

高等教育公共素质教育类“十二五”规划教材



大学生职业规划与就业指导教程

DAXUESHENG ZHIYE GUIHUA YU
JIUYE ZHIDAO JIAOCHENG

主编◎王建国 王献玲

 郑州大学出版社

高等教育公共素质教育类“十二五”规划教材



大学生职业规划与就业指导教程

DAXUESHENG ZHIYE GUIHUA YU
JIUYE ZHIDAO JIAOCHENG

主编◎王建国 王献玲

 郑州大学出版社
郑州

内容提要

本书着眼于帮助大学生提高职业发展能力,立足于当前我国大学生就业形势,阐述了职业生涯发展的基本理论、职业生涯规划、职业生涯实践要求,指出了大学生应具备的创业素养,介绍了就业认知、就业信息的运用,以及求职技巧与礼仪规范、就业程序及权益保障等。本书每章有学习导读和思考练习,行文中配有大量的案例、图表及测评,指导性、实用性、操作性、可读性强。本书希望通过以上教学能够为大学生就业提供积极的帮助,并为高校从事就业指导的老师提供有价值的参考。

图书在版编目(CIP)数据

大学生职业规划与就业指导教程/王建国,王献玲主编. —郑州:
郑州大学出版社,2012.5
ISBN 978-7-5645-0709-1

I. ①大… II. ①王… ②王… III. ①大学生-职业选择-
高等学校-教材 IV. ①G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 038981 号

郑州大学出版社出版发行
郑州市大学路 40 号
出版人:王 锋
全国新华书店经销
河南龙华印务有限公司印制
开本:787 mm×1 092 mm 1/16
印张:16.75
字数:389 千字
版次:2012 年 5 月第 1 版

邮政编码:450052
发行电话:0371-66966070

印次:2012 年 5 月第 1 次印刷

书号:ISBN 978-7-5645-0709-1 定价:26.00 元

本书如有印装质量问题,请向本社调换

编委会名单

DAXUESHENG ZHIYE GUIHUA YU JIUYE ZHIDAO JIAOCHENG

主任委员 常俊标

副主任委员 王建国 王献玲 徐丽丽 张 钦

委 员 (以姓氏笔画为序)

于建军 于淑雪 王大军 王中杰

王 汇 王秀林 王建国 王瑞波

王献玲 甘剑锋 叶青青 申新生

孙保营 孙新成 许 慧 刘洪建

刘慧瀛 李 莹 张 钦 张宏选

张鸿敏 沈洪波 陈思坤 武安军

苗惠卿 岳林强 赵继红 荀书民

段武俊 耿俊德 贾兰平 贾志峰

贾黎斋 钱红梅 徐丽丽 郭连锋

郭建清 韩煜旻 樊卫华 魏胜强

作者名单

DAXUESHENG ZHIYE GUIHUA YU JIUYE ZHIDAO JIAOCHENG

主 编 王建国 王献玲

副主编 徐丽丽 张 钦

编 委 (以姓氏笔画为序)

于淑雪 王中杰 王 汇 叶青青

刘慧瀛 许 慧 李 莹 何玲玲

贾黎斋 钱红梅 徐丽丽 郭连峰

郭建清

《国家中长期教育改革和发展规划纲要》指出,高等教育要“加强就业创业教育和就业指导服务”,这是现阶段我国高等教育改革和发展的重要目标之一,是深入实施人才强国战略的重要构成部分,是提高民生、促进社会和谐的必要保障。

