



21世纪

高等职业教育精品课示范性规划教材

大学生职业生涯规划 与就业指导

daxuesheng zhiye shengya guihua yu jiuye zhidao

◆ 主 编 杨一波

◆ 副主编 吴华宇

◆ 主 审 吴其萃

泉州华光摄影艺术职业学院 组编



北京理工大学出版社

BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

21 世纪高等职业教育精品课示范性规划教材

大学生职业生涯规划 与就业指导

主 编 杨一波

副主编 吴华宇

主 审 吴其萃

泉州华光摄影艺术职业学院 组编

 北京理工大学出版社

BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

内 容 简 介

随着高等教育招生规模的扩大,带来了高校毕业生就业形势的新变化,对大学生的就业教育愈显迫切与必要。

本书根据目前高等职业学校在人才培养方面的需要,介绍了职业生涯规划的基础知识、职业生涯的自我管理与策略,通过对求职面试技巧、就业途径及就业相关法律法规的讲解,试图把培养学生职业意识、职业能力以及求职技巧的教育贯穿于大学学习的全过程。

本书适合于各高等院校师生、职业指导人员、社会求职人员学习和参考。

版权专有 侵权必究

图书在版编目 (CIP) 数据

大学生职业生涯规划与就业指导 / 杨一波主编. —北京: 北京理工大学出版社, 2009. 8

ISBN 978 - 7 - 5640 - 2782 - 7

I. 大… II. 杨… III. 大学生 - 职业选择 - 高等学校 - 教材
IV. G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 150540 号

出版发行 / 北京理工大学出版社

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010)68914775(办公室) 68944990(批销中心) 68911084(读者服务部)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 三河市南阳印刷有限公司

开 本 / 710 毫米 × 1000 毫米 1/16

印 张 / 13.5

字 数 / 258 千字

版 次 / 2009 年 8 月第 1 版 2009 年 8 月第 1 次印刷

印 数 / 1 ~ 4000 册

定 价 / 25.00 元

责任校对 / 陈玉梅

责任印制 / 边心超

图书出现印装质量问题, 本社负责调换

出版说明

科技的全面创新和现代社会的迅猛发展，反映了科学理论对新技术的指导作用以及科技对现代社会发展的推动作用。面临着这个难得的机遇和挑战，我国高等教育正进一步深化改革，进行教育理念和教学模式的转变，充分发掘学生的综合能力，构建现代教学模式，并扎实推动基础教育的改革方向。

为顺应我国教育改革方向，服务国家战略全局，本套书以提高毕业生综合素质、提高就业率为出发点，结合当今企事业单位对高校毕业生的要求，强调高校学生综合素质的全面提升；并强调以服务为宗旨，努力提升服务社会的能力和水平，实现了优质教育资源的跨区域共享。

图书定位：

本套教材在内容设置上不断拓展思路，推陈出新。作者依据科学的调研数据及准确的数据分析，编写出全面提升当今大学生综合素质的教材内容；强调在能力培养上突出创新性与实践性，注重学生的自主性及学生发展的全面性。这既是高素质人才培养规律的要求，也是突破教学资源瓶颈的有效举措。

图书特色：

- 以就业为导向，培养学生的实际应用能力。
- 以人才培养为中心，围绕学生的全面发展制订内容。
- 以内容为核心，注重形式的灵活性，以便学生易于接受。
- 以提高学生综合素质为基础，注重对学生理论知识体系的构建。

读者定位:

本系列教材主要面向全国高等学校在校教师以及学生。

丛书特色:

- 层次性强。各教材的编写严格按照由浅及深、循序渐进的原则，突出重点、难点，以提高学生的学习效率。
- 实用性强。丛书有较强的指导性，使学生对知识有较准确的把握。
- 先进性强。丛书引进国内外先进的教学理念，使学生在对基础知识有明确了解的同时，提高自主创新能力。

北京理工大学出版社

修 订 序

做一个世界的发光体

这个世界的人可以分为两类，一类是“反光体”，另一类则是“发光体”。那些“反光体”必须靠外在的光源照耀来证明自己很亮！他们也许用名牌的服装，用昂贵的奔驰、宝马，天马行空的头衔来证明自己。其实，这些“反光体”除去附件之后，便什么都没有。

