

高职学生 职业生涯规划理论与实践

GAOZHI XUESHENG

ZHIYE SHENGYA GUIHUA

LILUN YU SHIJIAN

陈黎东 著

河南大学出版社

高职学生职业生涯规划理论与实践

陈黎东 著

河南大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

高职学生职业生涯规划理论与实践/陈黎东著. —开封:河南大学出版社,2008.9
ISBN 978-7-81091-863-3

I. 高… II. 陈… III. 高等学校:技术学校—毕业生—职业选择—教材 IV. G717.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 135975 号

责任编辑 郑华峰

封面设计 张 松

出 版 河南大学出版社

地址:河南省开封市明伦街 85 号 邮编:475001
电话:0378—2825001(营销部) 网址:www.hupress.com

排 版 郑州市今日文教印制有限公司

印 刷 河南日报报业集团彩印厂

版 次 2008 年 9 月第 1 版

印 次 2008 年 9 月第 1 次印刷

开 本 787mm×1092mm 1/16

印 张 12.25

字 数 260 千字

印 数 1—5000 册

定 价 25.00 元

(本书如有印装质量问题请与河南大学出版社营销部联系调换)

序 言

经过6月高考的洗礼，告别了父母和老师的关切，新一届的大学生走进了向往已久的大学校园。走进大学一切都是新的：新的环境、新的生活、新的目标、新的感觉、新的挑战。然而，高职学生们可曾想过，已经到来的大学生活将怎样度过，大学毕业时又将以怎样的姿态去面对社会的挑战，未来又将如何实现自己的人生价值。我们大家都知道：漂亮的衣服需要服装师精心设计，宏伟的建筑需要建筑师巧妙构思。其实，人的一生，特别是眼下的大学生生活和走向社会后的职业生涯同样需要我们去设计和构思！

所谓“职业生涯设计”也就是“人生战略设计”。战略就是对未来的发展作出的全局安排，大到一场战争的进程，小到一个企业的发展，没有较充分的战略准备是不可想象的。有位企业家曾经说过，制定正确的战略至关重要，如果战略不对，那么仅靠战术的变换是不会有太大的作用的。人的一生也是如此，没有一种规划和长远发展的战略思考，那就只能随性而为、随机而动，把自己的未来和命运建立在不可捉摸的偶然性上，每天生活在茫然而又没有目标的生活之中。

每个人都有自己的梦想，梦想组成了绚丽的人生，这是青春的一部分，也是人生的一部分。梦想的实现、事业的成功是许多人的奋斗目标，但并不是每个人都能够达到此人生境界，其原因和差别就在于能不能制订并管理好自己的人生规划。生命是极其有限的，在短暂的人生历程中我们必须尽量减少错误的选择，才能有时间作出更多的成绩，职业生涯规划正是让我们少走弯路、顺利实现人生目标的有效方法和途径。我们今天站在哪里并不重要，但是我们下一步迈向哪里却很重要；我们可以不知道今后做成什么，但必须知道我们能做什么；我们不仅要知道应该做什么，而且还要知道不该做什么。一旦确立好了人生目标，我们就必须像许三多那样，“不放弃、不抛弃”自己的人生理想和美好追求，时刻保持一颗进取之心，在人生轨迹上奋力追梦。那么，人生的成功也许就不再是一件难事而遥不可及。

有人说“人生的设计在童年”，是的，在很多发达国家，全面系统的生涯辅导和职业教育就是从幼儿园开始的，在进入高校之前已经历了生涯认识、生涯探索、生涯定

向、生涯准备和生涯安置五个阶段。一般情况下，经过上述五个阶段循序渐进的教育指导，在进入大学之前青年们已经很清楚自己要成为什么样的人，或要从事什么样的职业，以及为实现这样的人生目标需要怎样安排自己的学习生活。由于我国传统的教育体系中没有设置生涯规划与辅导的内容，大学生职业生涯指导在某种意义上就成了一项从零起步的工作。近年来，随着我国的大学教育由“精英教育”向“大众教育”的转变，大学生们过去那种“天之骄子”的从容和优越感，逐渐被严峻的就业现实带来的焦虑和压力所取代，国家对毕业生不再“统包统分”，大学生毕业后工作难求的局面已然形成。这从整个社会的发展来讲或许是一种进步，但对新一代的大学生们则无疑是一种挑战。如何度过自己短短几年的大学生活，如何面对即将步入的现实社会，如何在竞争的压力下走向成功，这是每一个莘莘学子都必须面临的共同课题。帮助大学生科学制订职业生涯规划，为他们一步步走向成功之路献计献策，这也是广大高校教育工作者义不容辞的责任和义务。