近年来,在党中央、国务院对高校毕业生就业工作的高度重视下,在各级政府和有关部门以及高校的共同推动下,我国大学生就业指导和服务工作有了长足的发展。但同时,伴随着我国高等教育大众化的进程和大学生就业市场化的改革,加之部分大学生就业理念比较陈旧,跟不上时代发展的要求,致使大学生就业工作遇到了不少新困惑和新难题。大学生是国家宝贵的人才资源,积极、妥善引导毕业生就业,使人尽其能,才得其所,不仅关系到大学生的切身利益,关系到学校的办学前途和教育目的的最终实现,更关系到各项事业的发展和社会的和谐稳定。因此,作为教书育人主阵地的高校应义不容辞地担当好大学生就业指导工作,要不断探索就业创业的新模式,培养大学生树立正确的人生观和就业观,帮助他们了解就业政策,掌握就业技巧,进行正确的职业生涯规划,实现社会需求与自身愿望的有效对接。

郑州大学是河南省唯一的国家“211 工程”重点建设高校,长期以来十分重视毕业生就业服务工作。2008 年春组建郑州大学大学生职业发展教育教研室,开始在全校讲授大学生就业指导课。经过几年的教学实践,无论是相关管理人员还是任课教师对课程都有了更多的认识,并积累了一定的教学经验,感觉到有必要结合郑州大学的实际编写一部就业指导教材。于是,在学校支持下,就业指导中心组织部分从事大学生就业指导教学工作的专家和同事,以高度的责任感和使命感,本着为大学生就业、为教学工作促进、为社会服务的奉献态度,编写了《大学生职业规划与就业指导教程》一书。

该书作为就业指导专用教材,旨在帮助学生有效地进行职业生涯规划 and 就业准备。该书在编写上体例新颖,内容翔实,与其他同类教材相比有知识全面而不繁琐、内容实用而不枯燥的特点。

本书系统介绍了职业生涯规划、创业、就业的相关基础理论和方法,从职业基本理论、职业规划到职业定位;从创业认知到创业实践;从就业理念剖析、就业信息运用到求职技巧、就业的各种规则和程序以及职业适应等,知识结构系统全面,覆盖了就业指导课程所有的基本知识点。该书在编写中对基本知识和理论的记述精练明了,避免拖沓冗长的说教形式。全书循着为什么做、做什么、如何做、怎样做得更好这条线索层层推进,条分缕析,言简意赅,重点突出,便于理解和掌握。

本书在编写中注重贴近实际,引用了很多案例,融汇了大量的常识性的国家关于大学生就业的法规和政策,选编了一部分权威的职业规划与就业心理的自我测试工具,在章节后面还附有同步练习、知识拓展等,整个教材体现出了较强的应用性。该书在写作风格上图文并茂,直观形象,配有职场点津、人生大观等内容,饶有趣味,可读性强,能有效提高教学效果。

总之,该书知识全面,通俗易懂,有很强的实用性和可读性,是一本很有创意的适合高校学生使用的教材。希望该书的出版发行,能对高校从事就业指导教育的教师及管理人员和即将走上社会的大学生有所教益。

常俊标

2012年3月

目 录

DAXUESHENG ZHIYE GUIHUA YU JIUYE ZHIDAO JIAOCHENG

第一章 职业生涯发展概述	1
第一节 职业生涯认知	1
第二节 人生价值与职业发展	7
第三节 职业生涯发展基本理论	12
第二章 职业生涯规划条件	33
第一节 职业生涯规划的内在此件:自我认知	34
第二节 职业生涯规划的外在此件:职业认知	46
第三章 职业决策	52
第一节 职业决策概述	52
第二节 职业决策的过程与方法	56
第三节 大学生职业目标的选择	61
第四章 职业生涯规划的制订与实施	72
第一节 职业规划的步骤和内容	72
第二节 职业发展规划书的撰写	79
第三节 大学生职业生涯规划的原则与存在的问题	81
第五章 职业生涯实践要求	87
第一节 职业素养	87
第二节 时间管理	94
第三节 情商修炼	97
第四节 信心培养	101
第六章 大学生创业认知	104
第一节 创业的概念与意义	104
第二节 创业意识的培养	107
第三节 创业素质的提高	110
第四节 创业预期与风险意识	112
第七章 大学生创业实践	120
第一节 创业的一般过程	120
第二节 创业计划书的撰写	127
第三节 企业创立与经营	130

