

<<大学生职业指导实训教程>>

图书基本信息

书名：<<大学生职业指导实训教程>>

13位ISBN编号：9787040243499

10位ISBN编号：7040243490

出版时间：2008-09-01

出版时间：高等教育出版社

作者：张艳 编

页数：258

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;大学生职业指导实训教程&gt;&gt;

## 前言

本书是一部适应高职高专院校和应用型本科院校“工学结合”人才培养模式改革新趋势，充分体现行动导向、任务驱动、基于工作过程等课程改革潮流和设计理念的“实训式”教材，也是2007年教育部、财政部国家示范性高职院校立项建设单位的漳州职业技术学院“职业指导体系建设”项目成果之一。

本书在编者所主持的全国教育科学规划“十五”教育部课题相关研究基础上，吸收国内同类教材合理因素，对职业指导教材进行了全面的结构创新、体例创新和教法创新，力图体现以下鲜明特色：1. 采取“教案”和“学案”组合式结构本书由《大学生职业指导实训教程》(以下简称《实训教程》)和《大学生职业指导实训手册》(以下简称《实训手册》)两部分组合而成。

《实训教程》类似传统教学中教师使用的“教案”，《实训手册》则是供学生使用的“学案”。本书为高等学校教学模式的彻底改革，为实现教学的“教师中心”向“学生中心”转变，提供了可行性范本。

2. 采用“基于工作过程”的课程设计理念本书依据建设国家示范性高职院校倡导的“基于工作过程”的课程设计理念，以高职业指导的工作过程为载体，将大学生职业指导的整个工作流程，分为择业、就业、从业、乐业、创业、毕业六个指导环节，具体包括：职业目标选择、从业素质训练、敬业素质提升、就业个性指导、创业白手起家 and 毕业程序顾问的基本教程和实训内容。

旨在为大学生在大学阶段的职业素质教育，提供系统的解惑答疑和行为能力训练。

建立起以两个“一体化”为特色的课程体系：一是环环相扣的职业指导工作流程与教学流程一体化；二是理论教学与实训教学“一体化”。

3. 变大学生“就业”指导为“职业”指导目前，我国高校大多数选用的“就业”指导教材，内容上主要是针对毕业生就业问题，重点进行就业、创业技巧和毕业生政策指导，职业素质教育思想不够突出。

而培养和训练学生的职业技能和素养是一个过程，不是毕业前一蹴而就的事情，它恰恰是职业指导课程的中心任务。

本书打破了传统的“就业”指导思路，从“职业”指导角度出发，在原有就业技能训练的教材框架基础上，进一步突出了职业素质养成的学习和训练内容，一定程度上弥补了国内现有教材职业指导内容和素质教育不够完整的缺陷。

4. 有利于实施行动导向、任务驱动的教学模式本书以提高学生的职业生涯规划能力、从业能力、职业发展能力、就业能力、创业能力和毕业生自主能力为主线，采用非理论化的教学设计。

针对职业指导六大流程编写的《实训教程》，节节有案例；编写的《实训手册》，堂堂能实训。

换言之，《实训手册》就是本书的全部教学设计，是学生上课时采用素质拓展、职场模拟、角色扮演、游戏等实训化教学的“学案”。

## &lt;&lt;大学生职业指导实训教程&gt;&gt;

## 内容概要

《大学生职业指导实训教程》本书由《大学生职业指导实训教程》和《大学生职业指导实训手册》两部分组合而成。

本书为高等学校教学模式的彻底改革，为实现由“教师中心”向“学生中心”的转变，提供了可行性范本。

全书依据建设国家示范性高职院校倡导的“基于工作过程”的课程设计理念，以职业指导的工作过程为载体，将大学生职业指导的整个工作流程，分为择业、就业、从业、乐业、创业、毕业六个指导环节，具体包括职业目标选择、从业素质训练、敬业素质提升、就业个性指导、创业白手起家 and 毕业程序顾问的基本教程和实训内容，旨在为大学生在大学阶段的职业素质提升提供系统的解惑答疑和行为能力训练，同时建立两个“一体化”为特色的课程体系：一是环环相扣的职业指导工作流程与教学流程一体化，二是理论教学与实训教学设计“一体化”。

