

<<职业发展与素质训练教程>>

图书基本信息

书名：<<职业发展与素质训练教程>>

13位ISBN编号：9787302209621

10位ISBN编号：7302209626

出版时间：2009-9

出版时间：清华大学出版社

作者：黄坚 编

页数：213

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>

<<职业发展与素质训练教程>>

内容概要

本书根据教育部关于大学生职业发展与就业指导课程的教学要求，在对学生需求与企业诉求进行充分调研的基础上，总结多年实际教学经验，从职业生涯规划、职业素质训练、就业指导三个方面人手编写，全书分为描绘职业蓝图、提升职业素质、走近职业梦想三篇。

本书在编写过程中注重学生技能的培养，强调学生主体的参与。

在理论够用的前提下，设计了大量案例评析、就业心理剖析，让学生通过学习增加实际解决问题的能力，提高规划和就业技能；摒弃了枯燥的说教，设计了大量的活动、游戏、训练，让学生在参与中去体验、去感悟、去提升，从而达到自我觉察、自我教育、自我发展的目的，真正提高学生的职业素质。

本书的适应读者群体为高职高专院校大学生及“大学生职业发展与就业指导”课程教师、辅导员、大学生就业指导工作人员等。

<<职业发展与素质训练教程>>

书籍目录

上篇 描绘职业蓝图 第一章 规划——职业之梦 第一节 职业规划与个人发展 第二节 大学生职业规划的原则与步骤 第三节 个人职业规划的影响因素 第二章 职业规划训练 第一节 认识自我训练 第二节 外部环境分析训练 第三节 目标设定训练 第四节 行动计划制定训练 第五节 评估与反馈训练 第三章 职业规划案例分析 第一节 职业规划常见问题 第二节 案例分析中篇 提升职业素质 第四章 素质——成业之基 第一节 素质与职业素质 第二节 职业关键素质 第三节 培养高职学生职业关键素质的意义 第五章 职业意识改变职业生活 第一节 诚信意识提升 第二节 责任意识提升 第三节 服从意识提升 第六章 职业能力影响事业成败 第一节 沟通能力提升 第二节 合作能力提升 第三节 自我学习能力提升 第四节 信息处理能力提升下篇 走近职业梦想 第七章 就业——立业之本 第一节 就业指导概述 第二节 就业指导的主要内容和方式 第三节 个人塑造规格 第四节 就业指导的作用和方法 第八章 近职不惧职, 做有准备的人 第一节 职业选择训练 第二节 就业准备要点 第三节 择业技巧训练 第四节 创业能力训练 第五节 大学生就业制度与政策 第九章 大学生就业案例分析 第一节 常见就业不良行为案例分析 第二节 就业成功案例分析 第十章 迈好职业第一步, 心态调整是关键 第一节 角色转换的心理调整 第二节 职业倦怠与职业危机的心理调整附录A 生涯人物访谈问卷附录B 职业规划书格式(仅供参考)附录C 个人简历表范例附录D 自荐信范本附录E 正气质测评参考文献

<<职业发展与素质训练教程>>

章节摘录

上篇 描绘职业蓝图 第一章 规划——职业之梦 著名管理学家彼得·杜拉克认为：“越来越多的职场人士，需要学习‘经营、管理自己’，他们要懂得将自己放在最能有所贡献的地方，并努力发挥自己的特长。

”无疑，提高生涯规划本领能让你具有更独特的眼光、远见和洞察力，能够发现问题、正视问题，并采取积极和有效的方法去解决问题，从而，不断改进和改善自己的处境。

提高规划本领能让你掌握自己的优势并超越你的竞争者。

第一节 职业规划与个人发展 对于大学新生而言，在大学中有许多需要学习和发展的内容，其中最为重要的一项是开始个人的职业规划。

斯坦福大学的首任校长乔丹曾在开学典礼这样对学生说：“生活归根到底是指向实用的，你们到此应该是为了给自己谋求一个有用的职业，这必须包含着创新、进取的愿望，良好的设计和最终使之实现的努力。

” 一、什么是职业规划 （一）概念 职业规划是指客观认知自己的能力、兴趣、个性和价值观，在对个人和内部环境因素进行分析的基础上，深入了解各种职业的需求趋势以及关键成功因素，确定自己的事业发展目标，并选择实现这一事业目标的职业或岗位，编制相应的工作、教育和培训行动计划，制定出基本措施，高效行动，灵活调整，有效提升职业发展所需的执行、决策和应变技能，使自己的事业得到顺利发展，并获取最大程度的事业成功。

（二）职业规划的个性 1.个性化 职业规划不是别人强加在自己身上的实施方案，而是个人根据自身特点，结合当前社会和企业的发展利益，依据现实条件所制订的个人化的发展方案。

通俗地说，每个人的职业规划都具有个人的独特性，只适合自己，不适合别人。

不同的性格、不同的职业价值观、不同的思维方式和行为方式、不同的环境都将决定每个人有着不同的职业生涯。

.....

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>