每当看到一个个原本天真烂漫、无忧无虑的大学生，在经过无数次应聘后，稚嫩的脸上写满了无奈和疲惫，作为一名高校教育工作者，心里总会泛起一丝丝酸楚和怜悯。对于那些即将毕业的大学生来说，有什么能让他们寝食难安、终日揪心？有什么能让他们如此竭尽全力地去奔走、去追求？答案只有一个，那就是如何顺利找到一份满意的工作，不辜负家人的期望及自己多年寒窗苦读所付出的艰辛。然而，并不是每个毕业生都能如愿以偿，在荆棘丛生的就业征途中，沉沙折戟是屡见不鲜的事，棘海撷英需要具备一定的技巧，需要付出极大的勇气和毅力，更需要储备社会需要的各种知识和能力，以及作好面对挑战、正视失败的心理准备。

对于新一届的大学生来说，从踏入大学校园的第一天起，就要树立良好的心态，认清就业形势、科学规划人生、刻苦历练本领，以便为将来顺利走向社会、找到理想的工作、实现人生理想打下牢固的基础。作好人生规划首先要了解自己与客观形势：一是正确认识自我，即认真客观地分析自己的兴趣特长、性格气质、能力水平等；二是正确分析形势，即先考虑自己的专业和理想的职业在社会上的需求量、竞争强度等，然后再进行决策和行动。

人生需要规划，只有规划了的人生才会闪烁出更加理性的光芒。帮助高职学生了解职业规划的有关知识，以便同学们结合个人实际设计出自我奋斗的人生轨迹，这正是我编写本书的初衷，也是我对同学们施以援手、帮困助难所能尽到的微薄之力。但愿本书能给高职学生的人生之旅带来警策与启迪，能使各位同学的大学生活和职业生涯变得丰富而精彩！

目 录

序 言	1
第一章 高职学生职业生涯规划总论	1
第一节 职业与职业理想	1
一、职业与职业的分类	1
二、职业与人生	3
三、职业理想	6
第二节 职业生涯规划	9
一、职业生涯与职业生涯规划	9
二、职业生涯规划与未来生活的关系	12
三、影响职业生涯规划的因素	14
四、高职学生职业生涯规划的原则	16
五、高职学生职业生涯规划的方法	17
六、高职学生作好职业生涯规划应注意的问题	25
第二章 高职学生职业生涯规划的步骤	27
第一节 认识自我	27
一、职业自我的结构	27
二、认识自我的方法	28
三、职业倾向探索	29
第二节 评估环境	37
一、了解国家的相关政策——职业资格证书制度与职业资格证书	37
二、了解职业的发展趋势——热门职业与将被淘汰职业	40
三、了解相关的职业信息	47
第三节 职业决策	49
一、职业决策的概念	49
二、职业生涯决策的主要理论	50

三、我国高职学生在职业决策中存在的问题·····	51
第四节 方案实施 ·····	52
一、高职学生职业生涯规划书的结构与类型·····	53
二、职业生涯规划的论证·····	55
三、职业生涯规划的实施·····	55
第五节 评价调整 ·····	57
一、职业生涯规划的评价·····	57
二、高职学生职业生涯规划的调整·····	60
第三章 高职学生职业生涯规划的准备 ·····	65
第一节 提高竞争能力 ·····	65
一、职业道德修养·····	65
二、心理素质·····	67
三、专业知识和技能·····	69
四、其他素质能力·····	71
第二节 掌握就业技巧 ·····	79
一、就业信息的搜集渠道·····	79
二、就业信息的处理·····	85
三、准备求职材料·····	86
四、掌握面试技巧·····	96
第三节 了解就业权益 ·····	101
一、高职学生所拥有的就业权益·····	101
二、高职学生就业的法律保障·····	104
三、高职学生常见求职陷阱的防范·····	110
第四章 高职学生职业生涯的适应与发展 ·····	117
第一节 完成角色转换 ·····	117
一、“大学生”与“职业人”·····	117
二、从“大学生”到“职业人”的五个转变·····	119
三、从“大学生”到“职业人”转变中容易出现的问题·····	120
四、从“大学生”到“职业人”的转换途径·····	122
第二节 适应社会职业 ·····	123
一、树立良好的第一印象·····	123
二、建立和谐的人际关系·····	126