第八章 大学生就业认知	142
第一节 就业概述	142
第二节 就业形势与政策	144
第三节 树立理性的择业观	152
第九章 就业信息的运用	158
第一节 就业信息综述	158
第二节 就业信息搜集	162
第三节 就业信息的整理和利用	168
第十章 求职技巧与礼仪	176
第一节 自荐	176
第二节 应试	182
第三节 求职礼仪	189
第十一章 大学生就业心理辅导	196
第一节 就业心理概述	196
第二节 就业心理准备	199
第三节 就业心理问题分析	210
第四节 就业心理教育与自我调适	212
第十二章 就业程序及权益保障	218
第一节 就业协议和劳动合同的签订	218
第二节 离校、报到及人事代理	224
第三节 毕业生常见问题的处理	228
第四节 大学生就业基本权益保护	230
第十三章 职业适应与发展	238
第一节 毕业生角色转换	238
第二节 适应工作新环境	243
第三节 提升职业适应力	246
第四节 职业发展	249
参考文献	256
后 记	260

职业生涯规划概述

学习要点

1. 了解职业生涯规划的基本知识;
2. 了解职业生涯规划的意义和人生价值的体现;
3. 掌握职业规划基本理论;
4. 拓展职业规划相关知识。

学习导读

在非洲撒哈拉沙漠的深处有一个叫比赛尔的村庄,村民们祖祖辈辈都想走出这块沙漠,但都没有成功。1926年,英国人肯·莱文来到了这里,他得知这一情况后感觉很奇怪,因为他只用了3天就从外面走了进来。于是他向比赛尔人了解原因,得到的回答是:从这儿出发无论向哪个方向走,最后都还要转回到原地。为了证实这种说法,肯·莱文做了一个试验。他雇了一个比赛尔人做带路人,准备了够喝半个月的水,牵上两匹骆驼,收起了指南针等设备,只拄一根木棍随行。10天过去,他们走了大约800英里的路程,第11天果然又转回到了比赛尔。这时,肯·莱文终于明白了,比赛尔人之所以走不出大漠,是因为他们根本不认识北极星。于是他告诉他们,每天晚上朝着北极星的方向前进,永远不要偏离那颗星星,就能走出这浩瀚大漠。结果,3天以后,比赛尔人成功了。

的确,在一望无际的沙漠中行进,没有目标指引,一定是不着边际地乱走。比赛尔人没有指南针,他们在沙漠中一次又一次地尝试,其足迹十有八九是卷尺的形状——从终点又回到了起点。比赛尔人自从知道了北极星,有了行进的目标,新生活就开始了。现在,比赛尔已是西撒哈拉沙漠中的一块胜地,每年都有数以万计的旅游者来到这儿观光。

走出沙漠,靠的是北极星的指引。其实,现实中要想获得人生成功,也像比赛尔故事喻示的那样,仅有理想和毅力是远远不够的,重要的是选准人生方向。只要朝着非常明晰的成功方向努力,我们就能走出人生的困境,找到生命的新天地。

第一节 职业生涯规划认知

什么是职业生涯?一个人的职业生涯是怎样延续和发展的?这是人生的核心问题,影响着人生的质量和色彩。我们从幼时求学至今,一直是学生的角色,对职业仅有

粗浅的感性认识,这对我们大学后的职业发展显然是不利的。为此,作为大学生,必须对有关职业生涯的一系列问题有一个基本的认知。

一、职业生涯

(一) 职业

我们要了解职业生涯,首先要了解什么是职业。生活中,我们常听到人们自我介绍是医生或者是教师、公务员等,这些身份其实体现的就是职业。职业是人们从事的相对稳定的、有收入的、专门类别的并且是合法的社会劳动。一般来说,职业具有以下特征:

