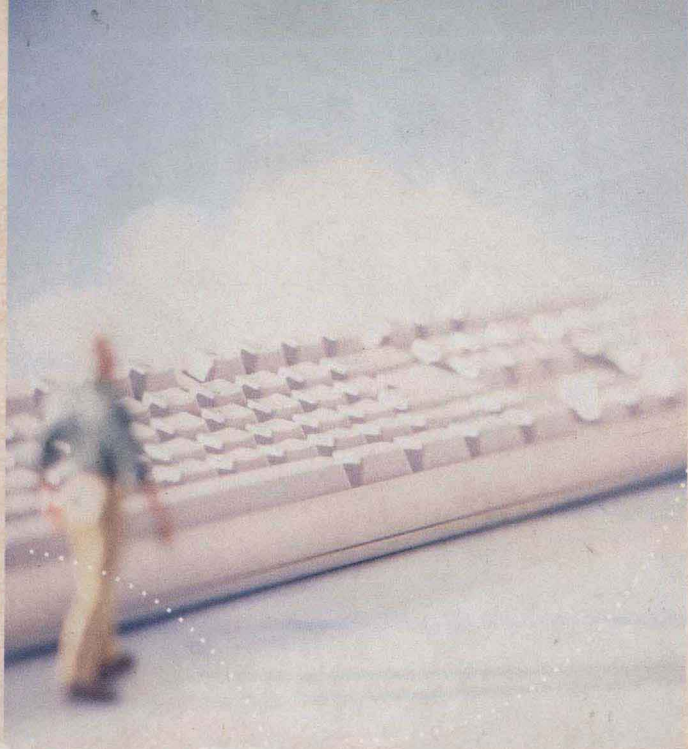




钱贵江 主编

大学生

职业生涯规划导论



苏州大学出版社

大学生职业生涯规划

导论

江苏工业学院图书馆
藏书章

赵阳 徐子良

苏州大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生职业生涯规划导论/钱贵江主编. —苏州:苏州大学出版社, 2005. 9
ISBN 7-81090-528-7

I. 大… II. 钱… III. 大学生-职业选择
IV. G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 088882 号

大学生职业生涯规划导论

钱贵江 主编

责任编辑 许周鹇

苏州大学出版社出版发行

(地址:苏州市干将东路 200 号 邮编:215021)

宜兴文化印刷厂印装

(地址:宜兴市南漕镇 邮编:214217)

开本 850×1168 1/32 印张 8 字数 196 千

2005 年 9 月第 1 版 2005 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 7-81090-528-7/G·261(课) 定价:15.00 元

苏州大学版图书若有印装错误,本社负责调换
苏州大学出版社营销部 电话:0512-67258835

前 言

人们经常说,不是我不了解世界,而是因为世界变化太快。也有人说,规划跟不上变化。所有这些都表明,我们正处在一个变革加速、竞争激烈的时代。在当今的社会竞争中,欲想在强手如林的对手中取胜,就必须对自己的职业生涯进行科学的规划。一方面,变革所带来的紧迫感要求个人必须不断提高素质,才能迎接竞争、迎接挑战,从而适应组织发展的要求和工作质量提高的要求。而学习和提高又需要有一个明确的目标和努力的方向,只有这样,才能收到事半功倍的效果,所以社会的压力是大学生规划职业生涯的重要原因,而规划本身的完成又需要大学生自己来主导。另一方面,社会也更需要或者更欢迎有准备的人才。社会经济的发展,社会组织的存在和发展,越来越依赖于社会成员的主动性和创造性。社会组织的发展需要规划,个人的发展同样也需要规划,并且应把两者有机地结合起来,才能实现组织与个人的同步发展。根据拓比咨询公司近期对白领职业人士进行职业生涯规划抽样调查表明,他们普遍认为职业生涯规划和管理对自己的发展相当重要,并表示愿意为此投入一定的资金。但根据我们的调查,大学生对职业生涯规划的重要性认识不够。因此,在大学生中开展职业生涯规划的教育,是我们对大学生进行职业指导的重要内容,有着十分重要的理论意义和实践意义。

