

全国高等学校学生信息咨询与就业指导中心组编
全国高校就业指导课程特色教材课题研究成果

大学生 职业发展与就业指导

ZHIYE FAZHAN YU JIUYE ZHIDAO

成茜
唐艳
邓双喜
主编



电子科技大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

大学生职业发展与就业指导 / 成茜, 唐艳, 邓双喜
主编. -- 成都: 电子科技大学出版社, 2017. 6
全国高校就业指导课程特色教材课题研究成果
ISBN 978-7-5647-4575-2

I. ①大… II. ①成… ②唐… ③邓… 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 124943 号

大学生职业发展与就业指导

成 茜 唐 艳 邓双喜 主编

策划编辑 岳 慧 徐 波

责任编辑 徐 波

出版发行 电子科技大学出版社

成都市一环路东一段 159 号电子信息产业大厦九楼 邮编: 610051

主 页 www.uestcp.com.cn

服务电话 028-83203399

邮购电话 028-83201495

印 刷

山东鹏升印务有限公司

成品尺寸 170mm×240mm

印 张 19.75

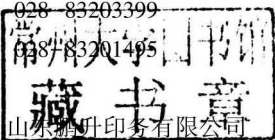
字 数 420 千字

版 次 2017 年 6 月第 1 版

印 次 2017 年 6 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5647-4575-2

定 价 46.50 元



版权所有, 侵权必究

前 言

为帮助大学生顺利地选择职业和成功地进行创业,我们结合当前国家教育和劳动用工制度,立足高校专业人才培养目标,针对现有的大学生职业生涯与就业指导教材或失之宽泛、缺乏针对性,或视野狭窄、缺乏系统性等不足,依托全国高等学校学生信息咨询与就业指导中心(以下简称“全国就业中心”)立项的 2014 年度全国高校就业指导课程特色教材课题,组织编写了本教材。

本教材由“公共部分”和“特色部分”组成。“公共部分”为职业发展与就业指导的基本理论和方法,“特色部分”为湖南高校,尤其是师范类高校大学生就业理论和就业典型案例。

基于本教材的特色和要求,在编写过程中,我们一方面注重理论分析与技术指导相结合,以大学生活与职业、探索工作世界、认识自我、职业发展方向、职业能力提升、求职准备、求职过程、就业政策与权益保护等方面为编写的逻辑脉络,对大学生职业发展和就业指导体系进行了系统阐述。另一方面又注重实践应用与个案分析相结合,以衡阳师范学院近三年毕业生为例,系统分析了湖南省的就业政策及师范院校的就业形势,并嵌入了毕业生就业的一些典型案例,对指导高校特别是地方本科师范院校大学生职业发展与就业有较强的实用性。因此,本教材既可作为高等学校就业指导课程用书,也可作为就业指导人员培训与自学参考用书。

本教材“公共部分”由“全国就业中心”组织专家编写。“特色部分”由唐艳、邓双喜任主编。其中,第一章、第六章由魏长龙编写;第二章第一节由刘余香编写,第二节由魏长龙编写;第三章第三节由唐艳编写;第七章由刘高见、刘传爱编写;第八章由刘传爱编写;第九章第一节由刘高见编写,第二、三节由刘余香编写;附录部分由唐艳、刘高见编写。教材的统稿、编审由唐艳、邓双喜完成。

本教材系湖南省普通高等学校教学改革研究立项项目《基于协同理论的大学生创新创业就业课程 O2O 教学模式构建》(湘教通〔2016〕400 号)、湖南省教育科学“十

二五”规划 2014 年度大中专学生就业创业研究专项立项课题《独立学院师范生就业能力的培养机制研究与实践》(XJK014BJC013)的部分成果。

本教材在编写过程中,参考、引用了许多文献资料,得到了许多就业指导专家和用人单位领导的指导,得到了衡阳师范学院领导的关心和鼓励,得到了衡阳师范学院就业指导教研室及各学院就业工作同志的大力支持,在此一并致谢。

