



高等院校公共基础课程规划教材

职业生涯规划
与就业指导教程
ZHIYESHENG YAGUIHUA
YUJIUYEZHI DAOJIAOCHENG

大学生

AXUESHENG

主 编：魏莉梅
副主编：林泽鸣



经济日报 出版社
Economic Daily Press

大学生职业生涯规划与就业指导教程

主 编：魏莉梅

副主编：林泽鸣

图书在版编目(CIP)数据

大学生职业生涯规划与就业指导/魏莉梅著. —北

京:经济日报出版社,2008.1

ISBN 978-7-80180-827-1

I. 大… II. 魏… 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(2007)第 204433 号

大学生职业生涯规划与就业指导教程

作 者	魏莉梅
责任编辑	赵建华
责任校对	徐元清
出版发行	经济日报出版社
社 址	北京宣武区白纸坊东街 2 号(邮政编码:100054)
电 话	010-63567690-63567691(编辑部) 63567683(发行部)
网 址	www.edpbook.com.cn
E-mail	jjrb58@sina.com
经 销	全国新华书店
印 刷	北京仰山印刷有限责任公司
开 本	787*1092mm 16 开
印 张	16
字 数	340 千字
版 次	2009 年 1 月第二版
印 次	2009 年 1 月第四次印刷
书 号	ISBN 978-7-80180-827-1
定 价:	26.00 元

版权所有 盗印必究 印装有误 负责调换

前 言

我国高等教育已从“精英”逐步走向“大众化”。2006 年我国在校大学生已达到 1800 万,居世界首位;2007 年全国大学毕业生达 495 万人,比 2006 年增加 82 万,同比增幅达 19.9%。2010 年之前,我国大学毕业生每年将以 20% 速度继续递增,这是高等教育大众化带来的可喜成果。

但据 2007 年 7 月统计,大学毕业生初次就业率仅达 60%,与 2006 年的 72.6% 相比,出现了较大的落差。据劳动保障部发言人称“2007 年,全国的就业形势依然严峻。”因而,我国大学毕业生已经“供过于求”,大学毕业生“就业难”的呼声此起彼伏。

大学生是否真的“供过于求”?大学生“就业难”的原因到底在哪里呢?具体分析造成这一困难的实际原因并制定相应的对策,使我国高等教育大众化的步伐迈得更为健康有力,也使我国的高校毕业生能够实现充分就业,作为高校的教育工作者,尤其是就业指导老师责无旁贷。

目前,大学生就业难是事实,但大学生就业难并不说明我国的大学生供过于求。大学生就业难问题只是社会的表象。从根本上说,我国的大学生不是多了,而是少了。以下一些简单的数据类比就足够说明问题。

从高校的毛入学率看,我国的大学生并不多。目前我国高校的毛入学率是 23%,而据联合国教科文组织《1995 年世界教育报告》统计,1994 年西方国家的高校毛入学率均已超过了 30%,其中法国、加拿大、美国、澳大利亚、芬兰、新西兰、挪威 7 个国家超过了 50%。但是这些国家并没有因为高等教育进入大众化阶段或普及化阶段而带来大规模的大学生失业。

从每 10 万居民中大学生数量看,我国的大学生并不多。根据联合国教科文组织和我国教育部的统计,1996 年,每 10 万居民中的高校学生人数,西方国家已普遍超过 3000 人,其中,加拿大为 5997 人,美国 5339 人,韩国 5609 人;当时的国际平均水平为 2000 人。而我国到 2000 年也才只有 723 人,即使经过大规模扩招,目前也仅达到 2000 人的水平,仍只接近世界平均水平。

从具有大学本科及以上学历人员占专业技术人员总量的比例看,我国的大学生并不多。据统计,2001 年,我国专业技术人员总量为 3877 万人,仅占从业人员的 5.5%,相当于发达国家的 1/3 ~ 1/4;具有大学本科及以上学历的仅占专业技术人员总数的 17.5%,高级人才仅占专业技术人员总数的 5.5%。到 2005 年,我国专业技术人才总量虽然达到 4200 万人左右,但从 2007 年全国大学招生录取数据来看,理工类考生远远少于文史类考生,预计三四年后具有大学本科及以上学历人员和高级人才占专业技术人员总数的比例仍不能得到明显提

高。

从企业专业技术人员占全部专业技术人员的比例看,我国的大学生并不多。现今大多数国家的专业技术人员有 2/3 以上在企业工作,譬如在美国,企业中从事研究开发的科学家与工程师占其专业技术人员总量的 80%,而我国在企业的各类专业技术人员还不到全国专业技术人员总数的 40%,从事直接技术创新的企业和部门普遍缺少所需人才。

从我国高等学校的学科类别、专业结构来看,近几年,在人才市场热门专业和低办学成本的双重驱动下,许多高校不顾自身条件,盲目争上社会热门专业,造成部分学科规模严重失控的情况。如:管理学科专业(包括工商管理、公共管理、管理科学与工程三个种类),经济类专业(包括经济学、国际经济与贸易、金融三个种类),计算机与电气信息类专业,外语类,艺术类,新闻传播学类专业学科的本专科在校生规模发展过快,远远超出了人才市场的吸纳能力。

