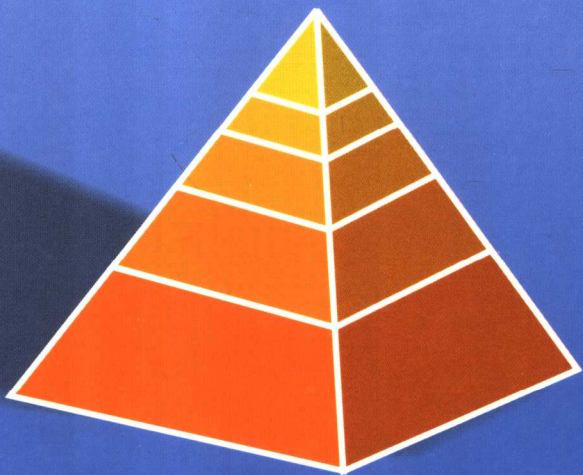


大学生职业生涯 规划与发展

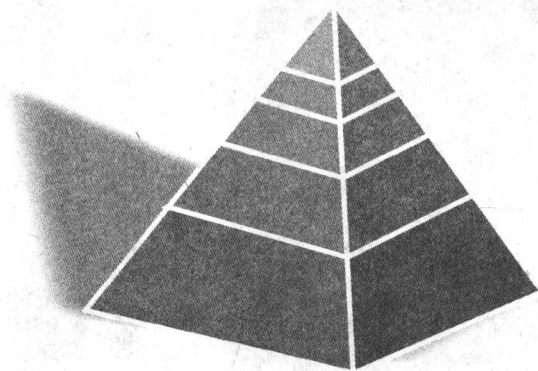
主 编 王 涛
副主编 李录志



西北大学出版社

大学生职业生涯 规划与发展

主 编 王 涛
副主编 李录志



西北大学出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

大学生职业生涯规划与发展/王涛主编. —西安: 西
北大学出版社, 2006. 6

ISBN 7-5604-2188-1

I. 大 ... II. 王 ... III. 大学生—职业选择
IV. G647.38

中国版本图书馆CIP数据核字 (2006) 第072424号

大学生职业生涯规划与发展

主编 王涛

西北大学出版社出版发行

(西北大学校内 邮编 710069 电话 88302590)

新华书店经销 西安永琛快速印务有限责任公司印刷

787毫米×1092毫米 1/16开本 14.25印张 265千字

2006年8月第1版 2006年8月第1次印刷

印数: 1-5000

ISBN 7-5604-2188-1/G·312 定价: 21.00元

内容简介

渴望成才成功是每一位青年学子的理想追求。在人才竞争日趋激烈的今天，怎样才能使自己的职业定位更加准确，职业生涯更加精彩辉煌，这是当代大学生和高校教育工作者面临的“热点”问题。

本书以职业生涯规划与人生成功为研究重点，系统地介绍了大学生职业生涯规划的基础、职业社会的认知、职业个性的自我探索、素质拓展与职业准备、职业定向、职业生涯规划、职业生涯规划的实施以及职业生涯的发展，对大学生职业生涯规划理论体系的构建是一次新的探索。

本书立足高校，紧贴大学生的实际和社会现实，具有较强的实践性和操作性。

前 言

职业生涯规划(Career Planning)简称生涯规划,又叫职业生涯设计,是指个人与组织相结合,在对一个人职业生涯的主客观条件进行测定、分析、总结的基础上,对其兴趣、爱好、能力、特点进行综合分析并权衡,并结合时代特点和被规划者的职业倾向,确定其最佳的职业奋斗目标,并为实现这一目标做出行之有效的安排。早期职业生涯规划的任务是解决失业和就业问题。美国职业指导理论的先驱帕森斯(F. Parsons)在1908年提出了“职业指导”,但由于当时社会经济结构比较简单,人们的职业形态相对固定,工作范围狭窄,人们对职业的理解也仅局限于谋生手段,所以,当时职业指导的中心内容是帮助人们选择职业。随着人文主义思潮的兴起和第三产业的发展,职业指导也由最初的“协助人择业”,演变成了一项“协助个人发展、接受适当、完整的自我形象,同时发展并接受完整而适当的职业角色形象”的工作,它的名称也由最初的“职业指导”变成了“职业生涯规划”。美国职业生涯规划理论专家舒伯(Super)根据自我心理学的观点,赋予职业指导以新的含义:协助个人发展并接受完整而适当的自我形象,同时也发展并接受完整而适当的职业角色形象,从而在现实世界中加以检验并转化为实际的职业行为,以满足个人的需要,同时也造福于社会。这一思想将个人发展与社会利益结合了起来,将树立自身形象与职业形象结合起来,从而为现代职业规划指明了方向。职业生涯规划理论于20世纪90年代传入我国,一经传入就迅速在企业管理领域得到广泛应用,在学校教育领域的应用还是一项全新的工作。