本书适应于培养应用型、技能型人才的高职高专院校，应用型本科院校的大学生职业指导、就业指导类课程教学使用，同时可供相关研究人员参考，也可作为高职院校职业指导课程教师培训教材。

本手册是为了学生实训方便，与“教程”部分相配套的实训用书。

“手册”部分完全与“教程”部分对应，分为择业、就业、从业、乐业、创业、毕业六个实训指导环节。

《大学生职业指导实训手册》本手册能为致力于进行相关就业、职业指导类课程教学模式改革的国家示范性高职院校和其他院校的教师提供一部“以学生为中心”教学理念和理论及实践教学“一体化”的实训教材。

教师既可直接使用本手册上课，把“教程”部分作为学生实训的参考书，也可以以“教程”部分为教科书，采取以讲授为主、实训为辅的教学模式。

本手册适用于培养应用型、技能型人才的高职高专院校，应用型本科院校的大学生职业指导、就业指导类实训课程，还可作为相关学生活动的指导方案，也可供相关研究人员参考。

## &lt;&lt;大学生职业指导实训教程&gt;&gt;

## 书籍目录

上册第一流程 职业目标选择第一单元 请告诉我,你是谁一、认识“我是谁”是一个过程信息1:从小就明确“我是谁”信息2:实践中逐渐明确“我是谁”二、怎样认识“我是谁”途径1:通过他人认识“我是谁”途径2:在实践的反思中认识“我是谁”三、心理测试“我是谁”测试1:兴趣,决定你愿意做什么测试2:性格,决定你适合做什么测试3:能力,决定你能够做什么

第二单元 抛出你的“职业锚”一、制订职业生涯规划的价值思考1:职业生涯规划为你在人生的时间旅途中定心思考2:职业生涯规划为你的未来职业发展定向思考3:职业生涯规划为你的未来职业生涯定位二、职业目标定位的策略策略1:搭建职业目标的“金字塔”策略策略2:选择职业方向的“扬长避短”策略策略3:缜密分析,把握备用通道三、职业生涯规划五步曲步骤1:以“职业锚”类型进行职业定向步骤2:用SWOT。竞争分析法进行职业目标定位步骤3:选择职业生涯的三条发展路径步骤4:制订职业生涯规划计划步骤5:职业生涯规划保健

第二章 从业素质训练第三单元 设计你的职业形象一、仪态“包装”姿态1:端庄站姿姿态2:端庄坐姿姿态3:端庄步态二、仪容“包装”1:发饰设计“包装”2:面部化妆三、职业装“包装”1:着装的配色原则“着装”2:着装的TPO原则“着装”3:穿西装、套装的礼仪四、礼仪“包装”礼仪1:介绍礼仪礼仪2:握手礼仪礼仪3:递物礼仪礼仪4:眼神礼仪礼仪5:微笑礼仪礼仪6:面试礼仪

第四单元 做好上岗第一份工作一、立足职场,从小事做起忠告1:没人指望你马到成功忠告2:从小事做起忠告3:体验你与岗位是否“人职匹配”二、融入职场,学会沟通历练1:真诚地欣赏别人历练2:学会倾听历练3:修养体态语历练4:拒绝对你的诱惑三、职业成功,考验你的“情商”观念1:职业成功的80%取决于情商观念2:自信者是人才观念3:建立客户群

第三流程 敬业素质提升第五单元 进入你的职业角色一、认同企业文化思考1:企业欢迎什么样的人?思考2:在团队中如何找准自己的位置?二、按规矩办事素养1:遵守行规素养2:没有规矩,不成方圆三、树立质量意识素养3:不忽略细节素养4:追求卓越素养5:精益求精

第六单元 学会感恩一、热忱服务是一种感恩素养1:把你为之服务的人当作你的贵人素养2:以专业化的服务提供有含金量的感恩二、勇担责任是一种感恩素养3:尽职尽责,回报对你的录用素养4:充满责任感,职业不怠倦素养5:懂得感恩,不推卸责任三、无私奉献是感恩的一种境界

第四流程 就业个性指导第七单元 找一份适合你的工作一、求职信息准备准备1:收集适合你的招聘信息准备2:找到适合你的国家毕业生就业法规和优惠政策二、求职材料准备材料1:制作一份让人爱不释手的简历材料2:准备好简历相关附件

