

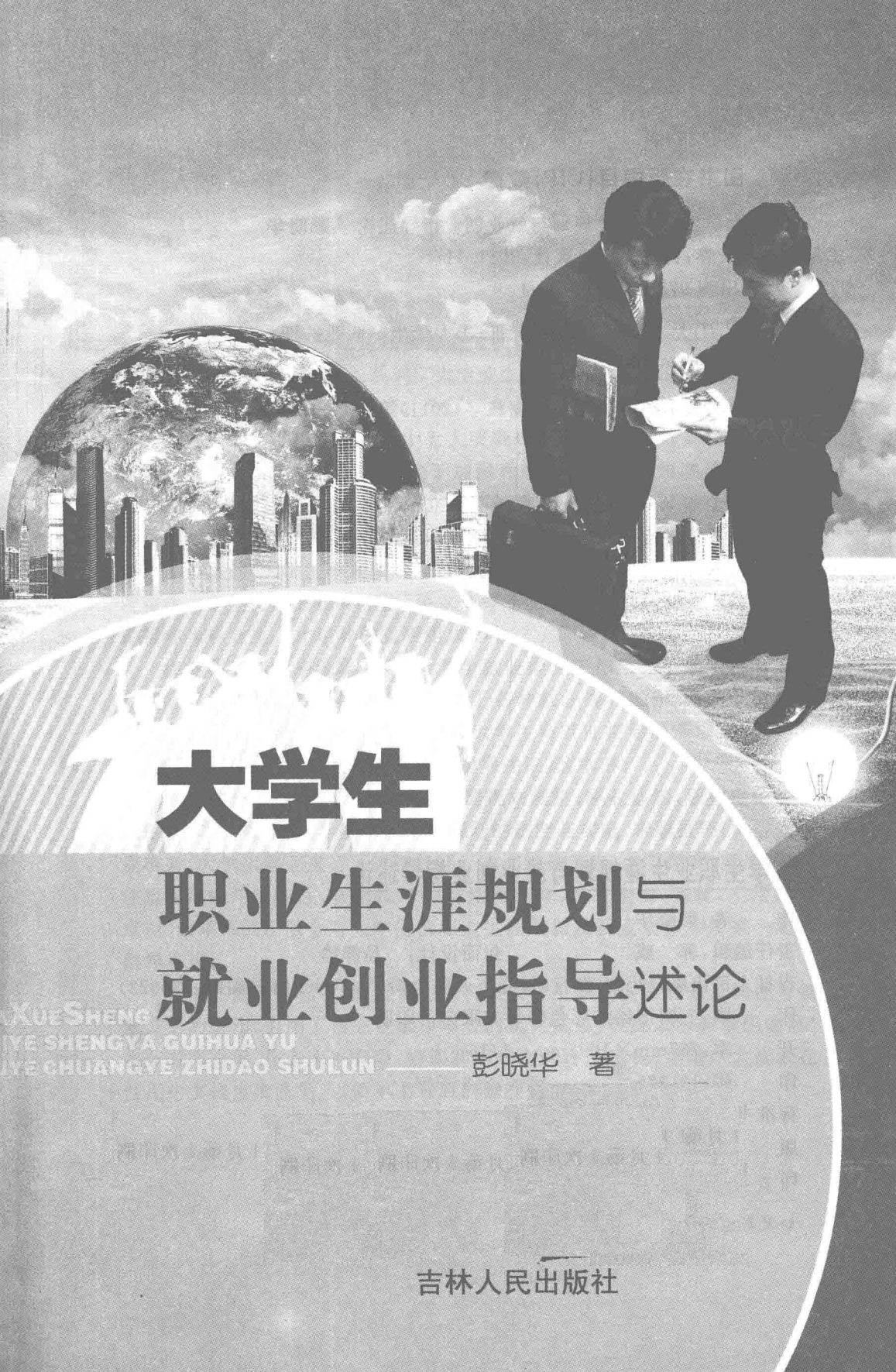


大学生

职业生涯规划与 就业创业指导述论

DA XUE SHENG
ZHI YE SHENG YA GUI HUA YU
JUE YE CHUANG YE ZHI DAO SHULUN —— 彭晓华 著

吉林人民出版社



大学生

职业生涯规划与 就业创业指导述论

XUESHENG
JIYE SHENGYA GUIHUA YU
JIYE CHUANGYE ZHIDAO SHULUN

—— 彭晓华 著

吉林人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生职业生涯规划与就业创业指导述论 / 彭晓华

著. —长春:吉林人民出版社, 2011. 11

ISBN 978-7-206-08151-4

I. ①大… II. ①彭… III. ①大学生—职业选择—研究
IV. ①G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 224986 号

大学生职业生涯规划与就业创业指导述论

作者:彭晓华

责任编辑:郭威

封面设计:马静静

吉林人民出版社出版 发行(长春市人民大街 7548 号 邮政编码:130022)

印刷:三河市铭浩彩色印装有限公司印刷

开本:787mm×1092mm 1/16

印张:13.375 字数:255千字

标准书号:ISBN 978-7-206-08151-4

版次:2011年11月第1版

印次:2011年11月第1次印刷

印数:1—1000册

定价:28.00元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。

前 言

高校毕业生就业问题是社会普遍关注的问题,同时也是全国各大高校非常重视的艰巨任务,它关系到广大毕业生的切身利益,也关系到社会的和谐稳定和国家经济的持续发展。为了更好地促进大学生就业,党和政府都作出了相关的制度规定。党的十七大明确规定要“积极做好高校毕业生就业工作”;中共中央、国务院在《关于加强和改进大学生思想政治教育的意见》中明确规定“要帮助大学生树立正确的就业观念,进一步健全大学生就业指导机构和就业信息服务系统,提供高效优质的就业创业服务。”国务院办公厅印发的《大学生职业发展与就业指导课程教学要求》中也明确了要高度重视大学生的就业指导工作,要求高校将大学生的职业发展与就业指导课程作为毕业生人才培养的重要组成部分。