一、职业生涯规划有利于大学生科学地规划自己的成长与发展,挖掘自己的潜能

大学阶段是大学生进入职业领域前的系统完整的准备阶段。职业生涯规划教育就是为了帮助大学生客观地认识自我,去发展适合自己兴趣、爱好的工作能力,把学习知识、发展素质、提高能力和调适自己的职业价值观有机地结合起来。由于受到社会职业发展和竞争的影响,人们不可能按照自己的职业意愿去实现职业理想,因此,在大学生的职业目标选择中,把个人特征和社会需要结合起来去设计自己的职业生涯规划,才是现实的和可取的。有学者认为,职业生涯规划教育不仅要使受指导者知业并知道适于何业,且设法为之预备,助其入业,使之安于其业、乐于其业。万一入业不适宜,更当设法使之迁业,务所安居乐业之所。这就说明了职业生涯规划的教育是一个完整的过程,而就业预备就在于目标选择的合理,且准备得充分,这都体现在大学生职业生涯的规划之中。职业生涯规划教育的介入,可以帮助大学生自觉、自主地做好职业预备。

二、职业生涯规划有利于大学毕业生顺利实现就业

大学毕业生能否顺利就业,从个人方面来讲,关系到自身将来的发展、成才和人生价值的实现;从社会方面来讲,关系到国民经济的发展和社会的稳定;从教育本身来讲,关系到教育目标的最终实现。当然,大学毕业生能否顺利就业主要取决于社会的需求以及自身的素质。但在新的就业制度下,职业生涯规划教育无疑会帮助大学生用正确的价值观念、道德标准和行为规范参与求职择业活动,增强适应新的就业形势的能力,提供准确的社会需求信息和求职择业的基本技巧,从而为大学毕业生顺利就业架起桥梁、铺

平道路。

三、职业生涯规划有利于大学生人生价值的自我实现

一个人对社会贡献的大小、生活方式的选择以及发展与成才,在相当大的程度上取决于他的职业。择业是人生的关键问题之一,它直接影响到个人的前途和发展,如果处理不好,将会在人生的道路上出现波折。因此,职业的选择,是对未来发展道路的选择,是对人生幸福的选择。著名作家柳青曾说过,人生的道路虽然漫长,但紧要处常常只有几步,特别是当人年轻的时候。人的一生绝大部分精力用在工作上,如果所从事的职业与自己的兴趣相投,与能力相符,就会乐此不疲,不断努力,奋发成才,在职业实践中实现自己的价值。一般来说,大学毕业生涉世不深、经验不足、职业目标不确定,在众多的职业面前,眼花缭乱、左顾右盼、无所适从。面临就业的选择,究竟应该怎样分析自己的主客观条件,怎样看待不同工作岗位的利弊得失,在市场经济不断发展、竞争日益加剧的社会环境下,如何把握机会,找到一个比较满意的工作岗位,以便心情愉快地走向社会生活,已成为大多数毕业生思考的焦点。而职业生涯规划正是帮助大学生对这些问题有一个正确的认识,并提供解决这些问题的一些途径和办法,从而为大学毕业生将来的发展与成才打下良好的基础。

四、职业生涯规划有利于大学生人力资源的合理配置

我国的现代化建设离不开青年知识分子,离不开当代大学毕业生,然而,我们所时常面对的事实是,一方面“用武之地”找不到英雄,另一方面“英雄无用武之地”;一方面社会需要大量的知识分子,另一方面知识分子大量积压浪费。在市场经济条件下,如何合理地配置人力资源,已成为我国面临的突出问题。显然,走回头

路,采用过去统包统配的计划手段,已不能适应新形势的需要。而职业指导就是要改变这种现象,使用用人单位了解各种专业特点和使用情况,了解劳动者的心理和生理特点,以便安排得合理、科学,使用得恰当、有效,使个人的才能、知识、兴趣与所从事的工作相吻合,人事相配,职能相称,人尽其才,才尽其用;使毕业生充分地了解社会发展对人才的需求,从而找到最能发挥自己才能的位置,达到人力资源合理配置的目的。

鉴于上述方面的考虑,我们选择本课题的研究,目的是对青年大学生早一些灌输职业生涯方面的基本知识,引导青年大学生尽早地进行职业规划,更好地拓展大学生的知识、经验、能力和素质,在将来的工作、学习、生活中更好地发挥自己的才干,实现自己的价值,为建设和谐稳定的社会主义小康社会而作出我们的贡献。