大学生职业生涯规划是指大学生个体把个人发展与社会发展相结合,对决定个人未来职业生涯的个人因素、社会因素进行分析,通过自身职业兴趣、职业性格、职业能力等的测评,制定出有关对个人一生在事业发展上的战略设想与计划安排。职业生涯规划是大学生进入高等学校后面临的一项十分重要的课题,它有助于大学生在了解自我的基础上确定自己的职业方向、目标,并制订相应的计划,避免就业的盲目性,为个人走向职业成功、实现人生价值提供最有效的途径。

一、大学生职业生涯规划的意义

西撒哈拉沙漠中有一个叫比塞尔的小村庄。传说村里从没有一个人走出过大漠,不是他们不愿离开这块贫瘠的地方,而是尝试过很多次都没能走出去。英国皇家学院的院士莱文对这种现象感到很奇怪,他来到这个村子向这儿的每一个人问其原因,每个人的回答都一样:从这儿无论向哪个方向走,最后结果总是转回出发的地方。为了证实这种说法,他尝试着从比塞尔村向北走,结果三天半就走了出来。莱文非常纳闷:比塞尔人为什么走不出来呢?为了进一步找出原因,莱文雇了一个比塞尔人,让他带路,而莱文自己收起指南针等现代设备,只拄一木棍跟在后面。十天过去了,他们走了大约 800 英里,第十一天的早晨,他们果然又回到了比塞尔。这一次莱文终于明白了:比塞尔人之所以走不出大漠,是因为他们根本就不认识北斗星。在一望无际的沙漠里,一个人如果跟着感觉往前走,他会走出许许多多、大小不一的圆圈,最后的足迹十有八九是一把卷尺的形状。比塞尔村处在浩瀚的沙漠,方圆上千公里没有一点参照物,若不认识北斗星又没有指南针,想走出沙漠,确实是不可能的。这个与莱文一起配合的青年就是阿古特尔。阿古特尔因此成为比塞尔的开拓者,多年以后,他的铜像竖在小城的中央。铜像的基座上刻着一句话:新生活是从选定方向开始的。大学生未来的职业如同撒哈拉大沙漠,每个人的职业生涯就像要走出这沙漠一样,每天的学习、工作都是处于走向成功的起点,而关键在于确定职业方向和目标。职业生涯规划是一个人实现主要目标的时间表,也是无数中、短期目标的积累。随着高等教育管理体制改革的深化和毕业生就业方式的转变,大学生面临着越来越激烈的就业竞争,面对知识经济和全球信息化的时代,职业生涯规划对于大学生职业成功和人生成功有着特别重要的意义。

1. 职业生涯规划可以帮助学生正确认识自我,避免盲目就业

通过职业生涯规划,大学生能够正确认识自身的特性和潜在的优势,能对自己的价值进行全面的定位。许多大学生对自己并不了解,尤其不了解自己的优势和劣势。因此,在职业选择过程中具有比较大的盲目性和不切合实际性。通过有效的职业生涯规划,可以使大学生认识到自身的个性特征,现有和潜在的资源优势,帮助学生认识自身的价值并使其持续增值;可以使学生对自己的综合优势和劣势进行对比分析,着力培养某些职业特质,树立自己的职业发展目标和职业理想,从而规划自己的学习和实践,并为自己获得认为理想的职业而去做各种准备;有利于及早消除大学生就业、择业过程中的错误观念;有利于大学生及早转换角色并对自己的大学生涯及未来的职业生涯作出长远规划,从而避免在就业当中出现的高不成、低不就,最后只好盲目就业或就不了业的现象。

