

<<职业生涯规划设计>>

图书基本信息

书名：<<职业生涯规划设计>>

13位ISBN编号：9787811347708

10位ISBN编号：7811347709

出版时间：2010-8

出版时间：对外经济贸易大学出版社

作者：施隆光 编

页数：295

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>

## <<职业生涯规划设计>>

### 前言

十几年前，某高校一位在班上很拔尖的英语专业优秀毕业生，选择了去中学做一名普通的英语教师。当时，她许多同学都选择了去外企或一些收入高的单位工作。

对于她的选择，许多同学不理解，有人甚至说她傻，放着那么好的个人条件，放着那么多高收入的工作不选，偏偏去当中学教师。

她却微笑着回答大家：“我喜欢，我适合做中学教师。”

十几年过去了，现在她已经成为全国著名的中学英语特级教师。

她不但培养了许多英语成绩优秀的学生，而且还经常为全国中学英语教师做英语教学培训。

她的职业发展是成功的。

她的成功源于她不盲目追随他人和社会潮流，她对自己、对职业有一个正确的认识，能够恰当规划自己的职业生涯。

而另外一名英语专业的同学一开始选择在一家不错的外企工作，但是工作时间不足半年，公司以工作能力不强为由炒了他的鱿鱼。

之后他又应聘到一家翻译公司，可是由于工作节奏太紧张，压力大，一年后他辞职离开了这家公司。

后来他又应聘到某国家机关，但整天坐在办公室里又觉得专业派不上大用场，于是，一年后他又跳槽了。

这样多次跳槽，总觉得没有适合自己的最佳工作，而且连着几份工作时间都不是很长，让招聘单位对他心存顾虑，到现在他仍在一个自己不喜欢也不打算长期从事的岗位上工作。

对于自己的职业未来，他感到困惑和迷惘，这源于他对自己缺少一个明确的定位和规划。

职业生涯，指一个人一生中所有与工作职业相联系的行为与活动，以及相关的态度、价值观、愿望等连续性经历的过程。

大学生职业生涯属于职业生涯成长、培训、探索阶段，具有鲜明的特征。

该阶段主要涉及学校和工作前期，个人通过在校学习的积累和对社会的初步接触，不断加深自我认识、反省，检验所形成自我观念、职业角色的合理性，并在此基础上对选定的职业不断进行修正。

## <<职业生涯规划设计>>

### 内容概要

职业生涯是一个人一生中所有与工作职业相联系的行为与活动，以及相关的态度、价值观、愿望等的连续性经历的过程。

职业生涯规划助你了解职业发展各阶段的特点.明确人生奋斗目标，是取得职业成功，实现人生价值的基础。

本教材为读者从职业生涯规划设计、求职与创业等几个方面.通过职业技巧、方法、心态等方面的训练，最终帮助你实现职业发展的梦想。

## <<职业生涯规划设计>>

### 作者简介

施隆光，工商管理哲学博士、教授。

北京大学高级研究员、加拿大皇家大学（Royal Roads University）特聘大陆、台湾、香港地区MBA课程讲课教授。

现任北京大学民营经济研究院企业创新与 modern 管理研究所所长，中国职业教育资源开发集团董事局主席，北京华智国际教育集团董事长，珠海市外经贸专修学院董事长、院长，珠海广大科技专修学院董事长、院长；并担任广东省民办教育理事会副理事长，珠海市职业与成人教育协会副会长，珠海市企业文化协会常务副会长，中国国际贸易促进会珠海分会理事等社团职务。

从事教育工作近三十年，主讲课程为：成功学教程、营销管理、管理学、管理心理学、企业文化等。编写过《顾客心理学》、《管理心理学》、《商业企业经营与管理》、《生意经浅谈》、《情商助你成功》、《个人品牌塑造》、《实用礼仪教材》等几十本教材与著作。

## <<职业生涯规划设计>>

### 书籍目录

第一章 职业生涯规划导论 第一节 职业生涯规划概述 第二节 职业生涯规划影响因素 第三节 职业生涯规划理论与应用第二章 职业生涯规划发展目标与措施 第一节 职业生涯规划发展目标 第二节 职业生涯规划发展设计 第三节 职业生涯规划发展措施第三章 职业生涯规划设计 第一节 职业生涯规划的设计研判 第二节 职业生涯规划的基本方法 第三节 职业生涯规划的设计素养第四章 求职与创业 第一节 求职渠道 第二节 求职技巧 第三节 自主创业第五章 职业生涯规划 第一节 职业角色的转换 第二节 职场压力的释放 第三节 职业生涯规划的管理参考文献

## <<职业生涯规划设计>>

### 章节摘录

插图：每个人都渴望成功，通往成功的路也不止一条，正所谓条条大路通罗马，但总是有人取道捷径、直捣黄龙，也有人曲折迂回、堕入迷宫，而职业生涯规划也许就是帮助我们到达罗马的最好工具。职业生涯规划即是在对个人的兴趣、价值观、技能、性格以及经历等方面进行客观具体分析的基础上，结合当前经济运行状态、人力资源市场、行业发展状况、政策导向趋势、外部社会整体环境等，确定适合自己的最佳职业奋斗目标，并为实现这一目标做出行之有效的行动计划。

职业生涯外部环境是我们自己不能够改变的，一个人能否成功，关键在于能否准确识别并全力发挥自己的优势——天赋、性格特征、知识技能等。

职业生涯规划是科学的、成熟的成功学，是成形的方法。

科学的职业生涯规划设计，能够帮助我们突破职业发展的困境，找到一条符合自身条件的成功之路。

职业生涯规划能够帮助我们更好地了解自己，清晰地知道自己的强项、弱项，自己的喜好和特长，重新认识自我价值，从而在日后的职业生涯中更好地发挥自己的才能，实现自身的价值；能够帮助我们更好地分析外部的局势，使自己清晰地知晓自身与现实的差距，更加明确努力的方向；能够帮助我们确定明确的人生方向，提供奋斗的策略，从而有明确的职业目标和方向，清晰的职业定位，以防止在以后的职业生涯中盲目无措。

职业生涯规划不仅可以帮助我们解决当前求职、就业、择业或者事业发展中遇到的困惑，更重要的是帮助我们明确未来可能的事业发展方向。

本章主要阐述了人生规划和职业生涯规划的概念、意义、作用以及职业生涯规划的影响因素、职业生涯规划的相关理论及应用等方面的内容。

通过本章的学习，可以加深我们对职业生涯规划的意义、作用、内涵等方面的了解，为掌握制定职业生涯规划技术层面的知识奠定基础。

## <<职业生涯规划设计>>

### 编辑推荐

《职业生涯规划设计》是一本教你规划职业生涯，走向职业巅峰的必读之书。

<<职业生涯规划设计>>

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>