由于水平有限,错误和不妥之处,敬请广大师生和读者批评指正。

编者

2016 年 11 月 6 日

目 录

第一章 职业生涯发展概论.....	- 1 -
第一节 职业概述	- 1 -
第二节 大学生的职业发展	- 7 -
第三节 职业发展的态度与信念	- 16 -
第二章 大学生生活与职业发展.....	- 24 -
第一节 了解我的学科专业	- 24 -
第二节 课外活动与职业发展	- 34 -
第三章 探索工作世界	- 42 -
第一节 职业、单位和行业	- 42 -
第二节 21 世纪的职业世界	- 48 -
第三节 本校学生就业概况	- 53 -
第四章 认识自我	- 72 -
第一节 需要与职业价值观	- 72 -
第二节 兴 趣.....	- 82 -
第三节 行为风格	- 89 -
第五章 发现职业发展方向.....	- 102 -
第一节 从成长经历中寻找生涯主题	- 102 -
第二节 从生涯漫游中寻找生涯主题	- 110 -

第三节 从“生涯主题”到“职业目标”	- 121 -
第六章 职业能力提升	- 131 -
第一节 了解职业能力结构	- 131 -
第二节 职业核心通用能力培养	- 140 -
第七章 求职准备	- 149 -
第一节 就业信息搜集	- 149 -
第二节 简历撰写	- 162 -
第三节 面试准备	- 171 -
第八章 求职过程	- 184 -
第一节 求职过程管理	- 184 -
第二节 职位决策	- 196 -
第九章 就业政策与权益保护	- 209 -
第一节 就业政策	- 209 -
第二节 就业协议与劳动合同	- 221 -
第三节 学生就业权益保障	- 230 -
附录：衡阳师范学院各专业毕业生主要职业去向简介	- 240 -



第一章 职业生涯发展概论

从小到大,我们就不断地被人问到:“你长大了干什么?”这个问题从小学一直跟着我们进入大学,从“你长大了干什么”变化为诸如:“你喜欢画画,长大了要做一名画家吗?”、“你学这个专业将来做什么工作呢?”面对这些问题,你的回答也慢慢从儿时的老师、医生、雪糕店老板等生活中可见的职业,慢慢扩展到电脑工程师、公务员、心理咨询师、律师等更为宽广的职业世界,回答问题时开心、直觉、随意的心情也慢慢变得严肃、认真甚至有些焦虑了:我好像越来越不知道自己做什么了……。逐渐地,这些问题更多地由自己问自己:我的前途和出路在哪里?我要继续考研吗?我要出国吗?我要考公务员吗?我要去创业吗?这些重要却无比烦人的问题总是得不到完美的答案,很多人就发展出一个应对的好办法:不去理它,随它去吧,到毕业时再说,车到山前必有路!却在夜深人静时无法回避来自内心的拷问;也有很多人求助于老师或咨询师,希望能给自己一个最适合的答案,然后就放下心来,妥妥地向着目标进发,却常常会怀疑这个真是我要的生活吗?也有极少数人陷入焦虑不能自拔,感觉每条出路都黯淡无光看不到希望,生活在无边无际的黑暗中……

要想回答好这些恼人的问题,既不逃避也不焦虑,那就要回答自己另外两个问题:职业究竟是什么?我该如何找到我的职业生涯发展的方向?

第一节 职业概述

我们为何要面对职业选择的问题?从事何种职业对我们的人生真正意味着什么呢?有人说人生应当事业为重,也有人说亲情和家庭是人生最重要的内容,还有人说,享受人生才不枉到人间走一遭。如何看待这形形色色的不同人生态度呢?

一、人生的角色

今天,人的一生不是一场你输我赢的竞赛,而是一次互相合作的旅途。在步入工业社会尤其是当下的信息社会后,人类社会越来越变得以人为本、促进每一个人的自由发展,每个人都可以拥有属于自己的人生理想,每个人都可以根据自己的天赋、经历、所处的环境来形成独特的发展目标,每个人都可以拥有独立的个人价值坐标,在自己的价值体系中寻求最大满足的人生,而社会,也在每个个体的价值实现、满足幸



福中获得最大的进步。换句话说，在过去，社会的大多数人都都在抢夺为数很少的“大家都想要”的“位子”，而在今天，我们每个人都为自己设定旅途的目的地，成为自己人生的主人。因此，我们要认真思考也唯有自己有能力、有权利、有责任来思考自己究竟想要什么样的人生，想要往哪里去。

那么，一个人的人生究竟要如何设计呢？美国生涯发展学家舒伯（Donald. Super）认为，人生就是选择某些人生角色、放弃某些人生角色，以及用什么方式承担所选择的人生角色的过程。舒伯认为，大多数人在一生中都会扮演 9 种主要的角色，依次是子女、学生、休闲者、公民、工作者、夫妻、持家者、父母和退休者。人的一生就是选择以及如何承担这些角色的过程，人们因为承担的角色及承担方式的不同而呈现出多样的人生。