1. 社会性 职业是一定社会分工的产物,它反映了一种或多种的社会需求,是劳动者获取的可以满足社会需求的一种分工角色,具有社会性特征。
2. 经济性 职业有固定的报酬,劳动者从事职业活动主要是为了获取保障生存的物质生活来源。
3. 时代性 职业会随时代的需求而产生,随时代的变化而变迁。一种职业,当社会不再需要时,就会被逐步淘汰,而社会需要的新职业则会应运而生。
4. 规范性 职业活动不能违背国家法律、社会公德和伦理学的要求,并且应该能够为自己和他人创造精神财富。
5. 技术性 职业具有相应的内在要求,如知识、技能、技巧等。

(二) 生涯

“生涯”一词在中国由来已久。庄子曾言:“吾生也有涯,而知也无涯,以有涯随无涯,殆已!”从字面上解释,“生”即为“人活着”,“涯”即为“边际”,“生涯”连起来就是“一生”的意思。美国著名职业生涯大师舒伯提出:生涯就是生活中各种实践的演变方向和历程,它统合了人一生中的各种职业和生活角色,由此表现出个人独特的自我发展形态,是人自出生到退休后一连串有酬或无酬职位的综合。

(三) 职业生涯

职业生涯从字面上讲,是职业和生涯这两个词的组合,是指与个人终身所从事职业等有关的活动的过程,是一个人在工作生活中所经历的所有职业或职位的总称。

一般来说,职业生涯有内、外之分,内职业生涯是指从事一项职业时所应具备的知识、观念、心理素质、经验、能力、身体素质、内心感受等因素的组合及其变化过程,外职业生涯是指从事某一职业时的工作单位、工作地点、工作内容、工作职务与职称、工作环境和工资待遇等因素的组合及其变化过程。就二者关系来看,内职业生涯是外职业生涯发展的前提,提高内职业生涯的水准会带动外职业生涯的发展。职业生涯具有以下特征:

1. 终身性 职业生涯是人一生当中连续不断的过程,概括了一个人一生中所拥有的各种职位、角色。
2. 独特性 职业生涯的依据是个人的人生目标、自身素质和所处环境,不同的人有不同的特质、追求及外部条件,从而导致了彼此职业发展经历的不同。
3. 发展性 每个人在生命的不同阶段会面对不同的任务和要求,随着这些要求

和需要的发展变化,个体也就随之发展,这种连续的发展过程构成了一个人的完整生涯发展过程。

4. 阶段性 每个人的职业生涯发展过程,都有着不同的阶段,可以分为不同的时期。美国职业指导大师舒伯把人的职业生涯发展划分为五个连续的不同阶段:成长阶段、探索阶段、确立阶段、维持阶段、衰退阶段。

5. 互动性 每个人的生涯是个人与他人、个人与环境、个人与社会互动的结果。

二、职业生涯规划

职业生涯规划,是指个人通过自我认知和环境认知,结合时代特点进行综合评估,进而确定个人的奋斗目标,并为实现这一职业目标预先进行生涯发展系统安排的活动或过程。职业生涯规划具备以下特性:

1. 可行性 职业生涯规划作为职业选择行为事先制订的计划,要切实可行,要从个人的实际出发,学会拒绝无法实现的幻想和好高骛远的梦想,否则将会自欺欺人。

2. 适时性 规划是预测未来的行动,确定将来的目标,因此,生涯活动何时实施、何时完成,都应有时间和时序上的妥善安排,以作为检查行动的依据。

3. 适应性 要做一份可行、适时的职业生涯设计,需要考虑的影响因素是很多的,并且这些因素之间的联系又是如此的复杂,因此,生涯规划要有弹性,以增加其适应性。

4. 持续性 人生具有阶段性和连续性,规划是为了避免出现断层,要保证每个发展阶段衔接连贯。

三、职业生涯规划要素

职业规划包括知己(了解自身特性)、知彼(了解职场特性)、抉择、目标、行动五个要素。搞清楚职业规划五要素,是做好职业规划的基础和前提。

(一) 知己知彼

知己是职业规划的第一个环节。一个人只有深刻地认识和了解自己,才能对未来的职业生涯作出最佳抉择,否则职业规划将是无根之木,很容易中途夭折。认知自我的主要参数包括兴趣、气质、性格、能力、特长、学识水平、思维方式、价值观、情商以及潜能等。简言之,认知自我就是要弄清楚我是什么样的人,我想做什么,我能做什么。