2. 职业生涯规划可以帮助学生进一步了解社会,增强社会竞争能力

社会的发展使职业选择成为一项复杂的社会历程。生活在象牙塔里的大学生常常缺乏对社会、外部职业信息的了解,在职业生涯规划过程中,大学生需要不断获得信息,这些信息包括职业、礼仪、社会等多方面。获得的信息越多,心理准备就越充分,在制定职业生涯规划的时候就能够根据社会的需要,考虑眼前利益和长远发展的关系,合理规划自己。同时,当今社会,竞争日益激烈,大学生要在竞争中居于领先地位,就要找到一个适合自己发展的平台,尽可能避免到处求职、频繁跳槽。这样不仅增长不了知识,还耗费了青春,更有可能挫伤了个人的积极性,消磨了对工作的热情和锐气。职业生涯规划能帮助学生未雨绸缪,成为大学生走出象牙塔后找到一个适合自己的工作的起点。

3. 职业生涯规划可以培养学生的自信心,提高自身综合素质

在诸多影响大学生职业生涯成功的因素中,自信心排在第一位。现代社会高学历“热”让大学生处于一种比较尴尬的境地,自信心也受到影响。职业生涯规划的过程是大学生不断学习的过程,随着知识的积累,接受培训和教育的增多,对自己和职业工作认识的加深,自信心也就会建立起来。同时,是否具备社会需要和认可的综合素质是大学生能否职业生涯成功的重要因素,职业生涯规划使大学生明确了职业方向,将自己所学专业与社会要求结合起来,增强实际应用能力,增强与他人合作和沟通意识,学会做一名合格的职业人和社会人。

4. 职业生涯规划可以帮助学生实现职业成功,促成自我实现

面对人生的大舞台,每个人都渴望实现自我价值,当代大学生更是如此。按照马斯洛的观点,人生的需求是有层次的,是一个由低级需求逐渐向高级需求推进的过程,而所有这些需求必须通过职业生涯活动来实现。作为社会的一个成员,每一个人都是通过一份职业来满足自己的各种需求,更是通过从事一份职业来发挥自己的潜能,体现自己存在的价值。但是,有一份工作并不能保证每一个人能满足自己的需求,更不能保障每一个人体现自己的价值。每一个人都希望自己的职业生涯成功,特别是受过良好教育、自身素质较高的大学生对未来职业道路充满很高的期望值,并愿意为成功付出勤奋和努力。但是,职业成功和自我价值的实现仅靠主观努力是不够的,还要看是否选择了正确的方向。有效的职业生涯规划能为大学生职业成功提供保障,为大学生实现自我价值创造机会,促成大学生最终迈向成功。

二、大学生职业生涯规划的目的和任务

大学生职业生涯规划是建立在心理学、管理学基础上的综合性、应用性很强的学科,其目的在于寻找适合自身发展需要的职业,实现个体与职业的合理匹配,体

现个体价值的最大化。它是大学生对自己未来职业方向、未来发展道路的规划和实现职业目标的实施步骤。通俗地说,大学生的职业生涯规划就是帮助学生回答“我是什么样的人”、“我想干什么”、“我适合干什么”、“打算成为哪方面的人才”、“打算在哪个领域成才”等等,即“我是谁”、“我想干什么”、“我能干什么”等问题。要正确回答这些问题,涉及自我认识、自我定位、科学测评及对未来职业社会信息的把握,单凭学生个人经验,靠学生自己是难以准确把握的,大学生职业生涯的规划就为解决这些问题提供了一条有效途径和可能。

从心理学的角度来看,大学生虽处于青年后期向成年期的过渡阶段,心理发展尚未完全成熟,缺乏丰富的经验,但他们的心理品质已全面完整地发展起来,心理智能已发展到前所未有的高度,可塑性极强,个性逐渐形成未定型化,自我意识的要求和能力显著增强,更加关心自己完全可以对未来的工作、职业、事业,展开想像与规划,而且能够为实现自己的目标奋斗。大学生的这些特点,为大学生职业生涯规划目的和任务的落实奠定了良好的基础。

