



大学生 DAXUESHENG JIUYE YU CHUANGYE ZHIDAO 就业与创业指导

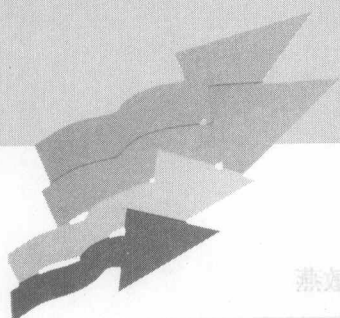
主编 汪茂湘



高等教育出版社
HIGHER EDUCATION PRESS

大学生

就业与创业指导



封面设计 吴 昊 责任编辑 熊雪芳 责任校对 薛继升

010-28281118	主 编	汪茂湘	高等教育出版社	出版发行
021-2699109	副主编	贾凌昌 郭寒宇 毛晨蕾	北京市西城区德胜门内大街4号	社 址
800-810-0298	主 审	胡剑锋	100011	邮政编码
http://www.hep.edu.cn			010-28281000	电 话
http://www.hep.com.cn			021-26992341	真 实
http://www.hepsh.com				
http://www.landrace.com	网上订购		蓝色畅想图书发行有限公司	经 销
http://www.landrace.com.cn			南京展望文化发展有限公司	排 版
http://www.widedu.com	畅想教育		上海师范大学印刷厂	印 刷
2008年1月第1版	次	版	787×1092 1/16	开 本
2008年1月第1次	次	印	12.5	张 数
17.20元	份	宝	270 000	字 数

凡购书者请向本社或各分社索取样书，如蒙惠顾，请向本社或各分社索取样书，如蒙惠顾，请向本社或各分社索取样书。

高等教育出版社

51847-00 号牌材

图书在版编目(CIP)数据

大学生就业与创业指导 / 汪茂湘主编. —北京: 高等教育出版社, 2008.1

ISBN 978-7-04-021547-2

I. 大... II. 汪... III. 大学生 - 就业 - 教材 IV. G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 191358 号

责任编辑 熊雪芳

封面设计 吴 昊

责任印制 蔡敏燕

出版发行 高等教育出版社

社 址 北京市西城区德外大街 4 号

邮政编码 100011

总 机 010-58581000

传 真 021-56965341

经 销 蓝色畅想图书发行有限公司

排版校对 南京展望文化发展有限公司

印 刷 上海师范大学印刷厂

购书热线 010-58581118

021-56969109

免费咨询 800-810-0598

网 址 <http://www.hep.edu.cn>

<http://www.hep.com.cn>

<http://www.hepsh.com>

网上订购 <http://www.landaco.com>

<http://www.landaco.com.cn>

畅想教育 <http://www.widedu.com>

开 本 787×1092 1/16

印 张 12.5

字 数 270 000

版 次 2008 年 1 月第 1 版

印 次 2008 年 1 月第 1 次

定 价 17.50 元

凡购买高等教育出版社图书, 如有缺页、倒页、脱页等质量问题, 请在所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

物料号 21547-00

前 言

就业与创业指导是帮助同学们准备就业、选择职业、获得职业,树立创业品质、认清创业资源、培养创业能力的一门综合学科。它既是教育自身的系统工程,也是整个社会的系统工程。

本书分为就业指导与创业指导两大模块。共有九个章节。第一章:自我认知与职业测评;第二章:大学生职业生涯规划;第三章:职业选择与就业心理;第四章:求职策略;第五章:职业道德;第六章:创业准备;第七章:创业实务;第八章:创业品质;第九章:创业人物。

本书可以帮助大学生在初次择业前,认识自我,培养职业选择能力,提高个人职业选择过程的成熟度,从而做出明智的就业决策。此外,本书也可以预防大学生在求职过程中可能出现的焦虑、自卑等消极的就业心理。本书在创业部分有可以立即实施的创业构思和计划,以及鼓舞人心的创业者的故事,可以为准备创业的大学生指引方向。

