



普通高等教育“十三五”规划教材

# 职业生涯规划

孙璐 孙文琪 © 主编



科学出版社

普通高等教育“十三五”规划教材

# 职业生涯规划

孙璐 孙文琪 主编

科学出版社

北京

## 内 容 简 介

本书以“立足当下，放眼未来”为出发点，探索采用当今主流的职业生涯规划理论，分析职业生涯规划管理实例，力求理论精当、简明扼要、深入浅出，强调实用性和操作性相结合。为了便于教学和学生自学，书中各章内容设计了学习目标、学习要点，并且在本书各章末设计了复习思考题、案例分析题和实践题，帮助师生展开分析讨论，以便有效理解职业生涯规划精髓。

本书可以作为大学生职业发展与就业指导、创新创业方面的通识教材，也可以作为高校从事大学生职业发展与就业指导课程教学人员的参考书，还适合希望在求职就业和创业中得到指导的广大青年朋友学习参考。

### 图书在版编目(CIP)数据

职业生涯规划 / 孙璐, 孙文琪主编. —北京: 科学出版社, 2017  
(普通高等教育“十三五”规划教材)  
ISBN 978-7-03-053283-1

I. ①职… II. ①孙…②孙… 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 (2017) 第 128645 号

责任编辑: 王彦刚 都 岚 / 责任校对: 刘玉靖  
责任印制: 吕春珉 / 封面设计: 东方人华平面设计部

科学出版社出版

北京东黄城根北街 16 号  
邮政编码: 100717  
<http://www.sciencep.com>

北京京华虎彩印刷有限公司 印刷  
科学出版社发行 各地新华书店经销

\*

2017 年 11 月 第 一 版 开本: 787×1092 1/16

2017 年 11 月 第一次印刷 印张: 9 1/2

字数: 207 000

定价: 33.00 元

(如有印装质量问题, 我社负责调换〈京华虎彩〉)  
销售部电话 010-62136230 编辑部电话 010-62135397-2016

版权所有, 侵权必究

举报电话: 010-64030229; 010-64034315; 13501151303

# 前 言

作为任教多年的高校教师，我们经历过许多大学生的学习与成长，既看到很多学生毕业就找到了理想的工作，并且获得了事业的成功，也看到过有些学生学习和工作不如意的窘境。如果说，中小学阶段的价值是人生进行基础知识的全面学习和积累，那么在大学期间，尤为重要是思考人生的价值，根据自身条件和兴趣爱好，选取适合自己的发展目标，并且制定职业发展路径，按照自己的计划去实现自己的目标。

本书根据教育部的有关要求，结合高校开设大学生职业发展与就业指导课程的实际情况，精心组织，周密安排，由长期从事大学生就业教育的教师们结合自身多年教学改革成果编写而成。针对大学生就业创业过程中面临的一系列问题，深刻分析了大学生面临的就业形势，全面地介绍了职业的基本知识、职业规划的基本方法、提升职业素质的途径，以及就业法律法规知识。

本书密切关注大学生就业的实际，致力于培养大学生树立正确的就业观和择业观，帮助大学生从整体上构建就业的知识和能力体系。结合教学规律和学生特点，本书的主要内容如下：

第一章“职业生涯规划概述”重点阐述职业生涯规划的相关概念和高校职业生涯规划的教育状况；第二章“职业认知”主要介绍职业的相关概念和专业、行业、职业的信息分析；第三章“自我认知”主要介绍性格、能力、价值观、兴趣对职业选择的影响；第四章“职业生涯规划理论”阐述了特质因素理论、人格类型理论、职业锚理论、职业决策理论、生涯发展理论；第五章“职业生涯规划”阐述了职业生涯规划的内容、原则和方法，并介绍了职业生涯规划的制定与实施；第六章“职业生涯管理”介绍了职业生涯管理的概念、特征、内容、分类，以及有效的职业生涯管理；第七章“职业素质培养”阐述了职业素质的相关概念、通用技能、适应能力、专业技能和职业素质提升的途径；第八章“就业市场与信息采集”主要介绍就业市场、就业信息、就业信息采集方法；第九章“就业政策与法规”介绍了我国现阶段大学生就业政策、入伍政策、创业政策、就业制度、就业协议；“附录 A”重点介绍了大学生就业形势与环境；附录 B 介绍了职业锚测评。

