第一图书网, tushu007.com

<<大学生职业生涯规划与管理>>

图书基本信息

书名：<<大学生职业生涯规划与管理>>

13位ISBN编号：9787309062540

10位ISBN编号：730906254X

出版时间：2008-9

出版时间：复旦大学出版社

作者：乔刚　主编，张乐敏，吴玮，宋丽珍　主编

页数：337

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

我国高校大学毕业生的就业问题涉及千家万户，已经成为社会关注的热点，同样，这一问题也引起了党中央的高度重视。
胡锦涛总书记在中国共产党第十七次代表大会上的报告中，针对大学生的职业发展与就业工作，提出了“实施扩大就业的发展战略，促进以创业带动就业。
……积极做好高校毕业生就业工作”的战略部署。
国务院办公厅2007年26号文件要求高校“将就业指导课程纳入教学计划”。
教育部高教厅2007年7号文件指出，职业发展与就业指导课程建设是高校人才培养工作和毕业生就业工作的重要组成部分，各地主管部门应对此作出明确安排和部署，高

内容概要

人生的辉煌需要生涯规划，事业的成功离不开职业规划，规划意识是成功人生必须具备的意识；而大学生涯正是人生最重要的阶段，职业发展也是大学生最重要的话题之一。

本书就是为此目的，以国家级高校精品课程“职业发展规划与设计”为基础，为帮助和指导大学新生树立正确的职业理想，有效规划大学学习和生活，学会运用生涯规划的理念与方法，为自己的职业生涯作出有效的规划、管理与调控而编写的教材。

全书共分为三篇六个单元十三章，它从大学生职业生涯规划的特点、需求与任务出发，针对大学生在各个学习阶段所面临的职业生涯规划问题，有重点、有针对性地展开了相关论述与指导，有助于大学生在生活理想、专业知识、基本技能、职业能力和心理健康等多个方面对自己进行有意识地设计和塑造；有助于促进大学生自身素质的全面发展，提高其自我评价能力、职业信息的收集能力和理性决策能力。

本书为针对本、专科院校毕业生职业发展教育需要的《大学生职业生涯发展与管理》（复旦大学出版社2008年4月出版）一书的姊妹篇。

可作为本、专科职业发展教育课程教材，也可供高校从事大学生职业发展教育的工作者参考，对职场新人规划自己的职业生涯亦具有指导意义。

书籍目录

职业理想篇　第一单元 树立生活理想　第一章 大学的意义　第一节 现代大学的发展与意义　第二节 当前大学的困惑与解读　第三节 步入大学的准备与思考　体验活动　参考资料　第二章 大学生的意义　第一节 大学生的特点与意义　第二节 大学生的理想和责任　第三节 大学生的困惑与发展　体验活动　参考资料　第二单元 激发生涯意识　第三章 生涯发展阶段与任务　第一节 生涯概述　第二节 生涯发展阶段　第三节 大学生面临的生涯发展任务　体验活动　参考资料　第四章 生涯发展形态与规划　第一节 生涯发展形态　第二节 生涯规划的内涵与模式　第三节 生涯规划的步骤　体验活动　参考资料职业定位篇　第三单元 全面了解自我　第五章 撰写生涯故事　第一节 认识自我　第二节 撰写和分析生涯故事　体验活动　参考资料　第六章 个人特质探索　第一节 兴趣与职业　第二节 人格与职业　第三节 职业价值观　第四节 能力、技能与职业　体验活动　参考资料　第四单元 大学适应与自我管理　第七章 大学专业学习与职业发展　第一节 大学学习领域　第二节 大学学习的特点　第三节 大学的学习资源　第四节 专业学习与社会需求　体验活动　参考资料　第八章 社会实践与发展职业能力　第一节 社会实践与职业能力的培养　第二节 校内社会实践　第三节 校外社会实践　体验活动　参考资料　第九章 大学生活管理　第一节 休闲生活管理　第二节 人际关系管理　第三节 时间管理　第四节 情绪管理　第五节 压力管理　体验活动　参考资料职业规划篇　第五单元 职业世界探知——个人与环境的互动　第十章 职业信息的搜集与决策　第一节 职业与职业分类　第二节 职业信息搜集的渠道　第三节 科学的生涯决策方法　体验活动　参考资料　第十一章 职业发展道路与生涯素质准备　第一节 成功者应具备的素质　第二节 职业发展道路的类型　第三节 创业者素质　第四节 扬长避短，优化自我　体验活动　参考资料　第六单元 生涯目标的制订　第十二章 设计生涯发展阶梯　第一节 生涯目标确立的步骤　第二节 职业生涯规划的方法　体验活动　参考资料　第十三章 生涯规划的管理与调控　第一节 大学生生涯规划管理与调控的原则　第二节 大学生生涯规划管理与调控的评价标准　第三节 大学生生涯规划管理与调控的注意事项　体验活动　参考资料后记