然而，我们生存的这个世界需要的是更多的“发光体”，就是那些能够点亮自己，同时又照亮别人的人！

写这书起源于一个很单纯的想法——传递正面积极的能量和方法，因为我们生活的这个世界需要更多的信任、希望和爱。我相信，一定也有与我有同样想法的朋友，而且为数还不少。所以，当你看到一些好的资讯时，别忘了分享给你的好朋友、分享给更多的人，让这个世界充满更多正面积极的能量！

诗人席慕容曾说过：“人生原是一场难分悲喜的演出，而当灯光照过来时，我就必须要唱出那最艰难的一幕，请你屏息静听，然后再热烈地为我喝彩。”

这样的人也许是一个献身祖国边区教育的小学老师；也许是一个热心公益的社会工作者；也许是一对默默地收养弃婴的老夫妇；也许会是你身边最亲近、但你也也许没有留意过的人；也许就是为我们一直都默默付出的双亲！

最后，我与大家分享一个我一直很喜欢的故事：

一天黄昏，在澳洲的海滩，有位老先生拄着拐杖散步，遇到一位小女孩。他看到小女孩不断地捡起沙滩上的东西往海里扔，不禁好奇地问道：“小妹妹，你在打水漂吗？”

小女孩说：“不是，我看到海滩上有好多海星，明天一早太阳出来，它们都会被晒死，我觉得那样太可怜，所以把它们送回海里去。”

这位老人早已看尽人生百态，不禁莞尔。他说：“小妹妹，你别傻了，这条海岸有多长、海星有多少，凭你一个人，怎么可能救活所有的海星呢？”

小女孩又默默地捡起一只海星，把它丢向海中，然后说：“老公公，我知道我不可能救活所有的海星，但是，我知道当我捡起这一只海星、丢进海里的时候，我已经改变了它的命运。”

如何让这个世界充满更多的信任、希望和爱呢？

我相信，这个力量就是你我之间的行动！

Action is power!

我知道，人生的每一天都要保持着对生活的热情！让我们都来做一个世界的“发光体”吧！

在我写书的过程中，得到了师长和朋友们的支持、信任与鼓励，其中有些人为此做出了决定性的贡献。忠心地感谢所有的朋友，是你们给我不断支持、信任与鼓励，让我能够不断地探索到更成功、快乐的人生！

此刻，我不会忘记我的母亲，多年以来她一直默默地付出、默默地关怀着我。是她的思想引发了我的行动；是她用博大的母爱让我深深地懂得了生命的尊贵；衷心感谢您用心的教诲——我敬爱的母亲！

在此，我衷心祝福所有的朋友、老师、长辈和阅读本书的读者，发挥你生命的最佳影响力，达成使命，创造生命的最佳表现！

再次感谢所有为本书出版付出辛勤劳动的工作人员！



前言

尽管还身在看似与世无争的象牙塔，实际上今天国内职场竞争的程度早已到达大多数人都已或多或少地体会到了的白热化。虽然高速发展的经济社会带来了许多的工作机会，但随着近几年教育改革高校扩招政策的大力推行，大量持高等学历和资格证书的“职场菜鸟”涌进各人力市场、高级人才招聘会，企望能如愿以偿成为梦想中的“衣着光鲜、生活优质”的城市白领，与此同时，还有许多具有丰富工作经验但不满足于现状的职场中人也在随时瞄准各种就业机会。

中国加入 WTO 后，国内企业面临着国外同行在管理经验、技术水平、工作效率上的竞争。人力成本渐渐成为中国企业经营的重要部分——许多曾以“人多力量大”打天下却不重视人员质量的企业，如今在人员管理观念上有了很大转变。比如在人员招聘时，他们安排了递交简历、笔试、面试等多项环节，派出了人力资源经理、部门经理、分管副总参与招聘工作，甚至有时总经理都会参与到其中的某一环节，可见企业对于人员招聘的重视程度绝不亚于任何一场商业谈判。

就像某种因果关系一样，我们学习的目的是为了更好的奉献力量给社会。怎样奉献呢？大部分人是通过职业来实现的。而职业对我们大部分人来说，不仅仅是奉献，首先要满足我们作为人的生存需求，进而还有精神上的愉悦感。当今社会，是一个充满着激烈的挑战与竞争的时代，现代人大部分时间是在社会组织中度过的。职业生涯是一个人投入时间、精力最多的人生组成部分。人生发展中的物质需求和精神需求在逐步提高，这些需求通过社会活动且主要是通过职业生涯才能得以充分满足。职业生涯与人的全面发展有着密不可分的关系。人的全面发展必须建立在职业生涯发展基础之上，职业生涯是人的全面发展的重要手段，人的全面发展是成功的职业生涯的最终目的。

