

<<大学生就业指导与职业生涯规划>>

图书基本信息

书名：<<大学生就业指导与职业生涯规划>>

13位ISBN编号：9787563815401

10位ISBN编号：7563815406

出版时间：2011-2

出版时间：首都经济贸易大学出版社

作者：商光美 主编

页数：269

字数：303000

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>

<<大学生就业指导与职业生涯规划>>

内容概要

为了更好地配合课堂教学，福州大学阳光学院联合中国就业力研究院福建分院，整合资源优势，依据教育部《大学生职业发展与就业指导课程教学要求》中的教学要点，根据同类学生的特点和就业倾向，有针对性地编写了本书，供相关院校就业训练课使用。

《大学生就业指导与职业生涯规划(普通高等院校公共基础课十二五应用规划教材)》由商光美主编，既适用于教师讲授，大学生自学，也适用于在就业方面有需求的其他读者参考使用。希望此书能够成为大学生在就业之路上的良师益友。

书籍目录

绪论

第一章 就业形势与政策分析

第一节 就业严峻是一个长期的态势

第二节 当前高校毕业生就业环境及政策解析

第三节 培养科学、理性的择业观念

第二章 大学生职业生涯规划

第一节 职业生涯

第二节 职业生涯规划

第三节 大学生职业生涯规划

第三章 认识自我

第一节 认识自我的方法

第二节 气质与职业

第三节 兴趣类型及职业倾向

第四节 性格与职业

第五节 能力与职业

第六节 价值观的探索

第四章 认识职场

第一节 我国的职业内涵和分类

第二节 热门职业走势

第三节 认识职业世界的方法

第四节 目前大学生的就业形势

第五节 职业发展展望

第五章 就业力

第一节 是“无业可就”还是“有业难就”

第二节 系统就业力理论

第六章 就业素养——综合素质体系

第一节 综合素质(一)

第二节 综合素质(二)

第七章 选择与行动及通过率

第一节 行动

第二节 通过率——成功就职体系

第八章 存活率——试用匹配体系

第一节 企业行为模式和校园行为模式

第二节 试用期考核

第九章 就业心理调试

第一节 大学生就业心理调适

第二节 成功就业必备的心理素质

第十章 面试与面试技巧

第一节 面试概述

第二节 面试的具体形式

第三节 面试的主要内容

第四节 面试时应避免的问题

第五节 面试服饰礼仪

第六节 剖析面试中常见的问题

参考文献

<<大学生就业指导与职业生涯规划>>

章节摘录

(一) 职业生涯规划的出发点 职业生涯规划, 简单地说就是要解决职业生涯设计中“干什么”、“在何处干”、“怎么干”、“以什么样的心态干”这四个最基本的问题。

有专家将此高度概括为职业生涯中的“四定”——定向、定点、定位和定心。

定向, 就是确定自己的职业方向。

方向与目标有所不同, 目标是自己拟定的期望达到的一个理想, 而方向是为实现目标而选择的一种路径。

如果方向错误, 则会偏离目标, 即使修正也需要花费更多的时间和精力。

对大学生来说, 职业定向需要冷静的头脑和十足的勇气, 根据自己的兴趣、理想、专业去选择自己未来的职业方向。

在这里, 专业已经淡化到次要的地位, 如果有可能, 大学生最好不要让理想屈从于专业。

定点, 就是确定职业发展的地点。

地点也是现实环境的一个因素。

就中国来说, 各地的经济发展现状和前景都有不同, 甚至差异很大。

比如, 中心城市和边远山区, 沿海一带和西部地区。

近几年的调查研究显示, 绝大多数毕业生就业地点只选经济发达地区, 但这些地区竞争激烈、人满为患不说, 外地生源还要面临环境、观念、语言、文化等差异带来的困难, 而且发展与晋升的空间与机会并不见得比去发展中地区更好。

这也是大学生就业时要慎重考虑的。

定位, 就是确定自己在职业人群中的位置。

定位过低会导致个人在职业生涯中无法实现自我价值的最大化, 过高则容易因连遭挫折而对职业生涯丧失信心。

大学生往往因为定位的不准确, 出现“高不成低不就”的现象, 毕业经年仍漂泊不定。

因此, 大学生尤其是高职院校的学生, 需要准确地标定自己的位置, 既不能自卑也不要自傲, 应根据自己的实际水平, 在择业时对职位、薪资、工作内容等做好判断和把握。

定心, 就是稳定自己的心态。

人的一生必然会有高低起伏, 成功与挫折总是结伴而行, 个人的职业生涯也不例外。

在实现职业理想与人生目标的过程中, 难免也会有磕磕碰碰和意想不到的困难。

对大学生来说, 就是要保持一种平常心态, 敢于直视就业过程中的困难和问题, 不以物喜, 不以己悲, 始终坚定地按照自己的正确计划去实现理想。

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>