（一）“学生”角色

有些人上大学，并非自己认真思考，抱着学习更多的知识、获得更大的能力、建立更好的人际关系而来的，而是无意识地、觉得必须要读大学而读大学、没有自己内在的想法和目标，这就是承担角色的方式不同。看起来都承担了大学生这个角色，但前者是主动选择这个角色，是角色的主人，而后者是被动、无意识的选择，是角色的俘虏。前者会根据自己的目标来主动选择学习的内容、学习的方式，会主动、努力地投入到学习中，后者则是被动地学习学校安排的课程，很难享受到学习的乐趣，体会到意义感，而更容易感受到压力，更容易放弃对成就的追求。更糟糕的是，很多人被动地念了大学，然后继续被动地读硕士研究生，甚至博士研究生，读完之后还是不清楚自己为何要选择这样的人生。

（二）“夫妻/伴侣”、“持家者”和“父母”角色

这三个角色都是家庭角色，是从不同的角度来看待家庭的，这些角色内在都包含了浓浓的情感。夫妻/伴侣角色是要跟另一个人建立起亲密的、愿意承诺相互扶持走完一生的关系；持家者是指愿意承担起一个家庭的社会功能，如赚钱养家、买房置业、缴纳税、等等；父母则是指愿意生育小孩，并用心去爱、去教育他/她长大成人。你喜欢这些角色吗？你了解这些角色的要求吗？你希望自己何时承担这些角色、又如何承担呢？

（三）“公民”角色

公民从法律意义来说，是指具有一个国家的国籍，并根据该国宪法和法律，享有权利并承担义务的人。首先，从法律意义上有权按照法律规定的方式放弃中国国籍选择外国国籍；其次，更重要的是，公民是一个法律概念，而公民角色承担是一个心理概念，简言之，你是一个法律意义上的公民，并不见得是一个心理与行为表现都合格



的公民。仅仅拥有国籍而不主动关心国家和社会的发展,不参与涉及多数人利益的公共事务,不关心社会的公平与公正,不关心环境的优劣变化,对弱势群体的不幸与艰难视若无睹,甚至不履行公民应尽的责任和义务,那就不能称之为公民,也就是放弃承担公民角色。

(四)“休闲者”角色

这难道还是一个角色吗?难道休闲还有这么重要的地位?还要把休闲拿出来和公民、父母这些角色并列放在一起考虑?是的,休闲者角色就是这么重要。从时间上分,一天 24 小时,减去生理时间(吃喝拉撒睡)和工作时间,剩下的时间称为闲暇时间,对一般人来说,也是将近三分之一的时间。加上退休后更多的闲暇,实际上多数人一生的闲暇时间超过了人生总长度的三分之一!更有学者指出,生产的根本目的之一就是创造更多的财富,把人们从繁重的劳动中解放出来,从而拥有越来越多的闲暇时光。休闲是成为人们生活的重要组成部分。马克思认为“休闲”是“用于娱乐和休息的余暇时间”,它包括“个人受教育的时间、发展智力的时间、履行社会职能的时间、进行社交活动的自由运用体力和智力的时间。”(《马克思恩格斯全集》第 26 卷,第 3 分册,第 287 页,人民出版社 1975 年版)。选择何种休闲方式,是每个大学生成长为一个独立、负责、成熟的个体的必要内容。在大学生活中,社团生活往往是同学们休闲者角色的主要载体,选择社团、选择休闲生活不仅能够有益于身心健康,往往还是个人职业生涯发展的策源地。这部分内容将在第二章展开论述。

学生角色和休闲者角色是大学生活的主体,占据了大学生活的黄金地段。但是这两者都不是人生的主体,也不能占据人生的黄金地段。在人的一生中,20 岁到 60 岁、一周五天、每天八小时最美好、精力最充沛的时间都是在工作中度过,人生的主体、在所有角色中居于核心地位的是工作者角色,即职业角色。

二、职业角色的重要性

职业角色之所以有核心角色的重要性,在于它是满足人们最重要的几种需求的主要途径。

(一)职业能满足人们生存的需要

蔡元培先生说,“凡人不可以无职业,何则?无职业者,不足以自存也。”对个体来讲,生存是第一位的,先有生存才有成功。工作能够获得报酬,可以换来我们生活所需要的各种必需品:食物、衣服、住房、交通工具等等,从而满足人们生活的需要。好在人类社会发展到今天,已经基本解决了温饱问题,一个人只要愿意劳动,生存都不会有问题。对于大多数人来说,职业角色还是其他所有角色的基础和前提,只有把工作做好,才有可能去建立一个家庭、养育孩子,才有可能去娱乐、休闲,才有



