

## <<大学生职业发展与训练>>

### 图书基本信息

书名：<<大学生职业发展与训练>>

13位ISBN编号：9787536136885

10位ISBN编号：7536136889

出版时间：2008-8

出版时间：广东高等教育出版社

作者：程良越 编

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>

## <<大学生职业发展与训练>>

### 内容概要

自2004年广东省率先在国内举办了大学生职业规划大赛以来，职业规划的意识和理念已经在广东、甚至在全国高校的大学生中逐渐得到普及。

但是，中国恢复开展职业生涯教育工作才刚刚走过十多年的里程，我们的职业生涯辅导，无论是理论、思维，还是方法、手段，都停留在比较粗浅的层次，辅导的效果也不稳定，大学生在探索自我、解决就业以及职业生涯可持续发展等方面，仍存在诸多困惑。

这个时候，有必要进一步认识职业生涯发展的内在规律，梳理相关理论和方法，提高师资的辅导水平，帮助大学生从关注眼下的就业转而指向更关注未来一生的职业发展。

《大学生职业发展与训练》，正是在这样的背景下与广大师生见面的。

## <<大学生职业发展与训练>>

### 书籍目录

绪论 把握你的发展命运

上篇 职业规划与就业准备

第一章 认识职业生涯

第一节 职业与职业生涯

一、工作、职业与职位

二、生涯与职业生涯

三、职业生涯发展的五个阶段

四、把握正确的职业生涯规划理念

第二节 职业生涯规划

一、职业生涯关注的四个问题

二、职业生涯规划的主题与准则

三、职业生涯规划的整体模型

第三节 大学生的生涯发展任务

一、大学阶段的生涯发展任务

二、大学生培养生涯规划能力的必修课

探索与训练

第二章 探索自己的职业道路

第一节 你是世界上独一无二的

一、识别你的性格偏好

二、不同职业需要不同的职业性格

三、选择职业时考虑你的性格

第二节 发现自我天生的激励因素

一、霍兰德的职业性向

二、让兴趣与职业相吻合

三、发现你的职业兴趣区域

第三节 估算个人的技能资产

一、了解技能与职业的关系

二、识别你的能力倾向

三、确认你的技能优势

第四节 了解你做决定的砝码

一、认识价值观的本质

二、探究你的内在驱动和需要

三、澄清你的职业价值观

探索与训练

附录：职业兴趣类型与相应职业的对照表

第三章 掌握环境变迁中的职业生涯

第一节 在新经济环境中工作

一、变化中的职业世界

二、就业市场的最新特点

三、在变化的世界中找到你的位置

第二节 心理契约与新职业模式

一、易变性职业生涯时代

二、心理契约的改变

三、新职业模式

第三节 在不同的组织文化中工作

## <<大学生职业发展与训练>>

- 一、了解不同组织的文化个性
- 二、了解组织架构的新变化
- 第四节 构建结构性觉察能力
- 一、职业发展与企业用人趋势
- 二、职业信息的搜集与分析
- 探索与训练
- 第四章 思考你的职业生涯决策
- 第一节 生涯决策的相关问题
- 一、生涯决策的概念与本质
- 二、职业决策中所涉及的因素
- 三、四种最需要生涯决策技能的人
- 四、生涯决策者的类型
- 第二节 了解生涯决策过程
- 一、CASVE循环模型-
- 二、克朗伯兹等人的职业决策过程
- 第三节 提高生涯决策技能
- 一、了解生涯决策模式
- 二、掌握生涯决策的两大要诀
- 三、平衡单法
- 第四节 分析你的职业前景
- 一、基于理想工作描述的职业前景分析
- 二、基于工作技能的职业前景分析
- 三、基于职业价值观的职业前景分析
- 四、基于教育与培训的职业前景分析
- 探索与训练
- 第五章 绘制你的职业生涯蓝图
- 第一节 理清职业规划的操作思路
- 一、简化的职业生涯管理模型
- 二、基本的职业规划操作流程
- 第二节 探索可能的职业选择
- 一、综合自我分析的结果
- 二、探索你的职业范围
- 第三节 聚焦你的职业发展方向
- 一、分析目标职业类型的各项信息
- 二、确认职业发展方向
- 第四节 选择合适的发展路径
- 一、整合理想职业的各项信息
- 二、选择你的职业发展路径
- 三、锁定你的目标组织（企业）
- 第五节 拟定一份职业规划书
- 一、规划你的人生总体目标
- 二、规划你的大学生涯
- 第六节 修正你的职业发展计划
- 一、职业规划修正调整的原则和方法
- 二、职业生涯成功的评价标准与评价
- 探索与训练
- 第六章 向第一份职业发起冲刺

