

高等职业院校公共基础课“十二五”规划教材

大学生职业生涯 规划指导

DAXUESHENG ZHIYE SHENGYA GUIHUA ZHIDAO

主 编 陈 霞 陈 刚

副主编 严海霞



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

高等职业院校公共基础课“十二五”规划教材

大学生职业生涯规划指导

主 编 陈 霞 陈 刚

副主编 严海霞

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

内 容 简 介

本书着眼于学生的职业发展,立足于高职院校学生的现状和实际,以学生认识职业生涯规划开始,分别从了解自我、了解职业、能力提升计划与行动、职业生涯规划计等方面进行系统的阐述。

本书设置了12个单元,每个单元的编写都配合名人格言,并设计了相应的活动、案例、小故事和思考与练习等内容,其目的是注重发挥学生的主体地位,使知识和道理变得通俗易懂,并引导学生自我体验、感悟和内化,从而制定合理的职业生涯规划。

本书适合作为高职院校大学生职业生涯规划指导教材,也可作为学生、工作者的参考资料,还可以供广大青年朋友阅读。

图书在版编目(CIP)数据

大学生职业生涯规划指导 / 陈霞, 陈刚主编. —北京: 中国铁道出版社, 2012. 8
高等职业院校公共基础课“十二五”规划教材
ISBN 978-7-113-14902-4

I. ①大… II. ①陈… ②陈… III. ①大学生—职业选择—高等教育—教材 IV. ①G647. 38

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第131043号

书 名: 大学生职业生涯规划指导

作 者: 陈 霞 陈 刚 主 编

策 划: 祁 云

读者热线: 400-668-0820

责任编辑: 祁 云

编辑助理: 何 佳

封面设计: 刘 颖

封面制作: 刘 颖

责任印制: 李 佳

出版发行: 中国铁道出版社(100054, 北京市西城区右安门西街8号)

网 址: <http://www.51eds.com>

印 刷: 中国铁道出版社印刷厂

版 次: 2012年8月第1版 2012年8月第1次印刷

开 本: 787mm×960mm 1/16 印张: 9.25 字数: 182千

印 数: 1~3000册

书 号: ISBN 978-7-113-14902-4

定 价: 21.00元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书, 如有印制质量问题, 请与本社教材图书营销部联系调换。电话: (010) 63550836

打击盗版举报电话: (010) 63549504

前 言

随着我国高等教育的迅猛发展和大学生就业形势的改变，大学生的就业意愿和现实需求矛盾开始凸显。同时，受全球化与知识经济的冲突以及人才市场急剧变化的影响，大学生在进入职场时要面对激烈的竞争。在这样的背景之下，如何利用短暂的大学时光，确定自己的职业目标，规划自己的职业生涯，制订自我发展的行动计划，以便使自己更好地适应社会发展的需要，对在校的莘莘学子来说至关重要。

为了帮助大学生规划职业生涯，实现自身的职业理想和职业目标，在不断完善自我的同时，为就业作充分的准备，我们编写了本教材。本教材主要包括：认识职业生涯规划、了解自我、了解职业、能力提升计划与行动、吉讯大学生职业测评与规划系统、职业生涯规划书6部分，共分12个单元，从不同的角度对大学生职业规划进行讲述与指导。在编写过程中，我们力求打破原有教材编写的定式，紧密结合学生实际，注重学生的感悟与体验。

在编写过程中，我们参阅和引用了许多专家、学者的研究成果，在此一并表示感谢！由于时间较为仓促，编者水平有限，疏漏及不当之处在所难免，敬请专家、同行和读者批评指正。

编 者
2012年2月

单元 1 认识职业生涯规划

名人格言

每个人都想成功，但没想到成长。

——歌德

1.1 生涯的含义	1
1.2 生涯发展理论	2
1.2.1 舒伯的生涯发展阶段理论	2
1.2.2 生涯彩虹图	4
1.3 生涯规划的含义	5
1.4 职业生涯规划概述	5
1.4.1 职业生涯规划的含义	5
1.4.2 职业生生涯规划的分类	6
1.4.3 职业生涯规划的重要性	7
1.4.4 大学生职业生生涯规划的误区	8
1.4.5 职业生涯规划步骤	10
1.4.6 职业生涯规划制定时应当遵循的原则	12
● 思考与练习	12

