

<<大学生职业生涯规划与就业指导>>

图书基本信息

书名：<<大学生职业生涯规划与就业指导>>

13位ISBN编号：9787564114411

10位ISBN编号：756411441X

出版时间：2008-11

出版时间：东南大学出版社

作者：鲁宇红 编

页数：258

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

进入大学后，学生们开始了一个新的学习阶段，在这个阶段学生的学习与中小学时期的学习有着明显的区别。

大学的学习是与职业相关的专业性的学习，对大学生将来从事的职业有着直接与重要的影响。

在大学学习期间大学生还应该对自己的职业发展进行展望，对自己的职业生涯规划。

对于大学毕业生，如何进行求职择业工作，也是一个摆在大学毕业生面前的重要课题。

根据教育部、省教育厅的要求，各高校开设了大学生职业生涯规划与就业指导课程，主要通过理论教学、自我测评、社会实践、职业生涯规划制定、就业指导等方式，指导大学生开展职业生涯规划 and 就业活动。

本书作为大学生职业生涯规划与就业指导的参考书，适应高等学校毕业生就业制度改革的需要，通过对职业理论和就业实践的指导，帮助大学生认识社会对大学生的职业要求，树立正确的就业观念；帮助大学生进行个人分析与评价，实现正确的自我认知；指导大学生根据自身特点和社会需求，构建各自的就业取向，开展职业生涯规划。

使大学生从被动等待和接受社会的挑选转变到主动了解职业与岗位的需求和发展，并根据自身的特点，构思个人的职业发展方向，确定职业目标，自觉、合理地进行自我塑造，从而激励大学生学习和实践的的积极性，培养大学生求职择业应该具备的素质和能力，提高职业素养，增强就业竞争力，为将来的职业生涯规划打下良好的知识、能力、素质基础。

对即将毕业的大学生进行就业指导，帮助大学生了解就业政策、就业途径、求职择业方法，为就业做好准备工作。

全书分上下两篇，共十章，第一章大学生职业生涯规划导论，介绍了成功的人生与职业生涯规划的关系，对大学的进一步认识。

第二章职业生涯规划的概念与发展，介绍了什么是生涯与生涯规划，职业分类与职业发展，国内外大学生职业生涯规划的发展历史。

第三章认识自我与职业生涯规划，介绍了职业兴趣与职业价值观的概念，个人气质、性格与职业的联系，职业目标与职业方向的确定。

第四章专业定位，介绍了目前我国高等教育的学科与专业的划分种类，专业素质要求与培养模式，如何设计与实现自己的学习生涯，促进大学生的能力培养与职业发展。

第五章制定个性化的职业生涯规划方案，介绍了职业生涯规划步骤与遵循的原则，大学生如何有效开展职业生涯规划。

第六章就业环境与信息分析，介绍了当前就业形势与就业政策，就业机构与人才市场，就业信息的获取与处理。

## <<大学生职业生涯规划与就业指导>>

### 内容概要

本书根据教育部关于大学生职业生涯规划与就业指导课程的要求，针对大学生职业生涯规划问题介绍了大学生职业生涯规划的定义和发展历史，职业兴趣与职业价值观的概念，职业目标与职业方向的确立，个人气质、性格与职业的联系，职业生涯规划所遵循的原则和步骤。

针对大学毕业生求职择业，介绍了当前的就业形势、就业政策，与就业相关的机构，就业信息的获取方法，就业前的准备工作，求职的方法与技巧，就业程序与权益保障，就业相关法律规定。