在党和政府的高度重视下,大学生就业指导工作已经引起了各高校的高度重视。多数高校不同程度地开展了各种就业指导工作,将就业指导课程列入到了教学计划中。针对高校及大学生对就业指导的需求,我们撰写了《大学生职业生涯规划与就业创业指导述论》这本书。

本书共分为八章,分别对职业生涯规划理论、职业认知、职业定位的影响因素、职业素质、大学生职业生涯规划的制定与实施、求职技巧、大学生就业准备、大学生创业进行了详细论述。本书结构清晰、内容翔实、理论明确,注重理论性与实践性、普遍性与特殊性相结合,具有全面、系统、实用的特点,相信本书的出版会对大学生的职业生涯规划及就业创业等带来一定的指导作用。

本书在撰写过程中,参阅了一些有关大学生职业生涯规划及就业与创业方面的著作,引用了相关专家和学者的研究成果,在此表示诚挚的谢意!由于时间仓促,作者水平有限,错误和不当之处在所难免,恳请广大读者在使用中多提宝贵意见,以便本书日后的修改与完善。

彭晓华

2011年10月

目 录

第一章 职业生涯规划理论概述	1
第一节 职业生涯规划简介	1
第二节 职业生涯规划的意义与原则	10
第三节 职业规划的客观影响因素	16
第四节 职业规划的经典理论	23
第二章 职业认知研究	29
第一节 职业的内涵	29
第二节 职业的特点与分类	37
第三节 职业的制度与发展	43
第三章 职业定位的影响因素研究	55
第一节 性格因素	55
第二节 兴趣因素	61
第三节 价值观因素	67
第四节 能力因素	73
第四章 职业素质研究	82
第一节 职业素质概述	82
第二节 职业素质的养成	86
第三节 大学生必备的职业素质与提升的方法	94
第五章 大学生职业生涯规划的制定与实施	105
第一节 职业生涯规划的内容与目标	105
第二节 职业生涯规划行动计划的制定与实施	110
第三节 职业规划的评估与修正	121
第六章 求职技巧研究	128
第一节 求职路径、心理与礼仪	128
第二节 简历撰写技巧	140
第三节 面试技巧	148
第四节 笔试技巧	154
第七章 大学生就业准备研究	161
第一节 知识准备	161
第二节 心理准备	164



