

<<职业生涯发展与规划>>

图书基本信息

书名：<<职业生涯发展与规划>>

13位ISBN编号：9787300118437

10位ISBN编号：7300118437

出版时间：2010-4

出版时间：中国人民大学出版社

作者：罗伯特·C.里尔登

页数：316

译者：侯志瑾

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>

## <<职业生涯发展与规划>>

### 前言

我们很高兴有机会出版第3版教材及相关教学材料。

第3版使我们得以更大程度地吸收认知信息加工理论，以此来组织材料从而加强对职业生涯问题解决和决策制定的理解。

一如既往地，该书仍是以已出版的生涯发展和职业行为之理论和研究为基础的综合性大学职业生涯教材。

Folsom, Peterson, Reardon和Mann (2005) Reardon, Leierer和Lee (2007)，以及Vernick, Reardon和Sampson (2004) 丰富了关于此课程干预之有效性的证据。

第3版目标推出第3版教材有几个目的。

第一，我们希望能更新资源以提供与职业和就业相关的新信息。

我们对第2版有些章节：传递职业信息（第3章）、就业研究（第7章）、工作方式（第8章）、工作安排（第9章）、工作与生活的平衡（第10章）以及互联网的发展（第12章）进行修改以描述新的体系。

所有章节的参考文献和链接根据需要进行相应更新。

第二，我们继续删减某些章节的内容，因为书里有些地方内容太过密集——对于一个学期每周3学时的课程，教师教授和学生学习的内容都太多。

所以，我们删减了第5、6、8、10、11、14和15章的部分内容。

第三，我们对《教师手册》（Instructor's Manual）进行了更新，加入了更多基于“主动学习”原则的教学策略。

教学材料包括28次课程的各种教学活动，370多张幻灯片和其他教学工具。

我们把原第1版中独立成册的《学生手册》（Student Manual）缩减后编写为附录，包括作业单、课后任务和其他学习工具。

第四，该版本仍然是以平装书的形式印刷，以使学生能以更为低廉的价格购买。

此书是集信息与学习活动为一体的全面教材，希望能成为生涯规划和求职的终身指导手册。

## <<职业生涯发展与规划>>

### 内容概要

本书译自国外同类教材中非常经典的一本教材，原著经过了多年教学实践的检验，体系比较成熟。全书共15章，分为3篇。

第一篇（1-5章）主要论述认知信息加工的理论基础。并配以这些理论应用在典型生涯情境中的详尽实例，包括自我知识、职业知识和决策制定。

第二篇（6-10章）论述影响生涯决策的一些因素，如经济趋势、组织文化和双职工问题。

第三篇（11-15章）从认知和多学科角度，重点论述执行战略性生涯规划和求职的具体步骤，包括简历撰写、面试、谈判以及工作适应等一系列大家熟知的话题。

本书非常适合用作国内高校职业生涯相关课程的教材。也可供有兴趣的读者阅读参考。

## <<职业生涯发展与规划>>

### 作者简介

罗伯特·C·里尔登 (Robert C.Reardon) , 美国教育心理学博士, 佛罗里达州立大学教授。全球著名职业规划大师。

美国咨询协会 (ACA)、美国职业发展协会 (NCDA)、美国心理协会 (APA) 等组织成员。曾多次获得全球和美国职业生涯发展领域的荣誉和奖项, 包括NCDA颁发的最高成就奖

