

高等农林院校精品课程建设教材

GAO DENG NONG LIN YUAN XIAO JING PIN KE CHENG JIAN SHE JIAO CAI

职业生涯规划

ZHI YE SHENG YA GUI HUA

王研 李梅 主编



中国农业大学出版社

高等农林院校精品课程建设教材

职业生涯规划

王 研 李 梅 主编

中国农业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

职业生涯规划/王研,李梅主编. —北京:中国农业大学出版社,2006.1

ISBN 7-81066-971-0

高等农林院校精品课程建设教材

I. 职… II. ①王… ②李 III. 职业选择-高等学校-教材 IV. C913.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 119364 号

书 名 职业生涯规划

作 者 王 研 李 梅 主编

策划编辑 潘晓丽

版式设计 刘 玮

出版发行 中国农业大学出版社

社 址 北京市海淀区圆明园西路 2 号

电 话 发行部 010-62731190,2620

编辑部 010-62732617,2618

网 址 <http://www.cau.edu.cn/caup>

经 销 新华书店

印 刷 涿州市星河印刷有限公司

版 次 2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷

规 格 787×980 16 开本 14.5 印张 264 千字

印 数 1~3 000

定 价 17.50 元

责任编辑 潘晓丽

责任校对 王晓凤 陈 莹

邮政编码 100094

读者服务部 010-62732336

出 版 部 010-62733440

E-mail caup@public.bta.net.cn

图书如有质量问题本社发行部负责调换

主 编 王 研(中国农业大学)

李 梅(华南农业大学)

副主编 陈丽鸿(北京林业大学)

孙亚俐(北京农学院)

参 编 程春生(北京农学院)

路 军(北京林业大学)

姚海霞(沈阳农业大学)

党登峰(北京农学院)

黄 东(农业部人力资源开发中心)

晁栓来(雀巢公司)

曾富生(中国农业大学)

戴雪飞(华南农业大学)

前 言

据零点公司 2003 年的调查发现,中国就职人员中近 68% 的公民对自己目前所从事的职业表示不满。北森测评网与劳动和社会保障部劳动科学研究所、新浪网 2004 年进行的调查显示,有 50% 的大学生在一年内更换了自己的工作;两年内,大学生在岗位的流失率接近 75%。职业选择的盲目性、随意性、功利性、趋众性,说明高校学子普遍缺乏系统的、全面的、科学的职业生涯规划的指导。

解决包括大学生在内的劳动力就业问题历来受到党和政府的高度重视。在党的十六大报告中,“千方百计扩大就业”被列为 21 世纪头 20 年经济建设和国家体制改革的八大重要任务之一,同时作为贯彻“三个代表”要求的重大实践。这也说明,就业问题并不是在短期内就能解决的。从目前的经济发展形势和我国的具体国情来看,就业问题将长期困扰每个将要进入劳动力市场的人,大学生也不例外。因此,如何在严峻的就业形势之下找到合适的职业以及获得理想的职业生涯就成为每一位准备进入劳动力市场的大学生面临的重要问题。

据观察,相当多的在校大学生没有清晰的职业目标和合理的职业生涯规划。有的同学在校盲目地参与社团活动,却并不清楚这些活动对自己究竟有何益处;有的同学忙着考托福、GRE,但根本就没有想清楚自己是不是要出国或者出国究竟是为了什么;有的同学忙着考各种证书,可是对自己的特长和爱好并不清楚,等等。诸如此类的现象普遍存在,这不可避免地影响了大学生在校素质的拓展、毕业后的职业选择以及职业发展的机会。因此,大部分大学生需要科学的职业规划来指导大学期间能力的培养和素质的提升。

不管是在校还是走上了工作岗位,大学生要想获得理想的职业生涯,就必须未雨绸缪,对自己的职业生涯做出科学、合理的规划。编写《职业生涯规划》这一教材正是为了帮助大学生科学合理地规划自己职业生涯而做出的努力。本教材具有理论与实际联系密切的特点,既有系统性的理论阐述,也安排了相应的课堂训练。其目的是通过课堂教学与相应的课堂训练,使学生掌握职业生涯规划的基本理论与基本方法,能够比较准确地认识自我,分析学习和工作的内外环境;了解职业发展过程中存在的危机,掌握应对危机的一般方法和技巧,从而调动学生自身的一切积极因素,抑制消极因素,提高社会适应性,管理好自己的终生职业生涯。在教学环

