的。

定位, 就是确定自己在职业人群中的位置。

定位过低会导致个人在职业生涯中无法实现自我价值的最大化, 过高则容易因连遭挫折而对职业生涯丧失信心。

大学生往往因为定位的不准确, 出现“高不成低不就”的现象, 毕业经年仍漂泊不定。

因此, 大学生尤其是高职院校的学生, 需要准确地标定自己的位置, 既不能自卑也不要自傲, 应根据自己的实际水平, 在择业时对职位、薪资、工作内容等做好判断和把握。

定心, 就是稳定自己的心态。

人的一生必然会有高低起伏, 成功与挫折总是结伴而行, 个人的职业生涯也不例外。

在实现职业理想与人生目标的过程中, 难免也会有磕磕碰碰和意想不到的困难。

对大学生来说, 就是要保持一种平常心态, 敢于直视就业过程中的困难和问题, 不以物喜, 不以己悲, 始终坚定地按照自己的正确计划去实现理想。

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>