

<<职业生涯规划>>

图书基本信息

书名：<<职业生涯规划>>

13位ISBN编号：9787040277739

10位ISBN编号：7040277735

出版时间：2009-7

出版范围：高等教育

作者：蒋乃平 编

页数：137

字数：150000

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>>

### 内容概要

本教材根据教育部2008年12月颁布的中等职业学校《职业生涯规划教学大纲》编写，本教材由全国中等职业教育教材审定委员会审定，是中等职业教育课程改革国家规划新教材。

本教材包括“职业生涯规划与职业理想”、“职业生涯规划条件与机遇”、“职业生涯规划发展目标与措施”、“职业生涯规划发展与就业、创业”、“职业生涯规划管理与评价”五个单元，包含四十余个贴近中职生的案例，内容涉及三大产业的诸多行业，旨在提高中职生职业素质、形成职业能力，促进中职生可持续发展。

全书图文并茂、内容充实、生动活泼，具有较强的针对性、实用性、时代性。

本教材在篇幅和课时安排上更加适应中等职业学校教学实际需要。

为方便教学，本教材配套教师教学参考书和学生学习指导书，以及内容丰富、形式多样的网络资源

## <<职业生涯规划>>

### 书籍目录

引言 开启充满希望的人生第一单元 职业生涯规划与职业理想 第1课 面向未来的职业生涯规划 一、职业与职业生涯 二、职业生涯的特点与职业生涯规划的重要联系 三、中职生职业生涯规划的特点 学以致用 第2课 职业理想的作用 一、职业理想对人生发展的作用 二、职业理想对社会发展的作用 三、职业生涯规划与职业理想的实现 学以致用第二单元 职业生涯发展条件与机遇 第3课 发展职业生涯要从所学专业起步 一、专业和专业对应的职业群 二、职业对从业者素质的要求 三、职业资格证书与职业生涯发展 四、树立正确的人才观 学以致用 .....第三单元 职业生涯发展目标与措施第四单元 职业生涯发展与就业、创业第五单元 职业生涯规划管理、调整与评价

## &lt;&lt;职业生涯规划&gt;&gt;

## 章节摘录

一、调整职业生涯规划的必要性 1.应对外部条件变化的需要 发展目标的实现，需要发展条件的保证。

有些外部条件的变化，从业者个人往往难以掌控。

在外部条件变化导致职业生涯发展目标难以实现时，必须及时调整近期目标和发展措施，甚至调整长远目标。

中职生职业生涯发展外部条件的第一个变化，很可能是就业市场需求的变化。

这一变化，可能导致首次就业岗位与自己规划的发展目标差距过大。

其他的变化，大多发生在职业生涯开始以后，大致有以下五类：一是经济形势、产业结构的调整；二是行业发展趋势变化和技术、工艺更新；三是从业者所处的组织环境，即所在单位的人际关系发生变化；四是因用人单位需要，产生了岗位、职务的变迁；五是新的发展机遇出现。

规划必须有稳定性，以确定的目标和措施约束自己的行为。

规划又必须有灵活性，与时俱进地根据外部条件的变化调整发展目标和措施。

在职业生涯规划实施过程中，从业者要审时度势，处理好严肃性、灵活性之间的关系。

2.适应自身素质变化的需要 处于成长期的青年人变化明显，中职生在校三年会在品德、行为习惯、知识、技能、阅历、价值观、性格等很多方面发生变化，家庭经济状况和身体条件等方面或许也与三年前不同，这些变化可能导致阶段目标甚至长远目标需要修正，相应地也需要调整发展措施。

随着人生发展到不同阶段，我们应经常分析追求的目标及其价值，分析面临的变化。

许多不成功的职业生涯规划，往往源于对外界和自身变化的忽视。

职业生涯规划调整的实质，在于通过对以往成长经验的反思，审视自身情况的变化，主动适应外部条件的变化。

二、调整职业生涯规划的时机 1.毕业前夕的调整 中职生调整职业生涯规划的第一个最佳时期是毕业前夕，根据实训中和求职过程中的体验，依据就业市场供需实际，对职业生涯规划进行调整。

这次调整，既可着重于近期目标和其他阶段目标的调整，也可以对长远目标进行调整。

在这个时期，中职生常会感到在入学时所定的职业生涯规划与实际有距离，甚至相差甚远。

主要原因有三个：一是在进行职业生涯规划时，对就业市场了解不够；二是环境和本人都有了比较大的变化；三是自己还没完成从“学校人”到“职业人”的转换。

如果是前两个原因，应依据实际认真调整职业生涯规划。

如果是第三个原因，说明规划并没有脱离实际，而是自己没能及时完成角色转变，应该加快适应社会的步伐，等完成角色转变后再考虑是否调整规划。

2.从业初期的调整 调整职业生涯规划的另一个最佳时期，是工作3-5年时。

这时已经有了从业的经验，可以根据从业过程对自身条件的检验，根据周围环境和自身素质的变化，在职业转换过程中调整自己的职业生涯规划。

初入工作岗位的第一年，除非有特殊机遇，一般不要轻易调换工作。

因为此时尚未完全从学生角色中转变过来，在就业难的现实条件下必须珍视已到手的就业机会。

在初入职场、适应社会的这一年中，应该为自己的职业生涯发展积累难以替代的经验。

在从业初期调整职业生涯规划的原因主要有四个：一是初次择业时，难以找到十分适合自己的职业，就业市场供求变化为自己重新择业提供了可能；二是经过一段时间的实践，发现自己确实不适合现在的工作，很难按照现在岗位对从业者的要求调整自己；三是有了从业经历，对社会、对人生有了更深刻的认识，职业价值观有所调整，对职业生涯发展目标有了新的追求；四是发展的外部条件有了重大变化。

……

<<职业生涯规划>>

编辑推荐

《职业生涯规划》由高等教育出版社出版。

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>