节与方法上,强调双向互动,鼓励学生积极参与课堂模拟教学训练,要求学生在课堂上勇于提问,提出的问题运用所学知识现场予以答案,以加深学生对知识的理解和运用,提高课堂教学的实效性、趣味性和针对性。

本教材共分为八章,包括:职业生涯规划的作用、职业概况、职业生涯规划理论、职业选择原则、职业生涯规划方法、职业生涯管理、职业生涯发展战略以及未来职业发展趋势展望;在教材的最后,附有一些认识自我的测量量表和课堂训练,帮助读者深入理解教材内容,提高读者运用知识的能力。

本教材由中国农业大学学生工作处王研副研究员和华南农业大学李梅副研究员主编,教材各章节的撰写人包括了长期从事毕业生就业指导的专职教师、从事职业生涯规划教学的教师、主管人力资源开发的政府官员和公司经理等。各章节分工如下:第一章由中国农业大学王研、华南农业大学李梅撰写;第二章由北京林业大学陈丽鸿撰写;第三章由华南农业大学李梅、戴雪飞撰写;第四章由沈阳农业大学姚海霞撰写;第五章由中国农业大学王研、曾富生撰写;第六章由雀巢公司晁栓来、农业部人力资源开发中心黄东、中国农业大学曾富生撰写;第七章由北京农学院党登峰、孙亚俐、程春生撰写;第八章由北京林业大学路军撰写。

在本书的写作过程中,参阅了大量的文献以及许多前人的研究成果,在此对作者表示深深的感谢;同时,也非常感谢负责教材编辑工作的潘晓丽和林家栋两位老师的悉心指导;感谢中国农业大学徐启飞、王忠强同志对教材编辑工作的帮助。由于职业生涯规划在我国是一个新兴领域,理论的运用带有一定的探索性,缺点和不妥之处在所难免,敬请读者和同行批评指正。

编者

2005年10月

目 录

第一章 职业生涯规划的作用	(1)
第一节 高等学校毕业生就业形势分析	(1)
第二节 职业生涯规划对个人成才的作用	(6)
第三节 职业生涯规划对组织发展的作用	(10)
第二章 职业概况	(14)
第一节 职业内涵	(14)
第二节 职业分类与职位分类	(18)
第三节 职业声望与职业分层	(25)
第四节 职业期望与职业成功	(30)
第五节 职业制度	(33)
第三章 职业生涯规划理论	(45)
第一节 职业生涯概述	(46)
第二节 职业生涯规划理论	(54)
第四章 职业选择原则	(68)
第一节 性格与职业的吻合	(68)
第二节 兴趣与职业的吻合	(72)
第三节 能力与职业的吻合	(78)
第四节 气质与职业的吻合	(81)
第五节 价值观与职业的吻合	(85)
第五章 职业生涯规划方法	(90)
第一节 职业生涯规划的原则与要素	(90)
第二节 职业生涯规划的具体步骤	(94)
第六章 职业生涯管理	(115)
第一节 职业生涯管理概述	(115)
第二节 职业生涯管理方法	(120)
第三节 职业生涯管理的注意事项	(132)
第七章 职业生涯发展战略	(136)
第一节 职业锚理论	(136)
第二节 职业生涯发展的危机	(143)
第三节 职业生涯发展战略	(148)

第八章 未来职业发展趋势展望	(162)
第一节 世界未来职业发展趋势	(162)
第二节 中国未来职业发展趋势	(171)
附录 1 霍兰德职业性向测验量表	(184)
附录 2 职业生涯规划理论课堂训练	(200)
附录 3 职业选择的原则课堂训练	(202)
附录 4 职业生涯管理课堂训练	(208)
附录 5 职业生涯发展战略课堂训练	(210)
参考文献	(220)