三、积极适应社会职业	130
第三节 实现自主创业	132
一、高职学生自主创业的意义	133
二、高职学生自主创业的素质	134
三、高职学生自主创业的准备	136
第五章 就业政策与就业形势	143
第一节 我国高校毕业生就业制度的改革与实践	143
一、从“统包统分”到“双向选择”	143
二、高校毕业生就业制度改革带来的新问题	145
三、高校毕业生就业制度改革新思路	145
第二节 我国高校毕业生就业形势分析	149
一、高校毕业生数量大幅度递增与社会有限吸纳能力之间的矛盾	149
二、高校毕业生就业中的结构性失衡	150
三、灵活就业人数呈上升趋势	151
四、高校毕业生考研出国现象不断升温	151
五、就业网络化建设助推全国高校大学生就业	152
第三节 我国高校毕业生就业问题的影响因素	153
一、社会环境对我国高校毕业生就业的影响	153
二、高校教育制度对高校毕业生就业的影响	156
三、高校毕业生家庭背景对子女就业的影响	158
四、毕业生自身因素对就业的影响	159
第四节 我国高校毕业生就业面临的新机遇	160
一、经济全球化发展大趋势为大学生提供了更多新的就业机会	161
二、我国的经济发展为大学生创造了广阔的就业前景	161
三、国家就业政策的走势越来越有利于大学生就业和创业	161
四、专业技术人才的紧缺为大学生提供了广阔的就业空间	162
第五节 高职教育与高职学生就业问题	163
一、西方国家对实用技术型人才的重视与培养	163
二、社会对实用技术型人才的大量需求	166
三、高等教育边缘化的高职教育	166
四、高职学生就业率呈上升趋势	167

第六章 把握人生机遇实现人生理想	171
第一节 机遇更偏爱有准备的人	171
一、认识机遇	171
二、创造机遇	172
三、抓住机遇	174
第二节 积极的心态助你走向成功	174
一、坚定成功信念	175
二、培养成功习惯	176
三、心态决定成败	177
第三节 职业生涯从心理调适开始	180
一、高职学生进入职业生涯之前常见的心理问题	180
二、高职学生职前心理问题形成的原因	181
三、高职学生职前能力培养与心理调适	182
主要参考文献	185
后 记	186

第一章 高职学生职业生涯规划总论

一位哲人说过：“在人生旅途中，职业是幸福生活的源泉。”那么，职业这个习以为常而又扑朔迷离的词语，对高职学生意味着什么呢？高职学生应该如何选择职业、怎样通过职业生涯规划实现自己的职业理想呢？本章将交给大家通向职业成功之门的第一把钥匙。

第一节 职业与职业理想

一、职业与职业的分类

（一）职业的概念

所谓职业是指人们为维持在经济上的生计而在社会中承担某一分工角色，为实现社会联系和自我价值而发挥个性才能的一种持续性的活动方式。它是对人们的生活方式、经济状况、文化水平、行为模式、思想情操的综合反映，也是一个人的权利、义务、职责和社会地位的一般性表征。通常情况下，职业须同时具备下列特征：

（1）经济性。职业的经济性是指人们从事某项职业，必定要从中获取一定的、能维持生计的经济收入。在现代社会中，经济收入直接反映为货币，在商品社会中，货币是价值的一般代表，可以购买任何别的商品。

（2）社会性。职业的社会性是指职业是为社会所需的，是劳动者承担某一社会角色而进行的社会生产劳动。职业必须要担当某种社会角色，因为职业是因社会需要而产生的，在原始社会的自给自足状态，职业就没有存在的必要。