与此同时,国家工业发展急需的地矿类、能源动力类、机械类、轻纺食品类、化工与制药类等这几年招生规模增长速度相对较慢,在高等教育总规模中的比例有所下降。而这些学科的毕业生需求却比较大,就业率都比较高,许多小企业和县镇两级的工业企业都招不到大学毕业生。

从高考学生报考专业来看,绝大多数考生在家长和老师的指导下,忽略了根据自身的优势和个人兴趣,热衷于报考经济与管理类专业,而社会需求量仍然较大的理工类专业却较少考生问津,造成生源严重缺乏,不能完成招生计划。这必然导致大学毕业生结构性失业。

从毕业生就业心态来看,大学生的就业重心始终处于高位,对于大城市、大企业的追求超出社会实际的需求,导致大量毕业生无法被市场消化,形成了大学毕业生就业难,同时企业求人才也难的“两难”境地。我国大学生就业难的状况,在今后若干年内依然存在。

综上所述,随着我国精英型教育向大众化教育体制的转型,大学生就业难状况的凸现,给我国高等教育提出了新的问题。当然,教学需要改革,专业设置需要调整,大学生就业指导工作亟待加强。

目前,我国各级政府,教育部和各省教育主管部门都十分重视大学生的就业工作,出台了一系列方针政策促进大学生充分就业,与此同时,越来越多的高校领导和就业指导教师为缓解大学生就业压力,已经对大学生的就业指导工作给予高度的重视,大学生就业指导工作已成为高校教育工作的一个重要组成部分。不少高校把就业指导课程列入教学计划,计算学分。对学生的就业指导工作不再是短期行为,不再停留在毕业当年,而是从大一开始对大学生进行职业生涯规划指导,并作为高校就业指导工作的重要手段和核心内容,把就业指导贯穿在大学的全过程,努力提升就业指导的科学性和实效性,以增强大学生的就业力。

然而,目前我国大学生职业生规划的现状不容乐观,总体上职业生涯规划意识不强。调查表明:62%的大学生对自己将来发展、工作、职业生涯规划没有规划,33%大学生不明确,只有5%的大学生有明确的设计规划。大学生对职业生涯规划存在理想化倾向,职业生涯规划目标的理

想色彩较浓,据某省人才市场测评结果显示,89%的大学生表示自己两年之内要做主管,5年后成为部门总监;71%的同学说,35岁之前要成为年薪50万~100万元的职业经理人,做一名叱咤风云的“金领”。

部分高校大学生的“职业生涯规划”调查显示:不少大一学生中,在选择专业时显得盲从;多数学生对职业生涯规划方面的知识既渴望又陌生;对自己的生涯设计感到迷茫、无所适从,甚至怀疑;由于大学生对自己职业生涯规划的不清晰,因而导致了大学期间荒废学业,无所事事,待到毕业择业时才感到懊悔;即便有些大学生有职业生涯规划,但由于得不到正确的指导,导致职业生涯规划不够科学性,主要表现在应急性、急功近利性、自我性等。致使一些大学生面临严峻的就业形势束手无策。

为了更好地帮助大学生科学地规划自己的人生,明确人生的奋斗目标,走好人生的每一步,尤其是计划好大学时期的每一天,等到大学毕业的那一天,能够从容地迈出校门,走向社会,在梦寐以求的岗位上闪光,我和几位大学资深就业指导老师根据多年的大学生就业指导积累的教学经验,编写了《大学生职业生涯规划与就业指导教程》一书。本书的编写旨在让在校大学生了解职业生涯规划的意义,确立职业理想,树立正确的职业观,掌握职业生涯规划的正确方法和步骤,设计科学可行的职业生涯规划;了解国家大学生就业的方针政策,树立正确的择业观念,掌握求职技巧,在激烈竞争的就业形势下成功就业。

本书第九讲“大学毕业生择业心理调适”由张蓓蓓老师负责编写,第十五讲“大学生自主创业”由江小卫老师负责编写,第十六讲“适应社会走向成功”由刘学群老师负责编写。

《大学生职业生涯规划与就业指导教程》一书适用于大学本专科院校各年级学生以及大学就业指导老师,也适宜于青年人自学。由于编著者水平有限,书中的错漏在所难免,望同行给予斧正,望读者提出批评。