1. 了解职业

对职业有一个正确的认识是正确制定职业生涯规划的基础。从大学生所承担的社会角色来看,大学教育在某种程度上说是一种职前教育,它是为大学生走向社会、承担社会的责任和义务提供准备和积淀的,也是大学生实现自我价值、更好地服务社会的准备阶段。因此,进入大学之后,大学生要认真思考自己的未来,谨慎规划自己的职业生涯道路。大学生在自我定位和选择职业生涯发展道路之前,必须知道摆在自己面前的职业生涯道路的各种可能性,知晓未来的职业世界。只有这样,才能在自我认识的基础上做好自我定位并选择好一条适合自身特点的职业生涯发展道路。21 世纪的职业发展进入到了一个新老更替、机构重组的时期,这对大学生来说是机遇,也是挑战。大学生应该随时关注职业变化的动向,了解职业的特点和要求,在大学学习的过程中为自己选定的职业做好知识和能力的准备。不同的职业对大学生的知识、能力结构的要求是不同的,因此,了解职业,就可以找准在大学期间的努力方向,就能对症下药,提高效率。

2. 了解自我

缺乏对自我的正确认识和不能对事物进行正确的自我判断是大学生普遍存在的问题之一。每个人都有巨大的潜能,人生的辉煌,莫过于最大程度地发挥自己的潜能;一个人如果按照自己的潜能优势来确定发展方向的话,最容易成功,最容易实现自我价值,最容易感受到人生的幸福和满足,对社会的贡献也最大。因此,必须科学地了解自己的潜能和优势。一个有效的职业生涯规划必须是在充分认识自身条件与相关环境的基础上进行的。了解自我就是审视自己、认识自

己,它主要包括了解自己的兴趣、特长、性格、知识、技能、智商、情商、思维方式等。也就是要弄清楚我想干什么、我能干什么、我应该干什么、在众多的职业面前我会选择什么等问题。

3. 明确目标

目标就是未来的现实,目标是行动的导航灯。由于长期接受传统教育并受其影响,绝大多数大学生认为:合格完成大学学业,毕业找一个好单位即是其个人的人生目标,从而走上社会才真正开始寻找自己的人生定位。这种状况使大学教育失去了生涯教育的意义,也使许多大学生在就业的时候感到无所适从,陷入就业的焦虑之中。大学生正处在对个体职业生涯的探索阶段,这一阶段的职业选择定向对于大学生今后职业生涯的发展有着十分重要的意义。对大学生来说,职业生涯规划就是在明确自己的兴趣和爱好的前提下,在认真分析个人性格特征的基础上,结合自己的专业特长和知识结构,对将来要从事的工作所做的方向性的方案。因此,确立目标是制定职业生涯规划的关键。目标一般来说有短期目标、中期目标、长期目标和人生目标之分。长期目标需要个人经过长期艰苦努力、不懈奋斗才有可能实现,大学生确立长期目标时要立足现实、慎重选择、全面考虑,使之既有现实性又有前瞻性。短期目标更具体,对人的影响也更直接,也是长期目标的组成部分,大学生应重视短期目标的制定,不能好高骛远,更不能眼高手低,望着天空中的一轮明月空叹息。

4. 采取行动

制定职业生涯规划的目的就是为了实现职业生涯规划的目标,因此,职业生涯规划必须有行动方案,也就是必须有具体的行为措施来保证。没有行动,职业目标只能是一种梦想。职业生涯规划可以说是一个人实现自己人生目标的时间表,也是无数中、短期目标的积累。大学生一定要制定有效的实施步骤,如每个年级应该做什么,某个时段应该做什么,甚至每一天应该做什么都应该明确,用切实可行的行动保证职业生涯规划目标的实现。同时,大学生在行动的过程中要不断感受职业生涯规划的重要性,并通过实践的锻炼,不断调整更切合实际的职业生涯规划,提升对职业生涯规划理性思考。

