

<<个人职业生涯规划与管理>>

图书基本信息

书名：<<个人职业生涯规划与管理>>

13位ISBN编号：9787564204396

10位ISBN编号：7564204397

出版时间：2009-5

出版时间：上海财经大学出版社有限公司

作者：刘红 主编

页数：290

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>

## <<个人职业生涯规划与管理>>

### 前言

与传统人事管理相比，现代人力资源管理是一种以人为本的全新的管理理念，而职业生涯规划与管理是人力资源管理中一项重要而又带有前瞻性的工作，已越来越受到现代企业单位和员工的重视。

亚里士多德曾经说过：“人是一种寻找目标的动物，他生活的意义仅仅在于是否正在寻找和追求自己的目标。

”完全没有规划和管理的职业生涯是注定要失败的。

在人生长河中，职业生涯占有重要的位置。

在一般情况下，一个人20岁左右从职，60岁左右退休，近40年的职业生涯大约占到一生时间的1 / 20规划、设计和管理好职业生涯对个人来说是定好你的漫漫人生路，左右你的人生之旅，使你的未来不是梦。

随着我国经济的不断推进，职业选择的空间越来越大，机会越来越多，但因此所承担的职业风险也越来越高。

因此，尽早为自己设计一份职业生涯规划并管理好，对个人事业的成功将具有重要的意义。

从人的职业生涯阶段来讲，大学时段是职业生涯的探索期，是职业生涯进入期之前的最后一个关键环节，因此，帮助学生系统掌握个人职业生涯规划与管理的理论，并能熟练运用从而进行自我规划与管理，以适应社会需要，找到自己正确的定位方向，成为我们教育工作者的当务之急。

有鉴于此，我们在高职高专学校中开办了这门课，并组织在人力资源管理方面经验丰富的教师编写了这本《个人职业生涯规划与管理》教材。

本教材根据当前高职高专学生心理特点与就业形势、现状，配合大量案例及实用测试方法，从职业生涯规划和管理两方面展开阐述了个人职业生涯规划与管理的理论体系及具体操作步骤方法。

本教材的特点有： 1.针对性强 本教材是专门针对高职高专学生编写的课程。

因此教材中充分剖析了高职高专学生学习、就业的心理特点，搜集了国家、行业、企业等对高职高专学生在就业形势、现状方面的政策、方法等。

## <<个人职业生涯规划与管理>>

### 内容概要

本教材突出高职高专学生的培养特色，即强调实用性和操作性，采用案例式和训练式的教学方法，提供了大量的应用指导和学习行动训练。

以教会学生规划与管理职业生涯的方法为目的，以行动导向、实施步骤来阐述理论体系，并着重给学生提供了大量个人职业生涯规划与管理的操作步骤及具体测试方法等，具有实践指导意义。

本教材除采用了案例式和训练式的教学方法，还在章节体系上大胆创新：适时加入了一些名人名言、补充资料等，趣味性较强，以期引起学生的思考与共鸣，加深学生对教材内容的理解和记忆，使知识系统更加完善。

## <<个人职业生涯规划与管理>>

### 书籍目录

序第一章 总论 第一节 职业概述 第二节 职业生涯 第三节 个人职业生涯规划 第四节 职业生涯管理  
第二章 自我认知 第一节 兴趣 第二节 能力 第三节 气质 第四节 性格 第五节 情商 第六节 价值观与职业期望 第七节 综合测评理论及方法第三章 职业生涯机会的评估 第一节 影响职业选择的环境分析 第二节 职业声望 第三节 职业资格与职业资格证书考试 第四节 就业政策 附录《普通高等学校毕业生就业工作暂行规定》第四章 个人职业生涯规划与管理 第一节 个人职业生涯规划的选择步骤及方法 第二节 设定个人职业生涯规划目标 第三节 确定个人职业生涯规划路线 第四节 提升个人职业潜能与制定行动计划 第五节 个人职业生涯规划反馈评估与修正 第六节 个人职业生涯规划的成功第五章 毕业生就业辅导 第一节 大学生就业心理 第二节 制作简历与求职信 第三节 笔试与面试 第四节 就业协议及劳动合同的签订第六章 职业生涯早期管理 第一节 做好进入职业生涯的思想准备 第二节 职业锚理论 第三节 职业生涯早期的自我管理 第四节 职业生涯早期与领导的相处之道 第五节 在职场的岔路口——跳槽第七章 职业生涯中后期管理 第一节 职业生涯中期管理 第二节 职业生涯后期管理第八章 女性职场管理与创业管理 第一节 职场女性的职业生涯规划管理 第二节 创业管理参考文献

## <<个人职业生涯规划与管理>>

### 章节摘录

(二) 职业生涯规划有助于个人抓住重点 生命有限, 人生苦短, 没有职业生涯规划和管理, 我们很容易陷于日常生活的琐事而浪费生命的宝贵时光。

有人说: “智慧就是懂得该忽视什么东西的艺术。

”职业生涯规划和管理能够使我们紧紧抓住工作的重点, 增加我们成功的可能性。

(三) 职业生涯规划有利于提升个人的竞争力, 加快实现自己的目标 美国的一位管理学家曾做过一个调查, 在65岁以下的从业工程师中, 从事管理工作的就占68%, 在对工程技术人员进行职业目标的咨询中, 大约有80%的人表示在5年内成为一名主管或经理, 他们为实现个人职业生涯目标, 制定了有针对[生的自学计划或参加培训的计划, 努力提高管理能力和知识水平, 以实现他们成为经理人才的事业目标。

在校学习的大学生制定职业生涯规划, 有效进行理想的职业角色塑造, 同样是为了提高职场竞争力。

由此可见, 职业生涯规划对个人来说非常重要, 也十分有用。

(四) 职业生涯规划有利于促进个人的全面发展, 达到人职和谐 人职和谐是“职业适合个人发展”和“个人适应职业发展”两方面的有机结合。

职业生涯与个人的全面发展有着密不可分的关系。

职业生涯规划是实现个人全面发展的重要措施, 通过职业生涯规划, 可以认清自己, 制定出一个符合自己实际的、知己之长短、知环境之利弊、扬长避短、切实可行的职业生涯规划来, 正确掌握人生方向, 运用科学的方法, 最大限度地开发和发展自己的内在潜能, 获得个人的全面发展。

如图1 - 5所示。

<<个人职业生涯规划与管理>>

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>