作为即将踏入职场的现代大学毕业生，了解和掌握好职业生涯规划的理论与方法、求职面试技巧、培养良好的职业素质、如何做一个成功的职场人士等内容，将更有助于开发人的潜能、充分发挥人的才能、更好的规划自己成功的未来以及为祖国和社会做出更大贡献。

全书由杨一波主编，吴华宇副主编、吴其萃主审，本书只是笔者在探索就业课程教学过程中的阶段性成果，在编写过程中，参考了许多国内外的有关著作，

力求精益求精。但由于作者水平有限，难免有疏漏之处，书中不当之处、恳请各专家、学者和广大读者批评指正，以便再版时进行改进。

A stylized handwritten signature in black ink, likely belonging to the author, located in the upper right quadrant of the page.

目 录

第一章 职业生涯知识入门	(1)
一、职业生涯的选择	(1)
1. 职业与职业生涯	(1)
2. 人生需求与职业选择	(3)
3. 人生价值与职业选择	(4)
4. 全面认识你自己	(5)
二、人的兴趣与职业选择	(6)
1. 兴趣是求职的最好老师	(6)
2. 兴趣与职业选择的关系	(7)
3. 不同兴趣类型的职业	(8)
4. 职业兴趣的测量方法	(9)
三、人生的发展与职业选择	(18)
1. 职业的规划与人的全面发展	(18)
2. 职业理想与职业选择	(19)
3. 影响职业选择的因素	(20)
4. 职业选择的基本原则	(23)
第二章 职业生涯自我认知	(25)
一、人的气质与职业选择	(25)
1. 人的气质与职业的重要关系	(25)
2. 不同血型气质的长处和短处	(26)
3. 血型气质与职业导向	(30)
4. 气质类型与职业的关系	(31)
5. 气质的自我测定	(31)
二、人的性格与职业选择	(35)
1. 人的性格及特征	(35)
2. 人的性格与职业的关系	(35)
3. 性格自测及评定	(36)
4. 性格与职业组合搭配	(40)
5. 根据自身性格选择与规划职业	(41)

第三章 职业生涯自我管理策略	(50)
一、自我管理	(50)
1. 全面认识你自己	(50)
2. 学习生涯的规划	(52)
3. 学会时间管理	(53)
二、职业生涯的步骤与策略	(56)
1. 职业生涯发展的阶段	(56)
2. 职业选择的策略	(57)
3. 职业适应与发展的策略	(58)
4. 职业认定与未来选择的策略	(59)
5. 职业决策的基本过程	(61)
6. 职业生涯规划的程序	(64)
第四章 求职面试技巧	(73)
一、求职信	(73)
二、个人简历	(73)
1. 简历制作的基本要素	(73)
2. 简历的制作标准	(74)
3. 如何制作一份富有创意的简历	(75)
4. 制作简历过程中有哪些注意事项	(80)
三、面试/笔试准备	(81)
1. 知己知彼，百战不殆	(81)
2. 练好基本功	(82)
3. 面试过程中的注意事项	(82)
四、面试/笔试应答	(83)
1. 面试妙答	(83)
2. 做好笔试前的准备	(89)
五、面试结束后	(90)
六、就业方式	(91)
七、自主创业	(93)
八、提高学历层次	(94)
九、志愿服务西部	(96)
十、“三支一扶”服务基层	(97)
十一、选聘村官，投身农村	(98)
十二、出国留学	(99)