三、大学生职业生涯规划应注意的问题

制定职业生涯规划的目的是把人生有限的时间和精力集中起来,用在该用的地方,从而获得职业的成功和实现人生发展目标。因此,大学生在规划自己的职业生涯的时候要注意以下几个方面的问题:

1. 制定职业生涯规划越早越好

从进入大学的第一天开始,就接受有关职业生涯规划的理念,并且在老师的指导下,逐渐形成自己的职业发展计划,才能在迈进社会的时候避免不知所措的尴尬。从现实情况来看,在就业形势日趋激烈的背景下,一部分学生已经意识到职业生涯规划从大一就应该作为重点工作来做,但也有一部分学生认为计划不如变化快,没有必要做生涯规划,还有一部分学生认为,职业生涯规划等到即将毕业的时候做也不迟。是的,世界发展变化的速度令人目不暇接,没有变化也就没有今天丰富多彩的世界。人生发展的一个重要任务就是要适应环境,正是因为要应对当今多变的世界和环境,才需要积极地做各种规划,包括我们的职业生涯规划。国外有一句格言,说人生只有三天:昨天、今天和明天。昨天是幸福或无奈的回忆,今天是人生的“核心”,只有抓紧今天,明天才能成功,才能美丽多彩。大学生尽早制定自己的职业生涯规划就是抓住了今天,一方面通过职业生涯规划,可以选择适合自己发展的职业,确定符合自己兴趣与特长的职业路线;另一方面,还可以拓展自己的职业修养、价值观、能力等综合素质。在职业生涯规划中有这样一句话发人深省:今天站在哪里并不重要,但是下一步迈向哪里却很重要。成功的人生是需要正确的规划的。

2. 职业生涯规划与职业目标或学习计划有区别

职业生涯规划的核心是达到职业目标的步骤、方法、时间安排。大学生都有过这样的体验,即从小学到大学每个人设立过不少目标,但大部分失败了,其中一个关键因素是没有达到目标的计划。因此,职业生涯规划不仅要有职业目标,还要将职业目标分解,细化到每年每月甚至每周、每天;不仅要有长期计划,还要有阶段计划、短期计划。同时,职业生涯规划也不是学习计划。职业目标的达成需要知识,但更重要的是需要能力。所以,职业生涯规划的重点是能力提升的规划。知识的学习和能力的提升是紧密联系的,但绝对不是一回事,连接它们之间关系的纽带是实践,因此,职业规划的侧重点应该有具体的行动。

3. 制定职业生涯规划不能把专业、就业、职业、事业混为一谈

有研究表明:我国目前高校所设置的专业有80%的专业决定不了职业。专业是大学生学习阶段的任务,在某种程度上是一种被动的接受,而职业是毕业后的任务,是一种主动的谋生手段,事业则是个人倾其毕生追求的目标。三者唯一的联系只是在知识背景上。每个人都希望自己选择的专业就是今后的职业,但在多变的现实环境面前其难度可想而知。有的人在就业的时候对于自己想做什么、适合做什么并不清晰,加之就业竞争激烈,就产生“病急乱投医”的心理。如果找到一份并不适合自己的职业,会经历不必要的挫折,对自己职业生涯发展和事业成功带来负

面影响。在没有一个明确的职业目标前提下,匆忙就业,即使勉强工作一两年还得转行,到那时所学专业知逐渐荒废,影响自身的可持续发展,也就谈不上职业生涯和事业的成功。职业生涯规划设计师徐小平认为,人生职业分为三个层次:第一层次就是就业,维持生存;第二层次是职业,从事比较稳定的工作,满足基本的物质需求;第三层次是事业,这个层次不仅有丰富的生活物质,更有精神上的满足感。这三个层次逐步推进,逐步实现,并不能一步到位。