第三节	材料准备·····	170
第四节	法律准备·····	176
第八章	大学生创业研究·····	181
第一节	大学生创业概述·····	181
第二节	大学生创业的准备·····	187
第三节	大学生创业的实践·····	195
参考文献 ·····		207

第一章

职业生涯规划理论概述

大学时期正是个人职业生涯早期的探索、学习阶段,有很多东西要学,有很多事情要做。大学生通过对职业生涯规划相关理论的学习,可以激发生涯规划的意识,科学合理地进行职业生涯规划,明确大学生活与未来职业生涯规划的关系,对自己的未来有一个清晰的认识。

第一节 职业生涯规划简介

人的一生大多是:幼儿园—小学—中学—大学—工作岗位。多少年来,许多人重复着这条不变的人生轨迹,一切按部就班,不知道自己究竟想要什么,甚至根本就没想过自己想要做什么,一切只为了活着。所以不少人在年老的时候,都会拥有一种不曾奋斗过的遗憾。如果早一天规划自己的人生,结果会怎样呢?机遇从来只青睐有心人。这就是为什么要进行职业生涯规划的原因,不论是未出校门的学生,还是已到中年的不如意者,或者渴望更大成就者,要使自己的人生没有遗憾,就应该尽早做好职业生涯规划,选定好自己今后要走的路线,并不折不挠地前进。只有尽早进行科学的个人职业生涯设计,才能把握开天辟地的利斧,获得机遇的青睐。

职业生涯是人生最重要的历程,是追求自我实现的重要人生阶段,对人生价值起着决定性作用。了解职业生涯规划的相关知识,对大学生科学地规划自己的职业生涯具有十分重要的意义。



一、职业生涯概述

通常,人们认为人生主要由四个方面组成:个人生活、家庭生活、职业生活和社会生活。所谓的个人生活,就是指一个人的内心生活方式,是一个人个性化的生活体验,包括人的内心感受和心理活动两方面内容;家庭生活则是个人外部现实生活的基本组成和直接反映方式,包括长幼亲情和族系关联;职业生活主要体现为一个人将自身的能力素质等资源条件与实际的社会生产过程相结合的方式;此外的其他生活方式及内容即是社会生活。

人的一生有少年、成年、老年几个阶段,成年阶段无疑是最重要的时期,它是人们从事职业生活的时期,是人生全部生活的主体。如今,越来越少的限制给人们提供了自由选择的空间,但这种自由也让许多人产生了迷惑——到底哪种选择是最合适的呢?在茫然中,人们不自觉地开始以消极的态度对待工作。等到有一天忽然明白了自己应该做什么,又觉得时间已经蹉跎了太久。这就需要学会规划自己的职业生涯。

那么,什么是职业生涯呢?

(一) 职业生涯的含义

“生涯”(career)一词来自罗马文 *viacarraria* 及拉丁文 *carras*,二者的含义均指古代的战车,后来引申为道路,即人生的发展道路。生涯,具有人生经历、职业、专业、事业的含义。生涯是生活中各种事件的演进方向与历程。职业生涯则是指一个人的终生职业经历。作为一个运动的、发展着的概念,职业生涯是一个动态的过程,是一个人追求自我实现的重要生活方式,是人生最重要的历程。职业生涯的内容十分广泛,既包括一个人对职业生涯发展的认识、见解和期望,也包括个人过去、现在和未来那些可以实际观察到的、连续从事的职业发展过程。