魏莉梅

2008年1月3日于广州南湖半岛

目 录

上篇 大学生职业生涯规划	001
第一讲 大学生职业生涯规划概述	001
第一节 大学生职业生涯规划现状	001
第二节 大学生职业生涯规划的要害和作用	007
第二讲 职业的概念	009
第一节 职业的概念及其意义	009
第二节 职业的特点与作用	012
第三节 职业的分类	013
第四节 职业的形成与发展	017
第三讲 职业生涯规划	028
第一节 职业生涯	028
第二节 职业生涯规划	031
第四讲 自我认知	033
第一节 确定志向	033
第二节 认识自我	034
第三节 运用人才测评工具认识自我	037
第五讲 职业认知	070
第一节 职业环境分析	070
第二节 选择职业	074
第六讲 设计职业目标	089
第一节 确定职业目标和路径	089
第二节 制定行动计划	097
第七讲 职业生涯管理、评估与修正	110
第八讲 大学生职业生涯规划设计	115
下篇 大学生就业指导	121
第九讲 大学毕业生择业心理调适	121
第一节 大学毕业生择业心态分析	121
第二节 大学毕业生应具备的择业心态	127
第三节 培养良好的择业心态	129
第十讲 大学生求职材料准备	135
第一节 求职信的撰写	135

第二节 简历的制作	141
第十一讲 就业信息采集与运用	161
第一节 就业信息的采集与筛选	161
第二节 小心招聘陷阱	162
第十二讲 应对面试	170
第一节 面试技巧	170
第二节 求职面试的形象包装与礼仪	176
第十三讲 大学生就业政策与法规	191
第一节 中国大学生就业政策的历史演变	191
第二节 目前我国的大学生就业政策	193
第三节 劳动合同与法规	195
第十四讲 大学毕业生就业程序	201
第一节 就业相关资料的填写说明	201
第二节 大学毕业生就业程序	203
第三节 大学毕业生暂缓就业政策	206
第四节 签订就业协议和劳动合同	208
第十五讲 大学生自主创业	210
第一节 大学生创业概述	210
第二节 大学生成功创业	215
第十六讲 适应社会走向成功	227
第一节 从大学生到职业人的角色转换	227
第二节 职业人的必备职业素质	231
附件:毕业生就业问题答疑	240
参考文献	245

上篇 大学生职业生涯规划

第一讲 大学生职业生涯规划概述

第一节 大学生职业生涯规划现状

一、启示录

(一)“考霸”现象的启示

媒体曾经报导过两位北大清华连考连上的“考霸”。

一位是新疆伊犁尼勒克县的“考霸”安治邦。安治邦是蒙古族人,曾于1999年应届考入大连医科大学,大三时自动退学,并于2002年考入北大计算机系。在北大学习一年半,因为迷恋上网被学校劝退。安治邦又回到伊宁复读,于2004年考入清华大学土木工程系。在清华上学两年半,再次因为迷恋上网被学校劝退。今年安治邦考了613分,再次被北大环境科学系录取。他从1999年至今,已经参加了4次高考,先后考上过大连医科大学、北大和清华,第一次进大学也许是对所学专业不感兴趣而自动退学;后两次都是因为在校时迷恋网络,导致多门功课不及格而被学校劝退。安治邦这8年不完整的大学经历,特别是在北大清华的几年,家长与老师都认为:沉迷网络是坏事根源。

另一位是四川“考霸”张非。2003年,张非考上北京大学。在北京大学学习时,也因迷恋上网误了学业,2004年7月因成绩太差被劝退;2005年张非以703分的成绩并列南充理科状元,被清华大学录取。考入清华大学后,张非却再次深陷网络,2007年1月31日,他又因学习成绩太差而被清华大学劝其退学。2007年第三次高考的张非又考出了677分的成绩,被清华大学环境科学与工程系录取。

张非第三次高考填志愿的一幕更耐人寻味:张非一心想上北大心理系,但父母想让他上清华,因为他在清华还保留着学分,可以提早毕业。班主任则认为他不善于和人打交道,更适合搞尖端科研。闷闷不乐的张非在父母的陪同下走进校门填志愿。“就报北大心理系,再加两个专业。”翻了一下报考指南后,他突然问:“环境科学是学什么的?”听了别人的解释,张非再次埋头翻看。过了好一会儿说:“我不报心理学了,报环境科学,这科目有用!”张非像一下子找到了奋斗目标……

从两位“考霸”身上让我们看到,他们都是基础知识十分扎实的学习尖子;高考时的目的很明确:我要上大学,我要上重点大学,目标瞄准清华北大。然而,为什么上大学?选择什么专业?打算毕业后从事什么职业?人生的奋斗目标是什么?一概不清楚。于是出现了要么上了大学后自动退学,要么在大学期间沉迷网络的虚拟世界。结果,一而再,再而三地被学

校劝退。

“考霸”现象发人深省,究其原因,是我国高校大学生职业生涯规划指导的缺失。假如大学生职业生涯规划深入人心,也许“考霸”现象会减少。

(二)“退学”风波的启示

2003年春天,大学校园里传递着一个耐人寻味的故事。

主人翁是高才生刘某同学。1998年,刘某第一次参加高考,未被他所报的浙江大学第一志愿的专业录取,但如果服从专业调配的话,可特别录取到化学工程系学习。四年后的2002年,他获得学士学位,由于他学习成绩一直是全班第一,还担任了该系学生党支部书记,被浙江大学保送到清华大学化学反应工程专业直接攻读博士研究生。刘某说:当时浙江大学考研可以选择的专业都不是自己喜欢的,那时就有了一种朦胧的感觉,觉得自己应该投身建筑专业。但由于对清华的崇拜,加上没有更好的选择,所以我还是选择了去清华,但专业还是不理想。”带着莫名的遗憾,刘某踏进了清华园。