十三、参军入伍	(99)
十四、选调生	(100)
第五章 职业素质	(103)
一、职业素质	(103)
1. 什么叫职业素质	(103)
2. 如何了解自己的职业素质	(103)
二、如何培养自己良好的职业素质	(103)
1. 具备销售的十大能力	(103)
2. 学会进行魅力商务演说	(106)
3. 具备团队协作能力	(108)
三、商务礼仪	(110)
1. 礼仪与商务礼仪	(110)
2. 现代商务礼仪的基本特征	(110)
3. 使用现代商务礼仪的三大目的	(111)
4. 运用现代商务礼仪的原则	(112)
四、职业形象设计	(113)
1. 商务着装	(113)
2. 饰物佩戴规范	(122)
3. 商务仪容	(123)
五、言行礼仪	(130)
1. 站姿	(130)
2. 坐姿	(132)
3. 行走的姿势	(133)
4. 其他身体姿势	(135)
第六章 学会做个成功的自己	(138)
一、什么是真正的成功	(138)
1. 健康	(138)
2. 经济自由	(138)
3. 人际关系	(138)
4. 心灵的宁静	(138)
5. 自我实现	(139)
二、走向成功的三个必要因素	(139)
1. 目标	(139)

2. 常识	(139)
3. 信心	(139)
三、引导你一步步走向成功之路	(141)
1. 要有梦想	(141)
2. 审视你所写的, 预期希望实现的时限	(142)
3. 选出在这一年里对你最重要的四个目标	(142)
4. 核对你所列的四个目标, 是否与形成结果的五大规则相符	(142)
5. 列出你已经拥有的各种重要的资源	(142)
6. 当你做完这一切, 请你回顾过去, 你所列的资源有哪些曾经 运用得很纯熟	(142)
7. 当你做完前面的步骤后, 请写下要实现目标本身 所应具有的条件	(142)
8. 写下你不能马上实现目标的原因	(142)
9. 现在请你针对自己那四个重要目标, 订出实现它们的每个步骤 ...	(143)
10. 为自己找一些值得效法的模范	(143)
四、与成功相关的其他几大因素	(143)
1. 习惯是一种巨大的力量	(143)
2. 好好利用自己的时间银行	(144)
3. 建立和扩大良好的人际关系	(145)
4. 从生理上提高气质与 EQ 素质	(146)
第七章 就业法律	(150)
A 最新中华人民共和国劳动法	(150)
B 中华人民共和国就业促进法	(163)
C 就业服务与就业管理规定	(171)
D 中华人民共和国公务员法	(182)
E 中华人民共和国劳动争议调解仲裁法	(196)
参考文献	(203)

第一章 >

职业生涯规划知识入门

一、职业生涯规划的选择

1. 职业与职业生涯

谈起“职业”，相信同学们并不会感到陌生，我们周围的许多人们都在从事着农民、教师、商人、医生等特定职业。我们毕业后走出校门，也要开始自己的职业生涯。以一般人一生的人生轨迹为例，0~5岁为懵懂阶段，6~24岁为求学阶段，25~60岁为工作阶段，60岁之后退休享受剩余人生直至80岁离开人世。那么，这个人一生当中有35个年头是在工作，也就是说，我们把一生中最宝贵的时光、最珍贵的年华都献给了职业。所以，即将毕业的大学生要了解职业，认识职业，职业是伴随人一生的重要课题。可以说，对职业与职业生涯规划的正确理解是制定职业生涯规划的必要条件。

职业作为一种社会现象，是社会分工的产物。人类要生存，社会要发展，首先要解决衣食住行的问题，需要有人从事各种社会劳动，有的做工；有的务农；有的经商；有的从医；还有的执教，等，于是就形成了不同的职业。

那么什么叫作“职业”呢？从词义的角度看，“职业”一词由“职”和“业”构成，“职”是指职位、职责，“业”是指行业、事业。“职业”一词包括三层意思：一是有工作，即有事可做，有事可为；二是有收入，即获得工资或其他形式的经济报酬；三是有时间上的连续性。

职业是指人们为了谋生和发展而从事的相对稳定的、有收入的、专门业务的社会劳动。这种社会劳动是对人们的社会方式、经济状况、文化水平、行为模式、思想情操等方面的综合反映，也是一个人的权利、义务、职责的具体体现。

对职业的概念有一个正确的认识是正确制定职业生涯规划的基础条件。职业是参与社会分工，利用专门知识和技能，为社会创造物质财富和精神财富，获取合理报酬，作为物质生活来源，并满足精神需求的工作。