第一章 职业生涯规划的作用

学习要求

1. 了解全国大学生就业的总体形势。
2. 了解农林院校毕业生就业存在的有利条件和面临的主要问题。
3. 了解职业生涯规划对个人和组织的作用。

学习要点

1. 影响毕业生充分就业的主要因素。
2. 职业生涯规划的作用。

第一节 高等学校毕业生就业形势分析

如何解决包括大学毕业生在内的千千万万人的就业,已经成为当前国民经济面临的最为紧迫的问题。特别是,在我国的高等教育事业随着国家经济改革和发展的需要,办学模式从计划经济体制转型为社会主义市场经济体制的时候;在我国高校毕业生就业体制从“包分配,包当干部”的模式转型为毕业生与用人单位“双向选择”的时候;在我国的高等教育从精英教育转型为大众化教育,招生规模以每年30%的速度增长的时候,高校毕业生的就业工作已经成为全社会关注的热点问题。

政府关注,是因为高校毕业生的就业,直接关系到国家经济建设发展的需要,关系到社会的稳定,关系到政府的形象。

社会关注,是因为现代社会经济的竞争,直接表现为人才的竞争,特别是高水平的人才竞争。在社会经济高速发展和转型的时期,各行各业的人才结构需要不断调整和更新,急需充实高学历和高水平的人才来应对市场。

学校关注,是因为毕业生的就业状况,已经成为衡量学校办学水平和人才培养质量的一个重要标志,是学校进行学科建设和专业调整的一项重要依据。

学生和家长关注,是因为毕业生的就业情况及就业形势,直接与他们的切身利益相关。

尽管社会的方方面面面对高校毕业生的就业形势表现出极大的关注,但是,人们

对其真实情况的了解往往是有限的,以至于面对市场往往不能较为准确地做出判断和决策。下面我们对全国高等学校和农林院校毕业生的就业形势做一简单的分析。

一 全国高校毕业生就业形势分析

(一)大学生就业的总体情况

随着我国发展的需要,我国高等教育逐步由精英教育转向大众教育,自1999年高等学校开始扩招以来,高等学校在校大学生人数逐年增加,就业率持续低迷。以2004年为例,全国高等学校招生人数为437万人,是1998年招生人数(108万)的4倍多;2004年毕业人数为280万,当年的初次就业率仅为73%。具体情况见表1-1。

表 1-1 我国高等学校招生情况及毕业生初次就业率

项目	年 份							
	1998 年	1999 年	2000 年	2001 年	2002 年	2003 年	2004 年	2005 年
招生人数(万人)	108	159.9	220	260	300	382	437	475
增长率(%)	—	48.1	37.6	18.2	15.4	4.7	39.1	18.6
毕业生人数(万人)	—	—	—	115	145	212	280	335
初次就业率(%)	—	—	—	89.4	83	70	73	—

资料来源:教育部有关统计资料

从表1-1中可以看出,随着高等学校在校人数的逐年增多,高等学校毕业生的就业压力也明显增大。

(二)大学生就业形势严峻的原因

首先,目前全国正处于“城镇新增劳动力”、“农村富余劳动力转移”、“下岗失业人员再就业”“三峰叠加”时期,就业矛盾相互交织。“十五”期间,每年城乡平均新增劳动力290万,加上城镇下岗失业人员,每年需要安排就业人员2200多万。这种情况对目前大学生就业有较大的影响。

其次,选择性矛盾突出。由于长期计划经济和精英教育的影响,一些毕业生的择业观念同社会实际不相吻合,就业期望值较高,宁愿“有业不就”。此外,用人单位“人才高消费”现象比较普遍,由于高学历人才资源供给持续增加,用人单位观念脱离实际,盲目追求高学历、名牌大学和实际工作经验。

第三,供需结构性矛盾突出。这主要体现在两个方面:一方面是高等学校学科专业设置和人才培养模式不尽合理,导致了高等学校培养的部分人才与市场需求脱节;另一方面,随着我国国有企业改革继续深化,事业单位改革正式启动,传统