知彼就是了解职业环境。作为社会生活中的个体,只有熟悉职业环境,趋利避害,善假于物,才容易实现个人目标。职业环境分析主要包括对社会环境、政治环境、经济环境和组织环境的分析,要搞清楚这些环境的特点、发展规律、有利条件和不利因素等,评估出自己在这种环境条件之下,究竟能干成什么,这样的职业生涯规划才会切实可行,而不致流于空泛。

《水浒传》中讲,张顺和李逵打架,一开始张顺不晓得黑旋风李逵拳脚厉害,被打得鼻青脸肿。后来他发现李逵是个旱鸭子,水性不行,便把他引到水中打,发挥自己浪里白条的威力,直把黑旋风淹得翻白眼。职业规划也是这个道理,应有自知之明,不仅要知己所长,还要知己所

短。要想职业成功,就必须制订出一个知己之长短、知环境之利弊、扬长避短的职业规划来。

(二) 抉择目标

制订个人职业生涯规划,就是为了实现某种职业生涯目标,所以目标抉择是职业生涯规划的核心。一般来说,抉择包括抉择技巧、抉择风格、抉择目标等。抉择的要领是在知己知彼的基础上对未来可能要从事的几项职业进行权衡、比较,分析其中的优势、劣势、助力、阻力等因素,最后选定一个目标。

(三) 积极行动

确定职业目标后,就要制订相应的行动方案予以实现。首先要制订出实现职业目标的计划和实施策略措施,计划措施要具体可行,应包括职业生涯发展路线、教育培训安排、时间计划等。其次,由于现实社会中存在着种种不确定因素,又会使我们的职业发展与原来制定的职业生涯目标有所偏差,这就要求我们不断地反省并对规划的目标和行动方案作出修正。

在以上职业规划五要素中,知己知彼是基础,正确的目标抉择是前提,积极的行动是根本,其关系如图 1-1 所示。

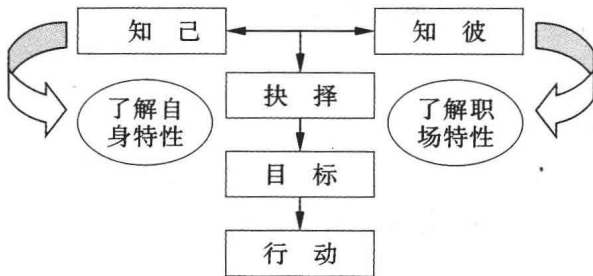


图 1-1 职业规划五要素关系图

四、职业生涯规划步骤

职业规划步骤,强调的是职业生涯目标的探寻过程,其基本步骤包括:确立志向、自我评估、环境评估、确立目标、设定职业发展路线、行动实施、反馈评估,其步骤如图 1-2 所示。

(一) 确立志向

古今中外、各行各业的成功者,都有一个共同的特点,就是具有远大的志向。志向反映着一个人的理想、胸怀、情趣和价值观,影响着一个人的奋斗目标及成就。所以,大学生在进行职业生涯设计时,首先要确立志向。一旦有了自己认为理想的职业,就会产生动力,在实践中去规划自己的学习和生活,并为之不懈追求,乃至奋斗终生。