博士论文引发他对前途的苦思。第一个学期即将结束,导师把博士毕业论文题目交给刘某,“我一下傻了!我用5年的时间要苦苦证明的,竟是一个我认为毫无用处的东西。”

刘某开始了痛苦的思索:我到底该做什么?这就是我毕生追求的东西吗?他仔细地分析了自己,在所有的科目中,他的数学一直是弱项;但形象思维则很强,小时候学习书法、画画,都得过国家级奖。“我觉得一直萦绕脑际的那个想法开始清晰,我应该学那种和工科、文科、文学、艺术、绘画结合的学科,我是那样的料!”

2003年3月,他做出让人惊讶的选择:在清华大学申请退学。2003年6月,第二次参加高考,并以优异的成绩被清华大学建筑系录取。他为实现自己的梦想二进清华。迄今为止,实现梦想而“退学”此类现象在大学里仍然存在。一批又一批新生中,仍然有不少大学生被迫的、无奈地修读自己不感兴趣的专业。这种现象在民办院校中基本消除,但在重点院校中一时难以改变。这需要高校教育工作者对职业生涯规划重要性的理解,需要大学生对职业生

涯规划的实践。

(三)两个和尚挑水吃的启示

有二个和尚分别住在相邻的二座山上的庙里。这二座山之间有一条溪,这二个和尚,每天都会在同一时间下山去溪边挑水。久而久之,他们便成为好朋友了。

就这样,时间在每天挑水中,不知不觉已经过了五年。突然有一天,左边这座山的和尚没有下山挑水,右边那座山的和尚心想:“他大概睡过头了。”便不以为然。哪知第二天,左边这座山的和尚,还是没有下山挑水。第三天也一样,过了一个星期,还是一样。直到过了一个月,右边那座山的和尚终于受不了了。他心想:“我的朋友可能生病了,我要过去拜访他,看看能帮上什么忙。”

于是他便爬上了左边那座山去探望他的老朋友。等他到达庙里看到他的老友之后,大吃一惊因为他的老友,正在庙前打太极拳一点也不像一个月没喝水的人。

他好奇地问:“你已经一个月没有下山挑水了,难道你可以不用喝水吗?”左边这座山的和尚说:“来来来,我带你去看。”

于是,他带着右边那座山的和尚走到庙的后院,指着一口井说:“这五年来,我每天做完功课课后,都会抽空挖这口井。即使有时很忙,能挖多少就算多少。如今,终于让我挖出水来,我就不必再下山挑水,我可以有更多时间,练我喜欢的太极拳。”

我们在工作领域上,即使薪水、股票拿的再多,那是挑水;而却忘记把握下班后的时间,挖一口属于自己的井,培养自己另一方面的实力;未来当你年纪大了,体力拼不过年轻人了,您还是有水喝,而且还要喝得很悠闲。

(四)我国大学生就业现状的启示

大学里常有毕业生感慨地说:大一时不知道自己不知道,大二时知道自己不知道,大三时不知道自己知道,大四时才知道自己知道。大学的四年时间太短,面临毕业,才发现自己该看的书没看,该听的讲座已经错过,该做的事来不及做,该锻炼的机会擦肩而过……总之,留下不少遗憾。时光一去不复返,剩下的只有追忆。

寒来暑往,年复一年,高等院校送走一批又一批大学毕业生。在毕业生就业现象中,大致可分为三种类型。一是“轻松就业型”,二是“到时看机遇型”,三是“努力找工作型”。

“轻松就业型”这类毕业生总是很快找到自己心仪的工作,愉快地告别老师和同学,告别生活多年的大学校园,走上工作岗位。究其原因:职业生涯规划从大一开始,各个时期的奋斗目标早已确定,不断为实现自己的目标作不懈的努力,他们很早就知道自己知道。

“到时看机遇型”这类毕业生,要问毕业后的去向,他们谈不出太多的想法,只是确定自己不考研,而是考公务员,到企业,当教师等等,什么职位他们都想去尝试。象这样对于未来职业认识模糊的学生并不在少数。有关专家指出,目前,不少毕业生就业前迷茫、就业后频繁跳槽的一个重要原因就是缺少职业生涯规划。如果能够尽早根据人生目标和市场需求找准自己的岗位定向,在校时有针对性地进行相关知识的补充和能力的培养,那么毕业生的择业将更具有针对性。

“努力找工作型”的毕业生,从寒冷的11月到火热的7月都在慌忙地、艰难地、努力地找工作。这些同学每天或是上网投递简历,或是奔走于各式人山人海的招聘会。可是那些投出的简历大都是石沉大海,每次招聘会回来总是杳无音信。究其原因,他们由于饱受了高三的折磨后,进大学后就计划着大一大二先轻松,大三大四再努力。结果,从大一开始,睡觉的时间上网游戏,上课的时间呼呼大睡;颠倒黑白,习以为常,最终不能自拔。他们始终不知道自己不知道。临近毕业了自己想找什么样的工作,自身有哪些优势,企业需要怎样的人才等与就业有关的信息一无所知。他们越临近7月越是担心、忧虑。求职屡屡碰壁后,开始反思过去的大学生活:专业知识能力储备不足、实践经验没有、英语水平差……终于知道自己知道了。

