

<<大学生职业生涯与发展规划>>

图书基本信息

书名：<<大学生职业生涯与发展规划>>

13位ISBN编号：9787114093067

10位ISBN编号：7114093063

出版时间：2011-8

出版时间：人民交通

作者：姜尔岚//吴成国

页数：231

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发展规划>>

### 内容概要

《大学生职业生涯规划与发展规划》(作者姜尔岚、吴成国)以职业生涯规划过程为主线,内容涵盖大学生自我评估、职业探索、职业定位与决策、职业生涯规划实施、职业素质拓展、职业适应与发展七个部分,希望《大学生职业生涯规划与发展规划》能为大学生的成长成才、职业生涯规划、择业就业助一臂之力。

# <<大学生职业生涯与发展规划>>

## 书籍目录

- 第一章 大学生职业生涯与发展规划导论
  - 第一节 职业生涯规划与发展的基本内涵
  - 第二节 大学生职业生涯规划的基本要素与基本原则
  - 第三节 大学生职业生涯与发展规划的目的和意义
  - 思考题
- 第二章 大学生自我评估
  - 第一节 自我评估概述
  - 第二节 自我评估的维度和方法
  - 第三节 自我评估与职业选择
  - 思考题
- 第三章 大学生职业探索
  - 第一节 职业内涵探索
  - 第二节 职业探索内容
  - 第三节 职业探索方法
  - 思考题
- 第四章 大学生职业定位与决策
  - 第一节 大学生职业定位
  - 第二节 职业生涯决策概述
  - 第三节 职业决策的理论与方法
  - 思考题
- 第五章 大学生职业生涯规划实施
  - 第一节 大学生职业生涯规划书的制订
  - 第二节 大学生职业生涯规划大学行动
  - 思考题
- 第六章 大学生职业素质拓展
  - 第一节 大学生职业素质构成
  - 第二节 大学生职业素质拓展
  - 思考题
- 第七章 大学生职业适应与发展
  - 第一节 完成角色的转换
  - 第二节 主动适应职业生活
  - 思考题
- 附录一 霍兰德职业兴趣测验
- 附录二 职业价值观评定表
- 附录三 职业个性测验
- 附录四 职业能力倾向自我评定量表
- 附录五 MBTI性格测试表
- 参考文献
- 后记

## <<大学生职业生涯与发展规划>>

### 章节摘录

版权页：插图：（二）职业生涯规划的内涵和类型1.职业生涯规划的内涵职业生涯规划，简称职业规划，也可叫职业生涯设计，是指个人和组织相结合，在对一个人职业生涯的主客观条件进行测定、分析、总结研究的基础上，对自己的兴趣、爱好、能力、特长、经历及不足等各方面进行综合分析与权衡，结合时代特点，根据自己的职业倾向，确定其最佳的职业奋斗目标，并为实现这一目标做出行之有效的安排。

借此，可以把个人利益与组织利益有机结合起来。

最新意义上的职业生涯规划，实际上已经包括了人生规划的概念，即包括工作、学习、休闲、爱和家庭四大块。

职业生涯规划的作用在于帮助树立明确的目标与管理，运用科学的方法，切实可行的措施，发挥个人的专长，开发自己的潜能，克服生涯发展困阻，避免人生陷阱，不断修正前进的方向，最后获得事业的成功。

职业生涯设计的目的，绝不只是帮助个人按照自己的资历条件找到一份工作，达到和实现个人目标，更重要的是帮助个人真正了解自己，为自己订下事业大计，筹划未来，进一步详尽估量主、客观条件和内外环境优势和限制，在“衡外情、量己力”的情形下，设计出符合自己特点的合理而又可行的职业生涯发展方向。

## <<大学生职业生涯与发展规划>>

### 编辑推荐

《大学生职业生涯与发展规划》由人民交通出版社出版。

<<大学生职业生涯与发展规划>>

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>