（3）连续性。职业的连续性是指劳动者持续地从事某一社会工作，或者从事该项工作相对稳定，也即只有在一定期间持续地从事一项工作，而且能够维持生计的社会实践活动才能被视为职业。像大学生义务劳动、勤工俭学等这种短期、临时性的工作，不能称为职业。

（4）发挥个性。能最大限度地发挥自己的个性和才能的职业是必要的，只有这样才能满足自己的职业需要，使自己能够成长，进而才能充分地扮演社会角色，从而获得

心理上的满足。

只有具备了以上四大特性的活动方式，我们才能称之为职业。

高职学生理解职业的特性是很有必要的。现代社会中多种经济形式并存，人们的职业选择充分自由，人才流动合理正常，一个人的职业生涯是丰富多彩的，人的一生可能要经历很多种职业，充当不同的社会角色，担负不同的社会分工，个人的职业生涯也会出现起降沉浮，只有理解职业的特性，树立正确的人生观、世界观和就业观，才能正确对待职业问题，进而顺利就业。

（二）职业的分类

职业是在人类长期生产活动中，随着生产力发展和社会劳动分工的出现，而逐步产生和发展起来的。职业分类则是运用一定的科学方法和手段，通过对社会全体从业人员所从事的各类经济性活动进行分析和研究，按照其活动的不同性质、对象、内容、形式、功用和结果进行的类型划分和归总的工作。可以说，职业分类是国家经济工作、劳动工作和职业教育培训工作的基础，科学的职业分类不但将使人们有效地掌握和监控国家经济结构和就业结构的变动发展，而且将为国家职业教育培训事业确定目标与方向。

新中国建立以来，国家有关部门为满足国民经济发展、社会人口普查以及劳动人事规划指导等方面的需求，根据我国国情开展了大量职业分类调查研究工作，并制定了有关职业分类的标准与政策，在职业分类领域进行了成功的尝试和有益的探索。其中，以《中华人民共和国职业分类大典》为标志，全面反映了我国现代职业分类的实践发展进程。

据统计，我国现有一万多种职业，都与国民经济的产业、行业有着十分密切联系，根据不同的分类标准，职业有多种分类方式。

2004年8月至2007年4月，国家劳动和社会保障部共发布9批96种新职业。

第一批发布的新职业：形象设计师、锁具修理工、呼叫服务员、水生哺乳动物驯养师、汽车模型工、水产养殖质量管理员、汽车加气站操作工、牛肉分级员、首饰设计制作员。

第二批发布的新职业：动画绘制员、景观设计师、宠物健康护理员、建筑模型设计制作员、会展策划师、数字视频（DV）策划制作师、模具设计师、商务策划师、客户服务管理师、家具设计师。

第三批发布的新职业：信用管理师、网络编辑员、房地产策划师、职业信息分析师、玩具设计师、黄金投资分析师、企业文化师、家用纺织品设计师、微水电利用工、智能楼宇管理师。

第四批发布的新职业：健康管理师、公共营养师、芳香保健师、宠物医师、医疗救护员、计算机软件产品检验员、水产品质量检验员、农业技术指导员、激光头制造工、小风电利用工、紧急救助员。

第五批发布的新职业：礼仪主持人、水域环境养护保洁员、室内环境治理员、霓虹灯制作员、印前制作员、集成电路测试员、花艺环境设计师、计算机乐谱制作师、网络课件设计师、数字视频合成师。

第六批发布的新职业：体育经纪人、地毯设计师、调香师、咖啡师、调查分析师、糖果工艺师、皮具设计师、陶瓷工艺师、肥料配方师、陶瓷产品设计师、安全防范设计评估师、照明设计师、木材防腐师、数控机床装调维修工。

第七批发布的新职业：可编程序控制系统设计师、轮胎翻修工、品牌管理师、医学设备管理师、农作物种子加工员、报关员、机场运行指挥员、社会文化指导员、宠物驯导师、房地产经纪人员、酿酒师、鞋类设计师。

第八批发布的新职业：会展设计师、珠宝首饰评估师、创业咨询师、手语翻译员、灾害信息员、孤残儿童护理员、城轨接触网检修工、数控程序员、合成材料测试员、室内装饰装修质量检验员。

