

<<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：9787565400315

10位ISBN编号：7565400319

出版时间：2010-7

出版时间：东北财经大学出版社有限责任公司

作者：刘斌，宋专茂，戴馥心 主编

页数：222

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>

## <<大学生职业生涯规划与就业指导>>

### 前言

当前,大学生就业教育陷入了“短视”功利主义与效率低下的困境。

孔子曰:“小人常立志,君子立长志。”

实践表明,要解决大学生就业教育的困境,必须采取“全程式”的就业教育模式,让学生从“常立志”变为“立长志”的状态。

这就是说,要从帮助大学生提高其自我认知能力入手,在系统地分析职业世界基础上构建一种主观自我与客观自我相一致、个人期望与社会需要相吻合的自我概念体系;同时,要重视学业与职业生涯规划、就业与创业能力的培养。

本教材有针对性地整合《职业生涯规划》、《学业规划》、《就业指导》和《创业指导》等教材的核心内容,安排了认识职业自我、学会职业测评、做好学业规划、了解职业世界、了解行业与用人单位、规划职业生涯、掌握就业常识与规章、精通谋职策略与技巧、练就创业本领—创业知识的准备、练就创业本领—创业技能的准备、从适应社会到成就事业等十一章;教材将科学的职业生涯规划理念及学业规划、就业创业策略与技巧培养融合在一起,同时注意吸收了本土职业心理学研究的最新成果,并穿插国际权威心理测评量表和应用案例。

学生通过学习本教材,不仅能领悟到树立符合社会需要的就业观和职业期望的必要,而且可以理论联系实际,提高自己的学业规划、就业创业技能与技巧,以及分析就业政策和就业形势的能力。

本书可作为应用性、技能型人才培养院校开展“全程式”就业教育和职业素质与学业规划、就业创业能力培养教育教材使用,也可供从事职业咨询、就业指导、职业素质教育、心理咨询等教学与研究人員参考。

## <<大学生职业生涯规划与就业指导>>

### 内容概要

本书可作为大学生职业生涯规划及大学生就业指导课程的教材或参考书。本书希望能对生涯规划和求职就业有渴望的大学生朋友提供有益的帮助，让大学生不仅获得生涯规划的科学理念，而且掌握求职就业、规划人生的实际操作方法。

## 书籍目录

第一章 认识职业自我 知识目标 能力目标 第一节 职业自我的含义及作用 第二节 职业自我认知的内容 第三节 职业自我认知的规律 第四节 职业自我认知的策略与方法 第五节 职业自我认知中常见的心理障碍与调适 本章小结 核心概念 思考与练习

第二章 学会职业心理测评 知识目标 能力目标 第一节 职业心理测评的原理与方法 第二节 职业心理测评的内容与工具 第三节 职业心理测评应用案例——霍兰德职业兴趣测验 本章小结 核心概念 思考与练习

第三章 做好学业规划 知识目标 能力目标 第一节 学业规划概述 第二节 学业规划的策略和方法 第三节 学习项目的选择与时间管理 第四节 学习环境与信息资源的利用 第五节 学业中的常见心理障碍与自我调适 本章小结 核心概念 思考与练习

第四章 了解职业世界 知识目标 能力目标 第一节 职业的结构和分类 第二节 职业发展趋势与职业声望分析 第三节 几种常见职业对人才素质的要求 本章小结 核心概念 思考与练习

第五章 了解行业与用人单位 知识目标 能力目标 第一节 了解行业的意义、内容及方法 第二节 用人单位的含义与种类 第三节 单位聘用人的特点与职业生涯发展 第四节 了解用人单位的内容、方法和途径 本章小结 核心概念 思考与练习

第六章 规划职业生涯 知识目标 能力目标 第一节 职业生涯规划的含义、作用与类型 第二节 职业生涯规划的原则与方法 第三节 职业生涯规划的主要步骤 第四节 职业生涯规划案例剖析 本章小结 核心概念 思考与练习

第七章 掌握就业常识与规章 知识目标 能力目标 第一节 大学毕业生就业程序 第二节 大学毕业生就业途径与方式 第三节 求职就业中的自我保护 第四节 大学毕业生就业政策解读 第五节 毕业环节遗留问题的处理 本章小结 核心概念 思考与练习

第八章 精通谋职策略与技巧 知识目标 能力目标 第一节 就业信息的搜集与运用 第二节 谋职资料的准备 第三节 面试的策略和技巧 第四节 求职择业中常见的心理障碍及自我调适 本章小结 核心概念 思考与练习

第九章 练就创业本领——创业知识的准备 知识目标 能力目标 第一节 大学毕业生创业的基本知识 第二节 自我创业的方法与途径 第三节 如何编制创业方案 本章小结 核心概念 思考与练习

第十章 练就创业本领——创业心智技能的准备 知识目标 能力目标 第一节 自我创业的心理准备 第二节 创业能力的要素与培养 第三节 创业素质的评估 本章小结 核心概念 思考与练习

第十一章 从适应社会到成就事业 知识目标 能力目标 第一节 角色转换与适应 第二节 顺利度过适应期 第三节 立足岗位走向成功 第四节 常见职业心理障碍与自我调适 本章小结 核心概念 思考与练习

主要参考文献

章节摘录

职业理想是人对未来职业的向往和追求，既包括对将来所从事的职业种类和职业方向的追求，也包括对事业成就的追求。

职业理想是人们在职业上依据社会要求和个人条件，通过想象而确立的奋斗目标，即个人渴望达到的职业境界。

它是人们实现个人生活理想、道德理想和社会理想的手段，并受社会理想的制约。

职业价值观是指人生目标和人生态度在职业选择方面的基本取向，也就是一个人对职业的认识和态度以及他对职业目标的追求和向往。

理想、信念、世界观对于职业的影响，集中体现在职业价值观上。

俗话说：“人各有志。

”这个“志”表现在职业选择上就是职业价值观，它是一种具有明确的目的性、自觉性和坚定性的职业选择的态度和行为，对一个人职业目标和择业动机起着决定性的作用。

职业能力是直接影响职业活动效率和使职业活动顺利进行的职业心理特征。

职业能力与人的职业活动联系着，并表现在人的职业活动中。

个体具有一定的职业能力，就能够顺利地完成某种职业活动，并依其大小决定着职业活动效率的高低。

职业能力是在一般能力和特殊能力的基础上发展起来的，它是多种能力因素的综合。

职业能力的类型很多，诸如驾驶员所需要的操作型职业能力、招待员所需要的服务型职业能力等。

职业能力通常是在职业教育和职业实践中发展起来的。

职业性格是指人们在长期特定的生活中所形成的与职业相联系的、稳定的心理特征。

例如，有的人对待工作总是一丝不苟，踏实认真；在待人处事中总是表现出高度的原则性、果断、活泼、负责；在对待自己的态度上总是表现为谦虚、自信，严于律己等，所有这些特征的总和就是他的职业性格。

职业心理学认为，性格影响着一个人对职业的适应性，不同的性格适于从事不同的职业。

例如，乐群的人适合从事教师、社会工作者等职业；冷静的人比较适合从事会计等职业。

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>