可能去履行一个公民的使命。

（二）职业能满足人们建立人际关系、赢得尊重的需要

工作能够扩大个人的生活圈子，建立更为广泛的人际交往。工作环境是人们在家庭外最重要的人际交往环境，也是人们发展友谊、情感最重要的场所之一。所谓“志同道合”，就是指人们选择相同的职业，在共同的追求中发展出稳定、坚固的友谊。那些共同经历挑战、挫折、成功、失败，患难与共的同事，一定是人生中最宝贵的财富。

（三）职业能够满足人们对快乐、满足感和成就感的需要

在做自己喜欢的工作时，人们常常会忘记时间、忘记周围的一切，全身心沉浸在工作对象中，甚至达到忘我的感觉。积极心理学家米哈伊·森特米哈伊（Mihaly Csikszent-mihalyi）认为：“人们感到最为愉快和满足，不是在很放松、什么事也不做（如看电视）的时候，而是专心致志、积极参与某项活动，以至于忘记了时空和自己的时候。这时，人们不考虑事情的回报也不担心自己的表现，只是忘情投入，享受过程中的快乐。”

为什么专心致志地积极参与某项活动会让人忘情投入呢？哲学家罗素认为，“有两大因素使工作变得有趣：一是技能的运用，二是建设性。”凡是具有某项特殊技能的人，总乐于展示它，在运用这些技巧能力的过程中得到享受。他认为，一切技术性的工作都可以是令人愉快的，只要工作需求的技术还有不断提升的空间，人们就能从技术的增长和展示中不断得到快乐。工作还具有另一种有趣乃至让人感到幸福的成分，它比起技能的运用来更为重要，这便是建设性。在很多工作中，当事情完成的时候，会留下某种类似纪念碑的东西。在建设中，事情的原始状态是较杂乱无章的，而其最终状态却体现了一种成就，当建设工作完成时，人们会久久地凝望着它，欣喜不已。最令人满意的工作，就是能使人完成一个接着一个的建设性任务，取得一个接着一个的成功，就此而言，建设性才是幸福的更茂盛的源泉。

有心理学家认为，以上三种需求的满足对应着三种工作境界：赚钱谋生、事业、使命。

第一种境界是赚钱谋生的境界。对这种境界的工作者来说，工作只是完成任务换取报酬的手段，工作者谈不上喜欢这份职业，内心里也没有主动愿意去做的意愿。请注意，这里的境界并非客观的状态而是主观的感受，也就是说并非所有赚钱谋生的人都是这种工作态度，有很多人也是出于生计做某种职业，但却做的尽情投入和热爱。

第二种境界是事业的境界。把工作当事业的人，除了注重财富的积累外，还会关注事业的发展 and 成就，重视外界评价、声望或者权力。会主动地投入时间到工作中，



即便外界毫无要求。他渴望通过工作建立自己在社会上的地位，将职业成就视为个人人生的成就。将职业看作事业的人，因为其成就主要来源于外界的认可，所以倘若未能得到渴望的权力、成就或者声望，那对其职业生涯会是巨大的打击。

第三种境界是使命。约翰·克拉克（John Clark）说：“所谓的使命，就是你奉命要做之事。奉谁或什么之命呢？就是你自己，这个命令发自你内心深处。”那些持有使命取向的人很难将职业与生活中的其他部分区分开来，他们工作的目的不是来自外界的金钱收益或权力地位，而是在工作中获得的满足感和意义感。它最重要的特点是，在做这件事情时，你能够感受到发自内心的热情和强大的力量，持有使命取向的人经常感到他们的工作使世界变得更加美好。

那么，什么是能够得上使命称谓的“大事”呢？是不是只有伟大的革命事业才是使命呢？其实任何一种工作在本质上都不是使命，也没有任何一种工作在本质上不能变成使命。使命和赚钱的基本差异并不在于工作的内容与性质，而在于工作的动机与态度。纵观那些做出杰出成就的人，他们工作的动机并非只是为了得到工作的金钱和权力回报，是工作本身的乐趣和建设性成就感让他们乐此不疲。