据某人才交流中心的一项调查表明:目前超过20%的大学生求职时“不了解企业用人标准”。同时,应届毕业生在职业目标和角色意识上定位模糊,即不知道自己适合干什么,也没有确切的求职目标。因此导致了许多大学毕业生的浮躁心态。三D(difficult、dirty、dangerous 困难、脏、危险)不干现象严重。要不就高估自己的能力,对于招聘单位要求过高,干不了几天觉得工作辛苦待遇低,想跳槽就立刻跳槽。要不就是过分自卑,有了几次失败的经历后表现得饥不择食,“只要你肯录用我,我就什么都肯做”,干了一段时间感到没兴趣不合适,干不下去还是跳槽。为此,学校接到不少用人单位的投诉。

怎样才能让大学生都能健康成长,顺利走向社会,都有一个辉煌的人生?高校就业指导服务部门已经开始尝试在太一对大学生进行职业生涯规划的指导,通过指导学生实实在在做个人职业生涯规划,组织大学生参加班、系、学院、省等各级职业生涯规划大赛,让职业生涯规划在大学生中逐步得到推广和普及。

二、国内外职业指导简介

一百年前,在世界上一些发达国家,职业规划指导已在学生的中深入人心。1906年,美国波士顿大学的帕森斯教授,为帮助大学生有效地选择职业,他率先在学校把就业指导纳入教学计划,并著有《职业选择》一书,他在书中强调个人特质与职业选择的匹配关系。1908年,帕森斯教授成立了世界上第一个职业咨询机构,因此被誉为“职业咨询之父”。1918年职业指导进入美国学校教育领域,确认为美国教育的组成部分,学校普遍设有职业指导机构,并配备专职咨询工作者和职业指导老师。

目前,美国的职业生涯规划教育已形成一个完整的体系,甚至有专门的法案来保障实施。美国的职业指导从小学就开始,小学里有“职业日”(Career day),由社区里各行各业的职员为孩子们介绍各自的工作,让他们对各种职业形成初步的印象。孩子长大一些后,学校又会组织职业实践活动。如办模拟公司,让每个学生担当不同的角色,进一步加强对各种岗位的认知。进入中学、大学后,学校会帮助学生进行多次职业测评,帮助学生了解自己的兴趣、技能、个性、价值观、优劣势等,并进行一些社会实践。参加工作后,人力资源部会对员工进行职业生涯规划的指导,引导员工不断地对自己的职业发展进行动态调整。

法国的职业指导于1936年被提上学校工作日程。学校职业指导则称为“方向指导”,它具有一定的权威性。主要内涵是按照学生的学习兴趣、学业成绩和能力,指导他们选择学业方向或继续接受教育的类型。

英国学校的职业指导开始于1944年,60年代萨帕的职业生涯发展理论的传入,引起了英国普通学校职业指导的热潮。80年代以后,英国政府颁布了一系列的文件,是世界上较早对学生职业指导活动提供法律依据的国家之一,确认学生从14岁开始有职业选择的可能性,要求普通中学开展职业指导,强调职业指导应是学校课程的一部分。

日本自20世纪中后期,职业指导被正式列入日本学校的教学计划,所有中学都开设了“進学指导”课,即职业指导课,职业生涯教育开始进入“课程化”时期。

加拿大视职业指导为学校教育的重要组成部分,其职业指导课程相当发达,得到了系统的、富有成效的开发。小学阶段,课程目标主要是让小學生初步了解社会上的各行各业,中学阶段,课程目标主要是帮助学生选择适合自己的职业,进行职业定向、职业探索,并使学生掌握基本的职业技能。

瑞士的职业指导教育目的是让学生认识自己的能力、兴趣和个性,明确适合自己的职业,尽可能保证学生在校期间为具体的职业作好准备,最终与雇主签订合适的学徒合同。

战后澳大利亚和亚洲“四小龙”等国家和地区都认识到了在学生中开设职业指导的重要性,并根据国情而制定相应的措施。

纵观国外近一个世纪的发展,职业指导的理论与实践模式日臻完善和成熟,形成了系统的指导方法。虽然各国的国情不同,但是各国都是在社会经济发展和改革中把职业指导作为提高国民素质、促进劳动就业的重要手段。

我国对学生进行职业指导的试验已有80多年在历史。早在1923年,中华职业教育社开始在职业学校中开展职业指导的试验。1946年,中华职业教育社在普通中学进行职业指导及职业咨询的实验,对初中学生进行升学准备与职业训练同时兼顾的教育。这一实验取