本书由孙璐编写第一、第二、第三章，孙文琪编写第四至第九章和附录内容。

本书的编写广泛参考了国内外学者的研究成果，谨在此对相关作者表示感谢。限于编者知识水平，本书在编写中难免存在疏漏和失误之处，真诚期望同行及读者批评指正，期待我们共同努力让职业生涯规划课程的教材建设日臻完善。

编 者

# 目 录

<b>第一章 职业生涯规划概述</b> .....	1
<b>第一节 何为职业生涯规划</b> .....	1
一、职业生涯规划概述 .....	1
二、职业生涯规划的含义、类型及要素 .....	2
三、职业生涯规划的意义 .....	3
<b>第二节 职业生涯规划教育现状与大学生就业认知</b> .....	4
一、大学生职业生涯规划教育现状 .....	4
二、大学生就业认知 .....	7
<b>复习思考题</b> .....	8
<b>案例分析题</b> .....	8
<b>实践题</b> .....	9
<b>第二章 职业认知</b> .....	11
<b>第一节 职业的概念与职业分类</b> .....	11
一、职业的概念 .....	11
二、职业分类 .....	12
<b>第二节 专业、行业、职业信息分析</b> .....	15
一、专业信息分析 .....	15
二、行业信息分析 .....	16
三、职业信息分析 .....	17
<b>第三节 职业期望</b> .....	21
一、影响职业期望的因素 .....	21
二、职业期望与性别差异 .....	23
<b>复习思考题</b> .....	24
<b>案例分析题</b> .....	25
<b>实践题</b> .....	25
<b>第三章 自我认知</b> .....	26
<b>第一节 性格倾向探索</b> .....	26
<b>第二节 自我能力认知</b> .....	30
一、能力的概念与分类 .....	30
二、能力的探索方法 .....	30
三、能力对职业生涯的影响 .....	31
四、职业能力测评 .....	32
<b>第三节 职业价值观的澄清</b> .....	33
一、什么是价值观 .....	33

二、价值观与职业的关系·····	34
三、职业价值观的类型·····	34
四、价值观的发现·····	35
五、确定职业价值观应处理好的关系·····	36
第四节 自我兴趣与职业方向探索·····	37
一、职业兴趣的含义·····	37
二、兴趣与职业的关系·····	38
三、职业兴趣测评·····	38
四、自我兴趣探索·····	39
复习思考题·····	41
案例分析题·····	41
实践题·····	42
<b>第四章 职业生涯规划理论·····</b>	<b>43</b>
第一节 特质—因素理论·····	43
一、主要代表人物·····	43
二、主要观点·····	43
三、理论简评·····	44
第二节 人格类型理论·····	46
一、主要代表人物·····	46
二、主要观点·····	46
三、理论简评·····	48
第三节 职业锚理论·····	49
第四节 职业生涯决策理论·····	51
一、标准化职业生涯决策模型·····	51
二、描述性职业生涯决策模型·····	53
三、规范性职业生涯决策模型·····	54
第五节 职业生涯发展理论·····	56
一、代表人物·····	56
二、主要观点·····	56
三、理论简评·····	58
复习思考题·····	59
案例分析题·····	59
实践题·····	61
<b>第五章 职业生涯规划内容与实施·····</b>	<b>62</b>
第一节 职业生涯规划的内容·····	62
第二节 职业生涯规划的原则与方法·····	63
一、职业生涯规划的原则·····	63
二、职业生涯规划的方法·····	63