三、职业的特征

职业对于人的重要性在于它能够满足人的多重需要，那职业到底是什么呢？

简言之，职业是一种社会分工，工作者用自己的能力完成这个分工所要求的一系列工作任务，并从中获取自己想要的回报。维持一份职业，有四个关键因素：自己的需求、工作的回报、工作的要求和自己的能力。

每个人都是为了满足自己的需求而去工作的，无论是自己和家人生活的需要还是像特丽莎嬷嬷那样为了照顾世上弱者的内心需求，人们希望通过自己的工作来满足这些需要，因此，工作的回报要符合人们的需求人们才会在这个岗位上继续工作下去。

那组织和雇主为何要给员工提供工作的回报呢？答案就是工作能力。能力是职业的核心要素，是雇主雇佣工作者的首要因素。因此，在大学期间，我们生涯发展的核心任务就是不断提升自己的能力，这个能力包括通用能力，如沟通表达、人际交往、团队合作、信息管理、英语、批判性思维等等，也包括各种专业能力，如计算机编程、设计与制造、金融管理、教育教学、刑事诉讼、治疗疾病、社区管理等等。关于能力的具体内容我们会在第六章做详细的探讨。

工作能力如何体现呢？工作能力体现在满足社会需求、解决特定问题上。元杂剧《马陵道》云：学会文武艺，货与帝王家；帝王不用，卖与识家；识家不用，仗义行侠。古时候为皇上效力那是最高荣耀的职业，有能力首先要为奉献给朝廷；如果帝王不用呢，那就要找到重视、认可这个能力的行家。如果没有人认可，那就自己做一个行侠仗义的自由职业者吧！无论是何种能力，只要你精通娴熟，不愁没有“买家”。能力能够满足



的人数越多，或者满足他人的需求程度越深，这个工作就越成功、越重要。

运用自己的高水平能力服务社会并取得回报，是职业的基本特征。但这并非职业的本质特征，职业的本质特征是爱。

爱是对工作对象和工作内容的积极情感，是职业道德的内在基础。俗话说“干一行爱一行”，唯有对自己的职业倾注了积极的情感，这个职业才会有生命力。在晋商故地山西祁县乔家大院，有一副传家的对联写道：“经商有道惟存厚，处事无奇但率真”，精辟地道出了经商的职业道德：对人宽厚，做事求真。今天在我国食品卫生、环境保护等多个领域出现的诸如“三鹿奶粉”之类的造假制假、以次充好等恶性事件，在检讨法律缺位的问题时，不能忽略所有相关从业者丧失了基本的职业情感，对工作对象和工作内容毫无尊重，更谈不上热爱。



阅读材料

安金磊系河北省枣强县的一个农民，他认为，土地本是一个天然和谐的生态系统，其中包括植物、昆虫、鸟类和微生物等等。这个系统越丰富就越稳定。草是庄稼的好邻居，它既能使农田丰收却减少劳动之苦，而且还能解除植物的多种疾病。用农药是图一时之快，虽然把害虫除掉了，但同时也把一些对庄稼有益的虫子杀死了。比如蚯蚓——防止土地板结的天然卫士，有经验的农民都知道，蚯蚓使土壤的松软程度远胜过机械深耕，而且蚯蚓的排泄物对土壤有肥沃作用；化肥、农药和除草剂中的有害物质还会随空气和水乃至食物链四处蔓延，从而使破坏面越来越大，破坏程度越来越严重，最终威胁整个生态系统的平衡。他说他还记得初次打开除草剂瓶子的感受：“太难闻了，熏得人上不来气，戴着口罩都不顶事儿。”他凭本能觉得：这样的东西用下去，土地肯定很难受。“人们常常把大地比作母亲，这不就好比往母亲身上投毒吗？”因此，他种地不仅不除虫、他还固执地坚持不除草、不施化肥和减少灌溉。他说，每一棵庄稼都是有生命的，他们也渴望温情、友谊和和谐。

刚开始这套做法的几年，其产量并不高，但几年后，土地恢复了天然的生命力，安家的庄稼就明显比别人家的都要好。玉米虽小，但颗粒饱满而坚硬；棉花个头不大，可纤维明显比别人家的长，价格也远高于市价。

安金磊说：“我们对土地应该抱以感恩的心，大地给予我们的太多，我们不应该伤害土地，土地并不完全属于人类，我把土地看作是与人类同等重要的生命。”

