第一图书网, tushu007.com

<<绝不迷茫>>

图书基本信息

书名：<<绝不迷茫>>

13位ISBN编号：9787900675507

10位ISBN编号：7900675507

出版时间：2005-1

出版时间：第1版 (2005年1月1日)

作者：雷五明

页数：316

字数：310000

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

第一图书网, tushu007.com

<<绝不迷茫>>

内容概要

就业已成为青年心理问题之首。
2004年6月新浪网调查表明，大学生对个人职业规划整体满意度水平偏低，迫切需要提升个人职业规划水平及相关求职方法、技巧。
本书所关注的正是青年如何进行职业生涯规划的问题。
本书基于心理学及管理学基础，通过职业心理测评、职业生涯规划、就业准备与职业探索、职业生涯评价、职业生涯发展五大部分，以理论讲述与案例分析相结合的方式，系统完整地介绍了青年如何认知自己、如何为自己定位、什么样的职业适合自己、如何制定职业规划、如何求职、如何谋求职业发展等方面的知识。
将职业规划完整步骤层层展开，让读者充分认识个人的需求、性格、能力和兴趣与社会的需求，在自身条件、个人需求及外界环境间找到均衡点，带领读者循序渐进地建立起适合自己的职业生涯计划。
本书是青年进行个人职业生涯规划的有效工具书。
本书另一个显著的特点是：配套的光盘包含专业青年职业生涯规划测评系统的客户端软件。
使用该软件测评仅需20元，与网上测评相比可节省30元，实现了科学性、经济性与实用性三方面的良好的统一。
以科学的手段帮助青年认识自己，以正确的方法帮助青年成就人生。
希望本书的面世，能有效帮助处于职业探索阶段的青年度过职业迷茫期，进入人生发展的快车道。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

雷五明：男，湖北通城人。
毕业于华中师范大学心理学系，教育学硕士。
原任武汉治国工业大学心理咨询教育中心副主任，现任武汉理工大学心理教育研究所常务副所长，兼任武汉理工大学心理健康教育中心高级心理咨询师，就业中心职业指导师。
从事心理咨询与职业辅导11年，积累个案8

第一图书网, tushu007.com

<<绝不迷茫>>

书籍目录

起步就是进步　一、看清你自己　二、让你的职场之路顺畅起来　三、谁需要职业心理测评与生涯规划“ 认识你自己 ”　一、什么是心理测验　二、什么是职业心理测验 三、职业测评中常见的心理测验“ 思想有多远，就能走多远　一、职业生涯发展的阶段 二、个性与职业 三、职业与职业生涯规划 四、职业生涯规划的内容和原则 五、职业生涯规划的步骤 六、职业生涯规划中常见的误区现在就出发 一、青年如何求职择业 二、个人职业变化与职位变迁 三、职业探索期的心理与行为调适回顾与反省 一、职业生涯评估的意义与标准 二、职业生涯评估的内容与方法 三、职业生涯发展的影响因素保持稳健成长 一、个人职业生涯开发与管理 二、开发潜能，人人都能成功 三、如何成为职场成功人士测评进行时 一、系统背景资料 二、青年职业心理测评用户指南报告样例

第一图书网, tushu007.com

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