本书收集了许多经典的就业、创业案例,还列举了一些当前企业人力资源部常用的小测试,具有一定的实用性和趣味性。同时,本书注重系统性和创新性,努力做到理论分析和技术指导相结合。可用于大中专院校特别是高职、高专及中职院校开设就业与创业指导课程和讲座教材,也可作为从事就业、创业指导工作人员及其他人员的培训教材和自学参考书。

本书的编者大多在高校从事了多年就业与创业指导工作,有着丰富的实践经验,本书正是这些经验的成果体现。

本书由汪茂湘任主编,郭寒宇、贾凌昌、毛晨蕾任副主编。郭寒宇编写了第一、二章;余焕新编写了第三、四章;贾凌昌编写了第五章;金慧芳编写了第六章;毛晨蕾编写了第七、九章;钟志宏编写了第八章。最后由汪茂湘教授统稿,胡剑锋博士主审。此外,本书在编写过程中还得到了廖与盛、代小磊、付海华、黄忠喜、刘玉连、程培琳、毛雄辉、龚邓花、徐海鹰、祝泽庆等同志的大力支持与帮助,在此对他们表示感谢。

由于参考资料太多,对本书参考文献未列出的资料提供者,在此也一并感谢。

同时,由衷地感谢江西蓝天学院为促成本书的出版所做的大量工作。

我们编写本书的目的,旨在为同学就业与创业提供有效的指导和帮助。由于时间仓促,疏漏之处在所难免,望广大师生提出宝贵意见和建议。

编 者

2007年10月

郑重声明

高等教育出版社依法对本书享有专有出版权。任何未经许可的复制、销售行为均违反《中华人民共和国著作权法》，其行为人将承担相应的民事责任和行政责任，构成犯罪的，将被依法追究刑事责任。为了维护市场秩序，保护读者的合法权益，避免读者误用盗版书造成不良后果，我社将配合行政执法部门和司法机关对违法犯罪的单位和个人给予严厉打击。社会各界人士如发现上述侵权行为，希望及时举报，本社将奖励举报有功人员。

反盗版举报电话：(010)58581897/58581896/58581879

传 真：(010)82086060

E - mail:dd@hep.com.cn

通信地址：北京市西城区德外大街4号

高等教育出版社打击盗版办公室

邮 编：100011

购书请拨打电话：(010)58581118



目 录

第一章 自我认知与职业测评	1
一、自我认知	1
二、职业认知	10
三、职业测评——寻找自我与职业的契合	12
思考题	17
第二章 大学生职业生涯规划	18
一、认识职业生涯规划	18
二、实施大学生职业生涯规划	24
三、大学生制定职业生涯规划	34
思考题	38
第三章 职业选择与就业心理	39
一、职业选择的策略	39
二、岗位要求	44
三、大学生就业心理及自我调适	46
四、提升就业力	51
思考题	59
第四章 求职策略	60
一、求职定位	60
二、简历攻略	64
三、成功面试	70
四、综合实例	76
思考题	78
第五章 职业道德	79
一、感恩	79
二、责任	83
三、忠诚	90
四、诚信	95
思考题	99

第六章 创业准备	100
一、大学生创业的意义	100
二、大学生创业必备的知识	105
三、大学生自主创业的政策	110
四、大学生创业信息的采集与利用	114
思考题	119
第七章 创业实务	120
一、个人创业资源	120
二、创业计划书的制定	131
三、成功创业的基本技能	137
四、创业风险	144
思考题	147
第八章 创业品质	148
一、善于冒险	148
二、实干精神	153
三、坚持不懈	156
四、创新思维	160
五、团队合作	164
思考题	168
第九章 创业人物	169
一、从科学家到中国首富——施正荣	169
二、身体虽残疾志向却在蓝天——于果	175
三、美国最年轻的亿万富翁——谢尔盖·布林	179
四、西安的“中国第一快餐中介”——何咏仪	182
五、经风雨不落志——李玲玲	185
结束语	190
参考文献	191