我们可以理解职业定义中所包含的四种关系：

其一是个人与社会的关系。从事了某种职业就意味着你参与了社会分工。而对不同需求职业分工，是体现了个人与社会的关系，也是职业结构的关系。

其二是知识技能与创造的关系。人们利用专门的知识技能创造物质财富和精神财富，由此引入职业化的概念。

其三是创造财富和获得报酬的关系。只有你为社会创造了物质财富和精神财富，才有资格获得报酬，而且是获得合理报酬。

其四是工作和生活的关系。人们通过工作获得合理报酬，满足其物质生活和精神生活的需求。

职业是人类社会发展到一定阶段，出现了社会分工后的产物。在社会需求的推动下，新的职业不断产生；而社会不再需求时，过时的职业就会消亡。可以说，职业是随科学技术和经济的发展而变化。随着现代科学技术的运用，职业分化越来越细，越来越多。在知识经济条件下，有关知识、信息、科学技术含量高的现代职业也将迅速发展，同时，现代职业对从业者的任职要求也越来越高。为此，大学生要认清形势，善于把握知识经济时代的就业机会。鉴于此，职业产生和消亡的客观规律要求我们在选择职业类型时不仅要考虑个人职业发展意愿，更要考虑时代前进的步伐所引起的社会需求趋势的变化。

职业对人生具有重要意义，它影响着人们的生活质量、收益、发展前途及社会地位，并影响家庭生活。

那么什么是职业生涯呢？我们先来谈谈“什么是生涯”这个话题。生涯的英文“CAREER”，意思人生的发展道路。生涯发展大师萨帕（SUPER）认为，所谓的生涯是指一个人在一生中所扮演的角色的综合及结果，这些角色包括子女、学生、休闲者、公民、工作者、配偶、家管人员、父母、退休者九项。而这九个角色主要在：家庭、小区、学校及工作场所这四个场所中扮演。简单地说，生涯不仅仅是一份职业或工作，也是决定人们怎样生活的贯穿一生的过程。

从个人的角度来说，职业是指个人在生涯中扮演的一系列工作角色。职业生涯，简单地说，是个人职业的发展道路，包括就业的形态、工作的经历以及职业相关活动等，指一个人从学习开始到职业劳动最后结束的经历的过程。

职业生涯是现在比较流行的一个概念，它的流行源于当前越来越宽松的工作环境以及教育的普及。越来越少的限制给人们提供了自由选择的空间，而这种自由就让许多人产生了迷惑——到底哪种选择是最合适的呢？许多人在工作过程中逐渐产生了这样的困惑：感觉目前所从事的工作并不是自己所喜爱的，而什么样的工作才是真正适合自己的呢？也并不清楚。在茫然中，不自觉地开始以消极的态度对待工作。等到有一天忽然明白了自己应该做什么，又觉得时间已经蹉跎了太久。因此，人力资源专家建议大家要学会设计自己的职业人生。

关于对“职业生涯”的含义，目前世界上有许多说法：美国学者罗斯威尔将职业生涯界定为人的一生中与工作相关的活动、行为、态度、价值观、愿望的有机整体。学者施恩则将职业生涯分为内职业生涯和外职业生涯。外职业生涯是

指经历一种职业的过程,包括招聘、培训、晋升、解雇、退休等各个阶段。内职业生涯更多地注重于所取得的成功或满足主观感情以及工作事务与家庭义务、个人消闲等其他需求的平衡,也就是内心的自我实现感。

中国学者将职业生涯分为广义和狭义两种。广义的职业生涯是指从职业能力的获得、职业兴趣的培养、选择职业、就职,直到最后完全退出职业劳动这样一个完整的职业发展过程,其上限从0岁人生起点开始。狭义的职业生涯则是指从职业学习开始,踏入社会、从事工作直到职业劳动的最后结束、离开工作岗位为止的这段人生职业工作历程。

从以上种种定义,我们可以看出虽然定义的角度或方式不同,但其中都包含这样几个元素:第一,这是一个个体的行为经历,与组织或群体关系较小,它随主体的不同有很大的变化;第二,这个生涯是以职业为核心的,是一个人一生之中的工作任职经历;第三,这是一个发展的过程,这个过程随着时间的延续而改变。当今世界,很少有人能够终身从事某一职业,每个人都是在工作的过程中慢慢寻找最适合自己的职业,即使在同一职业中,个人的职位也在不断发展和变化着。

