

<<大学生职业生涯规划与就业指导>>

图书基本信息

书名：<<大学生职业生涯规划与就业指导>>

13位ISBN编号：9787505890596

10位ISBN编号：750589059X

出版时间：2010-3

出版时间：经济科学出版社

作者：刘文娟，石朝晖 主编

页数：155

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>

## 前言

对于大学生来说，最大的挑战莫过于就业的难题。升迁、离职、下岗、创业……这些问题比以往任何时候都强烈和频繁地冲击着我们每一个人。一生中，我们的绝大部分时间是在职业生涯中度过的，职业生涯能否成功直接决定了我们的人生质量。如何在严峻的职场中立足于不败之地，稳步青云？相信这是每一个有志者最为关心的问题。

人一生忙忙碌碌，却因盲目上路，随遇而安，到头来“四顾两茫茫”？有多少人直到休或者被“炒鱿鱼”的那一天才惊觉岁月无情、不知所措？又有多少人在现在的岗位上百般不如意，苦苦挣扎？一起成长起来的伙伴，为什么有的人就能一帆风顺、飞黄腾达、赚得盆钵溢，而自己的道路竟是一波三折多坎坷？又为什么功成名就的多是小时候那些成绩平平的捣蛋鬼，而读书读得好，升学一路顺风的优秀学生，工作后的境况反而惨淡？职业生涯规划被忽略了太久，而本书可以帮助我们合理规划自己的未来，让自己在通向成功的漫漫人生途中少走弯路。

本书系统介绍了职业生涯规划的相关基础理论和详细方法，循着“为什么做——做什么——如何做——做得更好”这条线索层层推进，以清晰简洁的结构安排、通俗易懂的语言和丰富的案例，提供给广大读者高度可操作性的指导，力求帮助读者解决实际应用问题。

参加本书编写的人员都是长期工作在学生就业指导第一线的老师。在编写过程中，编者参阅了大量相关的专业书籍和资料，在此向原著作者表示衷心的感谢。

由于编者时间仓促，书中难免会有疏漏和不足之处，敬请广大读者提出宝贵的意见，以便进一步完善。

## <<大学生职业生涯规划与就业指导>>

### 内容概要

本书系统介绍了职业生涯规划的相关基础理论和详细方法，循着“为什么做——做什么——如何做——做得更好”这条线索层层推进，以清晰简洁的结构安排、通俗易懂的语言和丰富的案例，提供广大读者高度可操作性的指导，力求帮助读者解决实际应用问题。

书籍目录

第一单元 规划你的职业生涯 引入案例 第一节 职业、职业生涯与职业理想 第二节 大学生职业生涯规划 思考与实践 相关链接 趣味测试第二单元 职业生涯发展条件与机遇 引入案例 第一节 职业生涯规划与专业 第二节 职业生涯规划与自我 第三节 发展要善于把握机遇 思考与实践 相关链接 趣味测试第三单元 职业生涯发展目标与措施 引入案例 第一节 确定职业生涯发展目标 第二节 构建发展阶梯 第三节 制订发展措施 思考与实践 相关链接 趣味测试第四单元 职业生涯发展与就业、创业 引入案例 第一节 正确认识就业 第二节 做好就业准备 第三节 创业是就业的重要形式 思考与实践 相关链接 趣味测试第五单元 职业生涯规划管理与调整 引入案例 第一节 管理规划, 夯实终身发展的基础 第二节 调整规划, 适应发展条件变化 第三节 科学评价职业生涯发展 思考与实践 相关链接 趣味测试第六单元 大学毕业生就业权益保护 引入案例 第一节 大学毕业生就业权益保护 第二节 就业协议及其法律问题 第三节 劳动合同 思考与实践 相关链接 趣味测试附录 附录一 《中华人民共和国合同法》 附录二 《中华人民共和国就业促进法》

章节摘录

其内部必然逻辑地被区分为不同的层次，包括各类职业间的层次和各职业类型内部的层次这种职业的不同层次往往是由不同职业体力和脑力劳动的付出、收入水平、工作任务的轻重、社会声望以及权力地位等因素决定的。

(4) 基础性 职业是个人和社会存在与发展的基础，因为职业为人们解决了生活的经济来源，有了职业生活，才有了8小时外的自由。

(5) 广泛性 职业问题十分复杂，既涉及社会大多数成员，也涉及社会各个领域，如经济、政治、心理、教育、科学技术、伦理等，具有广泛性。

就个人而言，生活的方方面面，都会与职业世界发生联系。

(6) 时代性 职业具有时代性，它有两层含义：一是指职业随着时代的变化而变化，一部分新型职业替代一些过时的职业；二是指各社会不同时期有不同的热门职业。

我国曾出现过“当兵热”、“从政热”，再到“上大学热”、“考研热”，又发展到“下海热”、“出国热”、“外企热”等，都反映出特定时期人们对某种职业活动的热衷程度。

3. 职业的意义 职业与我们密切相关。

从你踏入社会做第一份工作起，每天你有三分之一的时间在职场度过，直至退休，约有35年时间。

以平均寿命70岁计算，工作时间占据你整个生命的一半。

可见，职业生活在人们社会生活中是居首要地位的活动，解决好职业问题对人们一生的顺利发展具有重要意义。

我们不仅通过职业来维持生活，还可以通过职业参加社会实践。

在此过程中，人们既可获得社会地位、享有各种权利、受到社会的承认和尊重，又可通过社会实践展示和激发自己的智慧和能力、实现自身价值和人生理想，进而完善自我。

所以，职业对于人生具有十分重要的意义。

(1) 职业是人们赖以生存和维持家庭生活的主要手段 职业首先是一种谋生手段，是人们为获取主要生活来源而从事的社会活动。

人在社会中生活，衣、食、住、行等都需要一定的物质条件，这些物质条件的创造和获取，要通过人们从事某种方式的社会劳动、从事某种职业来实现。

因而职业是人们获得经济收入的来源，是人们赖以生存以及维持家庭生活的主要手段。

(2) 职业是人们从事社会实践的主要手段 人的一生一般需经过少年、青年时期的学习阶段，再走向社会生活阶段。

职业是人们成长后走向社会、从事社会实践活动的主要手段。

人们通过社会实践活动，一方面满足个人的物质和精神需求；另一方面直接或间接地为他人服务，为社会服务。

所以，人的一生实际上是以职业为依托参与社会实践的一生。

(3) 职业有助于人们智慧的增长与发挥 人的一生主要精力要花在职业劳动上，人的智慧也主要用在职业劳动上，并通过职业劳动的过程使得自身的聪明才智得到增长。

各种职业有各自的特点和规律，对人的素质和能力有不同的要求。

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>