第一章 自我认知与职业测评

古希腊德尔菲神庙的阿波罗神殿前的柱子上刻了一句名言：人啊，认识你自己。古希腊人认为，认识自己才能富有智慧，得福免祸。

一、自我认知

（一）什么是自我认知

自我认知是指个人对自己的认识和评价。自我认知体现在两个方面——自我概念和自尊：

自我概念，又叫自我认识，是指个体对自己所有特征的认识的集合。

自尊，也称作自我评价，是指个体对自我的整体评价，反映个体对自己是否满意。

自我评价对于就业而言就是大学生择业意识从“我想干什么”的幻想型，转变到“我能干什么”的现实型的过程，也就是实现择业者知、行、意统一的过程。具体包括：

- ① 个人性格和心理结构的认知；
- ② 情感模式的认知；
- ③ 个人兴趣、爱好的认知；
- ④ 能力的认知；
- ⑤ 思维模式的认知；
- ⑥ 道德认知；
-

自我认知对个体具有如下深刻的意义：

① 个体有正确的自我认知，才能对自己的职业做出正确的选择，才能选定适合自己的职业生涯路线，才能对自己的职业生涯做出最佳抉择。

② 作为一名有独立生存能力的社会人,很多高校学生呈现的却是目标模糊、迷茫失落的状态,在学习、生活中缺乏切合实际的方向,这一切,最终源于对自己的认识不够,不知道“我是谁”,不知道“我要做什么”,“我该做什么”。

③ 对于每一个大学生,特别是即将走向社会的毕业生来说,应经常反躬自问,更应清楚地了解自我,了解自己的职业价值观、兴趣、爱好、能力特长、人格特征以及弱点和不足,以便做出明智的职业选择,找到一份真正合适自己的工作。

④ 在职业发展过程中,也可通过对自己的总结、盘点,找到成功和失败的原因,从中汲取经验和教训,可以促使自己的职业生涯成功。



案例一

曾子的自我认知

曾子曰:“吾日三省吾身:为人谋而不忠乎?与朋友交而不信乎?传不习乎?”就是说曾子一天要多次反省自己:答应别人的事情是否尽心尽力去做了?与朋友交往是否遵守诺言,言而有信?对待传授的东西是否会温习?从心理学角度而言,反省自己首先就是为了认识自己,反问自己为什么谋而不忠,为什么言而无信,自己接受的知识不去温习,是否说明自己内心并不是真正在学习。这都是通向自我认知的方法。古人又云:“知人者智,自知者明”,做个“明”“智”的人,首先须从自我认知开始。



点评

这是曾子的自我认知之路。那么我们大学生每天怎样更加认知自己呢?认知自我是一个长期的过程,如果你能有耐心和细心,你会发现自己有很多以前并不太了解的才华,这个过程充满兴奋。这个自我认知的过程对于每一个人都是非常有意义和价值的,也应当是我们每一个人最乐意做的一件事情。

(二) 自我认知的尺度——自我评价

自我评价是自我认知的重要内容,需要根据各种内外条件的变化进行不断的再认识,逐步地塑造出一个真实的自我。科学的自我评价有助于个体更好的发展自己。自我评价必须遵循以下原则。

1. 适度性

自我评价应该适当,过高的评价往往使自己脱离现实,意识不到自己的条件限制,甚至自傲狂妄,由自信走向自负;过低的自我评价往往忽视自己的长处,缺乏自信,过于自卑。过高或过低的自我评价,对自己都是不公正的。

2. 全面性

即自我评价应当全面,既要看到优点和长处的一面,又要看到缺点和短处的一面;既要对某一方面的特殊素质进行具体评价,又要对其他各个方面的整体素质进行综合评价;既

要考虑全面的整体的因素,又要考虑到其中占主导地位的重点因素。反之,任何一种片面的、孤立的、不分主次的自我评价,显然都不可能全面而正确地反映自己的整体素质。

3. 客观性

即在自我评价时,尽管是自己对自己进行观察、分析和评价,也应客观事实作为基础和依据。人贵有自知之明,其可贵之处,就在于自知的不易。因为自知的过程往往受到个人主观因素的限制和干扰,所以要以客观事实为依据努力使自我评价趋于客观和真实。