并介绍了大学毕业生创业的知识、创业环境和创业应具备的条件等内容。

本书适用于高校大学生作为职业生涯规划与就业指导的参考书。

## <<大学生职业生涯规划与就业指导>>

### 书籍目录

上篇 大学生职业生涯规划 第一章 大学生职业生涯规划导论 第一节 成功的人生与职业生涯规划 一、人生的追求 二、成功的人生需要职业生涯规划 第二节 现代大学教育 一、对大学的认识 二、大学的人才培养模式 三、大学生的新生活 第二章 职业生涯规划的概念与发展 第一节 什么叫生涯与生涯规划 一、生涯的定义 二、生涯规划的定义 第二节 职业生涯规划发展历史 一、职业生涯规划理论的产生 二、职业生涯规划的发展历史 第三节 我国的大学生职业生涯规划 一、我国职业生涯规划理论和实践的历史 二、生涯规划在我国的发展现状 三、我国大学生职业生涯规划开展情况的调查 第四节 职业分类与职业发展 一、职业的涵义 二、职业分类的概念 三、职业分类的内容 四、职业声望与职业选择 五、21世纪职业(专业)发展趋势预测 第三章 认识自我与职业生涯规划 第一节 职业兴趣与职业价值观 一、兴趣与职业兴趣 二、职业兴趣的测量和认知 三、价值观与职业价值观 第二节 气质、性格与职业 一、气质与职业 二、性格与职业 第三节 职业目标与职业方向 一、职业目标 二、职业方向 第四章 专业定位 第二节 专业与专业素质 一、目前我国高等教育学科与专业的划分种类 二、专业素质要求与培养 三、职业素质理论教育必须与社会实践相结合 第二节 如何出色完成专业学习 一、如何进行学习生涯设计 二、如何实现自己的学习生涯规划 三、大学期间的其他规划 第三节 能力培养与职业发展 一、大学不同阶段的准备 二、不同的渠道获得各种能力 第五章 制定个性化的职业生涯发展规划方案 第一节 职业生涯规划 一、职业生涯规划的分类 ..... 下篇 大学生就业指导 第六章 就业环境与信息分析 第七章 做好职前准备 第八章 求职的方法与技巧 第九章 就业程序与权益保障 第十章 大学生创业指导参考文献

## 章节摘录

第一章 大学生职业生涯规划导论 大学生的职业生涯规划是近年来高校教育工作者谈论较多的话题，越来越多的高校开设了大学生生涯规划课程、举办大学生职业规划大赛，深入地研究有关大学生职业生涯规划辅导的问题。

本章从探讨成功的人生着手，从成功的人生需要职业生涯规划的认识出发，在大学生充分认识自我的基础上，确立自己的职业目标，找到理想的职业，实现人生的价值。

第一节 成功的人生与职业生涯规划 一、人生的追求成功意味着什么？

在现实生活中，人们往往认为成功就是拥有地位和金钱。

于是，许多人为了成功而拼命学习和工作，如果达不到这个标准，或者没有一下子达到这个标准，甚至因为没有能够在所期望的时间内达到这个标准，便灰心丧气地认为自己是欠败者。

事实上，这是对成功的一种偏见。

比尔·盖茨、包玉刚是成功人士，李素丽、徐虎同样也是成功者。

一个获得较高社会地位和社会声望的人可以称为成功，一个在普通工作岗位勤奋工作、生活安稳的人也可以说是成功的。

经过十几年苦读，进入大学学习，在这个阶段你们是成功的，但是人生的道路是漫长的，是否能够继续成功？

命运掌握在自己手中，如果说在高中时主要关注的是学习，当你跨入大学校园之时，面对纷繁复杂的社会，你一定会开始思考自己的人生。

## <<大学生职业生涯规划与就业指导>>

### 编辑推荐

《大学生职业生涯规划与就业指导》适用于高校大学生作为职业生涯规划与就业指导的参考书。

大学是人一生中最为关键的阶段。

从入学的第一天起，你就应当对大学四年有一个正确的认识和规划。

为了在学习中享受到最大的快乐，为了在毕业时找到自己最喜爱的工作，每一个刚进入大学校园的人都应当掌握七项学习：学习自修之道、基础知识、实践贯通、兴趣培养、积极主动、掌控时间、为人处事。

只要做好了这七点，大学生临到毕业时的最大收获就绝不会是“对什么都没有的忍耐和适应”，而应当是“对什么都可以有的自信和渴望”。

只要做好了这七点，你就能成为一个有潜力、有思想、有价值、有前途的快乐的毕业生。

大学是人生的关键阶段。

这是因为，进入大学是你终于放下高考的重担，第一次开始追逐自己的理想、兴趣。

这是你离开家庭生活，第一次独立参与团体和社会生活。

这是你不再单纯地学习或背诵书本上的理论知识，第一次有机会在学习理论的同时亲身实践。

这是你第一次不再由父母安排生活和学习中的一切，而是有足够的自由处置生活和学习中遇到的各类问题，支配所有属于自己的时间。

大学是人生的关键阶段。

这是因为，这是你一生中最后一次有机会系统性地接受教育。

这是你最后一次能够全心建立你的知识基础。

这可能是你最后一次可以将大段时间用于学习的人生阶段，也可能是最后一次可以拥有较高的可塑性、集中精力充实自我的成长历程。

这也许是你最后一次能在相对宽容的，可以置身其中学习为人处世之道的理想环境。

大学是人生的关键阶段。

在这个阶段里，所有大学生都应当认真把握每一个“第一次”，让它们成为未来人生道路的基石；在这个阶段里，所有大学生也要珍惜每一个“最后一次”，不要让自己在不远的将来追悔莫及。

在大学四年里，大家应该努力为自己编织生活梦想，明确奋斗方向，奠定事业基础。

大学四年每个人都只有一次，大学四年应这样度过，自修之道：从举一反三到无师自通。

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>