第三节 职业生涯规划的制定与实施	65
一、确定目标	65
二、职业生涯目标的分解	66
三、职业生涯目标的组合	66
四、职业生涯路线的选择	68
五、目标实现与制订行动方案	70
六、职业生涯规划书的撰写	70
七、职业生涯规划的实施与评估	71
复习思考题	74
案例分析题	74
实践题	75
第六章 职业生涯管理	76
第一节 职业生涯管理概述	76
一、职业生涯管理的概念及其特征	76
二、职业生涯管理与职业生涯发展	77
第二节 职业生涯管理的分类	78
一、按职业生涯管理的内容分类	78
二、按职业生涯管理的主体分类	78
第三节 有效的职业生涯管理	79
一、职业生涯管理的意义	79
二、时间管理	80
复习思考题	82
案例分析题	83
实践题	83
第七章 职业素质培养	84
第一节 职业素质的概念与基本特征	84
一、职业素质的概念	84
二、职业素质的基本特征	85
第二节 通用技能	86
一、与人合作的能力	87
二、沟通表达的能力	88
第三节 专业技能	89
一、专业技能及其特征	89
二、专业技能在职业素质中的地位	91
第四节 职业素质提升途径	91
一、身体素质	91
二、政治素质	92
三、心理素质	92

四、道德品质	93
五、品格修养	94
复习思考题	94
案例分析题	95
实践题	96
<b>第八章 就业市场与信息采集</b>	<b>98</b>
<b>第一节 大学生就业市场</b>	<b>98</b>
一、什么是大学生就业市场	98
二、完善并发挥大学生就业市场的功能	100
<b>第二节 就业信息</b>	<b>101</b>
一、有效的就业信息的特点	102
二、就业信息的分类	102
三、获取有效就业信息的意义	105
<b>第三节 如何采集就业信息</b>	<b>105</b>
一、收集就业信息的原则	106
二、收集就业信息的途径	107
复习思考题	110
案例分析题	110
实践题	110
<b>第九章 就业政策与法规</b>	<b>111</b>
<b>第一节 我国大学生就业政策</b>	<b>111</b>
一、国家对高校毕业生就业的方针和原则	111
二、最新的大学生就业政策	112
<b>第二节 扶持高校毕业生自主创业的优惠政策</b>	<b>115</b>
一、小额担保贷款和贴息支持	116
二、免收有关行政事业性收费和税收优惠	116
三、享受培训补贴	116
四、免费创业服务	116
<b>第三节 就业制度</b>	<b>117</b>
一、职业资格证书制度	117
二、劳动合同制度	120
三、人才市场	121
<b>第四节 就业协议</b>	<b>122</b>
一、就业协议的主要内容	122
二、就业协议的主要条款	123
三、签订就业协议的程序	123
四、就业协议的解除	123
五、违约责任及毕业生违约的后果	124



第五节 保障就业权益	124
一、求职过程中享有的权益	124
二、求职过程中常见侵权行为	125
三、如何保护自己的合法权益	127
复习思考题	128
案例分析题	128
实践题	128
参考文献	129
附录 A 大学生就业形势与环境	130
附录 B 职业锚测评	138

# 第一章

## 职业生涯规划概述

### 学习目标

- 明晰职业生涯规划的内涵与外延，为进一步学习职业生涯规划做准备
- 认清大学生职业生涯规划的目的和意义，让自己的人生有规划
- 进行实践训练，接触社会，了解社会的人才需求
- 了解职业生涯规划教育现状和大学生的就业认知

### 学习要点

- 理解大学人才培养的目的与目标
- 理解职业生涯规划对于大学生未来职业发展乃至人生发展的重要意义
- 掌握以职业发展为导向的大学学业规划任务

**关键词** 职业生涯规划；大学生就业

## 第一节 何为职业生涯规划

### 一、职业生涯概述

职业生涯可以看作是一个人在其一生中所有与职业相关的行为与活动，以及对应的态度、价值观、愿望等的连续性经历的过程，也是一个人一生中职业、职位的变迁及工作理想的实现过程。职业生涯可以分为外职业生涯和内职业生涯。其中，外职业生涯是指从事一种职业时的工作时间、工作地点、工作单位、工作内容、工作职务与职称、工资待遇、荣誉称号、工作年龄阶段等因素的组合及其变化过程。内职业生涯是指从事一种职业时的知识、观念、经验、能力、心理素质、身体状况、内心感受等因素的组合及其变化过程。