单元 2 了解自我——自我兴趣探索

名人格言

兴趣是最好的老师。

——爱因斯坦

2.1 兴趣与职业生生涯发展	13
2.2 兴趣的含义	13

2.3 兴趣的分类.....	14
2.4 自我职业兴趣类型探索.....	14
2.5 兴趣的现实.....	21
2.6 兴趣与能力的区分.....	21
● 思考与练习	22

单元3 了解自我——自我能力探索

名人格言

尽管我们常常谴责人类不了解自己的缺点，但恐怕也很少有人了解自己的长处。就像在泥土中埋藏着一罐金子，土地的主人却不知道一样。

——乔纳森·斯威夫特

3.1 我们的困惑.....	23
3.2 能力的含义.....	24
3.3 多元智力理论	24
3.4 能力的分类.....	26
3.5 技能的分类	27
3.5.1 专业知识技能	27
3.5.2 自我管理技能	28
3.5.3 可迁移技能	28
3.6 自我技能探索	29
● 思考与练习	30

单元4 了解自我——自我性格探索

名人格言

习惯是一条巨缆，我们每天编结其中一根线，到最后我们最终无法弄断它。

——梅茵

4.1 性格与生涯发展的关系.....	31
4.2 性格的含义.....	31
4.3 性格分析的MBTI系统.....	32
4.4 自我性格探索	33



4.5 性格类型与职业	36
4.5.1 性格类型	36
4.5.2 性格类型的验证	36
4.5.3 性格类型与职业	38
4.6 更好地理解性格	40
● 思考与练习	40

单元5 了解自我——自我价值观探索

名人格言

不管时代的潮流和社会的风尚怎样，人总可以凭着自己高贵的品质，
超脱时代和社会，走自己正确的路线。

——爱因斯坦

5.1 当代大学生的价值观困惑	43
5.2 价值观的含义	44
5.3 为什么要考虑价值观	45
5.3.1 价值观可以发生变化	45
5.3.2 矛盾冲突时价值优先	45
5.3.3 个人价值观与机构价值观（企业文化）的适配	45
5.3.4 分清终极型价值观和工具型价值观	46
5.3.5 分清追求型价值观和逃避型价值观	46
5.4 自我工作价值观探索	47
5.5 树立多元的成功观	49
5.5.1 从几位名人的观点看成功	50
5.5.2 多元的成功观	51
5.5.3 树立多元成功观的方法	53
● 思考与练习	54

单元6 了解职业——职业社会认知

名人格言

我们这个时代的麻烦就是将来不会过去那个熟悉的模样。

——保尔·瓦雷里

6.1 我们的困惑	55
-----------------	----



6.2	职业的定义	56
6.3	职业的分类及特征	56
6.3.1	职业分类	56
6.3.2	职业基本特征	57
6.4	有关职业的基本事实	58
6.4.1	新兴职业发布制度	58
6.4.2	新兴职业目前呈现状况	59
6.4.3	非理想就业的可能性	60
6.5	行业的定义与分类	61
6.5.1	行业的定义	61
6.5.2	行业的分类	61
6.6	产业的概述	66
6.7	选择大公司还是小公司	66
6.8	职业生涯趋势	67
●	思考练习	68

单元7 了解职业——职业环境探索

名人格言

幸福的关键是发现自己适合做什么并确保有机会去做。

——约翰·杜威

7.1	我们的困惑	69
7.2	了解职业信息的意义	69
7.3	形成自己预期的职业库	70
7.4	探索工作世界的具体内容及相关资源和方法	71
7.4.1	获得职业信息的方法	71
7.4.2	获得职业信息的准确度和难度	74
7.5	职业环境	74
7.6	职业生涯路线的选择	75
●	思考与练习	76