2005年5月4日

目 录

前 言	(1)
第一章 大学生职业生涯规划概述	(1)
第一节 职业的基本概念	(1)
第二节 职业生涯规划基础	(12)
第三节 职业生涯发展理论	(22)
第四节 职业生涯规划的原则	(34)
第二章 职业生涯规划的内容和步骤	(36)
第一节 职业生涯规划的内容	(37)
第二节 职业生涯规划的基本步骤	(47)
第三节 常见的几种职业生涯路线图	(54)
第三章 职业生涯规划目标的确立	(62)
第一节 确立目标的意义与作用	(62)
第二节 职业生涯目标的确立	(66)
第三节 职业生涯规划目标的分解与组合	(71)
第四节 职业生涯目标的评估与修正	(77)
第四章 职业生涯规划的基本方法	(82)

第一节	客观地认识自我	(82)
第二节	性格与职业生涯规划	(91)
第三节	关于性格的基本理论	(94)
第四节	根据个人性格规划职业生涯	(104)
第五章	气质与职业生涯规划	(107)
第一节	血型与气质	(107)
第二节	血型类型与特点	(108)
第三节	气质类型与特点	(113)
第四节	血型、气质与职业规划的关系	(121)
第六章	兴趣与职业生涯规划	(129)
第一节	兴趣及其特点	(129)
第二节	职业兴趣的测定	(133)
第三节	职业兴趣的培养	(142)
第四节	兴趣与职业选择的关系	(145)
第七章	潜能开发与职业生涯规划	(153)
第一节	人具有巨大的潜能	(153)
第二节	什么是潜能	(154)
第三节	潜能开发的基本方法	(156)
第四节	自我激励法则	(162)
第八章	女大学生与职业生涯规划	(170)
第一节	女大学生的身心特点	(170)
第二节	当前女大学生成才应具备的条件	(173)
第三节	根据女性职场特征做好职业生涯规划	(177)

第九章 打造大学生创业竞争力·····	(183)
第一节 大学生创业能力的培养·····	(183)
第二节 创业素质的培养·····	(195)
第三节 风险投资的获取途径·····	(200)
第十章 在奋斗中夯实成功的基石·····	(209)
第一节 当前就业形势下的大学生就业选择·····	(209)
第二节 当前就业形势下的大学生创业选择·····	(215)
第三节 大学生就业与职业理想的实现·····	(225)
主要参考文献·····	(239)
后 记·····	(241)

第一章

大学生职业生涯规划概述

在明确大学生职业生涯规划的意义、作用和在大学生人生发展过程中的地位的基础上,我们应该对什么是职业、什么是职业生涯、什么是职业生涯规划等基本知识要有所了解。不仅如此,我们还要对职业生涯规划的基本理论,职业生涯规划设计的基本原则,以及职业生涯规划目标的确定和大学生职业生涯规划的基本要素与影响因素等重要问题作进一步的研究和讨论,以帮助大学生确立职业生涯规划的基本轮廓。



第一节 职业的基本概念

我国对职业指导的研究与国外相比,起步时间差距不大,但由于多种原因,目前我国在这一领域的研究落后了。我们要在这方面深入研究,就必须首先理清职业的概念。

一、职业的概念

职业作为一个中性的概念,对它的理解可谓是“仁者见仁,智者见智”。我们从词义学的角度来看,“职业”一词,是“职”和“业”两个字的结合。“职”即职责、权利与义务之意;“业”即事业、行业

之意。因此,所谓“职业”就是指一种承担了某种责任、义务的行业性和专门化的活动。

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。这一活动决定着从事人的社会地位。职业主要是技术性、经济性和社会性范畴。

美国另一位学者泰勒在他所著的《职业社会学》中指出,职业的社会学概念,可以解释为已成为模式的、与特殊工作经验有关的人群关系。这种成为模式的工作关系的结合,促进了职业结构的发展和职业意识的显现。

美国著名教育家、哲学家杜威把职业概括为,职业不是别的,是可以从中得到利益的一种活动。

日本就业问题专家保谷六郎认为,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,并且指出职业有五个方面的特征:

- (1) 经济性,即从中取得收入;
- (2) 技术性,即可发挥才能和专长;
- (3) 社会性,即承担生产任务,履行公民义务;
- (4) 促进性,即符合社会需要,为社会提供有用的服务;
- (5) 连续性,即从事的劳动相对稳定,是非中断性的。