大量吸纳高等学校毕业生的一些产业、行业、事业单位对高等学校毕业生的需求下降。

第四,体制性矛盾。这主要体现在:①毕业生就业的工作体制还不够完善,劳动人事制度与户籍管理制度的改革与毕业生就业制度不相匹配,限制性政策仍在沿用,毕业生就业渠道不畅,不能充分按需就业;②一些地方人事主管部门(包括一些西部省会城市)对国有企、事业单位的需求仍然在采用户口、用人指标限制(或限制名额,或限制生源地,或限制学历,或限制学科);③一些地方人事主管部门对各类民营企业、外资企业以及个体企业的需求,在政策上和工作程序上的支持、帮助及规范力度不够,严重影响了毕业生的正常就业。

(三)全国高校毕业生就业的特点

(1)企业仍然是毕业生就业的主要领域,体现了企业的技术含量和人员素质不断提高的趋势;

(2)申请不就业、出国、考研的毕业生增加;

(3)到非公有制企业工作的毕业生,自主创业的毕业生,以及滞留在大城市临时务工的毕业生呈上升趋势;

(4)毕业生就业仍然带有明显的计划体制的特征和痕迹。

小资料

近期大学生就业呈现的四大趋势

在严峻的就业形势之下,大学生就业呈现出四大明显的趋势。

趋势一:大学生就业期望值缩水

近年来大学生就业中有不少水分,硕士、博士毕业就拿上万元并不是什么新鲜事儿。随着IT业的进一步疲软,就业岗位中的亮点变暗。IT业普遍压缩招聘人数,这不可能不影响到大学生就业的心理期望值。许多公司招聘的门槛明显提高,不只招聘人数大大降低,同时限招专业,只招对口专业的学生。大学生对工作的性质、薪资、福利的期望明显降低。

趋势二:大学毕业就业成本提高

有报道说,青岛大学生在就业时将自己的学习、工作经验制作成VCD,将同学、教师对自己的评价刻到上面。尽管这一做法不具有普遍性,但近年来大学生就业成本在不断提高却是个不争的事实。就业成本提高有几方面的原因,如制作高成本的简历,提高包装自己的费用,还有就是学生盲目地参加各种各样的招聘会。为增加竞争实力积极参加各种实用技能的培训班,希望能尽可能多地拥有各种技

术资格证书。“目前社会上的招聘会成功率很低,大多只是信息发布,降低学生的就业成本就要提高校园招聘会的效率。”据介绍,校园招聘已经成为国外大学生的主要就业渠道,70%以上的大学生都是通过校园内固定的招聘渠道找到工作的。

趋势三:人才竞争的压力推向了高端人才

目前在许多高校里,相当多的学生以考研或者出国来分解就业压力,这种情况在高校日益成为普遍的趋势。大学生通过考研延缓就业在各高校中均很普遍。不少学生往往大一就开始准备考研,为自己打造第三条途径。大学生延缓就业的浪潮将人才竞争的压力推向了高端人才。

趋势四:大学生流行不就业

近年来一些省的大学生就业主管部门先后以延长毕业生择业期限两至三年为手段来缓解毕业生就业压力。很多学业不错的毕业生选择了不就业,其中也有一部分人选择自己创业。时下北京等地出现了不就业一族。

(资料来源:《北京青年报》 作者:牛金荣)

二 农林院校毕业生就业情况分析

根据国家经济产业结构调整的进程和经济发展的速度,结合招生情况和近年来的毕业生就业情况,可以认为农林院校毕业生面临的宏观就业形势是喜忧参半。

(一)农林院校毕业生面临的有利条件

1. 国家经济的发展,为解决就业问题提供了前提条件

目前国家正处于经济高速增长阶段,专家预测,在通常情况下,国民经济每增长1个百分点,就可能提供80万~160万个就业岗位。如果能够保持“十五”规划每年继续以7%左右的速度增长,就能实现发展经济与就业的良性互动,也就是说,经济增长每年至少增加560万个新的就业岗位。

2. 在经济结构调整中,蕴藏着大量的就业机会

从所有制结构上看,非公有制经济成为就业的重要渠道。私营个体就业人员从1996年的7400多万增加到2001年的1.2亿,5年增加4300多万,其中城镇私营、个体经济从业人员净增约3000万人,占城镇就业增长量的3/4,成为就业的主要增长点。