4. 发展性

在进行职业规划时的自我评价,应以发展变化的眼光看待自己。自我评价不但应当对自己的现实素质做出准确、全面、客观的评价,而且应当着眼于未来的发展变化,预见性地规划自己将来的发展潜力和前景。

(三) 个性特征的认知

自我认知是以自我作为认识对象的心理活动。但职业选择除了要自我认知外,它同时又受到社会环境和择业观念的影响,因此,自我认知需处理好主客观的统一问题。自我认知首先是对自我个性心理特征的认识,同时,结合职业认知和职业测评,认清自己的职业可能性。

1. 气质的认知

气质无好坏之分,每一种气质都有积极、消极的一面。气质类型大致有以下四种:多血质、胆汁质、黏液质和抑郁质。

① 工作能力强,容易适应新环境,比较灵活的人多偏向于多血质的气质类型,体现这种气质类型比较多的职业有外交、管理、运动员、记者等;

② 黏液质的人容易养成自制、镇静、不急躁的品质,体现这种气质类型比较多的职业有医生、会计、法官等;

③ 胆汁质的人喜欢不断有新活动、新高潮出现,喜欢热闹。对他们来说,工作不断变换,环境不断转移,不会造成压力;

④ 抑郁质的人可以很好地适应胆汁质的人难以胜任的工作,体现这种气质类型比较多的工作有打字、化验、雕刻、保管员等。

择业时,要“量质”选择。

2. 性格的认知

性格是一个人在个体生活过程中所形成的,对现实较为稳固的态度以及相应的行为方式。个性影响人的行为,当然也包括人的职业行为。在择业之前,我们就该了解自己所属的个性类型及其职业适应性,实现人职的匹配。

职业心理学研究表明,性格影响着一个人对职业的适应性,一定的性格适合于从事一定的职业,同时不同的职业对人有不同的性格要求。因此,大学生在选择职业时要考虑自己的职业性格特点,从而根据自己的性格特点选择最易于适应的职业。

人的性格千差万别,或热情外向、或羞怯内向、或沉着冷静、或火爆急躁。近年来,一些教育学心理学研究人员根据我国的实际情况,将职业性格分为九种基本类型。

① 变化型：在新的和意外的活动或工作情境中感到愉快，喜欢有变化的和多样化的工作，善于转移注意力。适合的职业如：记者、推销员、演员。

② 重复型：适合连续从事同样的工作，按固定的计划或进度办事，喜欢重复的、有规律的、有标准的工种。适合的职业如：纺织工、机床工、印刷工、电影放映员。

③ 服从型：愿意配合别人或按别人指示办事，而不愿意自己独立做出决策，担负责任。适合的职业如：办公室职员、秘书、翻译。

④ 独立型：喜欢计划自己的活动和指导别人活动或对未来的事情做出决定，在独立负责的工作情境中感到愉快。适合的职业如：管理人员、律师、警察、侦察员。

⑤ 协作型：在与人协同工作时感到愉快，善于引导别人，并想得到同事们的喜欢。适合的职业如：社会工作者、咨询人员。

⑥ 劝服型：通过谈话或写作等使别人同意自己的观点，对别人的反应有较强的判断力，并善于影响别人的态度和观点。适合的职业如：辅导员、行政人员、宣传工作者、作家。

⑦ 机智型：在紧张和危险的情况下能自我控制、沉着应付，发生意外和差错时能不慌不忙地出色地完成任务。适合的职业如：驾驶员、飞行员、公安员、消防员、救生员。

⑧ 自我表现型：喜欢表现自己的爱好和个性，根据自己的感情做出选择，能通过自己的工作来表现自己的思想。适合的职业如：演员、诗人、音乐家、画家。

⑨ 严谨型：注重工作过程中各个环节、细节的精确性。愿意按一套规划和步骤工作，尽可能做得完美，倾向于严格、努力地工作以看到自己出色完成工作的效果。适合的职业如：会计、出纳员、统计员、校对员、图书档案管理员、打字员。

