

<<大学生职业生涯规划>>

图书基本信息

书名：<<大学生职业生涯规划>>

13位ISBN编号：9787508476438

10位ISBN编号：7508476433

出版时间：2010-8

出版时间：中国水利水电出版社

作者：马峰涛，司卫乐 著

页数：248

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>

## &lt;&lt;大学生职业生涯规划&gt;&gt;

## 前言

为进一步提升大学生的职业素养和就业能力,结合教育部《大学生职业发展与就业指导课程需要》和河北省高校多年开设就业指导系列教程积累的经验和成果,省教育厅对《河北省普通高校大学生就业指导课程教学指导大纲》进行了修订,并要求各高校参照修订后的大纲,组织实施职业发展与就业指导课程的教学。

大学生的就业事关国计民生,受到党和国家的高度重视和社会的普遍关注,关乎人才强国战略的实施,更关乎社会主义和谐社会的构建。

为此,我们根据“冀教就业【2010】3号关于印发《大学生就业指导发展与就业指导课程教学大纲》的通知”,组织活跃在大学生就业指导工作第一线的骨干教师,结合教学实际情况,针对大学生的现实需求,策划并编写了本书,并且建议在大一新生入学之初开设本课程,建议授课不少于24课时。

2009年的全球经济危机,给大学生及其家庭带来前所未有的恐惧和无奈。

面对就业难的现状,有的学生临到毕业都不知道自己应该选择什么职业。

他们不能理解,更不懂得如何进行职业规划,对于这些问题,有的学者侧重分析大学生供求总量和结构均衡,有的侧重分析就业制度与环境,还有的侧重于劳动力市场供求平衡,这些理论层面上的研究都将大大推动大学生的就业,但职业生涯规划内容的应用,也越来越受到人们的关注。

于是我们把研究重点放在传授学生职业生涯规划的知识、理论和操作技巧等方面,帮助他们树立职业生规划的观念,增加主体意识,帮助学生正确认识自己和完善自己,为他们一生的职业发展和成功奠定良好的基础。

本书旨在引导大学生关注个人职业生涯规划,帮助大学生了解生涯规划的理念、内容和具体方法,并以长远的生涯发展目标为引导,安排大学时期的生活和学习。

本书在编写过程中,参考了大量的国内外职业发展方面的文献资料,以及一些专家教授的理论和观点,凸显职业生涯规划的重要性、实用性、趣味性和可操作性,具有较强的前瞻性和创新性。

书里介绍大学生活的特点,阐述职业生涯规划的基本内容、基本理论,自我认知、环境认知、职业定向与职业生涯的设计与实施以及如何进行职业素质拓展,为走向成功奠定基础。

本书可作为在校大中专学生、研究生的职业生涯规划教材,也可为从业者提供职业发展和择业参考。

本书由马峰涛、司卫乐担任主编,王艳芳、秦晓杰、孙秋娜、于淞波担任副主编,另外王艳、胡莎莎、王新伟、刘海南、安文义、谷中心、王劲龙、梁会芬、王婧、杨光也参与了编写的相关工作。

## <<大学生职业生涯规划>>

### 内容概要

《大学生职业生涯规划》是依据教育部《大学生职业发展与就业指导课程需要》，紧扣教育部最新大纲，针对“大学生职业规划和就业指导”课程教学的实际需要，以满足低年级开设“职业生涯规划”的分级需求来构建内容。

书中各章节前设“本章要点”，正文根据知识点灵活安排“案例故事”、“名人语录”、“测试表格”等互动内容，章后有“专家提示”和“思考题”，体例活泼，通俗易懂，可读性强。

《大学生职业生涯规划》既可作为大中专院校开设“职业发展与就业指导”课程的指定教材，也可作为就业指导工作人员的参考教程，还可以作为学生增长阅历、丰富知识的自学读本以及为从业者提供职业发展和择业参考。