从产业结构上看,第三产业是扩大就业的主要出路。目前,我国的第三产业与发达国家相比差距很大,有相当大的就业潜力。如发达国家,第三产业一般在70%左右,发展中国家在40%左右,而我国只有28%;发达国家社区服务从业人员约占就业人口的30%,而我国只有4%。虽然这些岗位并不完全由大学生来就业,但是,大学生的良好素质在就业市场上是具有竞争优势的。

3. 加入世贸组织,为毕业生就业带来了良好的机遇

国家经济与全球经济一体化的进程加快,产业结构调整 and 战略性改组以及国际资本和技术的加入,无疑将加大对人才的层次要求和数量上的需求。

4. 某些与农业结构调整密切相关的专业毕业生的初次就业率将有所提高

政府已经决定全面优化农作物品种,努力提高农产品质量,积极发展畜牧养殖业,提高农产品加工以及加强生态建设、退耕还草还田等措施,将使得那些与可持续性发展农业相关专业的毕业生就业保持稳定的增长水平。

5. 政府的重视、社会的关注为毕业生提供了良好的就业环境

(1)组织建设上,国家在各个省区建立了全方位的就业服务机构;政策保障上,提出解决就业问题是贯彻“三个代表”的重大实践。

(2)人民代表大会和政协委员也为大学生就业支招,主要包括以下措施:完善社会保障制度,积极引导“体制外就业”;扶持中小型企业,扩大就业面;制定西部地区就业优惠政策,吸纳人才;规范招聘市场,维护毕业生合法权益;利用网络资源,拓宽网上就业服务;改善就业评估体系和户籍管理制度,拓宽就业渠道;培养应用性、技能性、复合性或综合性人才,减少供需结构性矛盾,等等。

(3)用人单位的观念也发生了很大变化,突出表现为:

一是淡化专业。不再以专业对口为前提,更加重视综合素质。

二是重视能力。决策能力、交际能力、领导能力、创新能力、团队合作能力、系统思考能力、学习能力、高情商等。

三是重视英语、计算机水平。把英语和计算机水平作为引进人才最基本的条件。

6. 日益完善的高校毕业生就业服务体系,为毕业生和用人单位可以提供多方面的帮助

据统计,每年近80%的毕业生通过学校来落实就业单位。经过多年的努力,目前高校和地方毕业生就业主管部门已经构建了良好的工作体系,就业工作队伍日益正规,工作设施日趋完善和工作经验日渐成熟。

7. 高校加快学科和人才培养结构的调整,为毕业生就业提供了基本保证

学校重视根据社会需求调整学科结构,全面推进素质教育,提高教学质量,使得毕业生的培养质量和社会适应能力得到了进一步的提高,可以缓解就业难的状况。

(二)农林院校毕业生面临的主要问题

1. 国家农业经济发展的水平、规模和速度在区域间的差异,限制了毕业生的就业空间

长期以来,我国农村生产力水平一直较低,城乡二元结构性矛盾突出,特别是

社会地位、生活条件、工作环境、文化生活相对城市的差异,严重影响着毕业生到农村工作的积极性。以致城市生源的毕业生不愿意去农村就业,农村生源的毕业生不愿意回农村就业。从中国农业大学每年毕业生的实际就业结果就可以看到,70%以上的毕业生留在了大中城市,在不同的行业领域里从事着与农业有关的科研、教学、管理等工作。影响毕业生到农村就业工作的障碍有:

一是目前农村乡镇企业和科技性农业还处于起步阶段,绝大多数地区的农业生产科技知识含量不高,对较高层次的农林院校毕业生的需求能力有限。

二是农业经济产业结构的调整刚刚开始,农业生态、农产品加工业的发展速度、规模未能得到较快的发展,接收毕业生数量有限。

三是现行的农业技术人才管理体制以及经费的短缺,严重影响着农业技术人才的培养和使用。

2. 社会对农业的片面认识,对毕业生的就业存在干扰

农业属大范畴的产业,随着科技的发展,除人们传统观念中的种植业和养殖业外,与农业有关的还有医学、生物、机械、水利、土木工程、食品、管理、化学等综合学科。但是多年来,社会媒体片面、简单地以农科院校毕业生是否在农业系统就业,作为衡量农科院校毕业生就业难的一项标准,并大肆渲染,不仅使得农业院校招生工作常常处于尴尬局面,而且影响了学生的学习积极性和自信心,以致农林院校毕业生在就业市场上仍受到不同程度的歧视。