关于“职业生涯”的含义,目前有许多种说法。

在国外,美国学者罗斯威尔将职业生涯界定为人的一生中与工作相关的活动、行为、态度、价值观、愿望的有机整体。社会学家麦克·法兰德认为,职业生涯是指一个人依据理想的长期目标,所形成的一系列工作选择,以及相关的教育和训练活动,是有计划的发展历程。职业生涯也是个人一生职业、社会与人际关系的总称,即个人终生发展的历程。施恩则将职业生涯分为内职业生涯和外职业生涯。外职业生涯是指经历一种职业的过程,包括招聘、培训、晋升、解雇、退休等各个阶段。内职业生涯更多地注重于所



取得的成功或满足主观感情以及工作事务与家庭义务、个人休闲等其他需求的平衡,也就是内心的自我实现感。

在国内,学者们将职业生涯分为广义和狭义两种。广义的职业生涯是指从职业能力的获得、职业兴趣的培养、选择职业、就职,直到最后完全退出职业劳动这样一个完整的职业发展过程,其上限从零岁起点开始。狭义的职业生涯则是指从职业学习开始,踏入社会、从事工作直到职业劳动的最后结束、离开工作岗位为止的这段人生职业工作经历。

从经济的观点来看,职业生涯就是个人在人生中所经历的一系列职位和角色,它们和个人的职业发展过程相联系,是个人接受培训教育以及职业发展所形成的结果。

而从个人的角度来说,职业是指个人在生涯中扮演的一系列工作角色。职业生涯,简单地说,是个人职业的发展道路,包括就业的形态、工作的经历以及与职业相关的活动等,指一个人从学习开始到职业劳动最后结束经历的过程。

由此可见,职业生涯这一概念具有四方面含义。

首先,职业生涯是一个过程,是一生中所有的与工作相关的连续经历,而不仅仅是指一个工作阶段。

其次,职业生涯是由行为活动与态度、价值两方面组成。表示职业生涯客观特征的概念是外职业生涯,表示职业生涯主观特征的是内职业生涯,涉及到一个人的价值观、态度、需要、动机、气质、能力、发展取向等。

再次,职业生涯只是表示一个人一生中在各种职业岗位上所度过的整个经历,并不包含有成功与失败的含义,也没有进步快慢的含义。

最后,职业生涯在一定程度上可以认为是多方面相互作用的结果,因为它受各方面因素的影响,如本人对终生职业生涯的设想与计划、社会环境的变换、组织的需要与人事计划、家庭中父母的意见与配偶的理解与支持等。

总之一句话,职业生涯是以心理开发、生理开发、智力开发、技能开发、伦理开发等人的潜能开发为基础、以工作内容的确定和变化、工作业绩的评价、工资待遇、职位职级的变动为标志,以满足个体需求为目标的工作经历和内心体验的相关经历的总和。

(二) 职业生涯的分类

职业生涯分为外职业生涯和内职业生涯。

所谓的外职业生涯,是指从事一种职业的工作时间、地点、工作单位、工作内容、工作职务与职称、工资待遇等因素的组合及其变化过程。外职业生



涯的发展通常由他人决定、给予、认可,也容易被他人否定、收回、剥夺。外职业生涯通常可以通过名片、工资单等体现出来。例如名片上表明工作的地点、企业的类型、担任的职务、职称等内容;工资单里写明基本工资、岗位津贴、福利待遇、奖金等。

所谓的内职业生涯,是指从事一种职业时的知识、观念、经验、能力、心理素质、内心感受等因素的组合及其变化过程。内职业生涯的发展主要靠自己的不断探索而获得,不随外职业生涯的发展而自动具备,也不因外职业生涯的失去而丧失。内职业生涯的各因素要通过从事职业时的表现、工作结果、言谈举止才能表现得出来,是别人无法替代和窃取的人生财富。

在职业生涯发展进程中,起重要作用的是人的内职业生涯。在职业生涯发展的初期,对内职业生涯提升最快的工作,就是一个好工作。因此大学生在选择职业的时候,不能只看中薪水、福利等外在的东西,而是要选择对自己的能力锻炼最大的,对自己的职业方向影响最大的工作。