绝大部分职业都同时与几种性格类型特点相吻合，而一种性格也同时具有几种职业性格类型的特点。在实际的吻合过程中，应根据个人的性格与职业的要求，具体情况具体处理，不能一概而论。

（四）个体兴趣的认知

英国哲学家罗素说过：“选择职业是人生大事，因为职业决定了一个人的未来——选择职业就是选择将来的自己。”因此认识自己的兴趣对个体具有重要的职业意义。

兴趣爱好是我们每个人最好的老师。兴趣也是职业选择的重要参考因素，因为做一件自己感兴趣的事情，心理愉悦感和成就感远远高于做自己不感兴趣的事情。

1. 兴趣

兴趣是指一个人力求认识、掌握某种事物并经常参与该种活动的心理倾向，是一个人积极探索某种事物的认识倾向，是引起和维持注意的一个重要的内部因素。

（1）兴趣可分为物质的兴趣、精神的兴趣和社会的兴趣。

① 物质的兴趣与你的需要相关联，表现为对物质的迷恋和追求，例如收藏的兴趣；

② 精神的兴趣主要是指对文化、科学、艺术的迷恋和追求，例如，写作、绘画、书法、摄影、发明创造等兴趣；

③ 社会的兴趣主要是指对社会工作和组织活动的追求等。

（2）兴趣又可分为直接兴趣和间接兴趣。

① 直接兴趣就是对活动本身的兴趣。你喜欢跳舞、打球，可能是因为这些活动本身

对你有吸引力,通过这些活动你会获得愉快和满足。

② 间接兴趣就是对活动结果的兴趣。你可能感到学外语是一件很枯燥的事情,但对它仍然兴致很浓,这并不是学外语本身会给你带来轻松愉快,而是通过学外语可以继续攻读学位,可以直接了解国外最新专业信息,可以找到称心的工作,可以出国学习或交流等等,是这些结果在吸引你学习。

③ 直接兴趣和间接兴趣可以互相转化,也可以相互结合,从而更有效地调动你的积极性。

(3) 兴趣的发展一般经历有趣、乐趣和志趣三个阶段。

① 从有趣开始;

② 进而与奋斗目标相结合;

③ 发展成为志趣,表现出方向性和意志性的特点,使人坚定地追求某种职业,并为之尽心竭力。

(4) 兴趣对个体发展具有非常重要的作用。

兴趣影响人们的职业定向和职业选择。在求职中,人们常常会考虑到自己对某方面的工作是否感兴趣。兴趣对个体发展具有非常重要的作用,主要表现在以下几个方面:

兴趣可以使人的智力潜能得到充分发挥。兴趣可以开发人的能力,激发人们的探索 and 创造。一个人对某事物的求知和探索的热情,可以调动积极性,使情绪、智能、体能进入到最佳状态,最大限度地施展才华,发挥潜力,增强克服困难的意志。反之,“不喝水强按头”是不会取得好效果的。



案例二

被骂为傻瓜的天才

爱迪生,在学校里被人骂为“傻瓜”、“低能儿”而被勒令退学,但在发明的王国里却显示了才华;达尔文,在课堂上“智力平平”,而在大自然的怀抱里却显得异常聪明、敏锐,成为进化论的创始人,伟大的生物学家。



点评

人不能在所有方面都表现卓越,与其在某些领域苦苦挣扎,还不如寻找能充分发挥自己潜能的兴趣领域,坚持奋斗。

(5) 兴趣可以提高人的工作效率。

一个人对某项工作感兴趣时,枯燥的工作也会变得丰富多彩,趣味无穷。兴趣使工作不再是一种负担,而是一种享受。它可以调动你的全部精力,高度集中,从而提高效率。据研究,如果一个人对某项工作有兴趣,能发挥他全部才能的 80%—90%,并且长时间保持高效率而工作不感疲倦。而对工作没有兴趣的人,只能发挥其全部才能的 20%—30%,也容易筋疲力尽。