得了一定的成果。

新中国成立后,由于种种原因,国家停止了对职业指导的研究与实施,直到1989年才恢复。1995年,国家教委正式下发了《普通中学职业指导纲要(试行)》的通知,对中学职业指导的原则、目标、内容、途径和方法及管理都做了系统规范。1996年,正式将职业指导写入《职业教育法》。2001年10月25日由教育部考试中心和北京师范大学心理系联合研制开发的《升学与就业指导测验》(升学版)在北京通过了专家鉴定。

今天,在中国,对大学生的职业生涯规划教育从零星进行到悄然兴起。

然而,由于我国在大学生职业规划的普及工作起步较晚。大学生对职业生涯规划还比较陌生。这种情况无论是对他们的大学生活和学习质量,还是对他们的成才和就业都有不良的影响。致使一些大学生在职业选择与放弃的十字路口中徘徊。

据中华英才网的跟踪调查显示:我国目前有47%的大学生在职业规划方面还处于“零投资”的状态。这都是因为他们对职业生涯规划没有足够的认识。

“考霸现象”和“退学风波”发人深省,已经引起高校对大学生职业生涯规划指导的重视。专家们呼吁要尽快建立职业生涯规划教育体系。职业生涯规划从大一开始的呼声在各高校此起彼伏。

2004年开始一些省份的高校举办大学生职业生涯规划大赛。

2006年全国第一届大学生职业生涯规划大赛隆重推出。

2007年5月11日全国首个高校大学生职业生涯规划研究所成立。

我国职业指导(职业辅导)网站和职业辅导杂志相继出现。

2007年12月28日教育部办公厅发出《关于印发〈大学生职业发展与就业指导课程教学要求〉的通知》明确从2008年起提倡所有普通高校开设职业发展与就业指导课程,并作为公共课纳入教学计划,贯穿学生从入学到毕业的整个培养过程。

虽然我国大学生职业生涯规划指导的起步与普及工作较晚,但不少大学跟上了时代步伐,相继开设职业指导师资培训班;编写大学生职业规划教材;设计大学生职业生涯规划课程;接连举办校内、省内以及全国大学生职业规划设计大赛。大学生开始对职业生涯规划有所认识。开始意识到个人的职业生涯规划的重要意义。

三、大学生职业生涯规划的意义

不少应届大学毕业生没有做好自己的职业生涯规划,就匆忙拿着简历与求职书到处乱跑,总想会撞到好运气找到好工作。结果是浪费了大量的时间、精力与资金,感叹招聘单位是有眼无珠,叹息自己英雄无用武之地。这部分大学毕业生没有充分认识到职业生涯规划的意义与重要性,认为只要有关系、学识、耐心、口才等条件就能找到理想的工作;认为职业生涯规划纯属纸上谈兵,简直是耽误时间,有那时间还不如多跑两家招聘单位。这是一种错误的理念,实际上未雨绸缪,先做好职业生涯规划,磨刀不误砍柴工。大学生有科学的职业生涯规划,人生就有明确的目标,学习才有动力,努力便有方向,再把求职活动付诸实践,这样的效果要好得多,也更科学、更经济。大学生职业生涯规划具有重要意义。

(一) 社会竞争的残酷性需要

今天,社会竞争的残酷性可以用一则寓言来说明:在非洲的大草原上,生活着羚羊和狮

子。每天清晨,羚羊从睡梦中醒来,它想的第一件事就是,我必须比跑得最快的狮子还要快。否则,我就会被消灭。而狮子也同时在想:要想得到我今天的美餐,我必须比跑得很快的羚羊更快,于是在广阔无垠的大草原上,无时无刻不在演绎着惊心动魄的生死搏杀。优胜劣汰的自然法则,在这里体现得淋漓尽致。

每一位大学生今天要规划好自己的明天,就像上述预言中的羚羊和狮子。我们必须告诫自己:“每天淘汰你自己”。事实上,我们所处的生存空间正在被无限压缩。20世纪70年代的时候,欧美一些未来学家曾经预言:“当人类跨入21世纪时,每周的工作时间将压缩到36小时;人们将会有更多的时间提升自我,休闲娱乐。”但历史的脚步迈进21世纪时,人们却惊讶地发现,相当多的人自动延长工作时间,甚至超过了72小时,而有不少人却找不到工作。

假如你不淘汰自己,可能就会被别人淘汰,这就是今天的社会中普遍存在的残酷现象。

一位在某中外合资企业担任网络通讯设备的销售经理三年来一直忙于日常事务,没有时间“充电”。今天,他的下属学历比他高,能力比他强,经验也在数年的商海中获得了积累,羽翼日渐丰满,销售业绩惊人,在公司最近的绩效考评中名列第一,迅速淘汰了这位上司。

(二) 高等教育大众化时代大学生就业形势的需要

人类社会跨入21世纪,中国高等教育以惊人的速度向大众化时代迈入。2005年全国普通高校毕业生已接近340万,2006年已经达到380万,2007年已经超过420万。在2010年之前,每年的大学毕业生将超过430万。