第九批发布的新职业：衡器装配调试工、汽车玻璃维修工、工程机械修理工、安全防范系统安装维护员、助听器验配师、豆制品工艺师、化妆品配方师、纺织面料设计师、生殖健康咨询师、婚姻家庭咨询师。

我国第十一次发布的新职业（2008年第二季度），如下：

- （1）动车组司机：驾驶动车组从事铁路运输及相关作业的人员；
- （2）燃气具安装维修工：从事燃气灶具等民用燃气燃烧器具及附属设施的安装、调试、维护和修理等工作的人员；
- （3）带温带压堵漏工：运用密封专用工具和材料，在设备运行状态下进行泄漏状态检测、封堵方式确定及泄漏流体现场封堵的作业人员；
- （4）干法熄焦工：操作干法熄焦设备，利用惰性气体将高温焦炭冷却到合格温度，并通过热交换系统回收高温焦炭显热生产动力蒸汽的作业人员；
- （5）加氢精制工：利用加氢精制设备，对粗苯（或轻苯）进行加氢反应、萃取及蒸馏操作，生产高纯度苯类产品的人员；
- （6）设备点检员：对在线生产设备（系统）进行定点、定期的检查，对照标准发现设备的异常现象和隐患，分析、判断其劣化程度，提出检修方案，并对方案的实施进行全过程监控的人员；
- （7）燃气轮机运行值班员：从事燃气轮机发电机组的巡视检查、运行、维护、异常及事故处理等工作的人员；
- （8）动车组机械师：从事动车组运行检修、乘务及故障处理的人员。

二、职业与人生

职业，在人的一生中占有极其重要的位置。人们除了必须通过从事某种职业得以维持生计外，还可以通过职业参与社会实践。人们既可以在社会实践的领域内获得社会地

位、享有各种权利和义务、受到社会的承认和尊重，又可以在社会实践中贡献和激发自己的聪明才智、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。

（一）职业是人们赖以生存和维持家庭生活的主要手段

人在社会中生活，衣、食、住、行等欲望的满足需要一定的物质条件，而社会的生存和发展，也是建立在物质产品不断丰富和扩大的基础上。这些物质条件的创造和获取，要通过人们进行某种方式的社会劳动，从事某种职业来实现。因此，物质利益、物质报酬动机是各种社会形态下人们从事各种职业活动的基本动机之一。

在社会主义条件下，所有公民都必须按照按劳分配的原则，通过一定的职业来从事社会劳动从而获取物质报酬，维持自身及家庭物质生活的需要。职业是个人获得经济收入的来源，是个人赖以生存以及维持家庭生活的必要手段。获取物质报酬的多少，也必须根据按劳分配的原则，依照人们在职业劳动中付出劳动量的多少，在社会做了各种扣除之后得到自己应得的一份。人们的职业劳动在这里不但是谋生的手段，而且也是实现人们物质追求的最正当、最合理、最有效的途径。

人的物质需求与社交需求、心理需求、自我实现需求等精神性需求相比是属于低层次的需求，但它是人们须臾不可离的最基本的需要。在正常的社会生活中，没有这一低层次需求的相对满足，要实现高层次的需求是很困难的。在社会经济发展水平不高，物质需求满足程度相对较低的状况下，人们对职业的物质报酬动机往往是很强烈的。

（二）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。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。人们在社会中生活，就要以从事某种社会职业的方式参与社会实践。人的一生，实际是以职业为依托参与社会实践的一生。

人的实践活动是多种多样的，但基本上可以分为两类：一类是纯个人性的，为维持个人生命活动正常进程而进行的实践活动，如吃饭、穿衣、休息、娱乐、情感表现等，我们可以把这类实践活动称为个人生活性实践。生活性实践活动是非职业性的，基本上自我服务性的。另一类是人们彼此结成一定的社会关系，为社会和自身的生存发展，为维持、协调以及必要时调整一定的社会关系所进行的社会性实践活动，如从事各种形式的生产活动、管理活动，进行科学实验和文学艺术创作活动，服务与社会教育和卫生事业等。这类社会性实践活动主要是以从事各种形式的有酬职业性活动方式来进行的，人们通过这种职业性实践活动，一方面满足个人物质和精神需求，另一方面直接或间接地为他人服务，为社会服务。在这两类实践活动中，职业性社会实践活动是人们实践活动的主体和核心。