(6) 兴趣是事业成功的重要因素。

兴趣对人生事业的发展至关重要,所以兴趣自然是职业选择应考虑的重要因素之一。许多成功人士有着惊人的相似之处,就是对自己感兴趣的事非常执著,一旦认定,什么都不能改变,全身心投入,尽力追求。这是成功的有力保证。一个人如果选择了自己不感兴趣的职业,不仅压抑才能,还会很痛苦。所以,选择职业不要仅以工资的多少来衡量,最主要的还要看自己是否有兴趣。

2. 个体的职业兴趣



案例三

丁肇中的物理兴趣

获得诺贝尔物理学奖的华人丁肇中说过:“兴趣比天才重要。”

丁肇中,美籍华裔物理学家,对物理有着强烈的兴趣。1936年1月27日生于美国密执安州安阿伯,中学时代是在我国台湾度过的。1956年丁肇中入美国密执安大学学习,1960年获硕士学位,1962年获博士学位。1963—1964年在欧洲核研究中心工作,1964—1967年在美国哥伦比亚大学工作。1967年起任美国麻省理工学院物理系教授,1977年当选为美国科学院院士。

丁肇中主要从事高能实验物理、基本粒子物理、量子电动力学、 γ 辐射与物质的相互作用等方面的研究。他最杰出的贡献是在1974年,与里希特各自独立地发现了 J/ψ 粒子。为此,他们共同获得了1976年诺贝尔物理学奖。丁肇中正因为对物理有着浓厚的兴趣,才在这条路上取得了杰出的成就。



点评

实践证明,在影响个人职业生涯规划与发展的众多主观因素中,兴趣就像一双无形的手,所起的作用最大。

(1) 职业兴趣的定义。

职业兴趣是职业的多样性、复杂性与就业人员自身个性的多样性相对应下反映出的一种特殊的心理特点。不同的人有不同的兴趣;同一个人也有多种不同的兴趣。你对某种职业感兴趣,就会对该种职业活动表现出肯定的态度,并积极思考、探索和追求。比如,有的人喜欢操作,靠他灵巧的双手,在技能操作领域得心应手,如果你硬要把他的兴趣转移到书本的理论上来,他就会感到无用武之地。

(2) 职业兴趣的个体差异。

个体间职业兴趣的差异十分明显,因为:
一方面,社会复杂化。现代社会职业越来越分化,活动的要求和规范越来越复杂,各种职业间的差异也越来越明显,所以对个体的吸引力和要求也就迥然不同。另一方面,个体的复杂性。个体自身的生理、心理、教育、社会经济地位、环境背景不同,所乐于选择

的职业类型、所倾向于从事的活动类型和方式,也就十分不同。

(3) 职业兴趣的分类。

为便于大家根据自己的兴趣,选择合适的职业,以下介绍一下加拿大职业分类词典中各种职业兴趣类型的特点与相应的职业。

兴趣 1: 对物感兴趣。喜欢接触工具、器具或数字,而不喜欢与人打交道。

适合的职业: 制图员、修理工、裁缝、木匠、建筑工、出纳员、记账员、会计、勘测、工程技术、机器制造等。

兴趣 2: 对人感兴趣。愿与人打交道,喜欢与人交往,对销售、采访、传递信息一类的活动感兴趣。

适合的职业: 记者、推销员、营业员、服务员、教师、行政管理人员、外交联络等。

兴趣 3: 对文字符号感兴趣。喜欢常规的、有规律的活动。习惯在预先安排好的程序下工作,愿干有规律的工作。

适合的职业: 邮件分类员、办公室职员、图书馆管理员、档案整理员、打字员、统计员等。

兴趣 4: 对大自然感兴趣。愿与大自然打交道,喜欢地理地质类的活动。

适合的职业: 地质勘探人员、钻井工、矿工等。

兴趣 5: 对生、化、农感兴趣。愿从事农业、生物、化学类工作,喜欢种养、化工方面的实验性活动。

适合的职业: 农业技术员、饲养员、水文员、化验员、制药工、菜农等。

兴趣 6: 对公益事业感兴趣。愿从事社会福利类的工作,喜欢帮助别人解决困难,这类人乐于助人,他们试图改善他人的状况,帮助他人排忧解难,喜欢从事社会福利和助人工作。