单元8 了解职业——学生到职业人的转变

名人格言

人不能孤独地生活，他需要社会。

——歌德

8.1 角色转变——学生到职业人的成功过渡	77
8.2 把握影响职业成功的关键	79
● 思考与练习	84

单元9 职业能力

名人格言

我们大家并不是生下来都一样的，多人性格不同，适合不同的工作。

——柏拉图

9.1 企业看好的基本能力	85
9.1.1 基本工作能力	85
9.1.2 各类企业最看重的基本能力	87
9.1.3 关键改进能力分析	87
9.2 特有的职业能力	88
● 思考与练习	90

单元10 能力提升计划与行动

名人格言

学和行本来是有联系的，学了必须要想，想通了就要行，要在行中才能看出是否真正学到了手，否则读书虽多，只是成为一座死书库。

——谢觉哉

10.1 能力提升计划	91
10.2 有效的行动	92
10.2.1 学会积极聆听	92
10.2.2 学会有效沟通	95
10.2.3 学会自主学习	96
10.2.4 学会理论联系实际	98



10.2.5 学会批判性思维	99
● 思考与练习	100

单元11 吉讯大学生职业测评与规划系统

名人格言

我要把人生变成科学的梦，然后再把梦变为现实。

——居里夫人

11.1 系统介绍	102
11.2 操作界面	102
11.3 对学生的帮助	105
● 思考与练习	105

单元12 职业生涯规划书

名人格言

路是脚踏出来的，历史是人写出来的。人的每一步行动都在书写自己的历史。

——吉鸿昌

12.1 职业生涯规划五步法	106
12.1.1 五步法的标准写作法	106
12.1.2 五步法的简化方法	107
12.2 职业生涯规划5W分析法	108
12.3 职业生涯规划SWOT分析法	109
附录A 专业学习相关网站	113
附录B 电子工程技术员的真实职业环境一览表	115
附录C 电气工程技术员的真实职业环境一览表	118
附录D 销售代表的真实职业环境一览表	121
附录E 办公室管理人员的真实职业环境一览	125
附录F 06级电子电气学院职业规划大赛（一等奖，Word）	127
附录G 05双专（电气专业）江苏省职业规划大赛（一等奖，PPT）	135
参考文献	137



单元1 认识职业生涯规划



名人格言：

每个人都想成功，但没想到成长。

——歌德

成功在人生当中只有一两个点，它是外在，由别人去评论；而成长是个持续的过程，是内在因素，在内心愉悦存在。说起成功，每个人都担心失去；而成长是自己的，虽缓慢成长，但却充满自信。

青少年是人生快速发展的重要时期，而大学阶段则是一个人步入社会的前奏，是完成人生从大学到工作人员的一个重大转折点。为了顺利地完成这次身份转换，在未来的人生中取得更大的成功，大学生在校期间应站在人生高度对待大学时光，正视社会现实，客观分析自我，善于抓住机遇，善于迎接挑战。

1.1 生涯的含义

生涯一词在我国最早见于庄子所说：“吾生也有涯，而知也无涯。”意思是“我的生命是有限的，但我需要我学习、探索的却是无边无岸的”。生涯就是我们每个人有限的全部人生旅程。

生涯的英文是Career。在希腊，Career这个词蕴含着疯狂竞赛的精神，最早常用做动词，如驾驭赛马，后来又引申为道路，即人生的发展道路。美国国家生涯发展协会对生涯一词有如下定义：生涯（Career）是个人通过从事工作所创造出的一个有目的的、延续一定时间的生活模式。

美国职业理论专家舒伯（Super DE）认为：生涯是生活里各种事件的方向与历程，它统合了人的一生中各种职业和生活的角色；是个人终其一生所扮演角色的整个过程，由时间（个人生命的时程）、广度（扮演角色的多少）、深度（角色投入程度）三个方面构成。