全国道德模范贾立群用自己精湛的专业技能和对患者高度的关心、负责完美地阐释了职业的本质特征。



阅读材料

贾立群是北京儿童医院超声科主任，从医 36 年，接诊患儿 30 多万人次无一漏诊误诊；确诊 7 万多疑难病例，挽救 2000 多个急危重症患儿生命。由于诊断准确，每当碰到疑难病例的时候，医生们都会在 B 超单子上注明要做“贾立群 B 超”。

为了提高诊断的准确性，他经常利用休息时间到手术室看手术，还把手术中切下来的标本拍成照片，晚上回到家对照 B 超图像仔细地研究分析。别人看这些血肉模糊的照片会觉得反感，他却觉得里面蕴含着无穷的知识和乐趣。

为了履行他对患者“24 小时随叫随到”承诺，他至今仍住在医院附近 50 平方米的小房子里；为婉拒患儿家长感谢塞给红包，他将自己的衣兜缝死；由于超声检查需要空腹进行，为减少孩子挨饿时间，他经常利用午饭时间为患儿做检查，以至于他 25 年没有吃过正式的午餐。

有人问他，为何这么投入，他说，“在我看来，只要不耽误孩子看病，一切都值得。我也有孩子，家长疼爱孩子的心情我最能理解。我心中的梦想很大，那就是不能让一个孩子在我的手里漏诊、误诊。”

爱它，不断地提高能力，不仅能够安身立命，还能够为自己找到精神家园和心灵皈依之所，从而为人生的其它角色奠定基础——这就是职业对于人的核心意义。



思考与练习

1. 请写出目前你所拥有的各种角色，并分别按照重要性和投入程度排序，然后看看这两个顺序是否一致，如果不一致，分析原因是什么。
2. 跟同学分享自己过去的经历中，让你有使命感的事件和时刻。

第二节 大学生的职业发展

职业对于人是如此地重要，大学生应该高度重视自己职业的发展与规划，寻找自己投放精力以提升能力的领域，寻找自己热爱的工作对象和工作内容。在这个问题上，有些人的目标已经清楚，但大部分人还在探索之中。处于探索中的同学，时常会感到迷茫和焦虑：为什么别人都有明确的目标，而我还没有呢？更有职业规划书告诉我们，事业的成功需要确立长期而稳定的职业目标，并为自己制定 20~30 年的发展规划，这样一步一步扎实的努力才会迎来最终的成功，但很多同学发现无法为自己找到这样长远而稳定的目标，是不是未来就会很暗淡？如果没有长远目标，那该怎么办呢？



一、线性路径和非线性路径

（一）线性路径

由于我国高考制度的影响，很多大学生在高中时用功苦读，将几乎全部的时间都花在了学习高考范围内的几门课程，将高考成绩作为努力的最重要结果，将考上一所好大学作为唯一的目标。这样做的结果就是，如愿以偿地进入了自己心仪的或至少能够接受的大学，却完全不知道接下来要做什么，目标何在。纵然有些同学是根据自己的兴趣选择了专业，真正接触后却怀疑这门专业是否值得去读。很多同学对此很不适应，觉得大学生活不充实很空虚，迫切想要给自己树立一个长远的目标来为之奋斗。那么，该如何确立自己的职业目标呢？很多流行的职业规划书籍都会介绍职业规划三部曲：了解自己的特质，包括自己的能力、兴趣、价值观和人格特点；了解职业世界，包括各行各业的基本特点；把两者联系起来，找到最匹配自己特质的职业，然后以它为目标，制定出一条从学校到工作岗位的无障碍直线通道，最终实现人生目标。这种“知己知彼，人职匹配”的思路是不是非常完美呢？

这种看似完美的想法是在 20 世纪早期的美国形成的关于职业选择的理论。弗兰克·帕森斯（Frank Parsons），一名工程学教授，创立了“特质—因素”理论帮助人们选择职业，他也因此被称为职业指导之父。帕森斯把“特质”定义为一个人所具有的、可以通过心理测验表现出来的特点，把“因素”定义为某种职业的特征。他设计、应用了许多职业测评工具把人们的兴趣和能力同他们潜在的职业进行匹配，他认为每一个个体都有一个最适合的职业，只要运用科学的测评工具加上翔实的职业资料就能够为每个求职者做出最好的决定。这个理论能够减少职业选择过程中任何的运气成分和不确定因素，正如一些书籍和网站会整整齐齐列出“五步通往职业成功”的步骤，要求你尽快制定目标，向目标前近。“有个同学从小梦想当外交官，她努力学习外语，后来考上了外交学院，毕业后如愿以偿进了外交部”。我们将这种有明确目标和清晰路线图的职业发展模式称为线性路径。