人生大观

在《隆中对》中,诸葛亮为刘备规划:一旦天下有变,可派一上将率荆州兵马北攻宛洛,将军亲率益州军团进攻关中,如此霸业可成,汉室可兴。后来在《前出师表》中,诸葛亮再度表示:当奖率三军,北定中原,兴复汉室。由此可见,“北伐中原,兴复汉室”是诸葛亮的终生志向。诸葛亮自出茅庐,积极策划并参与了一系列军事行动,取得了辉煌战绩。联吴抗曹、赤壁大战、占取荆州、西取益州、平定南郡、七擒孟获、六出祁山,直至积劳成疾,遗恨五丈原,诸葛亮锲而不舍地奋斗了一生。虽然最终未能实现兴复汉室的夙愿,但在他的努力下,蜀国迅速崛起,三分天下。这一切,都是在他的“兴复汉室”的明确目标之下实现的。

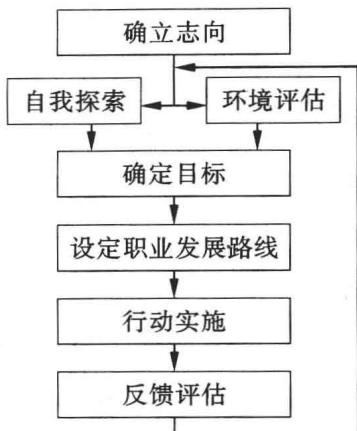


图 1-2 职业规划步骤示意图

(二) 自我评估

有效的职业生涯规划,必须是在充分且正确地认识自身条件的基础上进行的。对自我了解越透彻,越能做好职业规划。对自己作真实的评估可能是一件比较难的事情,必须抛弃各种不健全的心态,实事求是地审视自己、了解自己。自我评估可以借助职业心理测评来实现,也可以在实际生活中体会。

(三) 环境评估

职业环境包括社会环境、政治环境、经济环境、组织环境、自然环境等。判断一项职业是否适宜个人的发展和追求,不仅要认真了解职业的工作内容、所要求的技能、工作条件以及晋升机会等,还要了解社会大环境的特点、发展变化情况以及自己在这个环境中的地位、有利条件和不利条件等。在职业规划中,决策的好坏取决于个人所获取的职业信息,缺乏信息支撑的决策,是盲目的决策。只有对环境因素充分了解,才能做到在复杂的环境中避害趋利,使生涯规划具有实际意义。



人生大观

赤壁大战,孙刘联合抗曹,联军统帅周瑜让诸葛亮监造弓箭 10 万支。这本来是件难事,不料诸葛亮爽快地答应了,且承诺 3 日内完工。周瑜大喜,急忙让诸葛亮立下军令状,误期将以军法处置。立下军令状后,诸葛亮却不慌不忙,找来 20 艘船,每船两舷扎满草人。第 2 天晚上,20 艘船一字摆开,擂鼓大振去江北攻打曹营。原来诸葛亮早已推算出这日必有大雾,曹兵疑心重重,恐江上有埋伏,果然不敢轻易出船迎战,只是放箭阻敌。如此,正中诸葛亮计策,箭射草人,取为己用,诸葛亮圆满完成了任务。草船借箭是一个典型的评估客观环境并成功利用环境的例子。

(四) 确定目标

目标是人生前进的指向标,是人生成功的精神力量。现实生活中,我们看到一些人因为没有生活目标而无所适从,而成功者之所以成功,则是因为他们有着清晰的目标,并以此为标准时时督导自己的言行。

职业生涯目标的确定,是以自己的最佳才能、最优性格、最大兴趣、最有利的环境等条件为依据的,在设定时要把握好三点:第一,要知道一直以来自己想做的事。第二,要清楚自己现在能做的,包括自己的知识、经验、技能、思维方式(自己大学后应该具备的能力)等。第三,明白自己将来要做的,即自己的职业期望是什么。将三者结合起来就可以找到自己未来的职业目标。

设立目标要遵循一定的原则:一是具体、明确,不能含糊其辞;二是要可以量化,有能够衡量成功或者失败的标准;三是目标既能实现但又具有挑战性;四是积极进取,目标要有意义、有价值。