4. 制定职业生涯规划不能急功近利

有的人把职业生涯规划比喻为“瞬间成功和急速暴富”的速成钥匙,虽然有一定的道理,但实质上是夸大了职业生涯规划的作用。大学生年富力强,热情高,充满朝气,对未来充满信心,许多人在大学时代就已经形成了对未来职业的一种预期,如有的人打算毕业两年后要做企业的主管,有的人打算毕业五年后要赚100万等等,这些想法是好的,但往往忽视了对自身实力和发展的考虑,目标定位过高,过于理想化。因此,制定职业生涯规划不能急功近利,追求速成必然会导致眼高手低,最终将一事无成。

5. 职业生涯规划不是大学生涯规划

大学生职业生涯规划不是大学生涯规划,二者是有区别的。从内容上来看,大学生职业生涯规划的重点是在自我分析和外部环境分析下的职业定位与职业准备,而大学生涯规划是以学业为重点的全面素质发展规划,一般包括德智体美等各方面。大学生涯规划是人生规划的一部分,是职业生涯规划的铺垫,或者说是职业生涯规划的阶段式设计,但对职业生涯规划影响巨大。这不仅因为在大学阶段形成了世界观、人生观、价值观,更重要的是大学生在大学阶段形成了职业观。因此,大学生职业生涯规划的实现有赖于大学生涯规划。所以,制定职业生涯规划的第一步,就是要做好大学生涯规划。人的生命只有一次,青春是美丽而宝贵的,“我为什么要上大学?”“我该怎样度过自己的大学生活?”“我怎样才能取得职业生涯的成功?”从进入大学的第一天开始,如果每一个大学生能够一直寻求这几个问题的答案,就会无悔于自己的大学,无悔于自己的人生。

目 录

第一章 职业生涯规划与大学生成功	(1)
第一节 生命周期与人生发展.....	(1)
第二节 人生需要与人生价值.....	(10)
第三节 职业生涯规划与大学生的成功.....	(14)
第二章 职业生涯规划的基础	(20)
第一节 职业生涯规划的基本概念.....	(20)
第二节 大学生职业生涯规划的基本原则.....	(26)
第三节 职业生涯规划的经典理论.....	(30)
第三章 职业社会的认知	(43)
第一节 职业的特性与分类.....	(43)
第二节 职业岗位对从业人员素质的要求.....	(49)
第三节 职业的发展趋势与职业信息的收集.....	(52)
第四章 职业个性的自我探索	(63)
第一节 职业个性的构成.....	(63)
第二节 职业个性的测评.....	(73)
第三节 能力倾向及能力测评.....	(93)
第五章 大学生素质拓展与职业准备	(111)
第一节 知识的建构.....	(111)
第二节 能力的提高.....	(116)
第三节 素质的培养.....	(122)
第六章 大学生的职业定向	(129)
第一节 影响职业定向的主要因素分析.....	(129)
第二节 职业定向的意义及方法策略.....	(137)
第三节 职业定向的心理与调控.....	(143)

第七章 大学生的职业生涯选择	(149)
第一节 职业选择理论.....	(149)
第二节 职业选择模式.....	(158)
第三节 影响职业选择的因素.....	(164)
第八章 大学生职业生涯规划的实施	(168)
第一节 大学生职业生涯规划的类型、模式和内容.....	(168)
第二节 大学生职业生涯规划可行性分析.....	(173)
第三节 大学生职业生涯规划的设计方案.....	(178)
第四节 大学生职业生涯规划的成功实施.....	(187)
第九章 大学生职业生涯的发展	(193)
第一节 大学生职业生涯发展的自我管理.....	(193)
第二节 大学生的职业适应.....	(203)
第三节 大学生职业生涯的重新选择.....	(208)
主要参考文献	(212)
后记	(213)



第一章 职业生涯规划与大学生成功

大学阶段是个体对自我认知和主动塑造的重要阶段,是职业生涯发展的关键时期。因为,在大学期间,每一个人面临着许多决定人生发展的重大选择,如学业、职业、人生价值、家庭、婚姻等。而一个人以怎样的态度对待大学、以什么样的方式度过大学生活,在一定程度上决定了这个人在大学所取得学业成绩、综合素质的水平,甚至决定了一生的生活方式与发展方向。但是,许多大学生在求学期间,缺乏清楚、明确的职业生涯及其发展方向,甚至对未来职业的选择感到陌生和困难。因此,在哪些方面发展自己的能力和兴趣、如何根据科学的理论规划自己的职业生涯是我们每个人特别是大学生所必须面对的生命课题。