霍德和班纳茨（Hood & Banathy）认为：生涯包括个人对工作世界职业的选择和发展、对非职业性或休闲活动的选择与追求，以及在社会交往活动中参与的满足感。



台湾学者金树人先生认为生涯一词涵盖了三个重点：①生涯的发展是一生当中连续不断的过程；②生涯包括个人在家庭、学校和社会中与工作有关活动的经验；③这种经验塑造了独特的生活方式。

韦伯斯特(Webster)认为：生涯指个人一生的职业、社会关系与人际关系的总称，即个人终身发展的历程。

从以上观点可以看出，生涯大致可以从以下几个方面理解：

(1) 生涯是不断选择和创造的：生涯是一个人的愿望和可能性之间、理想与现实之间妥协和权衡的产物，是一个不断选择的结果。

(2) 生涯是终身发展和连续的：生涯不是某一特定工作或者职责的时间段，其本质上讲是持续一生的过程。生涯发展是一生中连续不断的过程，是一个需要终身学习、终身发展的过程。

(3) 生涯是独特的和有目的的：指生涯因个人的动机、抱负和目标而形成与发展，反映了个人的价值观和信念。生涯是个人依据其人生规划与人生目标，为自我实现而开展的独特生命历程。

(4) 生涯是多角色交互的综合体：生涯不仅是一个人的“职业”或者“工作”，还包括了个人的生活风格，即同时期所有的生活角色（家长、配偶、持家者、学生）交互作用，以及人们整合和安排这些角色的方式。

1.2 生涯发展理论

生涯规划理论的发展以1908年美国著名的职业指导先驱弗兰克·帕森斯(F.Parsons)出版的《选择职业》(*Choosing a Vocation*)一书为标志，至今已有一百多年的历史。经过一百多年的发展，生涯规划理论从职业指导、职业规划发展为职业生涯规划，人们开始认识到职业规划需要对个体的生涯进行整体把握，进而过渡到现在的生涯发展理论，把生涯规划的研究放在了个体的全部生涯。

1.2.1 舒伯的生涯发展阶段理论

舒伯是生涯辅导理论的大师，他汲取了差异心理学、发展心理学、职业社会学及人格发展理论这四大学术领域中有关生涯发展的精华，建构了一套完整的生涯发展理论。

舒伯于1953年提出“生涯”的概念。他把生涯发展看成一个持续渐进的过程，由童年时代开始一直伴随个人的一生。自他以后，动态发展性的“生涯”的概念逐渐取代了静态稳定性的“职业”的概念，以规划人生长期生涯发展为主线的“生涯辅导”取代了短期职业选择为重心的“职业指导”。这一理论观点至今仍是生涯辅导的重要理论基础和实践指导。

舒伯也将生涯发展阶段划分为成长、探索、建立、维持与衰退五个阶段。具体生涯发展阶段情况如表1-1所示。

表1-1 生涯发展阶段情况

序号	阶段	年龄	发展任务	
1	成长阶段	出生~14岁	儿童开始辨认他们周围的事物，并逐渐开始意识到自己的兴趣所在以及和职业相关的一些最基本技能。他们在这个阶段的发展任务是：发展自我概念和对工作世界的正确态度，并了解工作的意义	
2	探索阶段	15~24岁	15~17岁 (试探期)	青少年开始通过学校生活、社团休闲活动、兼职打零工等机会，对自己的兴趣、能力及角色、职业进行探索，收集相关的信息，尝试自己对于职业的一些假想
			18~21岁 (过渡期)	青年人进入就业市场或接受专业训练，开始将一般性的职业偏好转化为具体的职业选择
			22~24岁 (试验期)	个人初步确定自己的职业并试验其成为长期发展领域的可能性。若不适合则可能再经历上述各时期以确定方向
3	建立阶段	25~44岁	25~30岁(试验-承诺稳定期)	个体寻求安定，也可能因生活或工作上的若干变动而尚未感到满意
			31~40岁 (建立期)	个体致力于工作上的稳定，大部分人处于最具创意的时期，由于资深往往业绩优良
4	维持阶段	45~64岁	个人不断地付出努力来获得生涯的发展和成就，避免产生停滞感。这一阶段发展的任务是维持既有成就与地位，更新知识与技能，创新	
5	衰退阶段	65岁以上	由于生理及心理机能日渐衰退，个人已经有意退出工作岗位并开始享受自己闲暇的晚年生活，职业角色的分量逐渐减少。这一阶段的发展任务是减少在工作上的投入，计划安排退休生活，为退休做准备	