(五) 设定职业发展路线

个人现在所处的位置与所确定的总体职业目标之间是会有距离的,而且也不可能一蹴而就。所以,要完成总体职业发展目标,就必须将其进行分解,分成若干个阶段逐步完成,而每一个阶段内的职业目标也不尽相同。有的人适合搞行政,可在管理岗位大显身手;有的人适合搞研究,可在某一领域成为一名专家,因此,在职业生涯规划中,须设定职业发展路线。从纵向来讲,总体职业目标应分几个阶段?从横向来讲,在每一个阶段内应向哪个岗位发展?这些问题搞明白了,就能使自己的学习、工作沿着自己的职业生涯路线正确前进。

(六) 行动实施

职业发展路线设定之后,接下来最重要的就是实施。志向、抱负再大,规划做得再好,如果不落实在行动上则毫无意义。孔子提出,一个人的修行是学、思、行三者的结合,并特别强调“君子欲讷于言而敏于行”,即要想成为君子必须重视行动。另一个古代的大教育家荀子也讲过:“不闻不若闻之,闻之不若见之,见之不若知之,知之不若行之,学至于行之而止矣。行之明也,明之为圣人。”这些都说明了行动的重要意义。职业生涯规划行动,主要包括工作、训练、教育、交友等。

(七) 反馈评估

职业生涯,路漫漫其修远兮,其间难免会发生很多变故。当我们作出计划时,生活也在前进,同时,影响职业生涯规划的诸多因素中,有的可以预测,而有的难以预测,这就需要对职业规划进行反馈与评估。要善于快速地将新信息吸纳反馈到职业计划中去,要根据自我发展、社会变化以及其他不可预测的因素,及时评估职业规划,灵活调整,不断修正、优化自己的职业规划。

五、职业生涯发展形态

在职业生涯中,个人的职业转换与工作投入状况,我们称之为职业规划形态。每个人都有独特的规划形态,形态的不同,对人的职业发展影响极大。好的生涯形态,使事业

获得成功;不好的生涯形态,使事业坎坷不平。职业生涯发展形态主要有以下几种:

1. 步步高升型 即在一个单位里,兢兢业业,踏实工作,即使工作地点或工作内容因公司的需要而有所改变,但是工作表现仍然受主管的肯定,晋升速度较快。

2. 阅历丰富型 即换过不少工作,待过很多家公司,工作的内容差异性很大,勇于改变与创新,而且学习能力强,能妥善处理各种突发的情况。

3. 稳扎稳打型 即多在事业单位,比如学校、行政机关、研究所、医院等任职工作,一步一个脚印。此类单位的升迁与发展虽然缓慢,但非常稳定。

4. 愈战愈勇型 即职业发展已经有明确的方向,但是因为某些原因而受到打击。受挫之后,凭自己的毅力与能力,积极发展,以更成熟的个性面对挑战,最后工作成就远远超过了从前。

5. 得天独厚型 即对于自己的职业,并没有花太多时间尝试,反而因为家庭的关系很早就确定了方向,经过刻意地栽培与巧妙的安排,进入公司的决策核心。

6. 因故中断型 即连续的职业发展因为某些因素而停顿,处于静止或退缩状态。比如有不少女性在上大学、读研期间乃至初入职场时事业发展前景很好,成绩很突出,但成家生了孩子之后,又遇到了事业心很强的丈夫,很可能把相夫教子作为主要任务,原来的职业目标就中断了。

7. 一心多用型 即本来有份稳定工作,同时在工作之余还从事其他类型工作。

以上职业生涯发展形态,很难说哪一种好哪一种不好,在实际中要具体问题具体分析,尽量结合自身做到扬长避短,使自己的职业生涯发展顺利。

第二节 人生价值与职业发展

一、有价值的人生

人生价值不同于物价。物是由于其自身具备的属性或功能经人利用后方显其价值,所以,物的价值是相对于人而言的,离开了人的利用,则毫无价值。人生价值较为复杂:一方面,人生价值必须体现为能够满足社会的需要;另一方面,人生价值又必须表现为满足个人全面发展的需要,因此,人生价值是个具有多维性的价值系统。

