

<<大学生职业发展与就业指导>>

图书基本信息

书名：<<大学生职业发展与就业指导>>

13位ISBN编号：9787030223067

10位ISBN编号：7030223063

出版时间：2008-7

出版时间：科学出版社

作者：冯函秋 主编

页数：188

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>

## <<大学生职业发展与就业指导>>

### 前言

多年来,我们不断探索提高学生生涯教育针对性、实效性、感染力的教学之路,努力建设集理论课、实务课和经验课为一体的生涯教育综合课程。

学生的终身发展和可持续发展成为我们关注的焦点,我们将态度、观念的改变和技能的获得作为课程教学的核心,强调就业能力建设,将生涯教育与科学人生观塑造结合起来,与开发潜能、发展生涯智慧、积聚可持续发展能力结合起来,帮助大学生建立职业生涯意识,使他们在了解自我和职业世界的基础上进行职业生涯规划,能采取切实可行的步骤和措施,自觉和更加充分地运用自身、学校和社会的资源,勤奋学习,历练品德,育成健康身心,夯实专业技能根基,自觉担起自我规划、自我管理、主动成长的责任。

在教学上,突破传统单纯的理论知识灌输的教学模式,将项目教学、案例教学、情景教学、KAB创业教育模式运用其中,将理论学习与测评、游戏、情景模拟、活动与分享、案例分析、实践与训练结合起来,每章都有“寓言故事”、“课堂活动”、“阅读资料”、“案例启示”和“实践与训练”5个部分,突出课堂互动、训练、感悟和践行,促使学生的态度、观念得到切实的转变,使学生在积极的尝试、体验中掌握自我探索技能、生涯决策与管理技能、自我激励技能、求职技能和创业技能。

本书根据教育部办公厅2007年12月印发的《大学生职业发展与就业指导课程教学要求》,由从事生涯教育课程教学并奋战在大学生就业指导、思想政治工作和心理健康辅导工作一线的专家和同仁共同编写的,书中汇集了“高职高专生涯发展职业、学业、事业‘三业’规划课程的创设”省级课题组同仁近4年的教学实践以及教材、课件建设和教学方法探索改革的成果。

本书配有课件,图文并茂,生动活泼。

全书由柳州师范高等专科学校冯函秋担任主编,桂林山水职业学院的常务副院长魏文举,南宁师范高等专科学校就业指导中心主任李昭志,北海职业学院招生就业处主任陈宇媚和副主任温海波,河池职业学院教务处处长韦胜东,以及柳州师范高等专科学校黄群瑛、龙平平、曾令宏、刘孝生等担任副主编。

由于编写人员水平有限,时间仓促,难免有疏漏之处,恳请广大读者批评指正。

## <<大学生职业发展与就业指导>>

### 内容概要

本书是针对高职高专学生的学业特点、心理特点和未来职业的特点编写的，书中除了关注他们在求职择业中迫切需要解决的问题，还兼顾了作为教材的理论性和作为生涯教育读物的通俗性，力求科学通俗、简洁明了、实际实用、活泼清新，旨在帮助大学生建立生涯意识，在了解自我、职业世界的基础上进行职业发展规划，发掘潜能，提升就业能力，提高求职择业技能，增强创业意识，更好地适应职业的发展。