适合的职业: 咨询人员、科技推广人员、教师、医生、护士等。

兴趣 7: 对管理感兴趣。愿做组织和管理工作,喜欢掌管一些事情,以发挥重要作用,希望受到众人尊敬和获得声望,愿做领导和组织工作。

适合的职业: 组织领导管理者,如行政人员、企业管理干部、学校领导和辅导员等。

兴趣 8: 对心理感兴趣。愿研究人的行为和心理,喜欢谈涉及人的主题,对人的行为举止和心理状态感兴趣。

适合的职业: 心理学、政治学、人类学、人事管理、思想政治教育研究工作以及教育、行为管理工作、社会科学工作者、作家等。

兴趣 9: 对逻辑分析感兴趣。愿从事科学技术事业,喜欢通过逻辑推理、理论分析、独立思考或实验发现和解决问题的、推理的、测试的活动,善于理论分析,喜欢独立地解决问题,也喜欢通过实验提出新发现。

适合的职业: 生物、化学、工程学、物理学、自然科学工作者、工程技术人员等。

兴趣 10: 对创新和想象感兴趣。愿从事有想象力和创造力的工作。喜欢创造新的式样和概念,大都喜欢独立的工作,对自己的学识和才能颇为自信。乐于解决抽象的问题,而且急于了解周围的世界。

适合的职业: 社会调查、经济分析、各类科学研究工作、化验、新产品开发,以及演员、画家、创作或设计人员等。

兴趣 11: 对技术操作感兴趣。愿做操作机器的技术工作,喜欢通过一定的技术来进行活动,对运用一定技术,操作各种机械,制造新产品或完成其他任务感兴趣,喜欢使用工具特别是大型的、马力强的先进机器,喜欢具体的东西。

适合的职业: 飞行员、驾驶员、机械制造等。

兴趣 12: 对具体的工作任务感兴趣。愿从事具体的工作,喜欢制作看得见、摸得着的产品并从中得到乐趣,希望很快看到自己的劳动成果,并从完成的产品中得到满足。

适合的职业: 室内装饰、园林、美容、理发、手工制作、机械维修、厨师等。

根据这种分类,一种兴趣类型可以对应许多种职业,而每一种职业往往又都同时具有其中几种类型的特点,假如你要成为一名护士,那你就应有愿与人打交道(兴趣 2)、愿热心助人(兴趣 6)、愿做具体工作(兴趣 12)这三个兴趣类型的特点;如果你对其中的某一方面缺乏兴趣,那就应努力培养和发展这方面的兴趣,以适应护士职业的要求,否则,还是选择更适合你兴趣类型的职业为好。兴趣可以增强人的职业适应性。广泛的兴趣会使人善于应付多变的环境和工作性质。



案例四

李纳斯与 Linux 的成长之路

李纳斯昔日曾是个“长相丑陋”的校园小子,地地道道的无名之辈,突然间向由比尔·盖茨统辖的微软帝国发起挑战。由其发明的自由软件 Linux 操作系统一夜之间吸引了全世界的目光,成为能与微软 Windows NT 抗衡的第二大操作系统。李纳斯的软件系统使比尔·盖茨如坐针毡,寝食难安。

李纳斯曾经是“丑小鸭”,他自称“我是个长相丑陋的孩子”。上学时,李纳斯是个社交能力差得一塌糊涂的书呆子,是个被人取笑的对象。1981 年李纳斯 11 岁时,他外公抱回一台 VIC-20 计算机,从此他被之迷住了。十年后,李纳斯又做出一个重大决定,由于囊中羞涩,他以部分付账、分期交余款的方式,搬回了一台只有 DOS 操作系统的电脑。在此电脑上,他开始自己制作终端仿真系统程序的研制。他很投入地工作,他的日常作息程序是:编程→睡觉→编程→吃饭(饼干)→编程→睡觉→编程→洗澡(冲冲了事)→编程。这样的生活对平常人来说是最枯燥乏味的了,但李纳斯认为编程是世上最有趣的事情。人最大的弱点就是寻求安逸和为世俗的欲望所左右,能不为这些所动并在枯燥的工作中以苦为乐,这大概就是天才与平常人的差别。李纳斯在电脑操作领域苦中作乐,畅快地遨游,与其说是为了事业,毋宁说是一种求索的乐趣。天才就这样产生了。