第二节 职业生涯规划对个人成才的作用

在就业形势普遍严峻的情况下,大学生就业难已成为事实。然而,同样是大学生,为什么有的很快就找到了工作,并且是自己满意的工作,而有的人却为找工作而焦头烂额,或找不到适合自己的工作。除了自身先天的素质之外,大学生是否对自己的职业生涯规划做出科学的规划是一个重要的原因。

一 大学生需要有效的职业生涯规划

在进入劳动力市场之前,很多大学生都不能客观、全面地看待自己,对自己今后的职业生涯很少做出系统而全面的分析,很少认真地思考以下一些最基本而又最重要的问题:

- ★ 我想做什么
- ★ 我会做什么
- ★ 环境支持或允许我做什么

★ 我的优势是什么

★ 我的不足是什么

★ 我有没有职业与生活的规划？如果有，是什么

实际上，很多毕业生对这些问题的回答都显得模糊不清，这些毕业生不能正确地、客观地评价自己，不能正确地分析自己的职业兴趣、职业能力、性格气质等方面，因此，在求职的过程中，他们经常碰壁，即使找到工作，也可能发现这份工作根本就不适合自己，不久还得重新进入求职的过程。

小资料

七成大学生迫切需要职业规划

当前我国高等学校毕业生普遍缺乏职业生涯规划的意识。据《中国青年报》报道，北森测评、新浪与《中国大学生就业》杂志于2004年6月28日至7月7日共同实施了一次大型调查，采用在线填答形式，共收集有效问卷2 627份。参与调查人群包括在校非应届大学生、硕士生、博士生、应届毕业生及毕业超过一年的人等典型人群。

调查显示，大学生对于个人职业生涯规划满意度整体水平不高。各项调查指标的满意度最高没有超过3.6分（5分表示非常满意），其中对“职业生涯规划现状”和“求职方法和技巧”的满意度最低，对“清楚了解自己个性”满意度最高。

有40%的大学生在调查中表示，不愿意从事与自己专业相一致的工作。

大学生在求职过程中，学校就业中心是他们获得外界工作信息及职业规划指导的一个主要途径。但是，对就业中心的各项情况和服务，表示出满意或比较满意的调查者不到总数的15%，而选择“一般”的调查者占总调查人数的30%，另有30%的学生根本不了解就业中心的情况和服务。

调查显示，曾经接受过系统职业生涯规划服务的人只占到所有被访者的5%。这一方面说明无论是学校就业中心还是社会层面相应的服务机构提供的服务体系并不完善；另一方面也说明职业生涯规划服务市场还有很大的拓展空间。

在现实生活中，当大学生面临职业选择或职业困惑时，他们最主要的解决途径是自己思考解决，占到了44%；其次是与父母和同学商量，分别为12%和15%；选择由专业机构对自己进行指导的学生仅占一成。

虽然现实生活中大学生较少使用享受系统的职业生涯规划指导服务，但是面对未来的发展，超过80%的人还是认为职业生涯规划在心目中的地位重要或非常

重要。70%以上的人表示需要或者非常需要职业生涯规划服务的指导。

(资料来源:《中国青年报》 作者:谢洋)

职业生涯规划的目的不仅仅是帮助个人找一份工作,更重要的是帮助个人真正了解自己,正确估量内外环境的优势和限制,做到“衡外情、量己力”,为自己策划和设计出合理可行的职业生涯发展方向,从而实现个体职业可持续发展,最终达到和实现自己的人生目标。

二 职业生涯规划对个人的具体作用

职业生涯规划能使个人掌握职业生涯发展规律,科学地规划人生,实现人生价值,提升生命品质,促进个人职业生涯的发展。

(一)职业生涯规划能够帮助个人确定职业发展的目标和方向

职业生涯规划可以帮助个人对自我进行全面的分析,从而认识自己,了解自己的特点和兴趣,评估自己的能力、优势和不足。在设计和规划的过程中,通过对客观环境的分析,可以明确自我职业发展的方向,正确选择职业目标,并运用适当的方法,采取有效的措施,克服职业生涯发展中的困难和障碍,使自己的才能得到充分发挥,从而获得事业上的成功,实现人生的理想。