二、职业生涯规划的含义

有这样一个关于梦想的故事:三个工人在砌一堵墙,有人过来问:“你们在于什么呢?”第一个人没好气地说:“没看见吗?在砌墙。”第二个人抬头笑了笑,说:“我们在盖一座大楼。”第三个人边干边哼着歌曲,他的笑容很灿烂,很开心:“我们正在建设一个新的城市。”十年后,第一个人在另一个工地上砌墙;第二个人坐在办公室中绘图纸,他成了工程师;第三个人呢,是前两个人的老板。

从这个故事中,我们可以看出,没有对职业的梦想和规划,就不可能获得成功。一个立身人世的人,必须要规划好自己的职业生涯。

所谓职业生涯规划,就是指通过个人和组织相结合,对个人职业生涯的主客观条件进行测定、分析、研究和总结,尤其是在对自己的兴趣、爱好、个性、能力、价值观、特长、经历以及存在的不足等各方面进行综合分析的基础上,确定最佳的职业奋斗目标,并为实现这一目标做出行之有效的安排。一个人的职业生涯规划是他的人生规划的主体部分,要根据实际条件具体安排。同时,由于未来具有不确定性,因此职业生涯规划也需要确立适当的变通性。

通俗地说,职业生涯规划的意思就是:你打算选择什么样的行业,什么样的职业,什么样的组织,想达到什么样的成就,想过一种什么样的生活,如何通过你的学习与工作达到你的目标。



一个人的职业生涯是生活的重要组成部分,选择了一份职业,就是选择了一种社会角色,进而选择了一种生活方式。每个人都应该是自己人生事业的规划者和耕耘者,规划自我、发展自我,为实现自我价值创造机会,并扬长避短,才能最终迈向成功。职业生涯规划不仅可以使人找到自己喜欢且适合的工作,更重要的是,它将引导我们努力去追寻自己理想的生活方式。有了职业生涯规划,成功就会来的更早,来的更大。

美国心理学家马斯洛提出了著名的“人生需求理论”(图 1-1),并指出“人是永远不能满足的动物。”人的需求实际上都要通过职业生涯活动来丰富,但这并不意味着只要拥有一份工作就能保证实现所有的需求。高级需求能否实现很大程度上依赖于我们的职业生涯进展状况,成功仅有主观努力是不够的,关键还在于是否选择了正确的方向。职业生涯规划有利于个体对自己人生大方向的选择和确定,因此,对自身的职业生涯规划进行规划无疑有着十分重要的意义。