权威机构推测, Linux 将以每年 23% 的速度快速增长,前途远大,不可限量。让人意料不到的是,李纳斯表示他不会去搞实业赚大钱,他觉得自己更需要一种新的挑战。



点评

挑战比金钱更重要。只有不断进行创新、开拓,探索自己的兴趣所在,个体才能够达

到他最终的追求目标。

(五) 个体价值观的认知

价值观是指个人对客观事物(包括人、物、事)及对自己的行为结果的意义、作用、效果和重要性的总体评价,是推动并指引一个人采取决定和行动的原则、标准,是个性心理结构的核心因素之一。价值观是个体判断价值大小的行为标准和好恶标准。价值观对人们自身行为的定向和调节起着非常重要的作用。价值观决定人的自我认识,它直接影响和决定一个人的理想、信念、生活目标和追求方向的性质。一个人价值观的稳定决定个体性格的稳定和行为方式的一致性,价值观的成熟则对个体成功有重要意义,价值观的取向也决定了个体生活方式和职业领域的选择。

1. 价值观的作用

价值观在个人的行为和观念等方面发挥重要的作用,大致体现在以下两个方面:

(1) 价值观对动机有导向的作用。

人们行为的动机受价值观的支配和制约,价值观对动机模式有重要影响,在同样的客观条件下,具有不同价值观的人,其动机模式不同,产生的行为也不相同,动机的目的方向受价值观的支配,只有那些经过价值判断被认为是可取的,才能转换为行为的动机,并以此为目标引导人们的行为。

(2) 价值观反映人们的认知和需求状况。

价值观是人们对客观世界及行为结果的评价和看法,因而,它从某个方面反映了人们的人生观和价值观,反映了人的主观认知世界。

2. 价值观的测试

职业价值观是一个人对各种职业价值的基本认识和基本态度。有的人乐于从政,有的人乐于经商,有的人乐于做学问。无论做什么,能让自己工作起来如鱼得水,乐在其中,为社会尽一定的责任,实现自身价值最为重要。



小测试

请在表1-1中的方格打“√”,做完练习后在“很重要”一栏中圈出三个你打算在职业搜寻中应时刻牢记的价值取向。

表1-1 价值取向的测试

价 值 观	很 重 要	有 些 重 要	不 重 要
帮助他人			
赚 钱			
户外的活动			
有一个稳定的工作			

价 值 观	很 重 要	有 些 重 要	不 重 要
获得尊重			
保持我的生活方式			
学习的机会			
工作时间有规律			
发挥我的创造潜能			
体验职业生涯的完成			
和我喜欢的人工作			
做技术性的工作			
展示领导能力			
把个人生活放在工作之上			
生活在我想要居住的地方			

你的三个“最重要的”价值取向是：

- (1) _____
- (2) _____
- (3) _____

二、职业认知

(一) 职业的定义

职业一般是指人们在社会生活中所从事的以获得物质和精神报酬为目的、在社会分工中具有专门技能的工作。职业既能满足自己的物质需求,同时也满足个体的精神需求。职业不仅是谋生的手段,也是个人存在的意义和价值的证明。职业的特征:

1. 经济特征

人们从事特定的职业,必然从职业劳动中获得经济报酬,以满足自身生存和发展的需要。

2. 社会特征

职业本身就是社会发展的产物,每一种职业都体现了社会分工的细化。

3. 技术特征

任何一个职业岗位,都有相应的职责要求,而要完成职业岗位的职责要求,必须具有