每个阶段都有其独特的职责和角色，以及不同的发展任务。前一阶段发展任务的完成情况会影响下一阶段的发展。个人面对及完成发展任务的准备程度则体现了个人的生涯成熟度。

在以后的研究岁月中，舒伯对发展任务的看法又向前跨了一步。他认为在人一生的生涯发展中，各个阶段同样要面对成长、探索、建立、维持和衰退的问题，因而形成“成长—探索—建立—维持—衰退”的循环。

举例来说，如一个大学一年级的新生，必须适应新的角色与学习环境，经过“成长”和“探索”，一旦“建立”了较固定的适应模式，同时“维持”了大学学习生活之后，又要开始面对另一个阶段——准备求职。原有的已经适应了的习惯会逐渐衰退，继而对新阶段的任务又要进行“成长”、“探索”、“建立”、“维持”与“衰退”过程，如此周而复始。



1.2.2 生涯彩虹图

1976—1979年间,舒伯在英国进行了为期四年的跨文化研究,之后他提出了一个更为广阔的新观念——生活广度、生活空间的生涯发展观(Life-Span、Life-Space Career Development),这个生涯发展观除了原有的发展阶段理论之外,较为特殊的是舒伯加入了角色理论,并将生涯发展阶段与角色彼此间交互影响的状况,描绘成一个多重角色生涯发展的综合图形。这个生活广度、生活空间的生涯发展图形,舒伯将其命名为“一生生涯的彩虹图”(Life-Career Rainbow),如图1-1所示。

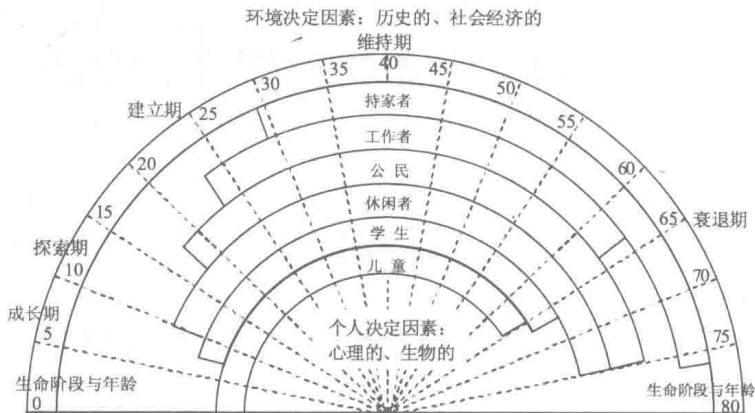


图1-1 舒伯“一生生涯的彩虹图”

1. 横贯一生的彩虹——生活广度

在一生生涯的彩虹图中,横向层面代表的是横跨一生的生活广度。彩虹的外层显示人生主要的发展阶段和大致估算的年龄:成长期(约相当于儿童期)、探索期(约相当于青春期)、建立期(约相当于成人前期)、维持期(约相当于中年期)以及衰退期(约相当于老年期)。在这五个主要的人生发展阶段内,各个阶段还有小的阶段,舒伯特别强调各个时期年龄划分有相当大的弹性,应依据个体不同的情况而定。

2. 纵贯上下的彩虹——生活空间

在一生生涯的彩虹图中,纵向层面代表的是纵贯上下的生活空间,是由一组职位和角色所组成。舒伯认为人在一生当中必须扮演九种主要的角色,依序是:儿童、学生、休闲者、公民、工作者、持家者(夫妻、家长、父母和退休者)。