关于职业生涯的特点，不同学者提出了不同的观点，概括而言，职业生涯具有以下特点：

### 1. 阶段性

个体的职业生涯包括多个人生阶段。在不同的生涯阶段，个体有着不同的目标和任务。职业生涯各个阶段之间具有递进关系，每一个阶段都为后一个阶段做好铺垫，每一个阶段又都是前一个阶段的延续。

### 2. 综合性

作为一个完整意义的人，个体的工作与其生活是密不可分的，工作状态直接影响生活状态。个人所从事的职业，既是社会分工的产物，又决定个人的生活状况。因此，职业生涯具有综合性，是以个人事业角色的发展为主轴，也包括其他与工作有关的角色。

### 3. 终身性

职业生涯影响个体的一生。就个体而言，职业生涯一般可分为职业准备期、职业选择期、职业适应期、职业稳定期、职业衰退期等不同的阶段，即使是退出职业生涯的人，其生活内容与以往的职业生涯也密切相关。

### 4. 独特性

在职业生涯中，个人选择的职业不同，职业经历不同，所从事职业的数量和过程也不同，每个人都有只属于自己的、特有的职业生涯。国外有学者对多样化的职业生涯形态进行了概括与分类，大体包括步步高升、阅历丰富、稳扎稳打、愈战愈勇、得天独厚、因故中断、一心多用等类型。

### 5. 互动性

个体的生涯是个人与他人、个人与环境、个人与社会互动的结果。人的“自我”观念、人的主观能动性、个人所掌握的社会职业信息和职业决策技术，对职业生涯有着重要影响。

每个人职业生涯的成功取决于多方面的因素。美国学者达姆洛斯提出职业生涯成功的公式为：成功=[(EE+CT+SP)×DD]<sup>b</sup>。其中，EE指教育和工作经验；CT指创造性思考；SP指推销自我的能力；DD指目标和驱动力；b指个人的机遇。可见，除机遇外，个体职业生涯的成功离不开环境和条件的支持，也离不开个人自身的主观努力。

## 二、职业生涯规划的含义、类型及要素

### 1. 职业生涯规划的含义

职业生涯规划是指个人根据自身和环境的分析，确立职业生涯发展目标，制订相应的工作、培训和教育计划，并采取行动努力实现职业生涯目标的过程。由于个人与环境均是动态发展的，个体也需要不断地针对各方面条件的变化，及时对职业生涯规划进

行评估与调整,因而职业生涯规划是一个连续的、动态的、终其一生的过程。

职业生涯规划的概念于20世纪60年代在美国诞生,随后被引进到其他国家,并在加拿大、瑞士、法国、新西兰、澳大利亚和德国等经济发达国家得到迅速发展。目前,这些国家平均有超过72%的工作人员直接受益于职业生涯规划。20世纪90年代中期,职业生涯规划的概念从欧美国家传入中国。进入21世纪以来,职业生涯规划的理论研究与实践推广在我国得到较快发展。

## 2. 职业生涯规划的类型

按照时间的长短,职业生涯规划可分为人生规划、长期规划、中期规划与短期规划四种类型。

## 3. 职业生涯规划的要素

我国人事科学研究所的罗双平用一个精辟的公式总结出了职业生涯规划的三大要素,即职业生涯规划=知己+知彼+抉择。“知己”就是自我认识与自我了解,包括自己的梦想、兴趣、价值观、天赋等。“知彼”就是熟悉周围的环境,特别是与职业发展有关的社会环境和组织环境,包括就业政策、就业形势、组织发展战略、晋升机会等。知己与知彼相互关联,目的是做出正确的职业抉择,即选择适合自己发展需要、使自己受益最大的职业岗位。