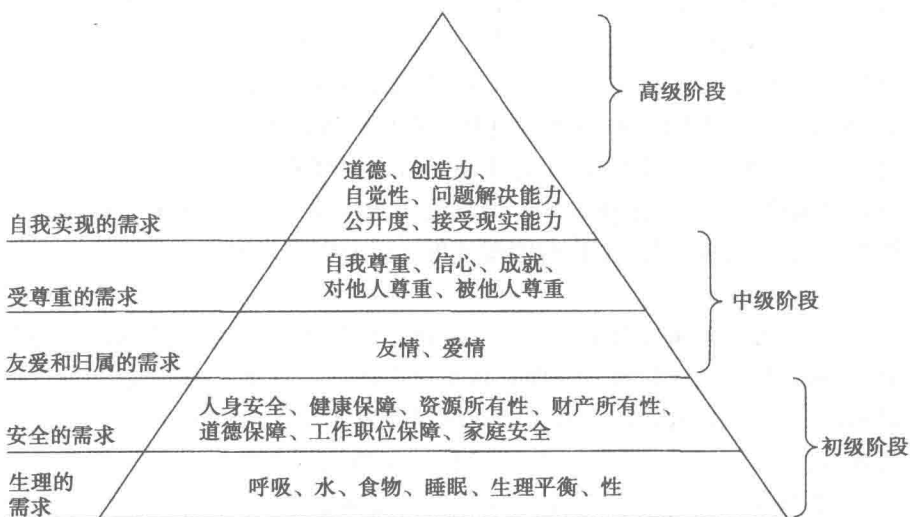


图 1-1 需求层次

值得注意的是,个体,尤其是大学生,对职业生涯规划进行规划时,必须要以“四定”为出发点,即定向、定点、定位和定心。因为职业生涯规划主要解决的是“干什么”“何处干”“怎么干”“以什么样的心态干”这四个基本问题。所谓定向,就是确定自己的职业方向。对大学生来说,职业定向需要冷静的头脑和十足的勇气,根据自己的兴趣、理想、专业去选择自己未来的职业方向。定点就是确定职业发展的地点。就我国来说,各地的经济发展现状和前景都有不同,甚至差异很大。大学生就业时要慎重考虑,经济发达地区竞争激



烈,外地毕业生还要面临环境、语言、文化等差异带来的困难,发展空间未必比发展中的地区更好。定位就是确定自己在职业人群中的位置。大学生往往因为定位不准,“高不成,低不就”,毕业数年漂泊不定。大学生需要准确地确定自己的位置,不自卑,不自傲,应根据自己的实际水平,在择业时对职位、薪资、工作内容等做好判断和把握。定心就是要稳定自己的心态。对大学生来说,就是要保持一种心态,敢于直视就业过程中的困难和问题;始终坚定地按照自己的正确计划去实现理想。

三、职业生涯规划的分类

根据不同的分类依据,职业生涯规划可以分成不同的类别。

首先,根据不同的规划主体,职业生涯规划可分为两大类:个人职业生
涯规划和员工职业生涯规划。个人职业规划和个体所处的家庭、组织以及社会存在密切的关系。特别是对大学生而言,离开校园开始步入社会所面对的是一个崭新的世界,个人的言行对今后的发展甚至一生都可能产生不可估量的影响。员工职业生涯规划涉及到企业未来的发展、组织机构的设置、企业文化、培训机制、考核机制和晋升机制等内容。而且,在不同时期,每个人的价值观、家庭环境、工作环境和社会环境都会发生改变,这将会导致职业期望也随之产生或大或小的变化。所以说,员工职业生涯规划是一项系统的、复杂的、动态变化的管理过程。职业生涯规划无论是对个人还是对企业都至关重要。

其次,按照时间维度,职业生涯规划可以分为四类:短期规划、中期规划、长期规划和人生规划。短期规划是指2年以内的规划,主要是确定近期目标,规划近期应完成的任务。中期规划一般涉及2~5年内的职业目标和任务,它是最常用的一种职业生涯设计。长期规划是指5~10年的规划设计,主要是设定较长远目标。人生规划是指整个职业生涯的设计,时间长至40岁左右,设定整个人生的发展目标和阶梯(表1-1)。个人职业生涯规划设计从短期到中期,再到长期,直至整个人生规划,如同上台阶,一步步地发展。不过这并不适用于实际操作,因为时间跨度太短的规划没有多大意义,时间跨度太长的规划则会由于环境、个人的变化而难以把握;只有2~5年内的中期计划既便于根据实际情况设定可行目标,又便于随时把握现实的反馈进行修正和调整,所以个人职业生涯规划掌握在2~5年内比较好。



表 1-1 职业生涯规划表

姓名		性别	
年龄		学历	
所学专业		职业类别	
部门/学校		职位/职务	
短期规划(2年内)			
1. 人生目标: 2. 职业: 3. 岗位目标: 4. 收入目标: 5. 其他目标: 6. 主要任务: 7. 有利条件: 8. 主要障碍及对策:			
中期规划(2~5年)			
1. 人生目标: 2. 职业: 3. 岗位目标: 4. 收入目标: 5. 其他目标: 6. 主要任务: 7. 有利条件: 8. 主要障碍及对策:			
长期规划(5~10年)			
1. 人生目标: 2. 职业: 3. 岗位目标: 4. 收入目标: 5. 其他目标: 6. 主要任务: 7. 有利条件: 8. 主要障碍及对策:			