## &lt;&lt;大学生职业生涯规划&gt;&gt;

## 书籍目录

前言第一章 大学生活——职业生涯的开端第一节 大学与大学生生活一、认识大学，重新定位二、激发兴趣，学会学习三、以诚相待，学会共处四、充实生活，锻炼能力第二节 专业发展与就业方向一、加深对所学专业的认识二、如何加深对专业的了解三、专业介绍及就业方向思考题第二章 规划人生——职业生涯规划理论概述第一节 职业与职业生涯规划一、生涯规划的演变二、职业生涯规划的含义与特征三、了解职业四、职业生涯规划的要害与原则第二节 经典职业生涯规划理论一、施恩的职业生涯发展阶段理论二、舒伯职业生涯彩虹图及其含义三、格林豪斯职业生涯发展阶段理论四、金斯伯格对生涯阶段的划分五、萨帕对生涯阶段的划分六、利文森对职业生涯阶段的划分第三节 职业选择理论一、职业兴趣理论二、MBTI人格理论(Myers Briggs Type Indicator)三、职业锚理论第四节 大学生职业生涯规划一、大学生职业生涯规划的意义二、职业生涯规划对大学生的要求三、如何做好大学生职业生涯规划思考题第三章 自我认知——职业生涯规划的第一步第一节 认识自我一、自我认知二、自我认知的意义三、自我认知的方法四、自我认知的原则第二节 个性特征一、兴趣二、气质三、能力四、性格五、价值观思考题第四章 职业认知——职业生涯规划的第二步第一节 职业分析一、职业分类的概念及意义二、职业能力三、职业发展的特点及未来趋势四、职业成功的标准第二节 职业环境分析一、社会环境分析二、文化环境三、个人成长环境四、行业环境分析五、企业环境分析六、岗位环境分析思考题第五章 职业定向——职业生涯规划的选择第一节 职业定向一、职业定向概述二、职业定向的步骤、原则第二节 职业定向在当代大学生中的应用与表现一、职业定向在大学生当中的表现二、当代大学生职业定向中的偏差与矛盾第三节 职业定向的方法一、SWOT定向分析法二、平衡单法三、成本收益法四、问题法五、职业方向定向7个技巧思考题第六章 生涯设计——职业生涯规划的实施第一节 职业生涯规划的实施与调控一、职业生涯规划的实施二、职业规划的调控三、职业生涯规划存在的问题及对策四、职业生涯规划存在的对策第二节 职业生涯规划书的撰写一、职业生涯规划书撰写的准则二、职业生涯规划书撰写的步骤和内容三、大学生职业生涯规划书撰写的方法思考题第七章 厚积薄发——职业素质拓展第一节 职业素质概述一、职业素质的内涵二、职业素质的基本特征三、大学生职业素质的主要分类四、职业素质的自我了解五、大学生如何提高职业素质第二节 职业道德养成一、职业道德概述二、职业道德的作用三、职业道德的基本内容第三节 通用职业能力培养一、学习能力二、沟通能力三、团队精神四、情商五、创新能力思考题

章节摘录

(2) 电脑系统分析专家(电脑类)。

随着计算机技术的发展和广泛应用,需要配置部分计算机技术人员从事计算机软、硬件方面的安装、调试和维护工作。

因此,在各行业(如银行、医院、政府部门、企业等)对计算机技术方面的专业人才的需求也越来越大,这些行业需要的专业人才包括计算机硬件工程师、程序员、网络管理员、系统维护专家以及数据库管理人员等。

这些专业人员一般需要获得计算机、信息技术、电子技术或相关专业的学历或学位。

(3) 电脑软件工程师(工程类)。

计算机技术的普及促进了计算机软件业的飞速发展,软件设计专家成为软件开发业的热门人才。

这项职业在未来相当长的时间里,将成为社会上的高技术和高待遇的职业。

此行业要求具有计算机软件专业或相关专业的学历或学位,并具有一定的软件开发经验。

(4) 环境工程师(环保类)。

环境问题是人类发展中的一个日益严重的社会问题和重要课题,越来越受到各国的重视。

目前我国的环保人才严重不足。

据有关部门的不完全统计,我国每年因污染造成的经济损失约2000亿元,占国民生产总值的10%,长江上游每增加一个亿的产值,下游就要损失10个亿。

所以社会对环境工程师的需求将呈直线上升趋势。

更多的废物管理员、废物处理师和环境工作研究、开发、应用职业会应运而生。

需要环境科学、地理学、生物学、环境化学、环境工程学等方面的专业人才。

(5) 中医师(健康医药类)。

我国的人均收入和生活水平有了大幅度的提高,人们对自己的生活状态和健康状况也越来越关注。

由于中医在整体治疗方面又具有独到之处,所以社会对中医师和健康医学人才的需求量将逐渐增加。

相关热门人才为按摩师、中药师。

通常这方面职业从业者需要获得生物医学或中医学专业学历或学位。

(6) 咨询经纪人(咨询服务类)。

当今的社会是一个信息膨胀的社会,信息获取已经成为科学技术发展和商业运作的关键环节。

目前社会上的咨询行业有企业咨询、心理咨询、信息咨询(包括各种信息服务咨询)、教育咨询等。

从事咨询业需要具有教育学、心理学、管理学、信息科学、经济学等方面的学历或学位。

<<大学生职业生涯规划>>

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>