本书可作为高等职业院校和中等职业学校教材，也可作为就业指导工作人员的参考书或高等职业院校、中等职业技术学校学生的课外读物。

## &lt;&lt;大学生职业发展与就业指导&gt;&gt;

## 书籍目录

前言第一章 建立职业生涯意识 第一节 职业生涯概述 一、生涯与职业生涯的内涵 二、职业生涯辅导与职业生涯教育的产生和发展 第二节 职业与人生 一、大学生生涯规划与管理的意义 二、职业生涯规划步骤第二章 认知自我 第一节 气质与职业 一、认识自我气质 二、气质与职业的匹配关系 三、自我气质与职业匹配性的分析 第二节 人格、职业兴趣与职业 一、霍兰德职业人格类型论的基本原则和核心假设 二、霍兰德人格类型与职业环境的适配 第三节 职业价值观与职业 一、职业价值观及其基本类型 二、职业价值观与职业类型的匹配性分析 第四节 专业、学历能力与职业 一、专业与职业的关系 二、学历与职业的关系 三、能力与职业的关系第三章 了解职业世界 第一节 职业世界的发展变化 一、职业的含义及分类 二、职业发展变化的趋势 三、毕业生就业现状及趋势 第二节 就业渠道和职业资格证书制度 一、毕业生就业的基本渠道 二、“就业准入”与职业资格证书制度 第三节 职业素质要求 一、大学生与用人单位的“错位”现象 二、职业素质的要求第四章 职业发展决策 第一节 职业生涯规划的影响因素 一、职业生涯发展的阶段及任务 二、影响职业生涯规划的主要因素 三、舒伯的生涯理论 第二节 职业生涯规划 一、确定清晰的生涯目标 二、探寻实现生涯目标的路径 三、提高生涯规划的执行力第五章 掌握生涯成功的钥匙 第一节 内职业生涯与外职业生涯 一、内职业生涯与外职业生涯的含义 二、正确处理内职业生涯与外职业生涯的关系 第二节 制定清晰的内职业生涯和外职业生涯目标 一、制定内职业生涯目标 二、制定外职业生涯目标第六章 做好大学学业规划 第一节 合理的大学学业规划是成功就业的基础 一、大学生学业规划的含义 二、学业规划的重要性 第二节 做好大学学业规划 一、大学学业规划应注意的问题 二、制定大学学业规划,进行有效的学业管理 三、大学各年级的特点及规划 四、抓好学业,做好就业准备第七章 善用实践平台 第一节 善用校内实践平台,提升综合素质 一、充分利用校内各种实践平台 二、珍惜机会,摆正心态,切实提高 第二节 主动拓展校外实践提升职业素质 一、主动拓展校外实践 二、搞好实训、实习,把握潜在就业机会第八章 管理好时间 第一节 时间管理的基本理论 第二节 科学管理时间的核心观念 一、树立科学处理“事”的观念 二、树立科学与人相处的观念 三、养成良好的习惯 第三节 时间管理的方法与技巧 一、了解自己的时间是怎么花掉的 二、了解自己的价值观和目标 三、掌握时间管理的具体操作技巧第九章 潜能开发 第一节 正确认识潜能 一、潜能的含义 二、潜能开发与成功 第二节 积极开发潜能 一、潜能开发的基点——正确认识自我 二、潜能开发的高效催化剂——信心 三、潜能开发的金钥匙——积极的心态第十章 就业法律法规 第一节 毕业生就业过程中的权利 一、毕业生就业过程中的权利 二、毕业生就业权利的保护 第二节 劳动合同与就业协议 一、劳动合同订立的原则和效力 二、劳动关系的建立 三、劳资双方的告知义务 四、禁止提供担保及扣押证件 五、劳动合同的订立 六、劳动合同的解除 七、劳动争议的解决 八、就业协议第十一章 搜集处理职业信息 第一节 职业信息的搜集 一、加强沟通,建立人际信息网络 二、密切关注媒体,构建就业信息网络 三、利用各种职业介绍机构获取职业信息 第二节 职业信息的处理 一、精心处理各类职业信息 二、恰当评估各种职业机会第十二章 制作求职简历 第一节 印象管理 一、印象管理在求职过程中的作用 二、毕业生的印象管理策略 第二节 求职简历的制作 一、求职简历的基本内容 二、制作求职简历的注意事项 三、电子版求职简历的制作第十三章 求职面试礼仪与技巧 第一节 求职面试的个人修饰与着装礼仪 一、求职面试的个人修饰礼仪 二、求职面试着装礼仪 第二节 求职面试言谈举止礼仪 一、求职面试言谈举止礼仪的基本要求 二、求职面试肢体语言运用技巧 第三节 求职面试常见问题应答 一、做好面试前的准备 二、了解面试 三、面试常见问题及回答技巧第十四章 就业观念与心理调适 第一节 树立良好的择业观 一、什么是择业观 二、树立良好的择业观 第二节 求职择业的心理准备 一、正确认识就业形势 二、正确认识自己 三、面试前的心理准备 第三节 求职择业的心理调适 一、求职择业过程中常见的心理障碍 二、自我心理调适第十五章 激情创业 第一节 选择创业之路 一、国家鼓励和提倡大学生创业 二、选择适合你的创业之路 第二节 创业的基本程序 第三节 激情创业 一、培养创业意识 二、培养创业能力 三、点燃创业激情后记主要参考文献

章节摘录

第二章 认知自我 在古希腊德尔斐神庙前竖立着一块石碑，上面镌刻着“阿波罗神谕”：认识你自己。

古希腊人把“认识自己”看作是最高智慧。

现实生活中我们看到：有的人过高估计自己，自以为“天将降大任于斯人也”，口若悬河、目空一切，仿佛能叱咤风云；有的人过分贬低自己，做事缩手缩脚，不能展示自己的才华，失去许多发展的机遇。

正确认识自己，才能寻找到自己的最佳位置，才不会把“想做的”与“能做的”以及“能做的最好的”混淆起来，才能在短暂的大学阶段，利用有限的时间来做最重要、最有效率的事情，避免“青春时光”这一最宝贵资源的浪费。

大学校园里常见一些同学盲目地参加社团活动，却并不清楚这些活动对自己究竟有何益处，有些忙着获取这个证那个证，毕业时又充满迷惑和后悔，其中最主要的原因是对自己的认识和定位并不十分清楚，只是盲目地随波逐流。

为了使大学阶段的生涯发展规划“补修课”收到“亡羊补牢”的效果，首先得帮助大学生及时进行自我觉察。

因为认清了自我，有一个理性的、全面的自我认识，才能有清晰的自我定位，从而合理规划人生，才能够利用高校丰富的学习资源，打造自我，缩短与社会对人才需求的差距，为将来走上社会打下良好的基础。

本章将分四节内容来帮助同学们认识自己，从气质、性格、兴趣、人格、价值观、能力倾向等方面了解自身，为实现良好的人职匹配提供依据。

<<大学生职业发展与就业指导>>

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>