美国著名教育社会学家马丁·特罗教授在《从大众向普及高等教育的转变》和《高等教育的扩展与转化》中提出了高等教育发展阶段划分的理论:当一个国家大学适龄青年中接受高等教育者的比率在15%以下时,属于英才高等教育阶段;15%~50%为大众化高等教育阶段;50%以上为普及化高等教育阶段。这一划分,现在通常被作为国际通行指数,用来衡量一个国家的高等教育发展水平。

我国高等教育的毛入学率从1998年的9.0%上升到2001年的13.30%,2002年末,这个数字已接近14%。2005年,我国高等教育毛入学率达到21%,2020年将达到30%,达到高等教育性大众化的标准。

在高等教育进入大众化阶段的条件下,大学生就业形势将发生根本性的变化,并呈现出一些新的规律和特点:

1. 大学毕业生的就业由“精英”走向“大众”。

高等教育大众化教育阶段与英才教育阶段相比,普通大众均可进入大学,大学生由“天之骄子”变为“普通老百姓”。

进入高等教育大众化阶段后,上大学不再需要“千军万马过独木桥”,相对多数人享有接受高等教育的权利,大学生不再是计划经济体制下的“宠儿”,大学毕业生的就业同普通老百姓一样,公平地参与社会竞争。大学毕业生由“天之骄子”变成“天之焦子”。

2. 大学生就业市场由“卖方”走向“买方”。

高等教育处在“精英教育”阶段时,高等学校毕业生供给小于社会需求,是毕业生的“卖方市场”。随着高等教育的迅速发展,大学毕业生数量急剧增加,大学毕业生供给紧缺的时代已经一去不复返了,大学毕业生与社会需求之间的关系由“供不应求”转为“供需平衡”,直至“供大于求”;大学生就业基本趋于市场化,价格机制在就业市场的调节作用越来越大。

大学生就业工作由过去的“卖方市场”转向“买方市场”。在社会需求总量增加不大的一段时间内,毕业生层次间的挤占岗位的效应将是一个较强的趋势;同层次、相同专业毕业生的名牌校与普通校之间,个人综合素质的竞争将格外激烈。

3. 大学毕业生待就业率逐渐增加。

根据西方一些国家在由精英教育向大众化转变过程中的经验和特点来看,大学生毕业后1~5年内失业人数比较多一些,失业率高一些。我国近几年大学毕业生初次就业率约为70%,2003年有60万毕业生在离校时未落实或未完全落实就业岗位,2004年超过70万。到了2006年全国毕业生在离校时未落实或未完全落实就业岗位有90万。大学生待就业的人数有逐年增加趋势。

第二节 大学生职业生涯规划的要素和作用

一、大学生职业生涯规划的要素

大学生职业生涯规划的六大要素包括:立志、知己、知彼、抉择、目标、行动。其中立志向是进行职业生涯规划的关键,知己、知彼两个是后面各项的基础。

“立志”是确定个人的志向和人生目标。

“知己”是了解自己的兴趣、能力、价值观、个性、性向,以及家庭环境分析、学校与社会教育对个人产生的影响等。

“知彼”是探索外在的世界,包括社会环境、职业特性、地域特点、行业与企业所需的能力,就业渠道、工作内容,工作发展前景、行业与职业的薪资待遇等。

“抉择”是根据自己的爱好、特长、社会需要以及自己的利益要求选择适合自己的职业。

“目标”是在知己、知彼的基础上根据自身的特点结合社会环境,规划自己人生目标。

“行动”是有了明确的人生目标,又付诸行动。只有行动才能真正达成自己人生目标。

二、大学生职业生涯规划的作用

(一) 职业生涯规划有利于更好地了解自己的实力

《水浒传》中描述,在陆地上斗,张顺是李逵的手下败将,可在水中打,张顺却把黑旋风李逵淹得直翻白眼。这说明两人各有实力。

世间万物,各有长短。人的价值在于自我回归,也就是把最优秀的自我充分展现出来。职业生涯规划最基础的工作是知己,即要客观全面认识自我。通过客观认识自我,了解我喜欢干什么?我能够干什么?我最看重什么?我最适合干什么?大学生通过职业生涯规划去发现和了解自己的实力,寻找自己的人生终极目标,充分运用自己全部的知识和能量,制定行动计划,实现人生目标。

每一个大学生的职业生涯规划与开发,都应有自知之明。成功的职业生涯规划,需要恰如其分地认识自己的能力,做自己人生的主人,在真正了解自己的基础上,展示最优秀的自我,朝着自己的人生目标奋斗。

(二) 职业生涯规划有利于明确人生未来的奋斗目标

一些刚进入大学的一年级学生,往往学习热情高涨,求知欲旺盛。但由于大学的教育方

式和培养模式与中学发生了根本改变,一直在家庭和学校无微不至的关怀下学习生活,在“温室”环境下成长的他们,乍到大学,远离亲人,顿时出现“断奶期”的不适应,他们矛盾、困惑、焦虑不安、不能自控,容易在一个陌生的环境产生较强的挫折感。