## <<大学生职业发展与训练>>

### 第一节 冲刺前的最后思考

- 一、刺猬原则与自我定位
- 二、职业生涯规划的原则与策略

### 第二节 锁定目标, 准备求职

- 一、受雇能力的准备
- 二、求职前的心理准备
- 三、求职材料的准备

### 第三节 成功面试赢取职业机会

- 一、做好面试前的所有准备
- 二、在面试中展示你的风采

#### 探索与训练

## 第七章 拉近创业与你的距离

### 第一节 审视创业

- 一、有关创业的内涵
- 二、就业与创业的新趋势
- 三、创业: 思路决定出路

### 第二节 评估你的创业潜力

- 一、创业前的自我认定
- 二、考量你的创新品质
- 三、审视你的财富观念

### 第三节 走近创业

- 一、熟悉自主创业的基本程序
- 二、找准创业立点
- 三、创业者心理品质的培养
- 四、创业者能力的积累和提升

### 第四节 与创业面对面

- 一、创业的一般过程
- 二、创业过程的常见问题及对策
- 三、大学生自主创业研判

### 第五节 大学生创业的相关政策与法规

- 一、创业应了解的法律法规
- 二、把握大学生创业扶持政策

#### 探索与训练

## 下篇 通用职业能力训练

## 第八章 开发适应生涯发展的职业能力

### 第一节 谁是职场梦寐以求的人才

- 一、个人核心职业能力的新要求
- 二、21世纪最需要的人才
- 三、越来越重要的可迁移技能

### 第二节 就业力与就业力技能

- 一、就业力与就业力技能
- 二、择业行为与胜任能力

### 第三节 克塞伯斯下的就业力开发

- 一、个人克塞伯斯的内涵
- 二、个人克塞伯斯的开发

## 第九章 职业动机激发能力训练

### 第一节 自我工作愿景的建立

## <<大学生职业发展与训练>>

- 一、思考个人工作愿景
- 二、确立你的工作愿景
- 第二节 职场伦理与社会化意识的认知
  - 一、了解生涯中的小社会与大社会
  - 二、掌握职场伦理的要求
  - 三、社会化意识与能力的激发
- 第三节 专业精神与自我管理
  - 一、专业态度与敬业精神的养成
  - 二、个人形象的塑造与表现
  - 三、有效的自我管理
- 第十章 职业行为转化能力训练
  - 第一节 职场认知及其沟通协调技能
    - 一、职业适宜性与角色定位
    - 二、提高你的职场适应能力
    - 三、培养你的沟通协调能力
  - 第二节 工作团队与团队协作方法
    - 一、工作团队与团队精神
    - 二、形成共同的团队意志
    - 三、发挥共同的团队力量
  - 第三节 工作伙伴关系与冲突化解能力
    - 一、自我与工作伙伴关系
    - 二、有效化解冲突
- 第十一章 职业知识运用能力训练
  - 第一节 职业知识的学习与应用
    - 一、职业知识的理解
    - 二、职业知识的革命与创新
    - 三、个人知识的有效管理与运用
  - 第二节 价值创造与成本意识
    - 一、机会成本与社会成本
    - 二、掌握价值创造的基本原则
  - 第三节 归因技术与执行技巧
    - 一、内归因和外归因
    - 二、归因风格的影响
    - 三、归因技术的应用
- 参考文献

<<大学生职业发展与训练>>

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>