

<<大学生职业生涯规划与发展>>

图书基本信息

书名：<<大学生职业生涯规划与发展>>

13位ISBN编号：9787040361360

10位ISBN编号：7040361361

出版时间：2012-08-01

出版时间：江静、王飞 高等教育出版社 (2012-08出版)

作者：江静，王飞 编

页数：236

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>

## <<大学生职业生涯规划与发展>>

### 内容概要

高校开设“大学生职业发展规划”课，应从低年级导入，辅助高年级开设“就业指导”，注重指导的层次和阶段性，实现“全程化”和“全员化”。

《大学生职业生涯规划与发展》在此认识的基础上，基于低年级大学生的特点，从职业、职业生涯定位、个人职业发展和职业生涯规划等方面对当今职业中的热点问题进行了系统的阐述。

内容包括自我认知、探索工作世界、了解职业与生涯决策、目标的设定与行动计划、反馈评估与调整、职业生涯规划与管理等。

## <<大学生职业生涯规划与发展>>

### 书籍目录

第一章认识职业生涯 第一节了解生涯与职业生涯 第二节大学学习与职业发展的关系 第二章自我认知（一）：兴趣与性格探索 第一节兴趣探索 第二节性格探索 第三章自我认知（二）：技能与价值观探索 第一节技能探索 第二节价值观探索 第四章探索工作世界 第一节了解职业 第二节搜集职业信息 第三节挖掘自我 第五章理性的生涯决策 第一节生涯决策理论与决策风格 第二节生涯决策的方法与步骤 第六章目标的设定与行动计划 第一节目标的设定 第二节计划的制订与实施 第七章生涯规划的反馈、评估与调整 第一节影响职业生涯发展的因素 第二节生涯规划的反馈与评估 第三节生涯规划的调整 第八章职业生涯规划与管理 第一节管理你的职业生涯 第二节初涉职场 第三节调整心态走好每一步 第四节抓住机遇锲而不舍 附录一生涯管理档案 附录二霍兰德职业索引 附录三大学生涯设计表格大全

## <<大学生职业生涯规划与发展>>

### 章节摘录

版权页：插图：三、技能的分类 表达技能的词汇也就是用来说服雇主给自己工作的词汇。无论是简历还是面试，其实要达到的目标都是试图向雇主证明：我有良好的能力，足以胜任这份工作。因此，面对“我为什么要雇你”这样的问题，你在简历和面试中的回答都应当以自己与工作相关的能力为主线。

你所谈到的任何能证明你的能力的事情，都将增加你得到工作的机会。

要做到这一点，你需要对自己拥有什么样的能力有清楚的认识，同时还要了解具体职业所要求的技能是什么。

最后，你还需要在简历和面试中将自己与职业相关的技能以恰当的语言和事例充分地表达出来。

对个人技能的认识建立在对技能分类的了解上。

辛迪·梵和理查德·鲍尔斯将技能分为三种类型：知识技能；自我管理技能；可迁移技能（或称通用技能）。

通常人们比较容易想到自己所具有的知识技能，但实际上后两种技能更为重要。

它们使我们有可能不局限于自己所学的专业，可以在更广的范围内选择职业；它们对于我们在竞争中胜出具有关键性的作用，并且使我们能够在工作中得以更长久地发展；而雇主们对它们的重视程度，也往往超过了对单纯知识技能的重视。

（一）知识技能 知识技能是指那些需要通过教育或者培训才能获得的特别的知识或能力，也就是个人所学习的科目、所懂得的知识。

比如：你是否掌握外语、中国古代历史、电脑编程或化学等知识？

知识技能一般用名词来表示。

知识技能不可迁移。

也就是说，它们是一些特殊的语汇、程序和学科内容，必须经过有意识的、专门的培训才能掌握。

它们常常与我们的专业学习或工作内容直接相关。

正因为如此，许多大学生由于不喜欢自己的专业，在找工作时往往陷入两难的境地：一方面，他们认为找工作必须“专业对口”，但是又不喜欢自己的专业，不想将之作为从事一生的职业；另一方面，如果“专业不对口”，自己不是“科班出身”，则担心自己与专业出身的应聘者相比缺乏竞争力，甚至觉得很难跨越专业的鸿沟。

在这种情况下，似乎唯一可行的方式就是通过考研来改换专业。

事实上，知识技能并非只有通过正式的专业教育才能获得。

除了学校课程，课外培训、专业会议、讲座、研讨会、自学、资格认证考试等方式都可以帮助个人获得知识技能。

此外，不少外企在校园招聘时，都已不再区分学生的专业背景，很多公司也为新员工提供相关的上岗培训。

例如，某著名的会计师事务所对新员工的培训中，第一年的主要内容就是针对非专业学生补充财会基础。

由此可见，即使是一些专业要求较高的职业如会计师等，其专业技能也可以在就职后的培训中获得。

## <<大学生职业生涯规划与发展>>

### 编辑推荐

《大学生职业生涯规划与发展》由高等教育出版社出版。

<<大学生职业生涯规划与发展>>

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>