章节摘录

对此，大学生们可以通过参加各种社团活动，选择自己所喜欢的课程作为辅修或兴趣课程，以满足自己的个性化发展。
2.精神性发展 精神性发展包含有理想信念、品德、情感、心理等多方面内容。
现在的许多大学生由于长期受到应试教育和工具理性思想的影响，加之独生子女的特殊家庭环境，使其在精神性发展方面存在“先天不足，后天失调”的缺陷。
与以往的大学生相比，家庭、学校、社会向他们提供了前所未有的丰富的物质条件，但却往往忽视对他们精神营养的供给，重智能轻心智、重智育轻德育，智力发展与心智发展之间往往失衡。
他们既敏感又脆弱，既聪慧又自我。
由于精神性发展的不足，一些学生在现实生活中便反映出种种缺失：缺少对人生理想、人生意义、人生价值等终极目标的思考与追求，心灵内涵稀薄。
有的学生上大学的愿望一经实现，便失去了进一步发展的动力和方向，或追求物质享受贪图虚荣安逸，或沉湎于电子游戏玩物丧志，荒废学业和青春；缺乏对社会性问题的思考与关心，思想肤浅，局限于个人的天地，缺少社会责任感和以天下为己任的胸怀；缺少对诸如诚信、责任、关爱、友善、平等、公正、正直、宽容、协作等基础性品德及行为习惯的重视与养成，在处理与同学、集体，甚至父母的关系上时常发生矛盾。
大学生中考试作弊、论文剽窃、借贷不还、签约违约等现象时有发生；缺少深刻性情感品质，如使命感、责任感、理智感，易被情绪所左右；缺少健康心理，常受焦虑、烦闷、抑郁、孤独甚至多疑、恐惧等不良心理困扰，缺乏应对生活和社会变革的能力……凡此种种都会直接影响大学生的进一步发展。
所以精神性发展是大学生们必须重视的。
3.社会性发展 社会性发展需求指的是大学生希望通过了解社会、适应社会、参与社会，进而正确地认识社会，形成与社会相协调的关系，从而促进自身人生价值与社会价值的实现。
大学生的社会性发展是大学生走向成熟的重要因素。
马克思在《关于费尔巴哈的提纲》一文中指出：“人的本质并不是单个人所固有的抽象物，在其现实性上，它是一切社会关系的总和。
”

后记

大学生涯是人生最重要的阶段，职业发展是大学生最重要的话题之一，《大学生职业生涯规划与管理》就是为帮助和指导大学生有效规划大学学习和生活而编写的教材。
一本教材的意义不仅在于是某一门课程的读本，其更深刻的意义在于提供该课程领域中当代最重要的理念和思想方法。
因为我们认为，大学生首先应当是一个有思想的人，一个有思想的人，才可能是一个文化的人，才可能成为有效规划人生、实现理想的人。
中国是一个富有悠久历史文化的文明大国，自古就重视思想文化建设，凡仁人志士没有不是富有理想、重视文化、勇于实践者。
当今社会

编辑推荐

《大学生职业生涯规划与管理》为针对本、专科院校毕业生职业发展教育需要的《大学生职业生涯发展与管理》（复旦大学出版社2008年4月出版）一书的姊妹篇。
可作为本、专科职业发展教育课程教材，也可供高校从事大学生职业发展教育的工作者参考，对职场新人规划自己的职业生涯亦具有指导意义。

第一图书网, tushu007.com

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