第八单元 笔试给你就业增加一个机会一、就业入场券——笔试常识1:笔试种类常识2:笔试准备常识3:笔试技巧二、常见的考试类型类型1:国家职业资格证书考试类型2:英语、计算机等级考试类型3:国家公务员考试类型4:高职高专应届毕业生专升本考试

第九单元 面试给你一个录用你的理由一、中小企业面试学习1:高职高专毕业生到中小企业就业的优势学习2:中小企业面试提问特点及回答要领学习3:中小企业面试礼仪学习4:中小企业面试案例学习5:中小企业人才需求类型二、大型企业面试学习6:高职高专毕业生大型企业面试的优势学习7:大型企业面试的特点学习8:大型企业面试要领学习9:大型企业面试案例学习10:面试的常见形式

第五流程 创业白手起家第十单元 创业白手起家一、面对就业难你怕吗?分析1:国家就业形势是否有利于创业?分析2:面对就业难你怕啥?分析3:创业素质测试:你有创业潜质吗?二、撰写《创业计划书》任务1:设计你的三大企业构思任务2:填写你的《创业计划书》任务3:创办你的企业

第六流程 毕业程序顾问第十一单元 毕业出校门签约进企业一、办理毕业手续程序1:整理毕业材料程序2:掌握毕业生就业流程程序3:办理毕业生离校手续二、签订就业协议书提示1:就业协议“文章多”提示2:一诺千金,诚信签约提示3:毕业生就业常识三、签订劳动合同问题1:我为什么要签订劳动合同?问题2:我在和谁签订劳动合同?问题3:劳动合同要有哪些内容?问题4:我该如何解决合同纠纷?参考文献

下册第一流程 职业目标选择第一单元 职业素质测评(测试你的职业潜能)测试1:霍兰德职业兴趣类型测试(主测项目)测试2:性格测试(参考测评项目)测试3:职业能力测评(参考测评项目)

第二单元 制订职业生涯规划步骤1:自我职业倾向分析步骤2:职业环境分析步骤3:职业目标定向步骤4:选择职业生涯发展路径步骤5:编制职业生涯规划书

第二流程 从业素质训练第三单元 设计你的职业形象模拟训练1:仪态“包装”模拟训练2:仪容“包装”模拟训练3:职业装“包装”模拟训练4:礼仪“包装”

第四单元 做好上岗第一份工作一、立足职场,从小事做起训练活动1:搭建人椅训练活动2:解手链训练活动3:智能优势组合二、融入职场,学会沟通训练活动4:称赞他人训练活动5:模拟采访训练活动6:

## &lt;&lt;大学生职业指导实训教程&gt;&gt;

修养体态语训练活动7：沟通技巧三、职业成功，考验你的情商训练活动8：测测你的倾听能力训练活动9：交际沟通方法训练训练活动10：积极的“倾听”训练第三流程敬业素质提升第五单元 进入你的职业角色一、通过实习认同企业文化测试：你在企业参观或实习的前后变化二、按规矩办事训练训练：养成做工作日志的习惯训练2：养成定置空间的习惯训练3：养成定置时间的习惯训练4：学习体验职业规范第六单元 学会感恩一、热忱服务是一种感恩活动：填写你的专业技能评估表活动2：讨论“海尔精神——敬业报国，追求卓越二、勇担责任是一种感恩活动3：事业满意度与责任感关系调查三、无私奉献是感恩的一种境界活动4：讨论你对感恩的理解第四流程个性就业指导第七单元 找一份适合你的工作一、求职信息准备信息准备1：填写《招聘信息收集记录表》信息准备2：找到适合你的国家毕业生就业法规和优惠政策二、求职材料准备模拟实训1：撰写和检查《简历》模拟实训2：设计《简历》模拟实训3：设计并填写《个人学习和实践成就备忘录》模拟实训4：撰写一份《求职信》模拟实训5：评议《求职信》第八单元 笔试给你就业增加一个机会一、国家职业资格证书考试步骤1：请你写出你的职业资格证书考试咨询结果步骤2：选择考取证书种类步骤3：制订备考计划步骤4：评估备考计划二、英语、计算机等级考试准备1：制订英语四、六级考试计划步骤1准备2：制订你的计算机等级考试计划三、国家公务员考试步骤5：确定你是否要报考公务员步骤6：简要制订公务员报考计划第九单元 面试给人一个录用你的理由一、中小企业面试模拟训练：解析压力面试题二、大型企业面试模拟面试1：让你记住我——良好职业形象模拟面试2：让你欣赏我——展示职业岗位胜任能力模拟面试3：让你录用我——求职心态决定应聘成败第五流程创业白手起家第十单元 尝试当一位老板一、面对就业难你怕吗?测试：创业素质测试二、撰写《创业计划书》步骤1：撰写《创业计划书》的三大构思步骤2：起草你的《创业计划书》步骤3：创办你的企业第六流程毕业程序顾问第十一单元 毕业出校门签约进企业一、办理毕业手续步骤1：填写《就业推荐表》步骤2：创建离校手续办理部门联系电话表二、签订就业协议书训练活动1：模拟签约训练活动2：制作《就业提醒手册》三、签订劳动合同对策训练：劳动合同全攻略附表 记录类表格集表1 在校期间学习生涯规划表表2 职业生涯规划调整记录表表3 招聘信息收集记录表表4 就业联系人备忘录表5 个人学习和实践成就备忘录表6 关于职业资格证书信息表7 英语四、六级考试计划表表8 制订你的计算机等级考试计划表9 离校手续办理部门联系电话表