在每一个阶段对每一个角色投入程度可以用涂颜色来表示,颜色面积越多,表示该角色投入的程度越多,反之越少。

比如,学生由角色5、6岁开始,当然这中间10~20岁之间面积是最大的。但20岁以后就大幅减少,比如高职院校的学生21岁左右毕业后,大部分选择工作,不再继续读

书。但是到了30岁以后，特别是40岁出头时，学生角色又出现，但是2年后又消失，直到65岁以后。这是由于在现代科技发展日新月异、知识爆炸的社会，青年在离开学校、工作一段时间之后，常会感到自身学习已不能满足工作需要，需要重回学校以进修的方式来充实自我。也有一部分人甚至等到中年，儿女长大以后，暂时离开原来的工作，接受更高深的教育。

再比如一个25岁的人，他可能有多个角色：儿童角色（为人子女）、学生角色（还可能在读书、进修）、休闲者角色（工作之余休闲）、公民（承担社会责任、关心国家大事）、工作者角色。如果成家较早，他还有持家者的角色。

3. 生涯彩虹图的作用

（1）可以很好地表示各个角色的变化，角色之间是互相作用的，某个角色上的成功能带动其他角色的成功。反之，一个角色的失败，也可能导致另一角色的失败，而且，为了某一角色的成功付出太大的代价，也有可能导致其他角色的失败。

（2）人的社会任务或职业生活不断变化，角色也随之变化，从一个角色进入另一个角色。角色转换的变化从根本上说是社会权利和义务的变化，而大学生就业后的社会角色转换不是瞬间发生和完成的，而是要有一个过程。

（3）每一个人的生涯彩虹图都是不同的，所以从彩虹图中可以看到不同的生涯规划。使人对自身未来的各阶段如何调配做出各种角色的计划和安排，成为自己的生涯设计师。

1.3 生涯规划的含义

生涯规划是一个人尽其可能地规划未来生涯发展历程，在考虑个人的智能、性格取向、价值观以及阻力、助力的前提下，做好妥善安排，并借此调整、摆正自己在人生中的位置，以期自己能适得其所。

生涯规划就是一个人从生到死的规划。生涯规划不能仅仅限于工作和职业生涯规划，恰当的生涯规划必然包含人生在职业之外的更多方面的规划，如家庭生涯规划、社会生涯规划、生活生涯规划、休闲生涯规划等。但是，职业生涯规划是人生最重要的规划，因为人在工作中的时间几乎占到人生的一半，职业也是人的最大的生涯，职业生涯规划就是为了实现职业上的规划，并以此来推动其他人生理想的实现。

1.4 职业生涯规划概述

1.4.1 职业生涯规划的含义

职业生涯规划简称职业规划，也可称为职业生涯设计，是指一个人对其一生中所承担职务相继历程的预期和计划。职业生涯规划是个人和组织相结合，在对一个人职业生



涯的主客观条件进行测定、分析、总结研究的基础上,对自己的兴趣、爱好、能力、特长、经历及不足等各方面进行综合分析与权衡,结合时代特点,根据自己的职业倾向,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。借此,可以把个人利益与组织利益有机结合起来。

最新意义上的职业生涯规划,实际上已经是人生规划的概念,即包括一个人的学习、对一项职业或组织的生产性贡献和最终退休。

个体职业生涯规划并不是一个单纯的概念,它和个体所处的家庭、组织以及社会存在密切的关系。随着个体价值观、家庭环境、工作环境和社会环境的变化,每个人的职业期望都有或大或小的变化,因此它又是一个动态变化的过程。对于个体来说,职业生涯规划的好坏必将影响整个生命历程。人们常常提到的成功与失败,不过是所设定目标的实现与否,目标是决定成败的关键。个体的人生目标是多样的:生活质量目标、职业发展目标、对外界影响力目标、人际环境等社会目标……整个目标体系中的各因子之间相互交织影响,而职业发展目标在整个目标体系中居于中心位置,这个目标的实现与否,直接引起成就与挫折、愉快与不愉快的不同感受,影响着生命的质量。