第一节 生命周期与人生发展

人生发展在生命周期的空间中行进。生命周期是人生发展的载体,人生发展是生命周期的实质。人总是在有限的生命周期中追寻最优质的人生发展。对人生发展的认识是我们进行职业生涯规划的基础,在职业生涯发展与规划中具有重要作用。

一、生命周期

一个人的生命周期包括了从受孕形成胚胎到死亡的全部历程。从诞生于世至消亡离世,是一个人纵向成长、发展和历经的整个生命周期,也就是整个人生。横向剖析来看,一个人生存于世经历三个生命空间周期:生物社会生命周期、家庭生命周期和职业生命周期。在每一个生命空间周期内,有其各自相对应的任务,因此是相对独立的生命周期;同时,各生命周期又相互关联,相互影响和相互作用。这种人生旅程中横剖面上的三个生命空间周期及其相互有机联系,便构成了一个人

的总生命空间。

(一)生物社会生命周期

生物社会生命周期是从生理变化的角度看人的发展,其特征为单向性和不可逆性,这使得我们在职业生涯阶段中随时会感受到时间的紧迫感,从而进一步体现了积极主动开发管理职业生涯的意义。

一个人的生物社会生命周期,包含两方面的生命内容,或者说取决于两大因素。

因素之一:人体所发生的生物性变化。如一个人随着时间的推移,身体发生预期的生理变化,逐渐成长、长大,形成诸如青春期、成人期、中年期、更年期、老年期等多个阶段。另外,我们每个人有可能感染某种慢性或急性疾病。再者,人的喜怒哀乐等许多情绪反映出人体化学方面的某些基本变化,因此,这些情绪可以被视为与生物性相关的存在。

因素之二:与年龄相关的预期的社会文化准则。我们的社会和文化具有一种复杂的“年龄层系统”——一个人应当做什么和他在不同的年龄阶段应如何行事的一系列预期。例如,儿童被预期是贪玩、好动、耍性子的;青少年被预期是不定型的、精力旺盛、好冲动的,正奋力向成年靠拢;成年人被预期有承担工作和家庭方面的责任和义务;老年人则被预期精力和体力逐渐衰退,更多地沉浸在自我闲暇之中,接受自己责任水平的减退。我国传统格言所谓的“三十而立,四十而不惑,五十而知天命”,就是典型的与年龄相关的预期社会文化准则。

正是上述生物性和随之而来的与年龄相关的预期社会文化准则,构成一个人的生物社会生命周期。

(二)家庭生命周期

一个人的家庭问题与自己的父母和取得独立地位的问题相关。任何一个人均生活于一定的家庭关系之中。最初一个人出生、成长于父母的家庭中,依赖于这一家庭并接受父母的养育。长大参加工作至取得独立地位前,直接具有了家庭责任和孝敬父母的义务。这个家庭对于他来讲,可称作原点家庭。待长到一定年龄被预期要结婚和生儿育女,开始了家庭、责任和各种问题的一种全新周期,这一家庭可称为他的即时家庭。尽管如此,一个人的原点家庭这时并没有消失。中年的许多棘手的问题皆来源于这样的事实:原点家庭和自己的即时家庭同时存在,并承担着多重家庭周期任务,如满足自己的配偶及子女的要求;满足年事已高而且依赖性逐渐增强的父母的需要。家庭生命周期向他提出上述要求和压力,同时提供了养育和成长的机会。由家庭产生的许多角色力量是不以自我意志为转移的客观存在,如作为儿子或女儿或父母是不可逆转的。这些角色不能也不可能放弃,只能设法完成这些家庭角色应有的任务。

(三) 职业生命周期

职业生命周期,是一个人为了个人及其家庭生存,进行工作,从事一种职业,直至退出职业这样一种生命活动过程。它始于早期的职业意向、教育和培训确定的工作预备期,历经寻找工作、熟悉工作、建立职业锚、在外职业中发展内职业,及至最后退休。

