

<<职业生涯规划>>

图书基本信息

书名：<<职业生涯规划>>

13位ISBN编号：9787563920945

10位ISBN编号：7563920943

出版时间：2009-7

出版时间：北京工业大学出版社

作者：刘淑艳，梁旭光 著

页数：275

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>

## &lt;&lt;职业生涯规划&gt;&gt;

## 前言

职业生涯是人生最重要的历程，是追求自我实现的重要人生阶段。  
正确的职业生涯规划是个人未来事业成功的基础。

大学是人生新的起点和转折点，大学阶段是职业生涯发展的重要阶段，如何度过大学时光，将在很大程度上决定一个人今后的发展。

大量研究结果表明，大学生尤其是在校大学生对就业的态度主要表现为不敢面对日益严重的就业压力；对于个人职业生涯发展，则更多地表现为对前途的一片茫然。

如何帮助大学生进行职业生涯规划，如何为莘莘学子铺就一条平坦的就业大道，帮助那些处于忧虑、困惑和盲目的学生们，辅佐他们成功进行职业生涯规划并顺利就业，是我们面临的重大问题。

为此，我们在多年就业教育教学工作的基础上，组织编写了这本职业生涯规划教材。

在书中，我们针对高职学生的心理发展规律，运用名言警句、典型案例等作为引导，为大学生提供系统化、全程化、实用化和针对性强的大学生涯设计、职业规划及就业指导。

其正文、案例、小资料和实践活动内容是一个有机的整体，对于理解知识、形成正确的职业规划和就业理念有着不可替代的作用，同时，它们还有助于学生提高求职就业的实际操作能力。

本书在编写过程中，参考了一系列的相关文献和资料（已在书后列出），并借鉴了互联网上的一些信息，还直接引用不少实例作为案例，恕不一一列明，在此一并表示诚挚的谢意。

本书由刘淑艳（辽宁对外经贸学院）、梁旭光（大连工业大学）担任主编，刘明（青岛理工大学）、张琦（辽宁对外经贸学院）和郭秀丽（辽宁对外经贸学院）担任副主编。

编写人员具体分工是：第一章：梁旭光；第二章：刘淑艳、刘明；第三章：刘淑艳；第四章：刘淑艳；第五章：梁旭光；第六章：张琦；第七章：刘明、张琦；第八章：郭秀丽；第九章：张琦、刘淑艳；第十章：梁旭光、刘明。

由于时间仓促，本书肯定有许多不尽如人意的地方，敬请同行专家和广大读者多提宝贵意见。

## <<职业生涯规划>>

### 内容概要

《职业生涯规划》根据职业生涯规划的要求，针对高职学生的心理特点，结合多年就业教育教学工作实践编写。

目的是为帮助高职大学生顺利度过大学生活，成功实现职业规划并顺利实现就业。

《职业生涯规划》在内容上设置三个模块：第一模块是职业规划和职业素质训练：指导大学生树立职业意识，在了解社会需求和自我认知的基础上，初步制订出职业生涯规划，并逐步具备择业、就业所需的相关条件；第二模块是就业实施：帮助学生了解就业形势、就业市场、就业政策、职业生活中法律知识、自主创业理论与实践，掌握就业技能，毕业后就能够及时就业或自主创业；第三模块是职业适应：指导学生转变观念，适应职业需求，在职业岗位上实现人生价值。