1.4.2 职业生涯规划的分类

职业生涯规划分个人职业规划(设计)和组织职业规划(设计)两个方面。在任何社会、任何体制下,个人职业规划更为重要,它是人的职业生涯发展的真正动力和加速器。其实质是追求最佳职业生涯发展道路的过程。

职业生涯规划按照时间的长短来分类,可分为人生规划、长期职业规划、中期职业规划与短期职业规划四种类型,具体如下:

1. 人生规划

整个职业生涯的规划,包括从求学阶段的学业规划到退休之后的生活规划,设定整个人生的发展目标。例如,规划成为一家大型公司的总经理。

2. 长期职业规划

5~10年的规划,主要设定较长远的目标。例如,规划30岁时成为一家中型公司的部门经理,规划40岁时成为一家大型公司的副总经理等。

3. 中期职业规划

一般为3~5年内的目标与任务。例如,规划到不同业务部门做经理,规划从大型公司部门经理到小公司做总经理等。

4. 短期职业规划

3年以内的规划,主要是规划近期完成的任务。例如,对基础知识、专业知识的学习,3年内掌握哪些知识和能力等。

1.4.3 职业生涯规划的重要性

1. 故事引入：不同思维两种人生

有一个小村庄，除了雨水没有任何水源，为了解决这个问题，村里的长者决定签订一份送水合同，想让人把水送到村子里。有两个人愿意接受这份工作，于是村里的长者把这份合同同时给了这两个人。

得到合同的人中有一个叫艾德，他立刻行动起来，每日奔波于1 km以外的湖泊和村庄之间，用他的两只桶从湖中打水并运回村庄，再把打来的水倒在由村民们修建的一个结实的大蓄水池中。尽管这是一项相当艰苦的工作，但是艾德很高兴，因为他能不断地挣钱。

另外一个获得合同的人叫比尔，令人奇怪的是自从签订合同后比尔就消失了，几个月来，人们一直没有看见过比尔。这点更令艾德兴奋不已，由于没人与他竞争，他挣到了所有的水钱。

比尔干什么去了呢？他做了一份详细的商业计划，并凭借这份计划书找到了4位投资者，他们一起开了一家公司，6个月后，比尔带着一个施工队和一笔投资回到了村庄。花了整整一年的时间，比尔的施工队修建了一条从村庄通往湖泊的大容量不锈钢管道，并向周围村庄推销他的快速、低成本并且卫生的送水系统。虽然送出一桶水他只赚1便士，但是每天他能送几十万桶水。钱便像水一样源源不断地流入了比尔的银行账户。

艾德在他的余生里仍拼命地工作，最终还是陷入了“永久”的财务问题。

（本文由作者根据网格相关资源改写）

2. 必要性

从学校走向社会，大学生将会面对一个全新的世界，在这个社会里，使大学生能够立足的是所选职业，它不仅是生活的基础，更重要的是它所体现出的每个人存在的价值。但调查发现，相当大的一部分大学生对于自己将来的职业没有一个非常明确的定位，不知道自己将来一定要做什么。他们从学校走向社会，许多人一开始根本没有考虑到事业发展会怎么样，在找工作时一个是看哪个单位的牌子大，再就是挑哪家单位待遇高，第三就是哪个单位能出国，而并没有考虑到自身的发展问题。因此，进行职业规划，针对个人特点，确立未来发展方向，对一个人的一生来说，显得格外重要。但职业怎么发展，是有一系列科学讲究的，这实际上就是职业生涯设计的过程或者方法。大学生要根据职业生涯规划理论与原则以及职业成功的标准，掌握正确的职业生涯规划方法，准确进行自我定位，合理规划职业人生，列出具体措施和日程，通过具有前瞻性的职业生涯设计，减少在人生路上的徘徊犹豫，避免浪费时光，为主动迎接未来职业发展的挑战做好充分准备。

大学生制订职业生涯规划，有利于自我定位、认识自我、了解自我，明确自己的方