我国也有学者认为,职业就是劳动者能够稳定从事的有酬工作。也有人认为,职业是劳动者能够稳定地从事某项有酬工作而获得的劳动角色。例如,中国社会科学院陈婴婴博士认为,职业由下列要素构成:

- (1) 作为职业的符号特征的职业名称;
- (2) 工作的对象和内容;
- (3) 承担这些工作所需要的资格与能力;
- (4) 通过这些工作取得各种报酬;

(5) 在工作中建立的与其他社会部门或社会成员的联系。

从上述表达中我们可以得出这样的结论:职业就是指我们从事相对稳定的、有收入的、专门类别的社会劳动。它是对我们的生活方式、经济状况、文化水平、行为模式、思想情操的综合反映,是一个人的权利、义务、权力、职责的集中表现,也是一个人社会地位的一般表征。

二、职业的产生

职业的产生与发展是人类文明的标志,但职业并不是从来就有的,它是人类社会发展到一定阶段的产物,社会生产力的发展、社会分工的产生和发展是职业产生的基础。换言之,职业是随着社会需求而产生的,这就是说,社会需要某些职业产生(如心理咨询师、职业玩家、电子商务师、网络工程师等职业)时,这些职业就应运而生;同样社会不需要某些已经产生了的职业(如卖货郎、抄写员等职业)时,这些职业就会被淘汰。这就提醒我们:在选择职业时,不仅要考虑个人的意愿,而且要跟上时代前进的步伐,充分考虑社会需求的变化趋势,才能使我们少走弯路,发展得更好更快。

在原始社会初期,由于人类活动的目标简单,生存手段落后,大致无职业可言,虽然在氏族成员中存在着自然分工,如男子狩猎、作战,女子抚养子女、制作衣物,但这只是家族内部活动的分工,不能称为职业分工。

随着社会生产力的发展,人类社会出现了三次具有重大意义的社会分工。首先是在母系氏族公社时期,由于人类征服自然的能力有了明显的提高,狩猎的动物已经有了剩余,于是出现了一部分人进行农耕,一部分人去狩猎或饲养狩猎得来的动物的分工,原始的畜牧业产生了;随着生产力的进一步发展,人们需求的日益提

高,手工业又从农业中分离出来;之后,私有制的产生,阶级的出现,又导致了体力劳动与脑力劳动的分工和对立,于是产生了商业和商人。由于这些分工,便出现了最初的职业,像牧人、农夫、工匠、商人等。职业就是这样开始产生,并慢慢地分化、扩展起来。

三、职业的发展

一方面,社会分工的发展决定和制约着职业的发展。科学技术的进步、生产工具的改进和生产的社会化使分工更为发达,专业化程度越来越高,职业也越来越多;另一方面,社会分工的变化决定和制约着职业的变化。随着科学技术与生产力的发展,全社会劳动分工的模式或职业结构也在发生着相应的变化。一些行业扩大了,另一些行业缩小了;新的职业产生了,旧的职业淘汰了;社会发展了,职业的劳动方式改变了。

除了社会分工外,政治因素、文化因素等与职业的产生与发展也有一定的关系。有的职业与相应的社会政策密切相关。比如,赌博业等在许多资本主义国家得到保护,而我国建立社会主义制度后,即取缔了这种职业。又如,城市个体商贩这一职业,在“文化大革命”期间取消了,改革开放以后又再现了,这在很大程度上也取决于国家政策。

由此可见,职业的发展与社会经济的发展有着密切联系,同时也与国家的政治因素、文化因素等有一定的联系。

四、职业的社会特征

从职业的产生和发展以及它的含义来看,我们将职业概括为以下六个社会特征:

(一) 职业的经济性

所谓职业的经济性,是说人们从事职业活动会因此而获得经

济收入或报酬。人们从事职业活动并因此而获得经济收入,这个收入必须是其生活的主要来源而不是可有可无的,这个收入还必须是稳定的而不是断断续续的。例如,一名医生偶尔发表一篇文学作品并得到了稿酬,这样的文学创作活动并不是其职业活动。医生的职业是给病人治病,并因此而获得劳动报酬。

(二) 职业的连续性

所谓职业的连续性,是指一个人只有在较长时间内持续地进行某种活动,并通过这项活动较稳定地获得一定的经济收入或报酬,该活动才被视为其职业活动。即所从事的劳动必须是稳定的,有明显的连续性。