《职业生涯规划》注重理论与实践的有机结合，具有很强的针对性和实用性，可作为高职院校就业指导课程和职业生涯规划课程的教学用书。

## &lt;&lt;职业生涯规划&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 职业基础知识第一节 职业概述一、职业的含义二、职业的功能三、职业的分类四、职业的发展趋势第二节 国家职业资格证书制度一、职业资格证书制度二、如何取得职业资格证书三、职业资格证书的作用四、职业资格证书与学历证书的关系五、常见的职业资格证书介绍第三节 专业学习与职业发展一、专业概述二、了解与专业相关的职业群复习思考题第二章 职业生涯规划概述第一节 职业生涯规划及其影响因素一、职业的内涵二、职业的发展形态三、影响职业的因素第二节 职业生涯规划的含义、原则及意义一、职业生涯规划含义二、职业规划的类型三、职业生涯规划的原则四、职业生涯规划的意义第三节 职业生涯规划基本理论一、职业生涯规划阶段理论二、职业锚理论第四节 职业生涯规划自我管理一、职业生涯规划早期的自我心理二、职业生涯规划中期的自我心理三、职业生涯规划后期的自我心理复习思考题第三章 自我认识与职业选择第一节 自我认识的重要性一、自我认识的重要性二、自我认识的原则三、自我认识的方法第二节 自我认识与职业选择一、气质与职业选择二、性格与职业选择三、兴趣与职业选择四、能力与职业选择五、职业价值与职业选择复习思考题第四章 大学生职业生涯规划第一节 大学生职业生涯规划及其意义一、大学生涯与职业规划二、什么是大学生职业生涯规划三、大学生职业规划的常见问题分析四、大学生职业规划的的意义第二节 大学生职业规划的制定与实施一、大学生职业规划的步骤二、案例分析三、大学生职业生涯规划应注意的问题四、大学生职业规划的复习思考题第五章 大学生就业能力与核心竞争力第一节 大学生就业能力一、大学生就业能力的内涵二、大学生就业能力现状第二节 大学生核心竞争力的构建一、大学生核心竞争力的内涵与特点二、大学生核心竞争力的结构三、大学生核心竞争力的要素第三节 大学生核心竞争力的培养一、影响核心竞争力形成发展的因素二、大学生核心竞争力培养的优势和误区三、大学生核心竞争力的培养复习思考题第六章 大学生就业形势、就业市场与就业政策第一节 大学毕业生的就业形势一、大学毕业生的就业形势：二、高职高专毕业生的就业现状三、高职高专毕业生应对就业难的策略四、未来几年高职高专毕业生就业趋势第二节 大学生就业市场一、大学生就业市场的概念二、大学生就业市场的形式和特点三、大学生就业市场的现状和发展趋势第三节 大学生就业政策简介一、大学生就业程序二、现行一般性大学生就业政策三、具体就业政策与规定复习思考题第七章 大学生就业权益与法律保障第一节 毕业生就业权益及其法律保护一、毕业生就业权益二、毕业生就业权益的法律保护第二节 就业协议书一、就业协议书的内容与作用二、就业协议的法律问题第三节 劳动合同一、劳动合同二、劳动合同中的法律问题三、就业协议与劳动合同的区别复习思考题第八章 大学生求职与面试第一节 就业信息的收集与处理一、就业信息的收集二、就业信息的处理第二节 自荐的方法与技巧一、自荐材料的准备二、自荐的种类与技巧第三节 面试一、面试的种类和内容二、面试前的准备三、面试的实施四、面试结束复习思考题第九章 大学生自主创业第一节 大学生自主创业概述一、大学生自主创业的背景和意义二、大学生自主创业的模式第二节 大学生自主创业的准备一、成功创业的基本要素二、大学生的创业素质三、大学生一般创业过程第三节 大学生自主创业政策与法规一、大学生自主创业的优惠政策二、大学生自主创业的法规复习思考题第十章 职业适应与发展第一节 大学生初入社会面临的主要问题一、心理上的不适应二、工作上的不适应三、人际关系上的困扰第二节 大学生适应社会的策略与技巧一、尽快适应职业需要，完成角色转变二、树立良好第一印象，尽快打开工作局面三、掌握职业技能，学会开展工作四、建立和谐的人际关系，搭好施展才能的舞台五、努力保持自我，建立起真正的核心竞争力第三节 正确对待跳槽一、导致跳槽的一般情形二、跳槽的“四个阶段三、职业再选择的技巧复习思考题参考文献

## 章节摘录

(6) 毕业半年以上未能就业并要求就业的高校毕业生, 可持学校证明到入学前户籍所在城市或县劳动保障部门办理失业登记。

劳动保障部门所属的公共职业介绍机构和街道劳动保障机构应免费为其提供就业服务。

对已进行失业登记的高校毕业生, 有条件的城市、社区可组织其参加临时性的社会工作、社会公益活动, 或到用人单位见习, 给予一定报酬。

对于因患病等原因短期无法工作并确无生活来源者, 由民政部门参照当地城市低保标准, 给予临时救助。

此项费用由地方财政列支。

(7) 鼓励中小企业和民营企业聘用高等职业学校(大专)毕业生, 对就业困难的应届高职(大专)毕业生, 由劳动保障、人事和教育部门共同实施“高职(大专)毕业生职业资格培训工程”, 对需要培训的应届高职(大专)毕业生进行职业技能培训和职业技能鉴定。

培训费由教育系统承担, 职业技能鉴定费由劳动保障部门适当减免。

(8) 2008年, 教育部等多个部委将联合采取五大新举措, 力促高校毕业生充分就业: 一是抓住《就业促进法》施行的有利时机, 加大政府统筹协调力度, 全面实施更加积极的促进毕业生就业的政策, 并狠抓落实。

二是加大投入, 进一步加强对高校毕业生的公共就业服务。

教育、人事、劳动保障等部门将组织一系列公益性的内容丰富、形式多样的招聘活动, 并对所有高校毕业生免收招聘会门票, 政府部门所属就业服务机构还将对高校毕业生免费提供政策咨询、职业指导和职业介绍等服务。

三是将广泛组织开展高校毕业生技能培训和就业见习活动, 使一大批高职学校的毕业生获得相应职业资格证书, 推动所有高校从2008年起开设就业指导必修课或必选课, 在全国组织开展创业行动, 在城市地区建立一批创业示范基地。

四是推动高校毕业生面向基层就业工作取得新进展。

2008年有关部门将组织实施“大学生志愿服务西部计划”、“三支一扶计划”、“农村教师特设岗位计划”等国家项目, 还将促进地方扩大有关项目规模, 鼓励有条件的城市尽快启动高校毕业生服务社区项目, 街道、社区聘用劳动保障协理员也将积极吸纳高校毕业生。

五是开展为家庭经济困难和就业相对困难的毕业生提供就业援助和保障工作。

高校将提供“一对一”的指导服务, 各级机关考录公务员、事业单位招聘工作人员时免收困难家庭高校毕业生的报名费和体检费, 组织离校后未就业高校毕业生参加职业资格培训和就业见习, 按照相关规定给予补贴, 对其中零就业家庭、未就业毕业生实施重点帮扶, 提供有针对性的就业服务和岗位帮助。

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>