## &lt;&lt;职业生涯规划与发展&gt;&gt;

## 书籍目录

第一篇 生涯的概念与应用 第1章 生涯规划导言 一种历史的视角 职业指导入门 当今的职业生涯规划问题 生涯发展术语 生涯决策中所涉及的因素 生涯选择与生涯发展理论 认知信息加工理论 生涯选择所涉及的内容 信息加工金字塔 第2章 了解自我 价值观 兴趣 技能 改善我们的自我知识 第3章 了解我的各种选择 联结职业、教育和闲暇 职业 关于教育和培训的知识 闲暇时间 改善我们的职业、教育和闲暇知识 第4章 生涯决策制定 与决策制定有关的主题 CASVE循环 改进我们的生涯决策制定 第5章 思考我的生涯决策 执行加工领域 发展元认知技能 改变消极的生涯观念 第二篇 影响生涯发展的社会因素 第6章 变化世界中的生涯进程 通识教育课程的角色 必备：新的生涯元认知 愿景：拥有一个成功的生涯 重构生涯元认知 四种宏观因素 战略性的生涯思考 第7章 在新的全球化经济下工作 工作和生产的国际变化 美国劳动力的变化 服务行业 州的劳动力市场信息 一种认知信息加工的观点 第8章 组织文化与有效工作 已改变的社会契约 组织的特点 组织文化 组织的类型 过去的和现在的组织结构 组织发展中的领导 生涯发展和劳动力发展 一种认知信息加工的观点 第9章 新型工作方式 工作的产生 可供选择的工作方式 临时劳动力 关于退休 问题领域 一种认知信息加工的观点 第10章 生涯与家庭角色 开篇：家庭和工作中的性别问题 四代人看工作 / 家庭平衡 影响女性职业生涯的因素 影响男性职业生涯的因素 双生涯家庭：问题领域 管理工作和家庭生活的策略 Amerco：一个提供家庭支持的公司的案例研究 一种认知信息加工的观点 第三篇 实施战略性生涯规划 第11章 发起就业运动 什么是就业运动 就业问题的本质 求职方法简史 雇主和求职者 认知信息加工方法用于求职 在员工派遣服务行业中求职 第12章 求职中的书面沟通 求职过程中的信件 简历撰写 证明人和推荐信 就业运动中的记录保存 网络求职 一种认知信息加工的观点 第13章 求职中的人际沟通 信息面谈 社会关系网络 工作面试 一种认知信息加工的观点 第14章 协商与评估工作录用通知 协商的内容 协商工作录用通知的社会力量 让你的协商权力最大化 接受工作录用 需要协商的问题 关于薪水的额外话题 协商的过程 评估工作录用通知：作出最好的选择 开始之前的最后步骤 使用认知信息加工方法来协商和决定一个录用机会 第15章 第一份工作和早期的生涯变动 从大学到工作转换中的问题 经济现实 对职业生活的适应 为工作第一年发展一套生涯策略 离职 从生涯发展到生涯管理 利用认知信息加工理论指导你的新工作 附录 附录A 章节学习指南 附录B 自传撰写指南 附录C RIAsEC六边形 附录D 生涯领域分析 附录E 良好决策制定指南 附录F 个人行动计划指南 附录G 改善生涯观念的练习 附录H 信息访谈作业 附录I 战略性学业 / 生涯规划项目 附录J 简历自评工作单 附录K 就业决策案例研究 附录L 计算机 / 网络系统反馈表术语表译后记