续表

人生规划
1. 人生目标:
2. 职业:
3. 岗位目标:
4. 收入目标:
5. 其他目标:
6. 主要任务:
7. 有利条件:
8. 主要障碍及对策:
规划人:
时间:

四、职业生涯规划的要素

职业生涯规划具有八大要素。

(1)确定志向。志向是事业成功的基本前提,影响着一个人的奋斗目标及成就的大小。

(2)自我评估。自我评估包括自己的兴趣、特长、性格、学识、技能、智商、情商、思维方式、思维方法、道德水准等等。只有认识了自己,才能选定适合自己发展的职业生涯规划路线,才能对自己的职业生涯规划目标作出最佳抉择。

(3)职业的选择。“女怕嫁错郎,男怕选错行”,因此要考虑性格、兴趣、特长、内外环境与职业是否相适应。

(4)职业生涯规划机会的评估。对职业生涯规划机会进行评估,就是要分析自身所处的环境,包括环境条件的特点、环境的发展变化情况、自己与环境的关系、自己在这个环境中的地位、环境对自己提出的要求以及环境对自己有利的条件与不利的条件等等。

(5)设定职业生涯规划目标。职业目标是职业生涯规划的核心,通常可分为短期目标、中期目标、长期目标和人生目标。选定自己的职业生涯规划目标要以自己的最佳才能、最优性格、最大兴趣、最有利的环境等信息为依据。

(6)选择职业生涯规划路线。选择职业生涯的路线就是要考虑“我想往哪一路线发展”“我能往哪一路线发展”的问题。

(7)制定行动计划与措施。作为职业生涯规划的关键环节,行动计划的制定是将理论付诸实践的表现。要制定的措施主要包括工作、训练、教育、



轮岗等方面的措施。

(8) 职业生涯规划的评估与反馈。由于职业生涯规划是动态的、发展变化着的,所以必须要不断地对职业生涯规划进行评估和修订。修订的内容包括人生目标的修正、职业生涯规划路线的选择、职业的重新选择以及实施措施与计划的变更等等。

五、职业生涯规划的流程

科学、全面、合理的职业生涯发展规划应该是一项科学、严肃、认真、艰巨而又富有挑战性的工作,要做好这项工作,必须要有科学、全面、合理的规划流程。

首先,要制定良好的规划策略。制定一份良好的规划策略,可以从以下四方面入手。

第一,掌握正确的规划方法。方法对于问题的解决来讲往往没有绝对的对错之分,但是,结合个人实际和目标对象,就会有优劣之别。尤其是在拥有多种行之有效的规划方法的今天,多掌握和了解一些问题解决的方法,在职业生涯发展规划的时候做出恰当的选择和使用,对问题的解决是有益的。常见的规划方法有 SWOT 分析评估法、“5W”法、大学生涯愿景模型法、员工职业生涯发展规划中所使用的 PPDF(Personal Performance Development File,个人职业表现发展档案)法等等。

第二,要有科学、全面、深入的分析。要把职业、家庭、组织乃至手社会政治经济生活作为影响个人职业发展的资源条件来有针对性、细致地进行分析,分析要区分层次和性质,并使用一些客观的评测手段来评估分析的结果,以保证分析结论的有效性。

第三,做出抉择。在进行现实的选择时,一定要具备胆识和远见,要联系周围现存的条件和因素,脚踏实地地从时间和空间上来做决定。在要将其付诸实施的当口,必须审慎地对其现实性做出评估,据此做出合理的发展抉择。

第四,灵活、适时地调整。“计划赶不上变化”,因此计划者要学会变化。每一个制定计划的人,在制定之初就该考虑到变化的因素和可能,事先为日后的变化留有余地或设置应对变化的备选预案。根据变化,适时调整、灵活调整,是做好职业生涯发展规划的必由策略。