人们参与社会实践活动的范围、广度及深度，是受科学技术进步、社会生产力发展水平和社会生产方式所制约的。在生产力发展水平很低，以手工劳动为主的封建时代，人们职业选择的天地是非常狭小的，职业环境、条件使人们智力的发挥受到种种限制。在资本主义社会，科学技术的飞速发展、生产力的高度发达、社会分工的细化，创造了空前繁多的职业岗位，为劳动者的职业选择和智力的发挥提供了机会。然而，由于资本主义生产目的是为了最大限度地获取利润，在广泛采用先进科学技术手段用于生产的同时，也造成了劳动力的相对过剩，从而给劳动者的就业带来极大的威胁，人们不得不在激烈的就业竞争中去争取每一个可能的就业机会。

社会主义社会的发展目标，是为了在各种可能条件下最大限度地发展生产力，以满足人民日益增长的物质文化生活需要，并使人们能得到更充分、更全面的发展。这就为人们更好地投身职业社会实践提供了无限广阔的前提条件。在这种前提条件下，国家要通过发展生产和其他多项事业，努力为劳动者创造更多的就业机会，保障人民发挥聪明才智进行劳动的权利，保障劳动者获得合法的物质与精神利益的权利。就我国情况来讲，社会主义制度为劳动者就业和劳动者的个人发展创造了前所未有的良好条件，但现在我国正处在社会主义初级阶段，比较落后的经济、众多的人口以及管理上的一些弊端，又使劳动者的充分就业、自由择业和聪明才智的发挥受到一定的限制。把职业看作是人生社会实践的手段，对于广大青年树立豁达的就业观念，从人生更广阔、更深刻的角度理解职业的含义，更切合实际地投身于社会实践具有重要的指导意义。

（三）职业使大学生走上独立的生活道路

青年学的理论认为，青年成长过程中的一个显著变化就是开始出现强烈要求独立的意识，而真正的独立首先是从经济上开始的。在学生时代，因无独立的经济来源而只能依赖家长的供养；就业以后，劳动使他们有了属于自己经济收入的途径，开始走上了自食其力的生活道路，展示了青年自身的力量。一些有志青年认为，享受父辈的财富对当代青年来说并不是一种乐事，也并非是一件光彩的事情。青年人应该自立，而不能向父母伸手坐享其成，依靠赐予不是青年人应有的态度。经济上的独立使青年在生活上开始了全面的独立，他们开始自行选择适合自己发展的生活方式和社会交往方式，在成长道路上脱离了家长的主宰。同时，自主的经济为青年的恋爱、婚姻和建立家庭提供了可靠的物质基础，使他们走上独立的生活道路成为可能。

（四）职业有利于大学生走向成熟

劳动就业，使大学生告别了单纯的消费型生活而走向职业型生活。消费型生活主要是指接受性和反射性生活的行为，尤其是在校学习阶段。与此相反，职业型生活是指以外向生活行为为主的经历，它是在家庭或工作岗位上从事工作时实现的。这就是说，后

者比前者更能加速大学生的社会性成熟。在复杂的社会职业生活中，大学生们首先要学会角色认同，掌握职业岗位所要求的角色行为，处理各种问题的方法和技能，以及学会遵循各种社会行为规范。在人际交往中，他们要摸索和适应各种复杂的人际关系，学会控制自己的情绪和言行，确立自身在各个社会群体中的位置。曲折的现实生活不断地改变着青年身上原有的理想主义色彩，使他们由以前只看到生活中的花团锦簇而变为懂得社会生活中的风风雨雨，由以前的低耐受性逐步锻炼成具有一定的抗挫性以至于他们会重新认识人生，冷静地考察周围世界并理解社会的本质。这些都使大学生由稚嫩逐步走向成熟。