## <<职业生涯规划与发展>>

### 章节摘录

插图：生涯问题个人常常会因失业、职业转向或家庭与工作之间的冲突而经受巨大的创伤。而机构也会因为员工的生涯问题而遭遇困境。

对于任何机构来说，最关键的问题之一就是合适的人安置到合适的工作岗位，因为这会极大地影响组织绩效。

甚至国家也意识到生涯发展的重要性。

新兴国家和老的工业国家都力图开发各种教育和经济项目，以使国民能致力于任何可能的有意义的职业生涯活动。

充分就业是当今世界每个国家的目标。

判断一个国家运转是否健康、力量是否强大，通常要看其人民是否充分就业，以及产出是否大于其自身的需求。

当人们失业或是未能充分就业时，国家就陷入困境，因为当国民变得惶惑、害怕，对国家领导人感到愤怒时，发生罢工和革命的可能性就会增加。

有时，国家会尝试以国际贸易政策为手段，尽力保持本国国民的就业。

许多国家之间的纠纷往往就涉及某个国家力图把就业机会保留在国内的做法。

这样，个人的生涯发展就与国家乃至全球促进就业增长的政治经济力量直接相连。

职场生活的质量非常重要，因为失业率的增加与个人健康问题、家庭暴力和犯罪直接相关。

对个人来说，失业有时会引起心血管疾病、胃溃疡、情绪紧张以及其他健康问题。

失业也与虐待儿童与配偶、抢劫、攻击以及其他形式的人身伤害和财产损失等现象的增加有关。

所有这些都意味着当一个国家的工作生活质量下降时，国家的社会和经济成本将迅速上升。

近年来，像安然（Enron）、AT&T、埃克森（Exxon）、IBM、通用汽车、CIA以及纽约市政府这些大的机构都经历了巨大的变化。

它们当中有些解雇了数千名员工、大规模调整工作职位，有的公司甚至倒闭。

这类机构的瓦解或倒闭所带来的创伤，不仅对个人，而且对整个地区都造成深远的影响。

你个人的生涯发展可能直接与某个行业或机构的成功与稳定息息相关。

生涯问题因其影响之巨大而极具重要性。

每天都有成千上万的人进出职场，或流动于不同的工作之间，就业市场极不稳定。

有时，这些变动甚至被视为一种“生涯地震”（Bolles, 2008）。

鉴于充分就业对于个人和国家的重要意义，像经济危机那样在短时间内就有成千上万人失业的灾难性事件，其影响则更为深远。

且更糟糕的是，使人们重返劳动力市场的系统却效率低下。

你的生涯质量很可能受到国家经济运行的健康状况、行业和机构状况以及你求职所使用的方法的影响。

。

## &lt;&lt;职业生涯规划与发展&gt;&gt;

## 后记

放下最后校对完成的书稿，我深深地舒了一口气。

翻译本书并不难，因为有本书第1版中译本可以作为参考。

此时此刻，浮现在脑海中的情景却是翻译第1版书稿的前前后后。

2004年，我的同事伍新春教授找到我，说要翻译一本生涯方面的书，就是本书的第1版。

他当时是北京师范大学心理学院主管科研的副院长，刚好我从香港中文大学毕业来到北京师范大学心理学院工作，而我的主攻方向就是心理咨询与生涯辅导。

就这样，我和伍教授及我们两个人的学生开始了翻译工作。

我在香港中文大学教育学院攻读博士学位期间，师从梁湘明教授，学习生涯发展与辅导方面的知识。

记得1999年我写第一个学术年度报告的时候，要报告中国内地的生涯发展与辅导的状况，于是专程回北京去国家图书馆查找各种相关资料，但是当时连一本主题为“生涯”的书籍都没有。

那时，我也是刚刚接触生涯辅导，了解到生涯不等同于就业和找工作。

求学期间，我阅读了不少生涯发展与辅导的理论，本书中所介绍的认知信息加工观点的生涯发展理论也是在那个时候开始了解和学习的。

在翻译本书第1版的过程中，我有机会对该书进行了更加认真的学习，收获颇多。

我觉得，如果每一个大学生可以将本书通读一遍，用书中的方法指导他们自己的生涯发展，那么，他们可能会在大学期间及大学毕业工作之后，更有计划地安排自己的时间，明确发展的方向，会在自己的“生涯旅途”上走得更坦然，欣赏到更多的“景色”，也更可能实现自己的人生梦想，对自己的生活满意感更高。

本书第1版在教育部高校学生司的推荐下成为全国高校职业生涯课程的选读教材，为了使授课的教师们更好地使用这本教材，我受邀在全国大学生信息与就业指导中心组织的培训中担任主讲教师，普及生涯发展的知识。

2005年，我在美国佛罗里达州立大学与四位作者会面，并送给他们本书第1版的中译本，四位作者中有三位曾受邀来到中国做培训工作。

现在，国家图书馆有几百本以“生涯”为主题词的书籍，我作为一名专业工作者见证了这一发展过程。

生涯已不再是一个陌生的概念，它变成了一个流行的词汇。

不仅大学设有生涯发展课程，一些中学也开设了生涯发展选修课。

如今，在百度的搜索引擎中键入“生涯”，就可立即搜索到上万个相关网页。

这充分表明大家对生涯发展的关注。

不仅如此，大学就业指导人员的专业化水平也在提高。

2007年，北京师范大学心理学院招收了第一批生涯发展的硕士学位课程班，今年这一课程班的学生即将毕业。

硕士课程以生涯发展为方向可以说是我国生涯发展专业化的标志。

本书的翻译，让我获益良多。

虽然我去香港读书之前已经工作了这么多年，但是结束读书生涯重新回到职场也同样经历了大学生们要必然经历的“从学校到工作的转变”，所以再读这本书时，结合自己的经历体会书中的内容，感觉非常亲切。

虽然这是一本美国的教材，但是在全球化的进程中我们遇到的问题越来越相像，因此也可以借用他山之石。

当然，教师和学生在使用本书的过程中，应以掌握方法为主，因为方法才是“万灵”的钥匙。

书中所介绍的美国劳动力市场与中国的情况有很大差别，因此教师和学生在使用本书时，需要以教材为框架，建构自己的劳动力市场知识。

## <<职业生涯发展与规划>>

### 编辑推荐

《职业生涯发展与规划(第3版)》以认知信息加工理论(CIP)为基础,将自我探索与工作环境相结合,系统地阐述了帮助学生了解自己、了解职业以及解决各类职业生涯问题的方法和策略。全书讨论的核心议题是,一个人在职业生涯道路上如何不断进行有效的决策,以确保其能够处在正确的职业发展道路上,或者为其转向另一条职业新路提供手段。

《职业生涯发展与规划(第3版)》体现了国际上成熟、先进的职业指导理念,是一本系统全面的职业指导教材。

<<职业生涯发展与规划>>

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>