

图书基本信息

书名：<<职业生涯规划/技工院校职业与人生丛书>>

13位ISBN编号：9787504592866

10位ISBN编号：7504592862

出版时间：2011-08-01

出版时间：中国劳动社会保障出版社

作者：广州市职业技术教研室，等编

页数：140

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>

## 内容概要

《技工院校丛书第1分册：职业生涯规划》从技工院校学生实际生活出发，贯彻“用身边人教育身边人”的理念，全面系统地介绍了职业生涯规划知识，帮助学生认识自我，树立技能成才的职业理想，引导学生合理规划职业生涯，提高就业能力，并对在校期间的学业、生活、人际关系等做出优化调整，为成为“一流技工”奠定良好的基础。

书籍目录

第一章 探索职业生涯第一节 走进职业世界一、职业的含义二、职业分类与发展三、职业与就业第二节 认识职业生涯一、职业生涯的含义二、职业生涯的影响因素三、职业生涯发展阶段第三节 树立职业理想一、职业理想的含义二、树立正确的职业理想第二章 争做一流技工第一节 关注技能振兴一、技术工人的重要性二、技术工人的稀缺性三、技工教育的特色与优势四、国家对技工培养的重视第二节 提升职业技能一、职业技能的含义二、职业资格证书制度三、职业技能的提高第三节 提高职业素质一、职业素质的含义二、职业素质的结构三、职业素质的养成第三章 发展职业自我第一节 职业兴趣及培养一、兴趣与职业兴趣二、职业兴趣的类型三、兴趣在职业活动中的作用四、职业兴趣的形成规律五、职业兴趣的培养第二节 职业性格及调适一、性格与职业性格二、职业性格的类型三、性格与职业活动的适应四、职业性格的形成规律五、职业性格的调适第三节 职业能力及其提高一、能力与职业能力二、职业能力的分类三、能力与职业活动的匹配四、职业能力的形成规律五、职业能力的提高第四节 职业价值观及调整一、价值观与职业价值观二、职业价值观的类型三、价值观对职业活动的影响四、职业价值观的形成规律五、职业价值观的调整第四章 设计生涯发展第一节 职业生涯规划概述一、职业生涯规划的含义二、职业生涯规划的特征.....第五章 优化学业生活附录1测量问卷附录2职业生涯规划书

## 章节摘录

职业生涯规划是对个人一生职业发展道路的设想和规划,是个人职业发展的有效手段。为了有效地实现自我价值,保证在事业上取得更大的成就,每个人都需要对个人所从事的职业、要担任的职务以及在工作岗位上的发展道路进行全面的规划,确立明确的目标,并为实现各阶段的事业目标而自觉地进行有关个人的知识、技术与能力等方面的人力资本投资活动。

一、职业生涯规划的含义 职业生涯规划,是指个人发展与组织发展相结合,对决定一个人职业生涯的主客观因素进行分析、总结和测定,对一生职业发展道路的设想和规划,包括如何确定职业目标和选择职业、如何在一个职业领域得到发展等内容。

即确定一个人的事业奋斗目标,并选择实现这一事业目标的职业,编制相应的工作、教育和培训的行动计划,对每一步骤的时间、顺序和方向做出合理的安排。

职业生涯规划也是个人对未来职业前途的展望和预测。

有了职业生涯规划,在职业发展的过程中才会有动力、有方向、有目标。

有些人在走完自己的职业生涯后才发现,自己的奋斗目标没有完全实现。

造成这种结果的原因有多种,其中的原因之一就是没有制定出实现自己的职业生涯规划发展的规划;或者说虽然制定了职业生涯规划,但目标脱离了自己的实际情况等。

职业生涯规划是一个人的认识过程和完善过程,需要2~5年才能逐步形成和完善。

因此,每个职业生涯规划者必须正确认识职业、了解社会、认识自我,并需要在较长的时间里完成这个认识过程。

值得注意的是,职业生涯规划的目的决不只是协助个人按照自己资历条件找一份工作,更重要的是帮助个人真正了解自己,为自己订下事业大计,筹划未来,拟订一生的方向,进一步详细估量内、外环境的优势和限制,为自己设计出合理且可行的职业生涯发展方向。

职业生涯活动将伴随我们的大半生,拥有成功的职业生涯才能实现完美人生。

职业生涯规划的重点在于:(1)定向,即确定自己的职业方向。

方向和目标有所不同,目标是自己拟定的期望达到的一个理想,而方向是为达到目标而选择的一种路径。

如果方向错误,则会偏离目标,即使修正也会花费许多精力和时间。

对技校生来说,职业定向需要冷静的头脑和十足的勇气,根据自己的兴趣、理想、专业去选择自己未来的职业方向。

(2)定点,即确定职业发展的地点。

就中国来说,各地的经济发展现状和前景都有不同,甚至差异很大。

这几年调查研究显示,绝大多数广州技校毕业生选择就业地点还是珠三角地区,但这些地区竞争激烈,外地毕业生还要面临环境、语言、文化等差异带来的困难,这也是技校生就业时要慎重考虑的。

(3)定位,即确定自己在职业人群中的位置。

定位过低会导致个人在职业生涯中无法实现自我价值的最大化,定位过高则容易遭受挫折,从而对职业生涯丧失信心。

因此,技校生需要准确地确定自己的位置,不自卑、不自傲,应根据自己的实际水平,在择业时对职位、薪资、工作内容等做好判断和把握。

(4)定心,即稳定自己的心态。

人的一生必然会有高低起伏,成功与挫折总是结伴而行,个人的职业生涯也不例外。

在实现职业理想与目标的过程中,难免也会有磕磕绊绊和意想不到的困难。

对技校生来说,就是要保持一种心态,敢于直视就业过程中的困难和问题,始终坚定地按照自己的正确计划去实现职业理想。

.....

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>