（五）职业有利于人们聪明才智的增长与发挥

人的一生主要精力要花在职业劳动上，人的聪明才智也主要用于职业劳动上，而人的聪明才智的增长也主要是通过职业劳动取得的。各种不同的职业、不同的劳动方式有着各自的特点和规律，对人的素质有着不同的要求。当歌手起码要有好嗓子；做运动员必须具备某一方面的运动特长；搞文艺创作应有对生活深刻的体察力和娴熟的艺术表现力；而做一名企业家，除了必然具备个人应有的思想道德素质外，还必须谙熟各种管理业务，擅长协调人际关系，有指挥、决断能力。人的各种聪明才智，主要是在适应社会各种职业劳动要求的过程中发展起来的。劳动创造了人，同时也增长了人的智慧，并为人们聪明才智的发挥提供了场所。

（六）职业是实现人生理想的阶梯

理想作为人类所特有的精神现象，它表达人们对未来美好生活的向往和追求。不管理想目标的大小远近、内容如何，都毫无例外地需要人们通过职业的方式，踏着职业的阶梯去实现。之所以如此，是因为职业活动占据了人们一生的主要时间和精力，成为人生的主要内容和体现人生社会价值之所在。正因为如此，人们在职业活动上寄予了人生的许多向往、愿望和理想。每一个愿望、理想在人们通过以职业的形式作出努力而实现后，都会给人带来精神上的满足。

三、职业理想

职业理想是指人们对未来职业的向往和追求，是建立在现实可能的基础之上，对自己未来职业生活的规划和构想。职业的理想与幻想不同，幻想是虚无缥缈的，几乎没有实现的可能性，而理想则是根植于现实，有着极大的实现可能性。因此，一定要注意区分职业理想与幻想，进行职业设计时首要的条件就是要明确自己的职业理想，分清自己到底想从事什么样的职业，对此项职业自己有没有能力把它变为现实，这些内容对职业

生涯设计是至关重要的。正确的职业理想其实就是一个在变化发展中不断完善、不断补充、随时调整的动态的目标系统，是集自我价值的实现和物质生活的满足于一体，并与国家利益、社会利益兼顾的有机体。如果大学毕业生确立了崇高的职业理想，就能够自觉地把命运、前途与整个社会的需要和发展联系起来。

根据调查，现代大学生想得最多的一是成才，二是能找到一个好工作，这两者在本质上是一致的，反映了大学生的理想趋向。目前，大学生除了专业书籍以外比较喜欢阅读的书籍集中在三类上，即外语类、计算机类、兴趣和实用类，这些都与他们的职业理想有关。老一辈无产阶级革命家陶铸曾说过，一个受物质支配的人，一定是缺乏理想、趣味低级、精神生活很空虚的人，也是生活极可悲的人。即将步入社会的大学生希望有一个舒适的生活，这本无可厚非，但仅仅从个人需要出发，沉湎于物质生活享受而缺少高尚的职业理想，就必然在工作中缺乏一种精神动力，从而降低自己的人生价值。

在现实生活中，只顾个人利益或追求个人享受的人，用人单位是不会欢迎的。无论是社会的进步还是个人的生存和发展，都要求个人对社会、对他人承担起自己的责任，这是价值取向的前提。我们对职业理想中个人利益的成分、对于合理的个人要求会给予理解和支持，但我们也必须明确这样几个问题：首先，个人利益的满足受社会客观条件的限制，在求职时切忌不顾客观实际条件的不合理的要求；其次，个人需要的满足有一个限度，理想职业的选择不能损害社会和他人的利益；再次，不能只讲条件、讲享受而不为社会和单位作贡献。同时，确立职业理想也应该着眼于长远，不能只顾眼前利益，如果对眼前利益趋之若鹜，就会与未来的成功失之交臂。

有了明确的职业理想，重要的是怎样实现职业理想。有了奋斗的目标，才会有有的放矢，才能成为指导行动的方向，职业生涯规划就是实现职业理想、通往职业成功之路的重要桥梁。可以说，离开了职业生涯规划，再美好的职业理想也只能是空想，从而失去了实现的可能。

