

<<大学生活与生涯规划>>

图书基本信息

书名：<<大学生活与生涯规划>>

13位ISBN编号：9787560843896

10位ISBN编号：7560843891

出版时间：2010-8

出版时间：同济大学出版社

作者：杨邦勇 编

页数：251

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>

<<大学生活与生涯规划>>

内容概要

本书从大学生的成长、成才这个独特的视角出发，针对大学生这一特定群体，紧紧围绕大学生在学习、生活中遇到的诸多问题进行详细阐述，旨在帮助大学生尽快完成角色转变，在人生新的起点上，实现新的飞跃。

本书通篇贯穿着以人为本的思想理念，注重理论性和实践性相结合，力求框架清晰、脉络明了、新颖实用、通俗易懂。

本书既可作为本科院校和高职高专院校新生入学教育的教材使用，又可作为大学生思想政治教育工作者、学生管理人员和广大教师的参考用书，还可作为大学生提升自我素养的自学用书。

<<大学生活与生涯规划>>

书籍目录

前言第一章 撩开大学神秘面纱 第一节 何为大学 第二节 大学魅力 第三节 大学功用 第四节 大学精神 第五节 大学文化第二章 适应大学角色转变 第一节 初人大学,一切都是新的 第二节 认识自我,克服新环境带来的困扰 第三节 主动适应,实现角色的顺利转变第三章 培养自主学习能力 第一节 大学学习有何特点 第二节 致力培养五种能力 第三节 应持有的六种学习态度 第四节 学习中常见的几个问题 第五节 大学学习的策略和方法第四章 创建和谐校园生活 第一节 我的宿舍我的家 第二节 共创和谐班集体 第三节 培养健康的生活方式 第四节 多姿多彩的大学生活第五章 强化安全防范意识 第一节 社会交往及人身财产安全 第二节 大学生消防安全 第三节 大学生交通安全 第四节 课外活动安全 第五节 大学生网络安全第六章 塑造优良思想品德 第一节 文明修身 第二节 学会沟通 第三节 保持感恩 第四节 诚实守信第七章 提升心理健康水平 第一节 大学生心理健康的标准 第二节 大学生常见的心理问题 第三节 影响大学生心理健康的因素 第四节 大学生心理调适的途径 第五节 培养良好的心理素质第八章 增强实践动手能力 第一节 大学生参与社会实践的意义 第二节 社会实践的途径 第三节 实践动手能力的自我培养第九章 科学设计生涯规划 第一节 生涯与生涯规划 第二节 大学生生涯规划 第三节 踏实走好每一步第十章 做好求职择业准备 第一节 大学生就业形势 第二节 大学生就业政策 第三节 树立“大众化”择业观 第四节 大学生就业准备与求职择业攻略第十一章 勇于创业、开拓未来 第一节 大学生创业的背景及意义 第二节 大学生创业政策 第三节 大学生创业必备的基本素质 第四节 创业计划书的制定与实施步骤 第五节 大学生创业的误区与防范附录参考文献后记

<<大学生活与生涯规划>>

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>