(一) 社会价值

人是社会的人,其社会价值表现为个人行为同他人、社会群体需要之间的一种作用关系,标志着作为客体的人对作为主体的他人或人类社会的有用性、贡献和意义,而且,人作为社会人,生存和活跃于各种各样的社会关系当中,必然要受到一定社会关系的制约,离开一定的社会环境,个人就不能作为社会人而存在,当然也无法创造人生价值。所以,一个人的生活具有什么样的价值,从根本上说是由社会规定的,而社会对于一个人的价值评判,也主要是以他对社会所作的贡献为标准。一个人对社会的贡献越大,他的人生价值就越高;反之,对社会没有贡献的人就是对社会没有价值的人。

(二) 自我价值

一般物在主体同客体的关系中,只是作为客体而存在,而人既是主体又是客体。

从个人对社会的关系来说,个人表现为客体,因为个人的人生价值要靠社会来评价。从个人的行为对自己的利害关系来说,个人又表现为主体,要站在个人的立场上来评价自己的行为有无自我价值。人生的自我价值主要表现为满足自己的需要,包括物质生活、精神生活和人格尊严等。如果一个人奋斗一生,对社会卓有贡献,却不能满足自己的物质生活、精神生活需求,他将会感到遗憾。这就是说,人本身在价值关系中具有主、客体两重性:一方面,人生价值必然具有社会性;另一方面,人生价值又都具有自我性。任何一个有价值的人,其人生在对社会、对他人具有价值意义的同时,都毫无例外地对自我也具有价值。

二、职业发展与人生成功

每个人来到这个世界,都面临一个终生的问题,即人生要有价值,人生价值要由低一级水平不断地向高级水平递进。在现代社会,职业在人生发展中起着越来越重要的作用,并且在人的生涯历程中占据了相当长的时光,所以职业发展与人生成功有着重要的关系。

(一) 职业生涯在人生中占有重要地位

职业发展在人生中占有绝对重要的地位。我们从事职业的时期就一生来讲,是从精力充沛的二十来岁开始,到精力衰退的六十多岁结束。就一天来讲,我们每天用于工作、上下班路途的时间,加上业余时间里与工作相关的思考、应酬等,时间长达十多个小时,并且,职业所用时间通常是一天中精力最充沛的时间段。

(二) 职业发展可以满足人生需求

人生的成功其实就是职业生涯的成功。一个人要想实现自己的价值,得到社会的承认,一定要通过职业活动为社会作出贡献,同时,个人需求也都是通过职业生涯来满足的。开始参加工作时主要是为了满足基本的生活需求,高层次的需求满足非常低。通过职业生涯的开发与管理,我们在基本需求满足继续增加的同时,可以提高需求水平,获得别人的赞赏、尊重,获得地位、荣誉,开发潜能,利用潜能等。所以,实现人生较高层次的需求最终取决于职业生涯发展水平。

(三) 积极进取的人生态度是职业发展的基石

在现实生活中,我们常常看到:有的人身处逆境却百折不挠,最终取得成功;而有的人在顺境中却无病呻吟,一事无成;有的人总是满怀希望和激情,勇敢地战胜困难并不断开拓人生新境界;而有的人却悲观厌世,碌碌无为。所有这些差异其实都是不同的人生态度造成的。人生态度是人们对生活所具有的持续性信念以及对各种生活境遇所作出的反应方式,它是人们在社会实践中所形成的对人生问题的稳定心理倾向和基本意图。积极进取的人生态度能促使一个人为实现崇高的人生目标而拼搏,能把一个弱者塑造成一个强者,能促使一个人竭尽全力克服困境,做自己想做的事情。古往今来,成功者很少是一帆风顺的,他们大都经历过坎坷、险恶与挫折,但他们总是信心坚定,勇于抗争,经得起困难和失败的考验,以百折不挠的勇气取得成功。