(三) 职业的社会性

职业是个人在社会劳动体系中从事的一种活动,因此人们从事某种职业活动的过程也是为社会提供服务的过程,从这个意义上说,职业具有社会性。

(四) 职业的规范性

每一种职业都有其特定的职业规范,这主要包括人们在就业活动中应遵守的各种操作规则及办事章程。这些职业规范或以法律、法规的形式明文规定,或以组织章程和有关公约、守则的方式体现出来,或只是以约定俗成的非正式的规范来表现。无论职业规范以什么方式体现,也不管不同职业的就业者主要遵从哪一类职业规范,任何职业活动都有行为准则可循,职业活动总要受一定职业规范的约束。

(五) 职业的知识性和技术性

从现代社会职业发展的情况来看,从事职业活动的就业者需要具备特殊的知识和技术,这种特殊的知识和技术,是指从事某种具体的职业的就业者必须掌握或具备的特定的知识和技术。有些职业所需要的知识和技术比较容易掌握,有些职业所需要的知识

和技术不易掌握,因此,有的职业活动的知识和技术必须在特定的学校、培训机构中获得,有的却可以在家庭、在就业实践中获得。但是随着社会的进步和发展,许多职业要求劳动者具备的知识和技术水平会越来越高。

(六) 职业的同性和差异性

同一类别的职业,其劳动条件、工作对象、操作内容等都相近或相同,这就是职业的同一体性。由于同一体性的存在,才会出现行业规范、行业语言、行业协会等。而不同职业类别之间却存在着较大的差异,俗话说:“隔行如隔山。”随着科学技术的进步,社会分工的细化,职业差异还将继续加大。

五、职业的社会功能

职业的社会功能是指职业对人、对社会的作用及影响。概括起来,主要有以下几个方面:

(一) 决定人们的生活方式

生活方式有狭义和广义之分。狭义的生活方式主要是指人们的消费方式、言行举止的方式和其他日常生活方式。广义的生活方式除上述内容外,还包括人们的劳动方式或工作方式。

从职业的社会特征可以知道,不同的职业可以获得不同的劳动报酬,从这个意义上说,职业决定着从业者的生活方式。同时,不同的职业要求其从业者必须掌握不同的知识和技术,遵守不同的职业规范,由此便决定了不同职业有不同的劳动方式或工作方式。一个人长期从事某种职业便会形成一种特定的个性心理和行为模式,这种个性心理和行为模式将会长期影响其以后的生活方式,甚至可以影响其终身。事实上,工作也是我们生活的一部分,因此,我们要努力提高工作生活质量。

（二）完善个性的手段

个性是个人在认识、情感、意志等心理活动过程中表现出来的、相对稳定而又不同于他人的心理生理特点。性格是个性中极为稳定并起核心作用的心理特征,通常表现为一个人是活泼还是文静、是豪放还是拘谨、是勇敢还是怯懦等。在日常生活中,人们根据自己的爱好、性格选择职业,有利于从业者充分调动个性做好本职工作。反过来,由于职业的特定知识和技术以及特有的操作规则或办理章程、职业道德等,要求其从业者必须具备特殊的处事态度和处事原则,因此职业又可以通过帮助人们形成良好的个性,进而使从业者不断完善自己的个性。

（三）实现个人价值

在现代社会里,个人价值包括个人的事业理想和个人的生活理想。个人的事业理想即人们常说的个人的抱负和志向;个人的生活理想即个人的吃、穿、住、休息、娱乐、恋爱及婚姻、家庭等。在当今社会,一个人要想在事业上取得成功、做出成绩并实现自己的抱负,几乎都与其从事的职业有关。不同的职业给从业者带来不同的经济收入;同时给从业者带来的社会权利也不同,比如高层管理类职业给从业者带来的权利就比较大,而服务类职业给从业者带来的权利就比较小。因此,人们通过选择不同的职业来达到和满足自己的需要,并通过努力,实现自己的个人价值。

（四）推动社会进步的动力

人类社会由科技、教育、经济和政治诸方面构成,科技、教育、经济和政治的发展推动人类社会的发展。例如,科技的发展主要由科技工作者来推动,教师是推动教育发展的主力,经济的发展则离不开以工为业、以农为业和以商为业的工人、农民和商业服务人员等。随着人类社会迈入知识经济时代,高科技的发展突飞猛进、日新月异,信息知识的更新周期越来越短。现代社会的分工将越