职业生涯的过程有两种形式:一是职务的升迁,是在同一职业甚至同一单位中,一个人职位的不断晋升;另一种是职业的改变,是指一个人所从事工作内容的改变。这种改变,并不一定是工作或者单位的变动,也可以是在一个单位中从事不同的工作,这都属于职业生涯的良性发展。

职业生涯规划对于个人、组织和社会都有着重要意义:

(1) 职业生涯规划可以帮助个人实现自我价值;个人也会因为没有进行职业生涯规划面临失业、职业转向而经历巨大创伤,影响人们的生活质量。

(2) 组织也会因为员工的生涯问题而困扰,而大的就业机构如IBM、通用这些组织调整工作职业或倒闭对个人、对地区都有深远影响。

(3) 充分就业是当今世界每个国家的目标,个人失业对社会造成不稳定因素,每个国家都很重视就业的问题。

2. 人生需求与职业选择

美国著名人本心理学家马斯洛第一个提出:“人是永远不能满足的动物。”这就是著名的人生需求理论,指出人的需求由低级依次向高级层次推进,即从生理需求→安全需求→友爱和归属的需求→受尊重的需求→自我实现的需求。马斯洛去世后,他的学生根据他的最新研究观点补充了求知、求美、天人合一境界的三种需求。

马斯洛的研究成果对职业生涯理论和方法的探索有重大指导作用。马斯洛经过几十年的研究,发现人的需求是有规律的,是分层次的,而且这个层次一般是在低级需求满足之后,就会自动上升到新的更高级需求。低级需求在金字塔底

层,如生理需求、安全需求。低级需求是很有限的,其满足是指向自我的。而友爱、尊重、自我实现等高级需求则是无限的,而且必须通过满足他人、公众和社会的需求才能实现。自我实现这一高级需求不仅建立在生理、安全、归属、尊重等基本需求满足的基础上,更以“求知”为前提,以“求美”为过程。当达到“天人合一”的精神境界时,能够拥有顶峰体验,即一种人与宇宙合二为一的感受,人在此时有一种返回自然或与自然合一的欢乐情绪。这里我们也应该看到,个人的创造潜能的发挥及自我实现是要与社会需要有机地结合起来的,只有这样,才是真正有意义的自我实现,才能得到最大的心理满足。

因此,职业生涯规划必须符合人自身的需求。

每个人在不同的人生阶段里都有不同层次的需求。对个人来说,人的生理需求和安全需求的特点是指向自己的。正所谓饥而求食,寒而求暖,一个人如果饿了,吃了饭就不饿;如果渴了,喝了水就不渴了,很容易满足。而更高的需求,则需通过外界环境对他所做贡献的折射中得到满足。

一个人要想充分发挥自己的能力,实现自己的梦想,并得到企业和社会的承认,就一定要努力工作,为企业、为社会做出贡献。个人的成功、个人的自我实现,是在满足他人的需求后,社会环境对他的回报,这是一个客观规律。

企业由个人组成,企业又是社会的一部分,真正以人为本的企业管理者要认识到“员工的发展是企业发展的前提”。而员工要想让自己的职业生涯有所发展,就必须要为所在的企业做出贡献。如果不做贡献,那么他就是这个企业的无用之人,不可能得到这个企业的承认和重用。一个企业要想得到社会的承认,就要为社会做贡献,而对社会造成危害的人或企业,则必定会遭到社会的淘汰和制裁。如果社会限制了大多数企业和个人的发展,那么这些人就要去改造这个社会,让其能够适应人的发展。个人、企业、社会三者之间是一个相互制约、相互促进的关系。

3. 人生价值与职业选择

也许大家都曾自问:我这一辈子要成为什么样的人,怎样活才算有价值?其实,对人生价值的不同理解,反映出不同的人生观和世界观,而不同的人生价值观会直接影响到一个人对社会、对他人是否有责任感,进而影响到他是否具有完美的人格、远大的理想和坚定的信念。因此,要想实现最大的人生价值,首先,个人行为要以社会需要为前提。因为人生价值的最终评判,这是由人的社会本质决定的。社会需要决定着人生价值的方向和实现方式,离开社会,个人行为就没有任何评价意义,连参照系都没有。因此,人生价值只有在社会需要的地方,才能得到充分实现,每一个人只有成了别人的需要时,才充分显示了这个人的价值。

其次,个人对社会的责任和贡献的大小是我们衡量人生价值的重要尺度。人