这种情况下,如果不及时调整个人心理状态,不及早找准自己的人生目标,不适时地规划自己的人生,就极有可能像无头苍蝇,撞了北墙撞南窗。不仅学习效果不佳,而且更会由于学习效果不佳而悲观失望,一蹶不振;不仅影响大学阶段后期的学习,甚至最终影响未来的求职择业。

一个人有目标,生活才不盲目;有追求,生活才有动力。只有将个人未来的职业、工作岗位、担负的职务以及未来的发展道路进行全面的规划,确定自己未来的奋斗目标,大学生的大学生活就不会盲目,不再彷徨。

(三)职业生涯规划在于有效地实现自我价值

当每个大学生对自己所从事的职业,要为之服务的工作单位和组织,要担负的职务以及在工作岗位上的发展道路进行全面的规划,明确了自己的职业或人生目标,并为实现各阶段的目标而自觉地进行知识、技术与能力等人力资本投资活动的过程中,自身的素质在不断地提高。

职业生涯规划不仅仅是帮助个人实现目标,更重要的是帮助个人真正了解自己,并且进一步评估内外环境的优劣、限制,在衡外情,量己力的情况下,设计出自己合理且可行的职业生涯发展方向,帮助自己重新审视自我价值,从而有效地实现自我价值并使自我价值持续增值。

(四)职业生涯规划可以降低成功的成本

职业生涯规划的核心是制定自己的职业目标和选择职业的发展路径。职业路径选择正确,能让人少走弯路,降低个人获得成功的挫折成本、机会成本和经济成本。一句话,职业生涯规划就是使成功有捷径可走。科学的职业生涯规划是人生成功的开始,职业生涯规划伴随我们的大半生,拥有成功的职业生涯才能实现完美人生。

总之,大学生职业生涯规划是个人成长与实现梦想的需要;是社会竞争的残酷性需要;是高等教育大众化时代大学生就业形势的需要。科学的职业生涯规划是在自我认知、职业认知的基础上寻找自己人生的终极目标。综观古今中外,各行各业的成功者给我们的启示:职业生涯规划是个人职业发展最经济的模式。

目前,我国不少大学以大学生职业规划设计大赛为契机,通过职业指导老师辅导与指引,借助于网络测评系统,将职业生涯规划的理念在大学生中推广。不少大学生正在接触、逐步了解和准备设计自己的职业生涯规划。

有了职业生涯规划不一定成功,但没有职业生涯规划肯定不能成功。只要我们通过科学的职业生涯规划,在人生的航程中,朝着既定的目标,扬起职业之帆,迎风劈浪,定能使向成功的彼岸。

思考与作业:

1. 大学生职业生涯规划有什么意义?
2. 结合个人实际,谈谈职业生涯规划的作用。

第二讲 职业的概念

第一节 职业的概念及其意义

一、职业的概念

职业是人类社会发展到一定阶段的产物。职业是指人们从事相对稳定的、有收入的、专门类别的社会劳动。职业是人的一种社会活动和生活方式,又是一种经济行为,也是人们从社会中牟取多种利益的资源,它对于每个人都极为重要,是一个人社会地位的一般性表现,也是一个人的权利、义务、职责。

人们从不同的角度出发,对职业的概念有不同的论述。

中国自古就有“职业”一词,从词义的角度解释,“职”有“社会责任”、“权利与义务”的含义,而“业”是以某种特殊的技能“从事某种业务”、“完成某种事业”。

美国社会学家塞尔兹认为,职业是一个人为了不断地取得收入而连续从事的具有市场价值的特殊活动。这种活动决定着从事它的那个人的社会地位。

杜威从实用主义哲学观点出发,认为职业是人们可以从中得到利益的一种生存活动。

日本职业专家保谷六郎认为,职业是有劳动能力的人,为了生活所得而发挥个人能力,向社会贡献而连续从事的活动。

我国学者姚裕群认为,职业是一个中性的概念。从社会的角度而言,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、专门类型的社会劳动。就个人的角度而言,职业则是指个人扮演的一系列工作角色。

在现实生活中,人们无不与职业活动发生着紧密的联系,职业活动几乎贯穿于每个人的一生。人们在生命的早期阶段接受教育与培训,是为了将来的职业活动做准备。从青年时期走入职业生涯,到老年最终离开职业岗位,长达几十年,即使退休以后,还仍然参与职业活动,因此,职业活动是每个人社会生活中的重要组成部分。

在社会生活中,每一个有劳动能力的人都要从事一定的生产劳动或工作,用以维持生活,承担社会义务,促进社会发展。人的社会生活和工作领域是非常广阔的,职业门类极其繁多,但每个社会成员却只能在某个领域做某种具体工作,以其有限的生命在有限的空间内占有一席之地,这就是他的职业。从社会生产的角度来看,职业是社会分工的结果,一定的社会分工或社会角色的持续实现,就形成了职业。

综上所述,职业具有经济性,即从中取得收入;职业具有技术性,即可发挥才能和专长;职业具有社会性,即承担生产任务,履行公民义务;职业具有促进性,即符合社会需要,为社会提供有用的服务,职业具有连续性,即所从事的劳动相对稳定,是非中断性的。