## 三、职业生涯规划的意义

职业生涯活动将伴随我们大半生,拥有成功的职业生涯才能实现完美的人生。因此,职业生涯规划具有以下重要意义:

### 1. 职业生涯规划可以发掘自我潜能,增强个人实力

一份行之有效的职业生涯规划将会:①引导你正确认识自身的个性特质、现有与潜在的资源优势,帮助你重新对自己的价值进行定位并使其持续增值;②引导你对自己的综合优势与劣势进行对比分析;③使你树立明确的职业发展目标与职业理想;④引导你评估个人目标与现实之间的差距;⑤引导你进行前瞻与实际相结合的职位定位,搜索或发现新的或有潜力的职业机会;⑥使你学会如何运用科学的方法采取可行的步骤与措施,不断增强你的职业竞争力,实现自己的职业目标与理想。

### 2. 职业生涯规划可以增强职业发展的目的性与计划性,提升成功的机会

职业发展要有计划、有目的,不可盲目地“撞大运”,很多时候我们的职业生涯受挫就是由于职业规划没有做好。好的计划是成功的开始,古语讲“凡事预则立,不预则废”就是这个道理。

### 3. 职业生涯规划可以提升竞争力

当今社会处在变革的时代,到处充满着激烈的竞争。职业活动的竞争非常突出,尤其是我国加入WTO后,要想在这场激烈的竞争中脱颖而出并立于不败之地,必须设计好自己的职业生涯规划,这样才能做到心中有数,不打无准备之仗。但是,不少应届大学毕业生不是首先坐下来做好自己的职业生涯规划,而是拿着简历与求职书到处跑,总想撞到好运气找到好工作,结果浪费了大量的时间、精力与资金,到头来感叹招聘单位有眼无珠,不能“慧眼识英雄”,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,认为找到理想的工作靠的是学识、业绩、耐心、关系、口才等条件,认为职业生涯规划纯属纸上谈兵,简直是耽误时间,有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,磨刀不误砍柴工,先做好职业规划,有了清晰的认识与明确的目标之后再吧求职活动付诸实践,效果要好得多,也更经济、科学。

## 第二节 职业生涯规划教育现状与大学生就业认知

### 一、大学生职业生涯规划教育现状

当前,我国大学生就业问题已经涉及社会领域的各个方面,引起了国家和社会的高度重视。庞大的就业大军已经渗透到社会的各个角落,很多大学生都在进行着无奈的抉择。“毕业就失业吗?”正是这种很有针对性的提问,让很多家庭出现了困惑,“读书无用论”的悲观思潮也乘虚而入,日益侵蚀着人们的思想,影响着人们对就业问题的正常判断。可见,这已经不再是一个小家的问题,而是关系到学校的办学,关系到国家政治和经济的建设,关系到和谐社会的建设的重大问题。

近年来,各高校逐步开始重视大学生职业生涯规划教育,因地制宜地采取了一些措施,成立了专门机构,建立了就业信息网站,开设了职业生涯规划辅导课程,进行职业测评,成立了学生社团,通过校园文化活动的形式,如成立相关的学生社团、开展大学生职业生涯设计比赛、邀请职业规划专家、人力资源管理专家作专题讲座等,开展职业生涯规划主题教育活动,呈现出良好的发展态势,具体体现在以下几个方面:

#### 1. 大多数高校纷纷开设职业生涯规划课程

越来越多的高校认识到仅仅对大学毕业生进行就业指导是不够的,职业生涯规划教育需要走进课堂,通过开设课程的方式与途径开展教育与辅导。课程的开设可谓“百花齐放”,具体做法大致有以下3种类型:

1) 清华大学模式。该模式主张开发课程模块,模块中包括若干门短、平、快的课程,缺什么补什么。按照职业生涯发展过程中可能出现的问题设立课程,属于问题式教学,如“沟通训练”“自我探索”“留学指南”等。