（二）非线性路径

一百年过去了，这个世界发生了翻天覆地的变化，已经从前现代社会历经现代社会发展到了后现代社会，这种以准确了解自我特征、完整把握职场信息为前提假设的模型已经很难适应。物理学中相对论、量子理论、混沌理论的诞生，说明自然界都不是由因果律所支配的那样确定无疑，输入初始条件就可以确定结果，正如混沌理论所描述的蝴蝶效应，初始条件的微小差异可以带来结果的巨大不同，而且是不可预测的。



阅读材料

华为技术有限公司是 1987 年在中国深圳正式注册成立的一家生产销售通信设备的民营通信科技公司，产品主要涉及通信网络中的交换网络、传输网络、无线及有线固定接入网络和数据通信网络及无线终端产品，为世界各地通信运营商及专业网络拥有者提供硬件设备、软件、服务和解决方案。

2014 年《财富》世界 500 强中华为排行全球第 285 位。2014 年 10 月 9 日，Interbrand 在纽约发布的“最佳全球品牌”排行榜中，华为以排名 94 的成绩出现在榜单之中，这也是中国大陆首个进入 Interbrand top100 榜单的企业公司。

华为实施全球化经营战略。华为的产品和解决方案已经应用于全球 170 多个国家，服务全球运营商 50 强中的 45 家及全球 1/3 的人口。国际市场已成为华为销售的主要来源，超过 2/3 的销售额来自国际市场。在 2010 年所获总值 160 亿美元的合同订单中，有 72% 的订单均来自国际市场。

自然是这样，人生也是这样。在全球化、信息化的今天，互联网革命方兴未艾，社会各行各业都面临着从传统模式向互联网模式的转型，全球化让地球变的更平坦，人员、资本、信息和物品的流动范围越来越大、速度越来越快，使得每个个体都身处一个全球化的复杂大系统中。人们不再是孤立的存在，不仅受到本省市、本国发展变化的影响，还会受到国际形势的影响。中国加入 WTO 以后，我国制造的产品和我国的优秀企业大步跨出国门，走向国际，很多人开始真正成为国际化的工作者，职业生涯有了全新的面貌。

另一方面，当华为、小米、联想在国际市场上高歌猛进、带来更多就业机会时，一些国际资本的撤出也导致很多蓝领工人失业。

如今，一方面，一些东南亚国家正在中低端制造业上发力，抢夺中国成本优势地位；另一方面，原本在华生产的外资高端制造业回流发达国家，投资优势正在消失，“前后夹击”成为了当前中国制造的无奈现状。

2015 年 2 月，微软计划春节前关停诺基亚东莞工厂，该工厂近期正加快速将生产设备运往越南工厂。同时，位于北京的微软诺基亚工厂也将同步关停。据传闻，此次诺基亚东莞和北京工厂裁员共计 9000 人。

松下、日本大金、夏普、TDK 均计划进一步推进制造基地回迁日本本土。优衣库、耐克、富士康、船井电机、歌乐、三星等世界知名企业也纷纷在东南亚和印度开设新厂，加快了撤离中国的步伐。

中国制造面临创新、产业升级的挑战。

通讯、互联网行业的高速发展，可能会吸引更多大学生进入该领域，未来或许会



加入华为并被派往海外；制造业的低潮可能会造成很多打工者失业，导致另一些大学生过早承担起家庭重担，人生发展路径可能就此改变。

随着我国改革开放的深入，市场经济越来越健全，越来越多的中国人尤其是知识水平较高的大学生群体的就业将被纳入到全球化的复杂大系统中，在这个系统中存在大量不可控制、不可预测的影响因素，想要预测大学毕业时的状况还有一定可能，但要预测十年甚至二十年的职业发展再无可能。我们将这种复杂的、受到大量不可控因素影响从而无法做长期规划的职业发展模式叫非线性路径。

用形象的语言来比喻，线性路径就是我现在 A 点，为 10 年后的我设计了一个 B 点，在 A 和 B 之间找到一条确定的路径，然后一步一步向 B 点迈进；而非线性路径是我现在 A 点，设计了一个十年后的目标 B 点，在向 B 点前进的路途中，发现了新的目标 C，在到达了 C 之后，又发现 D 是更好地目的地，于是又向 D 而去，最终到了哪里，谁也无法预测。

当然，任何存在了一百年的理论都并不会完全没有价值，对于那些对自己了解非常清楚、所学专业与想进入的行业高度相关、同时该行业发展也比较稳定的同学，制定一个长远的发展规划也是可行的。比如，有些人从很年轻的时候就下定决心要成为伟大的科学家，他们的天赋和努力能够让他们做出考入国内一流大学、获得国际一流大学博士学位、进入顶尖科研机构、做出杰出研究成果这样的职业发展规划。但很显然，只要我们看看周围人的职业发展历程，就会知道，这样的线性路径属于特例。

个体的职业成长与发展，不是一厢情愿的事情，是人与社会环境互动的结果。一个人做自己最热爱、自己认为最重要的职业，才会做出伟大的成就，但寻找自己最热爱、最认同的工作本身是一个动态的过程，因为最热爱、最认同的工作不会从天上掉下来，需要在不断的尝试、不断的探索、不断的相互比较中才会慢慢浮现出来。虽然由 A 到了 C 又到了 D，最后到了哪里我们无法预测，但我们并不是随波逐流，并不是对自己的发展失去控制，相反，我们在选择 C、D 为目标的过程中，内在的价值观、兴趣和做事的效能感都会发挥作用。

二、设立短期目标，重视偶发事件

（一）设立短期目标

你是否一定要有一个长远的职业目标？如果没有的话你要怎么办？答案是“放轻松。”在充满各种可能性的世界里，你并不必须要有一个明确的长期目标，甚至不需要回答这个问题。

一方面如上文所说，我们身处一个高度复杂的社会大系统，职业发展受到很多未知的、不可控因素的影响，无法做出长期的规划和安排。另一方面，我们自己也处在



不断的成长变化之中。心理测量作为心理学历史最为悠久的实际应用，其社会价值已经得到广泛认可，尤其是在人才选拔和职业选择中发挥了非常重要的作用，用人单位和个体都可以根据自己的测评结果做出恰当的决定。但是心理测评用在长期职业规划上就存在很大的问题，今天的测评结果只能用于今天的职业选择，而不太适合选择未来的职业，原因就是我们的这些特征在大学期间并不是稳定不变的，甚至会发生巨大的变化。

前面说到，我们的高中由于高考导致学习、生活的内容很单一，局限在几门高考课程上，我们内在的兴趣和能力天赋都没有发展和展示的途径。上大学后，学习内容变得大为丰富，除了有全新的专业课程，还有大量的有趣的选修课。在课程学习外，大学的社团活动也多姿多彩。我们喜欢学什么、喜欢做什么，擅长什么、不擅长什么，认为什么有价值有意义，并不是固定不变的，也不是只通过冥想和内省就能够发现的，而是在有了充分的经历如学习了各种课程、从事了各种活动后，经过比较才能明白的。一个人在年轻时不用去设定一定要做什么不做什么，可以多学习尝试，然后再决定要走的路。

人对自己兴趣、能力和个性的认识，都是基于过去的生活经验而做出的，那么，随着大量新的经验产生，在不断的体验、不断的比较下，会不断产生新的认识，然后逐渐清晰，因此，大学阶段是人们探索自我、发现自我、建立自我的关键时期，在这个过程中，人们不需要急于对自己下结论，而要通过更积极地投入到大的生活中，在不同的学习内容中、在不同的活动过程中、在大量的实践中去形成对自我的认识。



阅读材料

一个农村孩子很难去设想自己的终极理想，能够吃饱就算万幸。但随着年龄的增长，我开始向往土地之外的生活，梦想自己能够像城里人一样走进大学读书。所以我生命的第一个目标就是考上大学，离开农村。第一年高考失利，我紧接着考了第二年；第二年高考失利，我紧接着考了第三年；前两年连普通大专院校都进不去，第三年却意外地被北京大学录取。这是我生命中第一次体会到人生会有意外的惊喜发生，而这一惊喜又是和我持续不断的努力密切相关的。

抱着这种态度，我一直努力到今天。在一场严重的肺结核之后，我意外地变成了一个乐观的人，因为我知道了生命的脆弱，所以更加珍惜每一缕阳光；在联系出国屡次无望的情况下，我意外地收获了新东方学校，拥有了一份自己的事业；在经过了很重的生死考验后，我意外地把新东方变成了美国纽交所的一家上市公司；在经过无数次的蜕变和洗礼后，我意外地把自己从一个书呆子教书匠变成了管理着八千员工的还不算太糟糕的企业领导。