当今中国社会对大学生就业采取“自主择业，双向选择”的政策。每位有抱负的大学生为了有效地实现自我价值，不仅需要对个人所从事的职业进行全面的规划，也需要为实现各阶段的事业目标而自觉地进行有关知识、技术与能力等方面的培养。对个人而言，职业生涯设计确定了一个人的发展方向和目标，是职业理想的具体化和可操作化，它对于个人职业理想的实现、指导个人职业行动少走弯路和保证事业的成功起着至关重要的作用。

下面这一职业生涯规划方案正说明了这一点。

阅读材料：

中学毕业之际，比尔·拉福立志经商，他的父亲是洛克菲勒集团的一名高级职员，父亲的生活影响了年少的拉福，拉福的父亲在商界摔打了多年，对商海中的事务了如指掌，深谙其中的奥妙。他发现儿子有商业天赋，机敏果断，敢于创新，但却很少经历过

磨难，没有经验，更缺乏知识。于是，拉福父子进行了一次长谈，共同制订了计划，描绘出了职业生涯的蓝图。拉福听从了父亲的劝告，开学时并没有直接去读贸易专业，而是选了工科中最普通、最基础的专业——机械制造。因为，做商贸必须具备一定的专业知识，在贸易中工业商品占据了绝大多数，如果不了解产品的性能和生产制造情况，很难保证贸易的收益。因此，具备一些工科的基本知识是经商的先决条件，况且工科学习不仅是知识、技能的培养，它还能帮助你建立一套严谨求实的思维体系，训练你的推理能力，使你有一种脚踏实地的工作态度，这些素质对经商帮助极大。比尔·拉福就这样在麻省理工学院度过了四年，他没有拘泥于本专业，还广泛接触了其他课程，学习了化工、建筑、电子等方面的基本知识，这些知识在他后来的商业活动中发挥了不可忽视的作用。

大学毕业后，比尔·拉福没有立即一头扎进商海。按照原先的设计，他开始攻读经济学的硕士学位。商业毕竟不同于工业，这是一种经济活动，有其本身的规律和特征。在市场经济条件下，一切经济活动都是通过商业活动来进行的，不了解经济规律，不学习经济学的知识，很难在商业领域内立足。于是，比尔·拉福又考进了芝加哥大学，开始了为期三年的经济学硕士课程学习。这期间，比尔·拉福掌握了经济学的基本知识，深入了解了经济规律，懂得了商业活动的社会地位作用，搞清了影响商业活动的众多因素。他还特意认真学习了有关的经济法律，明白了没有法律保障，现代商业将陷入一片混乱，他更注重学习微观经济活动的管理知识，而不是把主要精力用来研究理论经济学。因此，比尔·拉福对会计、财务管理也较为精通。这样几年下来，他在知识上完全具备了经商的素质。

令人意外的是，比尔·拉福拿到硕士学位后居然没有立即投身商海，而是考了公务员去政府部门工作，原来他的父亲，这位老谋深算的商业活动家深知经商必须有很强的交往能力，人际关系在商业活动中异常重要，要想在商业上获得成功必须深知处世规则，充分了解人的心理特征，善于与人交往，使人信任你并愿意与你合作。人是相当复杂的感情动物，有时候一言不慎就会断绝你的出路，使你失去很多机会，损失巨额利润；相反，如果能很好地利用周围的关系，你就能比别人更多一些余地。别人办不到的你能办到，别人得不到的你能得到，这种开拓人际关系的能力是任何学校都学不到的，只有在社会 and 工作中才能得到锻炼，而训练交际能力、观察人际关系的最佳去处就是政府部门，要知道官场险恶、政治阴暗，在复杂的政界生活，必须小心谨慎，有时候一不留神，就会遭人暗算。在这种环境里工作，每个人都会逐渐变得机敏、老练、处惊不变。比尔·拉福在政府部门一干就是五年，这五年中他从稚嫩的热血青年成长为一名老成持重、不动声色的公务员，比尔在环境的压迫下树立起强烈的自我保护意识，胸中筑起了很深的城府。他在后来的商业生涯中，从未上当受骗，没有人能算计到他，这全归功于他在政府的五年锻炼。此外，他通过五年的政府机关工作，结识了一大批各界人士，建立起一套关系网络，为他提供了丰富的信息和便利的条件，这对他后来的商业成功帮助极大。