## 章节摘录

观念2：自信者是人才“自信人生二百年，会当水击三千里”，目前我国的高等教育正日渐普及，2007年我国高等教育的毛入学率已达25%。

而其中的高职院校学生，目前我国高等教育体系中是专科层次，绝大多数还是高考的失利者。

情商理论告诉我们，在学校学习的知识，在未来实际工作中，只能占20%左右，成功的关键在于你的情商。

如果说情商中职业成功的第一个要素，就是要有明确的职业目标的话，那么第二个要素就是要有职业自信了。

有了正确的人才观，才能建立起职业自信。

在我国大学生和学生家长中，对人才普遍存在着以下几种模糊认识，应该有所辨别。

(一)人才就是成为大科学家、大作家或大领导等在家庭和学校教育中，问及青少年“你长大的理想是什么”，往往回答的“标准答案”是：“当大科学家、当大作家、当市长……”这些答案被视为有远大理想、有成才抱负，并有“不想当将军的士兵不是好士兵”的警句做教育的依据。

首先，这种说法缩小了人才的范围。

其实技术工人、农民、服务行业都有人才，正如俗话说：“三百六十行，行行出状元”，这种观点却把三百六十行缩小为某几行。

其次，这种说法还忽略了人才的层次。

人才的才能在同一类别之内，有层次之分。

例如，我国技术人才有初级、中级和高级职称的区别，不能说只有高级职称的是人才。

我国目前最缺少的是技术工人，2003年南方曾有城市10万年薪却招聘不到一个数控技工的市场人才需求现象。

我国干部有科级、处级、厅级之分，处以上干部才称为领导干部，其实各乡长、镇长，各机关科长中也是大有人才的，并不能说只有高级领导干部是人才。

(二)人才就是成为名人首先，名有好坏之分。

有名垂千古之人，也有遗臭万年的历史罪人，不能一概称为人才。

其次，为“名”而奋斗，名利一到手，就失去了进取的动力。

而且由于动机不正，往往容易沿着利欲熏心的邪路，滑进犯罪的深渊。

最后，历史上有不少杰出的人物，他们为人民做出了贡献，但是却没有留下姓名。

有一首《为了谁》的歌曲，唱出了1998年抗洪英雄的伟大胸怀，但这些英雄却鲜为人知。

(三)人才就是能登报刊，上广播，电影、电视中宣传的人有才能的人在劳动者中，是成千上万的，报刊、广播、电影、电视的宣传容量则十分有限。

而且，宣传出来的也只是被发现的人才的一部分，许多人才还没有被人们发现，社会中的多数人才都是默默无闻的。

这种人才标准显然在外延上定义过窄。

## <<大学生职业指导实训教程>>

### 编辑推荐

《大学生职业指导(共2册)》适应于培养应用型、技能型人才的高职高专院校，应用型本科院校的大学生职业指导、就业指导类课程教学使用，同时可供相关研究人员参考，也可作为高职院校职业指导课程教师培训教材。

<<大学生职业指导实训教程>>

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>