2) 复旦大学模式。该模式开设一门课程,各年级学生均可以选修,课程名称为“生涯规划与就业指导”,课程主要内容包括:生涯规划的基本理论,自我探索,职业社会认知,生涯决策,大学生涯发展规划的制定与实施,职业素质与职业发展,素质拓展训练,就业形势与政策,就业中的心态管理等。

3) 武汉理工大学模式。该模式开设两门课程,分别是“大学生涯规划与职业发展”“大学生求职技巧”,前者针对大一学生,后者针对大三下半学年、大四上半学年的学生,条件成熟时再针对研究生开设“职业生涯管理与开发”课程。

### 2. 经验总结和理论研究方面取得较大进展

大学生职业生涯规划教育作为职业指导教育的延伸和发展,经过探索已经进入了快速发展的新阶段。这一领域受到前所未有的重视,一些学者逐渐认识到大学生职业生涯规划指导的重要意义,开始将国外优秀的职业生涯规划理论引入到我国大学生职业生涯规划的研究中并加以发展,形成了我国大学生职业生涯指导的理论雏形。学术论文对此话题的关注也逐渐增多,相关研究也不断涌现,通过检索,公开发表的论文达到几百篇。在这一领域中,较为有影响力的代表人物是人事科学研究所的罗双平,他对职业生涯这一课题进行了比较系统的研究,如《职业生涯规划的含义及其形态》《职业生涯规划理论》《职业生涯规划阶段划分》等。

### 3. 职业生涯规划培训沟通范围不断扩大

实施职业生涯规划教育的关键在师资。各地举办了各种培训班培训师资,开展了多种研讨和沟通活动,沟通范围日益扩大。2007年11月,首届中国职业生涯规划国际论坛暨 GCDF (global career development facilitator, 全球职业规划师) 全球峰会在北京隆重召开。参加这次论坛的共有来自中国、美国、德国、韩国、日本、新西兰等 16 个国家的专业人士以及数十位国内外最具影响力的职业规划专家。这是我国在职业生涯规划领域举办的第一次全球性大会,论坛以“职业生涯规划的国际前沿技术与实践”为主题,围绕职业生涯规划全球化发展、其他国家职业规划发展体系的现状、职业生涯规划的创新前沿技术、基于组织的生涯发展应用、高校职业规划服务体系的建立、职业测评在生涯发展中的创新等内容开展讨论,致力于通过与世界各地的职业规划领域研究成果的分享,将中国的职业生涯规划教育以及职业咨询服务行业推向更高的实践与应用层面。

### 4. 职业生涯规划教育存在的问题

目前,尽管许多高校已开展了职业生涯规划教育工作,为学生择业、就业提供了较多的帮助,但从总体上来看还处于起步阶段,在教育理念、方式、途径等方面均明显滞后,不仅不能满足学生和社会的需求,有些方面还落后于就业形势的发展,在很大程度上制约了大学生职业生涯规划教育功能的充分发挥,影响了学生的全面发展。编者调查发现,在实践中,职业生涯规划教育存在的问题不容忽视,突出表现在以下几个方面:

### (1) 职业生涯规划教育基础不牢，环境缺失

从社会大环境看，职业生涯规划服务购买率低。据调查，社会上86%的人对职业生涯规划有过了解，但仅有8%的人接受过职业生涯规划服务，购买率仅为9.79%。从家庭小环境看，我国的家庭教育以灌输为主，以“严”著称。孩子从小就不知道自己喜欢什么，不喜欢什么，所有的兴趣和价值观都是父母和社会强加的，在孩子最初成长的家庭环境里缺乏进行职业生涯规划的启蒙环境，而在高校同样也缺乏进行职业生涯规划教育的氛围。在高等教育的“跨越式”发展的背景下，许多高校关注更多的是“进口”，而对“出口”的关注不够，投入也少，影响了职业生涯规划机构及其工作开展的环境。