随着社会的快速发展,社会为大学生们施展才华提供了更为广阔的舞台,大学生追求事业成功的愿望更为迫切。然而机遇和挑战并存,面对社会的发展、竞争的残酷,那些毫无准备的人将会感到茫然无措、惶恐不安,产生巨大的心理压力。因此,大学生在大学期间认真做好职业生涯规划,全面剖析自己,科学地确定自己职业发展的目标和方向,并不断开发自己的潜能,才能正确掌握自己人生的航向,驶向人生成功的彼岸。

(二)职业生涯规划能够促进个人努力工作

任何工作和事业都必须经过艰苦的个人努力方能成功获得。因此,一旦制定了自己的职业生涯规划之后,一方面让自己明确了努力的目标,另一方面也是不断地督促自己努力工作的鞭策力。职业生涯规划就好像给自己树立了一个明确的标靶,惟有目标明确我们才能奋勇直进。随着这些规划内容逐步实现,又增强自己对目标的成就感,进一步促进自己向新的目标前进。制定和实现职业生涯规划就好像一场比赛,随着时间的推移,一步一步地实现所制定的规划,自己的思想方式和工作方式又会不断地完善和发展。

(三)职业生涯规划有助于个人抓住工作的重点

制定职业生涯规划的一个最重要的作用就是有助于合理地安排日常工作,评

价工作的轻重缓急。没有职业生涯规划,就很容易被日常事务所缠绕,甚至被日常琐碎的事务掩埋,无法实现人生目标。通过职业生涯规划,能够使我们紧紧抓住工作的重点,增强成功的可能性。

有人曾经说过:“智慧就是懂得该忽视什么东西的艺术。”任何事情、任何项目都有其工作的重点,如果不能对把握工作重点的轻重缓急进行排序,不能紧紧抓住工作的重点,必然是对工作面面俱到、浅尝辄止,而重要的工作却没有用足够的精力去完成,其结果难以成功。

正如两个人同时观察同一件事,有目标意识和一个无目标意识的人,其注意点和注意的角度是完全不同的,收获的结果也是迥异。一个人要想成就一番事业,树立了明确的目标,抓住了工作的重点,才会有意识地为工作重点下最大的功夫,为工作的需要创造最有利的条件,从而取得成功。

(四)职业生涯规划能够激发个人发挥潜能

没有制定职业生涯规划的人,很容易沉陷于繁杂事务。精力分散,就很难全神贯注地工作,也很难充分发挥自己的才干。职业生涯规划能够帮助我们集中精力,为实现自己的职业目标尽可能发挥个人的潜能。其实一个人的潜在能力是无限的,需要我们充分地去挖掘。并不是任何人都在某些方面具有得天独厚的天赋,惟有善于激发个人潜能,才会努力学习从而实现能力的提高和锻炼。比如,在大学期间,并不是每一个大学生都在组织协调、科研发明等方面有优势,但是相当一部分同学在这些方面都有很大的潜能。因此,一旦赋予这些大学生以工作任务和目标,调动他们内在的激情,他们都会通过努力地学习,充分激发其内在的潜能,最后都将工作和学习完成得很好。历史上很多伟大的科学家、军事家等,开始也都不是从事这些方面的工作,但是在客观环境要求和个人人生追求的鞭策下,经过刻苦努力,个人潜能得到开发,最后都获得了巨大成功。因此,通过职业生涯规划,明确了发展的目标和方向,经过个人的努力和使潜能得到发挥,都可以实现人生的事业发展。

无论从事什么职业,从事什么工作,通过科学的职业生涯规划,可以帮助一个人更好地实现职业目标,获得事业的成功,帮助一个平凡的人成长为一个出色的人才。

实例分析

激发个人发挥潜能的有效方法

某著名中外合资汽车生产企业零配件销售科小李,大学毕业后经过层层筛