其次,把握规划步骤。制定一份个人职业生涯发展规划,主要包括这样六个步骤:(1)自我认知;(2)职业认知;(3)目标确立;(4)方案制定;(5)规划实施;(6)反馈评估。这个六个步骤环环相扣,缺一不可,制定者一定要按照



顺序脚踏实地地一步步完成,否则就会使职业生涯规划流于形式,起不到应有的作用。

第二节 职业生涯规划的意义与原则

职业生涯规划可以帮助人们设计好漫漫人生路。有目标,生活才不会盲目;有追求,生活才有动力。规划自己的职业生涯就是将理想的人生转化为现实的人生。但是,进行职业生涯设计也需要依据一定的原则,不能盲目进行。

一、职业生涯规划的意义

职业生涯规划的意义可以分为两部分,一是对个人的意义,二是对组织的意义。

(一) 对个人的意义

卢梭说:“选择职业是人生的大事,因为职业决定一个人的未来。”职业生涯规划的意义就在于帮助规划者寻找适合自身发展需要的职业,实现个体与职业的匹配,实现个体价值的最大化。这主要体现在以下几方面。

1. 职业生涯规划是满足人生需求的重要手段

现代人大部分的需求都要通过职业生涯活动得以满足。职业生涯是个体生命中投入时间、精力最多的人生组成部分。人需求越高级,对职业生涯的期望也就越大,也就更需要职业生涯规划。

2. 职业生涯规划是促进人全面发展的重要手段

随着生活水平的提高,人们的自我意识逐步增强,人们的要求已经不仅仅是停留在健康、财富的基础上了,而是渴望拥有丰富的知识、卓越的能力、良好的人际关系、幸福的家庭、多彩的休闲时光……要获得全面发展,我们就要对自己有一个全面的认识,要根据自身情况选择人生的发展路线,这就离不开职业生涯规划。

3. 职业生涯规划能够帮助个人重新认识、评价自我

每个人都有自己的特长,有的人擅长设计,有的人擅长经营,有的人擅



长管理,有的人擅长工艺,等等。这些在职业生涯中都有可能促使个人走向成功,关键在于在职业发展过程中如何运用自己的优势和特长。职业生涯规划帮助个人通过测评和自省重新认识和评价自我,并在此基础上制定一个知环境之利弊、扬长避短的职业生涯规划,准确定位职业方向,从而获得适宜的发展。

4. 职业生涯规划能够加强个人努力工作的决心

任何人做任何事都必须经过艰苦的个人努力方能获得成功。职业生涯规划给了个体一个明确的目标,也就等于给了个体不断督促自己努力向着目标前进的鞭策力。随着规划内容的逐步实现,一个个小目标的实现又累积了个体的成就感,增强了个体对实现大目标的信心。同时,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乃至于生活方式又会不断地完善和提升,个体也就会产生加倍努力工作的决心。

5. 职业生涯规划能够激发个人潜能

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,唯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。职业生涯发展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。没有制定职业生涯规划的人,很容易沉陷于繁杂事务中去。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。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,他们都会通过努力学习、专心实践,充分激发其潜能,最终将工作和学习完成得很好。

6. 职业生涯规划能够帮助个体提升自身的价值

美国学者 M. K. 巴达维在《开发科技人员的管理才能》一书中指出,据调查,在 65 岁以下的从业工程师中,从事管理工作的就占 68%。在对工程技术人员进行职业目标的咨询中,大约有 80% 的人表示,要在五年内成为一名主管人员或经理。他们为实现个人职业生涯目标,往往在大学学习工程专业,工作几年后又进入研究生院读管理硕士,最后进入管理领域工作。有的工程技术人员虽然没有机会再脱产学习,但也有针对性地制定了业余自学计划来提高管理和学习能力,以实现他们成为企业家、经理人才的事业目标。可见,职业生涯规划能够帮助个体认识自身的个性、特点和现有