### (2) 职业生涯规划教育思路不清，缺少合力

许多高校还没有把这项工作放到应有的位置，对其重要性和必要性认识不到位，没有认识到职业生涯规划教育和辅导对大学生一生的职业发展所具有的重要意义，认为职业生涯规划教育是学生工作部门的事情，是就业部门的事情，是政工干部的事情，是辅导员的事情。在机构设置、经费投入、人员队伍建设以及硬件设施等方面不能满足需要。其实，职业生涯规划 and 职业发展教育是学校整个教育体系的一部分，是各个部门和全体教师的事情，是贯穿在教育教学各个环节之中的，绝不仅仅是就业部门的事情，光靠一个就业部门不可能实现职业规划与发展教育的目标与内容。学校教务部门、招生部门、学生工作部门以及院系的领导、专业教师都有责任和义务对学生进行职业生涯规划教育，因为这关系到学校的发展，关系到学生的未来。

### (3) 职业生涯规划教育功能窄化，不够系统

职业生涯规划教育本来应该是贯穿学校教育的全过程。而在现实中，职业生涯规划教育却窄化为就业指导，往往以毕业生的思想政治教育代替职业生涯规划教育；或者局限于就业指导，主要面向毕业生进行突击式教育，仅限于使学生了解就业政策、准备就业材料、提高择业技巧等方面；就业指导部门的工作重心放在收集、存储、提供、发布职业信息，组织招聘活动，协办人才沟通会，负责毕业生的分配派遣相关事宜以及办理相关手续等方面，较少能以职业生涯规划教育的理念与思路引导学生、帮助学生，不能着眼于学生的终身发展、全面发展、充分发展、和谐发展以及学生潜能的挖掘。这种季节快餐、短期促销的教育方式并非完全意义上的职业生涯规划教育，目前大多还局限于毕业生这个群体，停留在针对就业这一具体环节和具体问题指导的层面上，对就业之外的环节包括学业、职业和事业的协调发展问题，则缺乏指导与帮助，距离真正意义上的职业生涯规划教育还有相当一段距离。

### (4) 职业生涯规划教育人员的素质不高，不够专业

职业生涯规划教育不是一个学科，更不是一个专业。部分高校还没有成立专门机构，也没有专职人员，大多是由学生工作部门人员、兼职人员或辅导员担任此项工作。他们普遍缺少系统的专业训练，而是在摸索中前进，在于中学、学中干；或者凭借过去做毕业生分配工作、学生思想政治工作、就业信息收集与发布工作甚至行政工作的经验开展就业指导，职业生涯规划教育人员的专业化程度较低，职业规划指导师资力量相对薄弱，难以适应职业指导的要求。

现代高等教育的理念就是坚持“以学生为本”的原则。“以学生为本”必须从学生发展的实际情况出发,认真剖析,不断总结。高等学校重视和加强职业生涯规划教育可以帮助学生理性地评价自己,使其在社会生活中给自己一个相对准确的定位,使得高校毕业生就业市场上的“争抢就业”“盲目择业”“高违约率”“高就业成本”以及人才市场上的高流动性和流动无序性的状况得到有效的控制,进而减少用人单位“缺少想聘之才”,学生“无业可就”的现象,使社会更加稳定和有序。

## 二、大学生就业认知

目前,大部分大学生都缺乏一个完善的自我概念,不懂得规划职业生涯,不能准确地进行职业定位。

在一份对大学二年级学生的调查中,20.5%的学生表示有自己明确的发展方向,60%的学生也对自己的发展方向有过粗略的想法,只有19.5%的学生表示没有明确的发展方向甚至不曾考虑过自己的发展方向。但只有17%的学生表示自己有职业规划,并且坚定地在实施;16.5%的学生表示自己有职业规划,但是却没有实施;44.5%的学生表示正在规划中;22%的学生表示从未考虑或进行自己的职业规划。有的大学生因顺利签约而对自己评价过高,进而对自己所签单位的环境、发展前景及工作条件、回报等产生疑问;有的大学生则因担心自己不能胜任工作而惶恐不安……这些心理都使得已签约学生不能充分利用在校学习生活的最后时间来做好参加工作前的准备工作,为职业生涯发展带来不利的影响,甚至造成严重的精神忧郁症状。

这说明,现在虽然重视大学生就业工作,强调大学生就业指导,但是提供的就业指导教育还不是全面的、系统的,还不是一种能够真正满足学生职业生涯发展需要,实现近期目标与长远规划相统一的就业指导教育,还没有真正解决大学生职业生涯发展中的根本问题,即不是向他们提供一种全程的整合性服务。

因此,高等院校的就业指导工作应该实现以下几个方面的教育和指导:

1) 通过职业生涯规划课程的学习与应用,提高学生职业生涯规划的意识,指导学生正确地进行自我评估。

2) 通过职业生涯规划课程的实训与实践,促进大学生主动进行职业生涯探索,从自己的兴趣和专业方向出发设定自己的职业期望,为下一步的自我完善与提升明确一个清楚而实用的“路线图”。

3) 通过职业生涯规划课程的贯彻与实施,能够为大学生提供个性化的培训和指导,解除学生个体在职业定位、职业选择上的盲从与误区,使其顺利地谋求一份称心的工作,积极投身到社会主义现代化建设的大潮中。

4) 通过职业生涯规划课程的指导,能够为大学生就业后提供心理调适方面的指导和帮助,进而回避大学生与用人单位正式签约后可能出现的心理上的变化。



## 复习思考题

1. 什么是职业生涯?
2. 结合实际谈一谈, 你如何认识“职业关系着社会、经济、教育等许多领域”?
3. 在市场经济的大环境下, 大学生应该如何认识职业体制对个人职业发展的影响?

## 案例分析题

### 名人的职业生涯规划

一个美国小伙子立志做一名优秀的商人, 中学毕业后考入麻省理工学院, 没有去读贸易专业, 而是选择了工科中最普通的基础专业: 机械制造专业。大学毕业后, 这位小伙子没有马上投身商海, 而是考入芝加哥大学, 攻读为期3年的经济学硕士学位。更加出人意料的是, 获得硕士学位后, 他还是没有从事商业活动, 而是考了公务员。在政府部门工作了5年后, 他辞职下海经商。又过了两年, 他开办了自己的商贸公司。20年后, 他的公司资产从最初的20万美元发展到2亿美元。

这位小伙子就是美国知名企业家比尔·拉福。比尔·拉福把他的成功归功于他父亲的指导。他们共同制定了一个重要的职业生涯规划并选择了合适的职业生涯路线: 工科学习, 工学学士→经济学学习, 经济学硕士→政府部门工作, 锻炼处世能力, 建立广泛的人际关系→大公司工作, 熟悉商务环境→开公司事业成功。

第一阶段: 工科学习。

中学时代, 比尔·拉福就立志经商。他的父亲是洛克菲勒集团的一名高级职员, 他发现儿子有商业天赋, 机敏果断, 敢于创新, 但经历的磨难太少, 没有经验, 更缺乏必要的知识, 于是父子俩进行了一次长谈, 并描绘出职业生涯的蓝图。因此, 升学时, 他没有像其他人一样直接去读贸易专业, 而是选择了工科中最基础、最普通的机械制造专业。

收获: 比尔·拉福在麻省理工学院的4年, 除了学习本专业, 还广泛接触了其他课程, 如化工、建筑、电子等, 这些知识在他后来的商业活动中, 发挥了举足轻重的作用。

工科学习不仅是知识技能的培养, 而且能帮助建立一套严谨求实的思维体系。清楚的推理分析能力, 脚踏实地的工作态度, 这些正是经商所需要的。

第二阶段: 经济学学习。

大学毕业后, 比尔·拉福没有立即进入商海而是考进芝加哥大学, 开始了为期3年的经济学硕士课程。比尔·拉福掌握了经济学的基本知识, 搞清了影响商业活动的众多因素, 还认真学习了有关法律和微观经济活动的管理知识, 几年下来他对会计、财务管理也较为精通, 在知识上已完全具备了经商的素质。

第三阶段: 政府部门工作。