生物社会生命周期和家庭生命周期是一个人的必然经历(极个别人没有自己的即时家庭生命周期),人皆有之。但是,并非每个人都有一种职业经历。例如某些残疾人,某些不愿意进入社会劳动的人,某些被迫从事家务劳动的人,这些人一般不具有职业生命周期。

造成职业生命周期的许多压力和机会不受个人或家庭的控制。相反,他们来源于社会需要、经济机构和制度、教育和职业结构形成的传统和政策,最终,取决于雇用单位本身的具体政策。这种影响人们职业的力量与生物社会问题和家庭问题相互作用,是在生物社会生命周期的限定性制约和生物社会生命周期的相对选择双重条件下进行的。

职业生命周期是从参加社会活动的角度研究人生,以多向性(多项选择)和可逆性(重新倒回某一阶段)为特征。例如大学生在确定职业时有多项选择的可能,毕业后为了继续深造或学习另一门专业知识,又回到学校成为学生。人生社会生命周期的这一特征为职业生涯开发与管理留下了可变通的时间和空间。

可以看到,包括中国在内的很多国家与过去相比,人们的生物社会生命周期、家庭生命周期、职业生命周期都发生了很大的变化,在结婚年龄后移、生育率下降的同时,平均寿命大大延长(见表1-1、图1-1)。

表 1-1 人口平均寿命变化表

时期	世界	日本	中国	美国
1970-1975 年	58.0	73.3	63.2	71.3
1980-1985 年	61.3	76.9	66.6	74.5
1990-1995 年	64.1	79.5	68.4	75.7

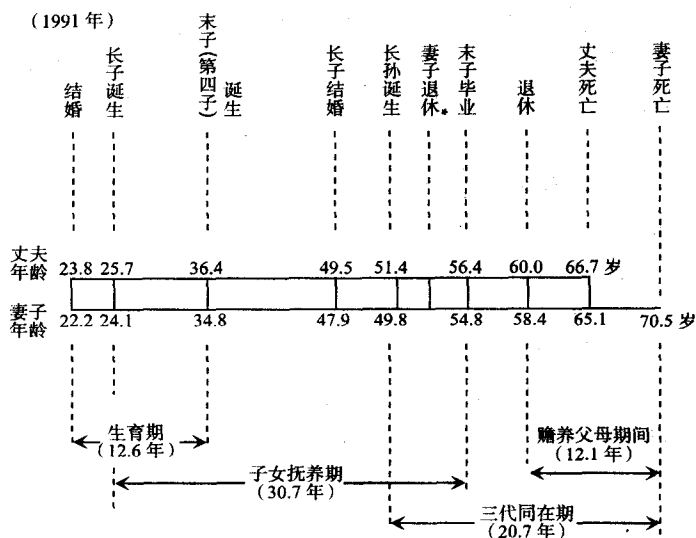


图 1-1 中国人的生命周期

表 1-1、图 1-1 的数据表明,人们的平均结婚年龄、生育年龄在延后,平均寿命再延长,生命周期也发生变化,这些因素的变化对人口的劳动参与决策和职业发展决策产生了重大的影响。平均寿命的延长增加了人们的可支配时间,因此也延长了许多人参与市场性劳动的时间。

二、人生发展阶段

人生发展是人类身心的生长与变化,如同一条蜿蜒的长河,有激流勇进,有平静流淌,循环往复,循规变化。人生发展阶段就是根据人生发展的这一特点——生命周期阶段性特征划分的结果。一个阶段同另一个阶段有着明显的不同。关于人生发展阶段划分的观点,各国学者观点不一。我们根据职业生涯发展理论的需要,仅介绍我国大思想家孔子、美国学者埃里克森、莱文森等提出的几种理论。

(一)孔子的观点

孔子是我国古代的大思想家、教育家。他在《论语·为政篇》中表达了这样的观点:“吾十有五而治于学,三十而立,四十而不惑,五十而知天命,六十而耳顺,七十从心所欲,不逾矩。”我国人生学创始人辛立洲认为孔子的这一思想是将人生分为七个阶段,程社明将其补充解释如下: