

国家示范性高等职业院校校本教材

高职学生职业规划 与就业指导

GAOZHÍ XUESHENG ZHÍYÈ GUÍHUA
YU JIUYÈ ZHǏDAO

◆ 主 编 程大法

副主编 杨勇刚 王 瑛 王 娟

浙江科学技术出版社

国家示范性高等职业院校校本教材

高职学生职业规划 与就业指导

GAOZHÍ XUÉSHÉNG ZHÍYÈ GUÍHUA
YU JIUYÈ ZHǏDAO

◆ 主 编 程大法

副主编 杨勇刚 王 瑛 王 娟

浙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

高职学生职业规划与就业指导/程大法主编. —杭州: 浙江科学技术出版社, 2008. 8

国家示范性高等职业院校校本教材

ISBN 978-7-5341-3372-5

I. 高… II. 程… III. ①高等学校: 技术学校—毕业生—职业选择—基本知识 ②高等学校: 技术学校—毕业生—就业—基本知识 IV. G717.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 110457 号

丛 书 名 国家示范性高等职业院校校本教材
书 名 高职学生职业规划与就业指导
主 编 程大法
副 主 编 杨勇刚 王 瑛 王 娟

出版发行 浙江科学技术出版社

杭州市体育场路 347 号 邮政编码: 310006

联系电话: 0571-85152486

E-mail: cl@zkpress.com

排 版 杭州大漠照排印刷有限公司
印 刷 浙江万盛达实业有限公司
经 销 全国各地新华书店

开 本	710×1000 1/16	印张	16.25
字 数	274 000		
版 次	2008 年 8 月第 1 版 2008 年 8 月第 1 次印刷		
书 号	ISBN 978-7-5341-3372-5	定价	25.00 元

版权所有 翻印必究

(图书出现倒装、缺页等印装质量问题, 本社负责调换)

策划组稿 张祝娟
责任校对 张 宁

封面设计 金 晖
责任印务 李 静

前 言

在高等教育大众化的今天,高等职业教育的规模已经占据了我国高等教育的半壁江山。高职院校坚持“以服务为宗旨,以就业为导向,走产、学、研结合的发展道路”,致力于培养生产、服务第一线的高技能人才,其毕业生也因正确的就业定位、良好的职业素养、扎实的职业技能而深受用人单位的欢迎。近几年来,高职院校毕业生的初次就业率不断攀升,就业质量也稳步提高。高等职业教育为我国的社会经济发展作出了显著贡献。

但是,也应该看到,中国是个人口大国,21 世纪的前 20 年,正是中国劳动力人口剧增的时代,大学生就业形势在这一背景下将变得更为严峻。实现大学毕业生的充分就业,需要全社会和学校的共同努力,创造良好的大学生就业环境。就学校而言,最根本的是要根据社会经济发展的需要不断改革教育教學内容和方法,调整办学方向,创新办学模式,提高教學质量,以提高毕业生的市场适应能力和就业竞争力。同时,加强大学生的就业指导工作也是十分重要的环节。

切实做好大学生就业、创业指导,可以帮助大学生认清就业形势,找准就业定位,树立正确的择业观和就业观;可以帮助大学生根据自身的特点做好职业生涯规划,明确自己的职业发展方向和路径;可以帮助大学生掌握求职艺术,较快地找到适合自己的就业岗位;可以帮助大学生尽快地适应角色转换,尽早成为合格的职业人。职业规划和求职艺术没有一成不变的模式,许多高职院校根据自身的办学定位、办学特点和学生特点创造性地开展了形式多样、内容丰富的就业指导工作,创新了就业指导方式,丰富了就业指导内涵,取得了丰硕的成果。浙江金融职业学院作为国家示范性职业院校建设单位,探索和总结了具有较强针对性和实用性的就业指导理论并付诸实践,本书就是这一探索的结晶。它既吸收和借鉴了许多专家、学者有关就业指导的理论研究成果,又总结、提炼了学院开展就业指导工作的实践经验。

全书分为规划篇、就业篇和创业篇。规划篇分为“职业生涯规划概论”、

“自我认知——我能做什么”、“职业分析——适合自己的才是好工作”、“职业生涯规划——我的未来我做主”、“职业生涯规划的实施与范例”五章,就业篇分为“高职院校毕业生就业形势分析”、“就业程序与职业选择”、“修炼求职技巧”、“‘订单式’人才培养模式及其案例”、“走好职业生涯第一步”五章,创业篇分为“大学生创业准备”、“创业指导与实务”、“成功创业”、“创业中的法律知识与创业政策”四章。相信通过本书的学习,每位毕业生都能够运用所学的知识,进行自我设计,对自己的职业生涯有个完整的、正确的规划,同时使自己的求职技巧得到全面的提高,并结合自己的职业素质和职业技能,选择合适的职业岗位,实现自身的价值。

本书主要由浙江金融职业学院的杨勇刚、王瑛、王娟、吴慧凤等老师编写,并由曲士英、程大法统稿。在本书的编写过程中,还得到了浙江金融职业学院院长周建松、副院长姜进的指导,浙江金融职业学院相关职能部门和各系、部在就业指导工作中的理论探索和实践经验也为本书的撰写提供了翔实的素材,在此一并表示感谢!

由于编者的水平所限,本书在编写过程中肯定存在不少缺点,欢迎广大读者予以斧正。

编著者

2008年5月

>> 规 划 篇 <<

第一章 职业生涯规划概论 / 1

- 一、机遇只偏爱有准备的头脑 / 1
- 二、什么是职业生涯 / 2
- 三、职业生涯发展阶段 / 3
- 四、职业生涯规划 / 4
- 五、高职学生职业生涯规划的现状 / 7

第二章 自我认知——我能做什么 / 12

- 一、了解自己的个性特征 / 13
- 二、了解自己的人生目标 / 19
- 三、了解自己的职业价值观 / 20

第三章 职业分析——适合自己的才是好工作 / 26

- 一、职业兴趣——快乐工作的源泉 / 26
- 二、职业能力——打开职场大门的钥匙 / 32
- 三、职业环境评估 / 37

第四章 职业生涯规划——我的未来我做主 / 40

- 一、职业生涯规划的四大黄金准则 / 40
- 二、确定职业生涯目标 / 42
- 三、制订行动计划 / 47
- 四、评估与回馈 / 48

第五章 职业生涯规划的实施与范例 / 50

- 一、职业生涯规划的实施 / 50
- 二、高职学生职业生涯规划范例 / 59

>> 就 业 篇 <<

第六章 高职院校毕业生就业形势分析 / 69

- 一、我国就业基本形势 / 69
- 二、我国促进就业的主要政策措施 / 73
- 三、当前高职院校毕业生就业存在的问题 / 77
- 四、2007 年以后高职毕业生就业形势分析预测 / 82
- 五、未来毕业生就业趋势分析 / 86

第七章 就业程序与职业选择 / 90

- 一、大学生就业的途径 / 90
- 二、大学生就业程序 / 94
- 三、职业选择 / 101

第八章 修炼求职技巧 / 111

- 一、求职信 / 111
- 二、个人简历 / 117
- 三、求职礼仪 / 120

- 四、面试准备 / 125
- 五、面试问答 / 131
- 六、影响面试成败的主要因素 / 140

第九章 “订单式”人才培养模式及其案例 / 142

- 一、“订单式”人才培养模式概述 / 142
- 二、浙江金融职业学院“订单式”人才培养探索与实践 / 153
- 三、浙江金融职业学院银领学院“订单式”人才培养案例 / 161
- 四、“订单式”培养下学生的综合素质与职业技能 / 171

第十章 走好职业生涯第一步 / 175

- 一、转换角色,调整心态,尽快适应职业生活 / 175
- 二、迈好职业生涯第一步 / 190

>> 创 业 篇 <<

第十一章 大学生创业准备 / 203

- 一、创业的基本知识 / 203
- 二、创业的准备 / 206
- 三、创业意识与创业精神 / 209

第十二章 创业指导与实务 / 212

- 一、创业形势分析 / 212
- 二、创业的基本形式 / 213
- 三、创业的阶段性的 / 215
- 四、创业的基本方向 / 216
- 五、创办企业需要具备的基本条件及创业流程 / 218

六、如何撰写创业计划书 / 219

七、创业过程中常见问题及对策 / 232

第十三章 成功创业 / 236

一、成功创业的五方面 / 236

二、成功创业案例 / 238

第十四章 创业中的法律知识与创业政策 / 241

一、创业中的法律知识 / 241

二、大学生创业政策 / 247

参考文献 / 252

第一章 职业生涯规划概论

职业是人一生重要的组成部分,它决定着一个人的收入、生活水平、社会地位、个人的价值以及生活状态。一个人在事业上成功、满足与否,关键在于他是否能在所选择的工作中发展和实现自我,进而享受他所选定的生活方式。职业生涯规划在一个人的成长过程中意义重大。通过职业生涯规划的学习,学生可以清晰地认识自己,清醒地认识职业社会,进而合理地设计个人发展方向,在生活和学习中扬长避短,从思想、学识、技能、信息、心理等方面提前做好充分准备,把职业生涯的选择与个人成长相联系,为毕业后更快地适应工作打好基础。

一、机遇只偏爱有准备的头脑



案例导入

有一对兄弟,他们家住在80层楼上。有一天,他们外出旅行回家,发现大楼停电了!他们背着大包的行李,看来没有什么别的选择,于是哥哥对弟弟说:“我们就爬楼梯上去吧!”于是,他们背着两大包行李开始爬楼梯。爬到20楼的时候,他们开始累了,哥哥说:“包太重了,不如这样吧,我们把包放在这里,等来电后坐电梯来拿。”于是,他们把行李放在了20楼,顿时觉得轻松多了,他们继续向上爬。

他们有说有笑地往上爬,但是好景不长,到了40楼,两人实在累了。想到还只爬了一半路程,两人开始互相埋怨,指责对方不注意大楼的停电公告,才会落得如此下场。他们边吵边爬,就这样一路爬到了60楼。到了60楼,他们累得连吵架的力气也没有了。弟弟对哥哥说:“我们不要吵了,爬完它吧。”于是他们默默地继续爬楼,终于80楼到了!兄弟俩兴奋地来到家门口,互相望了望,忽然想起了一件事:钥匙忘在20楼,还在背包里……

有人说,这个故事其实就是很多人一生的写照。20岁之前,我们活在家

人、老师的期望之中,背负着很多压力,就好像是背着一个很重的包登山,所以走得很辛苦。20岁以后,从学校毕业出来,踏上工作岗位,开始了自己的职业生涯,自己喜欢做什么就做什么,想怎么做就怎么做,就好像是卸下了沉重的包袱。到了四十岁,发现青春已逝,又不免产生很多遗憾,于是开始抱怨、遗憾、惋惜、嫉恨……就这样在抱怨和遗憾中又过了20年。等到了60岁,发现人生所剩不多,于是告诉自己,不要再埋怨了,就珍惜剩下的日子吧。于是,默默地走完自己的最后岁月。到了生命的尽头,才想起自己好像有什么事情没有完成。原来,我们把所有的梦想都留在了20岁的青春岁月。无数事实证明,不少人事业无成,并不是缺乏知识才能,而是在于没有设计和取得最适合于自己成长与发展的职业生涯。

我们是否也要等到40年、60年之后才来追悔?是否现在就可以做些什么来避免这个遗憾呢?青春易逝,岁月无痕。大学三年说长不长、说短不短,能否把握时间、抓住机会全在于我们自己。因此,制定职业生涯规划是当务之急。记住:“机遇只偏爱有准备的头脑。”

二、什么是职业生涯

生涯,英语是“career”,“生”,即“活着”;“涯”,即“边界”。广义上理解,“生”,自然是与一个人的生命相联系;“涯”,则有边际的含义,即指人生经历、生活道路和职业、专业、事业。人的一生,包含少年、成年、老年几个阶段,成年阶段无疑是最重要的时期。这一时期之所以重要,是因为这是人们从事职业生活的时期,是追求自我、实现自我的重要人生阶段,是人生全部生活的主体。

职业生涯就是一个人的职业经历,它是指一个人一生中所有与职业相联系的行为与活动,以及相关的态度、价值观、愿望等连续性经历的过程,也是一个人一生中职业、职位的变迁及工作、理想的实现过程。职业生涯是一个动态的过程,它并不包含在职业上成功与失败或进步快与慢的含义。也就是说,不论职位高低,不论成功与否,每个工作着的人都有自己的职业生涯。

一般可以认为,我们的职业生涯开始于任职前的职业学习和培训,终止于退休。选择什么职业作为我们的工作,这对于我们每一个人来说,其重要性都是不言而喻的。

为了达到职业的稳定与适度的目标,为了取得职业的成功,不论是将要走上职业岗位的在校学生,还是各行各业的从业者,都应从现在开始,从自己一生发展的角度把握问题、处理问题;从提高素质入手,着重于强化自己在社会

上、在工作单位中的竞争能力、发展潜力,对自己的职业生涯规划做出科学的规划和合理的决策,对职业岗位做出正确的选择和调整,脚踏实地地走好自己的职业生涯道路,这对于每一个人来说都是至关重要的。

三、职业生涯发展阶段

职业生涯是一个人长期的发展过程,在不同的发展阶段,每个人有着不同的职业需求和人生追求。职业生涯发展阶段的划分是职业生涯规划研究的一个重要内容。对于具体阶段的划分,不同的专家、学者有着不同的观点,我们最常见的、也是应用最广泛的,则是萨珀的生涯发展阶段理论。

生涯发展大师萨珀(Super)集个性心理学、发展心理学、职业社会学及人格发展理论之大成,通过长期的研究,系统地提出了有关职业生涯发展的观点。1953年,他根据自己“生涯发展形态研究”的结果,将人生职业生涯发展划分为成长、探索、建立、维持和衰退五个阶段。

(一) 成长阶段(0~14岁)

成长阶段属于认知阶段。在这个阶段,孩童开始发展自我概念,学会以各种不同的方式来表达自己的需要,且经过对现实世界不断地尝试,修饰他自己的角色。这个阶段发展的任务是:发展自我形象,发展对工作世界的正确态度,并了解工作的意义。这个阶段共包括三个时期:

一是幻想期(4~10岁):它以“需要”为主要考虑因素,在这个时期幻想中的角色扮演很重要。

二是兴趣期(11~12岁):它以“喜好”为主要考虑因素,喜好是个体抱负与活动的主要决定因素。

三是能力期(13~14岁):它以“能力”为主要考虑因素,能力逐渐具有重要作用。

(二) 探索阶段(15~24岁)

探索阶段属于学习打基础的阶段。该阶段的青少年通过学校活动、社团休闲活动、打零工等机会,对自我能力及角色、职业作了一番探索,因此选择职业时有较大弹性。这个阶段发展的任务是:使职业偏好逐渐具体化、特定化,并实现职业偏好。这阶段也包括三个时期:

一是试探期(15~17岁):这一时期主要考虑需要、兴趣、能力及机会,做

暂时的决定,并在幻想、讨论、课业及工作中加以尝试。

二是过渡期(18~21岁):这一时期开始进入就业市场或进行专业训练,更重视现实,并力图实现自我观念,将一般性的选择转为特定的选择。

三是试验承诺期(22~24岁):这一时期,生涯初步确定并试验其成为长期职业生活的可能性,若不适合,则可能再经历上述各时期以确定方向。

(三) 建立阶段(25~44岁)

建立阶段属于选择、安置阶段。经过上一阶段的尝试,不合适者会谋求变迁或做其他探索,因此该阶段较能确定在整个事业生涯中属于自己的职位,并在31~40岁开始考虑如何保住该职位并固定下来。这个阶段发展的任务是统整、稳固并求上进。这个阶段又可细分成两个时期:

一是尝试期(25~30岁):这一时期,个体寻求安定,也可能因生活或工作上的若干变动而尚未感到满意。

二是稳定期(31~44岁):这一时期,个体致力于工作已经稳固,大部分人处于最具创意时期,由于经验丰富,所以往往业绩优良。

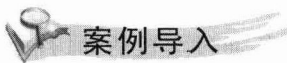
(四) 维持阶段(45~65岁)

维持阶段属于升迁和专精阶段。个体仍希望继续维持属于他的工作职位,同时会面对新的人员的挑战。这一阶段发展的任务是维持既有成就与地位。

(五) 衰退阶段(65岁以上)

衰退阶段属于退休阶段。由于生理及心理机能日渐衰退,个体不得不面对从积极参与到隐退的现实。这一阶段往往注重发展新的角色,寻求不同方式以替代和满足需求。

四、职业生涯规划



案例导入

“蚯蚓”的目标阶梯

“蚯蚓”是我从小到大的朋友。“蚯蚓”不是他的原名,由于他长得黑矮瘦弱,因而得名。

18岁分开后,我在外为生活四处漂泊,“蚯蚓”却上了大学,什么事都挺顺当。在这分开的十年里,我们几乎每隔两三年见一次面。每一次我都喜欢问他同一个问题:你将来的目标是什么?得到的答案总是不相同。下面记录的是“蚯蚓”每次谈及目标时的原话:

18岁,高中毕业典礼上:我发誓要当李嘉诚第二!我要当中国首富!

20岁,春节老同学团聚会上:我想创立自己的公司,30岁时拥有资产2000万。

23岁,在某工厂当技术员,第二职业是炒股:我正在为离开这家工厂而奋斗,因为在这里工作太没前途了。我将全力炒股,三年内用5万炒到300万元。

25岁,炒股失意而情场得意,开始准备结婚:我希望一年后能有10万元,让我风风光光地结婚。

26岁,不太风光的结婚典礼上:我想生一个胖小子,不久的将来当个车间主任就行,别的不想了。

28岁,所在的工厂效益下滑,偏偏正是妻子怀胎十月的时候:我希望这次下岗名单里千万不要有我的名字。

请思考一下,“蚯蚓”定的目标能否成为目标?这个故事对你有什么启发呢?

成功的人生需要正确的规划。实践证明,每个人对职业生涯的认知和期望在很大程度上影响着自己对工作的选择、日常的工作情绪以及工作效率。“你今天站在哪里并不重要,但是你下一步迈向哪里却很重要。”这句充满哲理意义的话让许多人若有所思。是的,要成功就要有目标,还要有能力去实现这个目标,而能力是需要学习与实践的,这就需要规划。

职业生涯规划,就是指一个人对一生的各阶段所从事的工作、职务或职业发展道路进行设计和规划,包括选择什么职业、在什么组织和地方从事这个职业、在这个职业队伍中担任什么角色、在一个人一生的发展阶段的职业变更以及为实现职业设计接受的各种教育和培训。职业生涯规划的目的不仅仅是帮助个人按照自己的资历条件找到一份合适的工作,更重要的是帮助个人客观认知自己的能力、兴趣、个性和价值观,发展完整而适当的职业自我观念,深入了解各种职业的需求趋势以及关键的成功因素,有效提升职业发展所需的应变和决策技能,设计出合理且可行的职业生涯发展方向。

职业生涯规划可以使个人在职业起步阶段成功就业,在职业发展阶段走出困惑,到达成功彼岸。对于企业来说,良好的职业生涯管理体系可以充分发挥员工的潜能,给优秀员工一个明确而具体的职业发展引导,从人力资本增值

的角度达成企业价值最大化。

1. 客观认识自我

职业生涯规划是一个过程,其最基础的工作首先是要知己,即要全面认清自我,充分了解自己的兴趣、能力特点、性格、优势与劣势以及职业价值观等,只有正确地认识自己,才能对自己的职业做出正确的选择,才能选定适合自己发展的职业生涯规划路线,才能对自己的职业生涯规划目标做出最佳选择。

正确的自我认识越来越受到各界的关注,哈佛大学的人学申请中就要求报考者必须剖析自己的优、缺点,列举个人的兴趣爱好,还要列出三项成就并作说明,从中可见自我认识的重要性。

2. 评估职业机会

每一个人都处在一定的环境之中,离开了这个环境,便无法生存与成长。只有对这些环境因素充分了解,才能做到在复杂的环境中趋利避害,使你的职业生涯规划具有实际意义。

选择最佳的职业目标和发展路线,除了要正确认识自我,还必须更多地了解各种职业机会,尤其是一些热门行业、热门职位对人才素质与能力的要求。深入地了解这些行业与职位的需求状况,结合自身特点评估外部事业机会,才能选择可以终生从事的理想职业。

对职业机会的评估切忌想当然,对不熟悉的行业和职位不切实际地向往,结果是费了九牛二虎之力进入城中,一入“围城”马上受到现实冲击,迫不及待又要出城,兜兜转转之间,年已蹉跎,空自消磨。

3. 确定职业目标和路径

职业生涯规划的核心是制定自己的职业目标和选择职业发展路径,通过前面两个步骤,对自己的优势、劣势有了清晰的判断,对外部环境和各行各业的发展趋势和人才素质要求有了客观的了解,在此基础上再制定出符合实际的短期目标、中期目标与长期目标。

职业目标的选择正确与否,直接关系到人生事业的成功与失败。据统计,在选错职业目标的人当中,有 80% 的人在事业上是失败者。正如人们所说的“女怕嫁错郎,男怕选错行”。由此可见,职业目标的选择对人生事业发展是何等重要!

职业确定后,向哪一条路线发展,此时也要做出选择,即选择是向行政管理路线发展,还是向专业技术路线发展,抑或是先走技术路线,再转向行政主管路线。由于发展路线不同,对职业发展的要求也不相同。因此,在职业生涯

规划中,须做出抉择,以便使自己的学习、工作以及各种行动措施沿着你的职业生涯路线或预定的方向前进。

4. 高效行动、终生学习

在确定了职业生涯目标后,行动便成了关键的环节。没有行动,目标就难以实现,也就更谈不上事业的成功。这里所指的行动,是指落实目标的具体措施,主要包括工作、训练、教育、轮岗等方面的措施。例如,为达到目标,在工作方面你应计划采取什么措施来提高你的工作效率;在业务素质方面,你计划学习哪些知识、掌握哪些技能,来提高你的业务能力;在潜能开发方面,你又该采取什么措施来开发你的潜能等,这些都要有具体的计划与明确的措施。而且这些计划要特别具体,以便于定时检查。

彼得·圣吉在《第五项修炼》中说,企业未来唯一持久的竞争优势是比竞争对手学习得更快和更好,个人也是一样。我们现在的时代是终生学习的时代,要取得事业上的成功,重要的是要不断更新知识、提升能力,才能保持自己的职业竞争力,逐步达到自己设定的职业目标。

5. 职业发展咨询

俗话说:“计划赶不上变化。”是的,影响职业生涯规划的因素很多,有的变化因素是可以预测的,而有的变化因素则难以预测。在此状况下,要使职业生涯规划行之有效,就须不断地对职业生涯规划进行评估与调整。其调整的内容包括:职业的重新选择、职业生涯路线的选择、人生目标的修正、实施措施与计划的变更等。

发展过程中理想与现实的脱节几乎人人都会碰上,对职业人来说,有些是致命的,有些却能走通另一条路。发生这种情况时,最不可取的态度是急于求成,消极对待当前工作;正确的做法是稳定中求发展。

当然,事在人为,再优秀、再动人的职业规划也取代不了个人的主观努力。职业规划的目的是建立目标、树立信心,职业规划只是走向成功的辅助手段,能否成功完全取决于个人的努力。

五、高职学生职业生涯规划的现状

高职学生职业生涯规划,就是高职学生根据自己的专业特色、社会的客观需要和自己未来的职业追求,在学校的指导下,对自己在校不同阶段的发展目标及其实现途径进行具体设计和全面规划,并在大学学习和生活中付诸于实践,为以后职业目标的选定和实现积累经验。

有调查表明,大学生对自己的职业生涯规划现状满意度在 30%左右,这说明,目前大学生特别是高职大学生的职业生涯规划现状不容乐观。这主要表现在以下几个方面。

(一) 职业生涯规划意识不强

职业意识在某种程度上决定着一个人职业生涯规划的主动性和积极性,相应地也就影响着规划的水平。有调查表明,75%以上的高职大学生对自己将来的发展、工作、职业生涯没有规划,20%左右的大学生规划不明确,只有5%左右的大学生有比较明确的规划。

(二) 职业生涯规划存在理想化倾向

1. 职业生涯目标的理想色彩较浓

有调查表明,75%的高职大学生表示自己两三年之内要做到部门经理;高于70%的北方非大城市的学生表示30岁之前要达到月薪4000元以上。

2. 偏重对外职业生涯的追求

很多高职院校的毕业生在求职时片面追求用人单位是否有名气、工作是否辛苦、工作时间和地点是否符合自己的意愿、工资待遇如何等,而很少有人从工作是否与自己的个性特征相吻合、公司和个人是否有较好的长远发展等方面来考虑。正确的职业选择应兼顾兴趣、爱好和未来的发展空间。但北森测评网与劳动和社会保障部劳动科学研究所、新浪网联合进行的《当代大学生第一份工作现状调查》显示,事实上仅有17.5%的人在择业的同时考虑了这两个因素。

3. 倾向于把职业生涯的成功与否归于外因

许多大学毕业生在职业生涯遇到挫折时,往往将不如意的原因归结于社会不公、家庭政治和经济地位等外在因素,求职顺利的则认为是家里有人帮助、碰巧遇到了好机会或好上司等,而很少有人从自身的知识、观念、经验、能力、心理素质等方面寻找原因。

(三) 不知道如何做职业生涯规划

目前,高职学生对职业生涯规划有以下几种态度:绝大多数高职大学生对职业生涯规划方面的知识既渴望又陌生,对自己的职业生涯规划感到茫然不知所措;大多数高职大学生都认为职业生涯规划非常重要,但是对于寻求专业机构或专业人士的帮助却表现出犹豫;有的学生学习《职业生涯规划》课程