



大学生职业生涯规划及评估

主 编 苏永涛 李钰龙

DAXUESHENG ZHIYE SHENGYA GUIHUA JI PINGGU

 东北林业大学出版社

大学生职业生涯规划及评估

主编 苏永涛 李钰龙

东北林业大学出版社

版权专有 侵权必究
举报电话：0451-82113295

图书在版编目 (CIP) 数据

大学生职业生涯规划及评估 / 苏永涛, 李钰龙主编. — 哈尔滨 :
东北林业大学出版社, 2013. 6

(东北林业大学优秀教材丛书)

ISBN 978-7-5674-0218-8

I. ①大… II. ①苏…②李… 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 (2013) 第 151513 号

责任编辑：张红梅 曲晓奇

封面设计：刘长友

出版发行：东北林业大学出版社

(哈尔滨市香坊区哈平六道街 6 号 邮编：150040)

经 销：全国新华书店

印 装：哈尔滨圣铂印刷有限公司

开 本：787mm×960mm 1/16

印 张：10.5

字 数：188 千字

版 次：2013 年 8 月第 1 版

印 次：2013 年 8 月第 1 次印刷

定 价：25.00 元

前 言

开展大学生职业生涯规划教育,是对大学生实施生涯规划教育与指导的重要举措。遵循客观规律,以学生成长成才为出发点,以培养学生优秀品德、提高学生文化素养为目的,是全面贯彻落实党的教育方针、培养中国特色社会主义事业的合格建设者和接班人的重要内容。然而,由于教育制度存在的缺失,大学生从学校向社会过渡的过程中出现了道德困境和就业困境。

面对 21 世纪就业难问题,如何科学合理地大学生进行职业生涯规划,是当前高校面临的一个重要课题。开展大学生职业生涯规划教育,目的就在于教育学生如何科学合理地大学生进行职业生涯规划教育,明确大学生活学习目标,为职业生涯朝着自己希望的方向发展,提升道德品质,做好知识技能储备,更好地设计人生轨迹,实现美好理想,从容面对就业问题。

从生涯教育的理念看,生涯教育的最终目的并非单纯为了解决就业,而是培养学生的综合素质,将“职”(关于未来职业的基础知识)、“观”(价值观、人生观和职业观)、“验”(直接经验和间接经验)相结合,培养一个既能适应社会生活又能胜任职业工作的完美个体,促进个体更好地完成自我实现。

本教材从生涯规划、自我认知、生涯决策、生涯管理、生涯评估体系等六个方面对大学生职业生涯规划进行了阐述。鉴于大学生对职业生涯不太了解,本书通过对大学生生涯规划的介绍,首先提出生涯规划的概念,然后通过自我认知剖析,探究内心,获得抉择生涯方向甚至目标的意愿,进而通过学习生涯抉择方法技巧,真正做自己职业生涯的主人,规划自己的人生。做

事贵在坚持，生涯管理为大学生提供了一套走向自己内心、挖掘潜能、不断进行自我激励、自我修正人生规划、职业方向的方法，同时每个阶段的生涯评估带给大学生最好的把握生涯方向的依据。本教材本着实用的原则，精炼地提取职业规划的六个方面，层层递进，又互相独立；便于同学根据自己的情况既系统使用，而且还可以独立提取部分知识参考。本教材编写的目的在于帮助读者掌握职业生涯规划的理论及方法，同时形成一个符合自己情况的职业决定和规划，进而开启全新的生涯旅程。

由于时间和水平有限，本教材不足之处在所难免，敬请专家和读者提出宝贵意见并批评指正。另外，特别感谢申诗文同学从读者角度提出的很多宝贵的意见。

作 者

2013 年 1 月

目 录

第一章 大学生职业生涯规划概述	(1)
第一节 当代大学生的生涯困境	(1)
第二节 生涯教育概述	(8)
第三节 生涯规划概述	(10)
第二章 自我认知	(33)
第一节 我到底想干什么? ——兴趣	(33)
第二节 我到底能干什么? ——能力	(39)
第三节 我到底适合干什么? ——人格	(53)
第四节 我到底为什么这样干? ——价值观	(63)
第三章 环境认知	(77)
第一节 职业环境	(77)
第二节 行业环境	(90)
第三节 企业环境	(95)
第四章 生涯决策与后设认知	(97)
第一节 生涯决策概述	(97)
第二节 生涯决策的技巧和工具	(101)
第三节 CASVE 决策循环	(109)
第四节 后设认知(元认知)	(111)
第五章 生涯管理	(115)
第一节 时间管理	(115)
第二节 学习管理	(120)
第三节 健康管理	(124)
第四节 休闲管理	(128)
第六章 评估体系	(133)
第一节 兴趣探索	(133)
第二节 价值观澄清	(144)

2 大学生职业生涯规划及评估

第三节 能力探索	(146)
第四节 人格	(150)
第五节 了解职业的具体方法	(154)
第六节 生涯决策的类型	(157)
参考文献	(160)

第一章 大学生职业生涯规划概述

目前大学毕业生的就业形势严峻,大学生就业理念亟待转变,未来社会需要高素质的大学毕业生。当前大学生对未来的职业生涯缺乏长远的规划和有针对性的准备,对社会就业方面的具体情况缺乏切身的体会,导致学习目的不明确,对自身道德修养、生活交际等各方面不重视,致使部分大学生失去对未来的追求。

面对大学生就业的严峻形势和人才市场的激烈竞争,为了使同学们拥有更美好的人生画卷,树立正确的人生观、世界观、价值观,大学生应从观念、心态、知识、技能等方面对大学期间做好应对职业挑战的全面准备。本章将逐步介绍大学生职业生涯规划的内涵及基本方法。

第一节 当代大学生的生涯困境

警句:灵魂如果没有明确的目标,他也会失去自己,正如四处为家的人无处为家。

当代大学生正经历着社会巨大的变革,加之国家教育体系的不完善,很多大学生失去了梦想,迷失在混乱的社会价值观里,各种因素作用造成部分大学生价值观的迷失,进而对未来从事的工作没有概念。未来我国的经济发展所创造的工作岗位数目依然巨大,原则上,短期内不会出现就业难。然而,客观上,高等学校扩招,大学生素质达不到企业用人标准等原因造成大学生就业难;主观上,大学生对自己所要从事的职业不能做出正确选择,或对从事职业的知识技能储备不够。

一、大学生道德困境

(一) 道德认识迷惘,价值取向多元

当代大学生正处于一种前所未有的道德困境中:市场经济的发展,社会环境的开放,科学技术的进步,加之大学生个性心理的不成熟,使当代大学生在道德认知、道德情感、道德意志方面出现各种冲突,进而影响到他们的职业选择、生涯规划。要想正确应对大学生的道德冲突,对大学生的道德行

为进行合理引导,就必须优化道德环境,强化对大学生的道德教育,注重其道德修养的提升,进而为大学生规划理想的职业、找到合适的工作打下基础。

道德认识是人们在掌握道德概念、提高道德判断能力和增强道德情感过程中,逐步形成的对于客观存在的道德关系以及处理这种关系的原则和规范的认识,它是道德行为的基础,必然会对人们工作后的职业道德产生重大影响。社会主义市场经济的发展,使传统的社会道德规范以及善恶判断的标准都发生了变化。在当今社会的道德体系中,应该继承什么,摒弃什么,发扬什么,杜绝什么,这是大学生面临的重要问题。当代大学生对这一系列重要的道德认识问题的思考,没有一种坚定的信念是不行的,当前社会的开放程度不断加深,各种思潮泛滥,不同的政治文化、道德观念、价值取向、生活方式都在冲击着当代大学生的头脑,传统的道德观念受到极大的冲击,道德价值呈现出多元化的趋势。这一切都使当代大学生在抉择中迷惘,难以形成正确的道德认识,从而使他们出现了严重的信仰危机。

(二) 道德情感冷漠,人际关系虚拟化

道德情感是人们依据一定的道德标准,对现实的道德关系和自己或他人的道德行为所产生的爱憎好恶的心理体验。这种道德情感一旦形成,就会成为积极影响和调节人们道德行为的强大力量。传统的人际关系是人与人之间直接的、面对面的交流,这种交流不仅在传递一种信息,更在传达一种情感。但在网络技术迅猛发展的今天,人与人之间传统的交往模式被彻底打破了,人与机器的交往取代了人与人直接的、面对面的交流。这种交往方式使人们更看重信息的传递而忽视了情感的交流。大学阶段正是人际交往能力形成的重要时期,“人机”对话的交往模式,使越来越多的大学生不愿意在现实生活中构建健康的人际关系,而是在网络上寻找虚拟的“知己”。人与人之间关系的淡化,情感的疏远,使很多大学生产生孤独、焦虑等消极情绪,而这种情绪更促使大学生通过虚拟的网络来寻找自我的“心理安慰”,使大学生的人际交往进入一种恶性循环之中。

(三) 道德意志脆弱,道德人格分裂化

道德意志是人们在履行道德义务过程中自觉克服障碍的能力和毅力,它是道德人格形成的关键。一个道德意志坚定的人,能够克服一切困难和挫折,去履行自己的道德责任和义务以实现自己的道德理想。而今天的很多大学生由于没有坚定的信仰,他们往往缺乏坚定的道德意志力,一定程度上表现出道德人格的分裂;他们懂得一些人生道理和大学生应有的一些道德品质,但又往往难以身体力行并长期坚持下去,缺乏一种认真实践的精神和勇

气；他们渴望得到别人的信任与尊重，但却不注意尊重和信任他人；他们都知道应该保持公共场所的卫生，但“课桌文学”“厕所文化”等不良的现象却随处可见；他们认为考试作弊是不应该的，但到考试时不少大学生仍然有作弊的冲动等。正如有些同学所言：“我想成为一个正直的人，但同时也要适应社会。我不想做无谓的牺牲，但我决不会成为一个滑头或市侩。”

（四）道德行为失范，道德习惯不良化

道德习惯是建立在高度自觉基础上的自然而然的经常性、持续性的道德行为。良好的道德习惯是一个人优秀道德素质的体现。而好的道德习惯的形成是在正确道德行为的不断刺激之下实现的。当代大学生往往缺少良好的道德习惯，他们对好的道德行为缺乏持之以恒的坚持精神，尤其是当他们处于一种无人监督的状态下，比如在网络环境中，他们的道德行为往往失范，当这种失范的道德行为不断出现、不断强化，就会使大学生逐渐形成一种不良的道德习惯。

二、当代大学生道德困境的成因

1. 市场经济的发展

社会的经济关系决定人们的道德。社会主义市场经济对大学生竞争意识的形成、主体意识的强化、平等精神的培育、风险意识的培养有着积极的意义，并孕育了大学生理性、平等、自由、公正等道德人格，但同时，市场经济功利性和竞争性的一面也渗透到人们的社会生活中，拜金主义、个人主义、实用主义等思想不断滋生，并不可避免地繁衍出很多与社会主义道德建设不相一致的道德观念和行为。在现代市场经济中，一种“耻于理想，蔑视道德，拒斥传统，躲避崇高，不要规则，怎么都行”的社会思潮正在越来越严重地冲击大学生的道德观念，对当代大学生的道德形成、价值选择带来了很多负面的影响。

2. 社会环境的开放

中国对外开放窗口的打开，不可避免地涌进拜金主义、享乐主义、极端个人主义等不良的道德观念和价值观念。而这些观念又在一定程度上暗合市场经济对物质的追求，尤其是对独立思考和明辨是非能力尚不健全的年轻大学生产生了很大的影响和冲击。如今，在大学生中，讲究吃喝、盲目攀比的现象相当普遍，甚至有些大学生认为人生的价值就是“潇洒气派”，艰苦朴素是“老土丢脸”。这些不良的道德观念和价值观念，严重影响了当代大学生的价值选择。

3. 科学技术的进步

科学技术推动了人类文明的前进，人们生活方式改变的同时，也在改变人本身。它使大学生沉迷于科技而忽视了对人生的思考，他们热衷于西方文明而缺乏对中国传统文化的认同。信息的庞杂性、网络的匿名性、网络角色和网络关系的虚拟性使大学生的选择、道德趋向、价值观出现偏差，进而陷入困境。

4. 个性心理的不成熟

大学生个体的生理发展已接近完成，但他们的心理尚未成熟，价值观念尚不稳定，时常处于波动、迷惘、抉择之中。这种个性心理的不成熟体现在两个方面：一方面，他们的自我意识迅速发展，非常注重个性独立，希望按照自己的方式生活，但由于缺少有效的引导，这种个性独立往往表现为一种极端的“以自我为中心”；另一方面，他们的社会认知和社会适应能力较差，道德判断和道德选择的能力不强，以致在复杂的社会现象面前往往充满幻想，不切实际，甚至无所适从。这也是造成大学生道德困惑的一个重要的内在因素。

三、对当代大学生道德困境的引导

1. 优化道德环境

校园是大学生道德形成和发展的重要环境。良好的校园环境，特别是文化氛围，能给大学生以积极的情绪影响，它是无形的，却使人时时处处都能感觉到它的存在和力量。一方面，大学生应充分利用校园文化的导向性、凝聚性、参与性等特征参加诸如学术讲座、专题辩论、演讲比赛、文学沙龙、音美鉴赏、礼仪大赛、宿舍评比等形式多样、特色鲜明的文化艺术、科技体育活动；另一方面，大学生要对大学校园环境中诸如网吧中的不良文化、宿舍中的庸俗文化等在最大程度上削弱其对自身的消极影响。社会环境、家庭环境、对大学生道德也有影响，而且对大学生职业规划影响非常大，一方面，就业的方向、地点甚至时间的主要参考因素来自家庭；另一方面，社会的生存规律对大学生而言太陌生，需要时间适应，这对他们的职业走向有很大影响。

2. 强化道德教育

一方面，在大学生理想信念教育中，要加强马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想和科学发展观，公德意识，传统道德的教育。大学生社会公德的教育要从自身做起，从具体的事情做起，遵守公共秩序，讲究文明礼貌和公共卫生等，使学生自觉遵守“爱国守法、明礼诚信、团结友善、勤俭自强、敬业奉献”的基本道德规范，注重个体

道德的自我修养和人格完善,推崇仁爱,注重整体和谐的观念,拥有高度的民族自信心和社会责任感。另一方面,要把道德教育贯穿于大学生的整个学习过程中,道德教育能使道德规范在人的头脑中根深蒂固,并在现实行动中自觉按这种道德规范执行,使大学生在掌握知识的过程中,潜移默化地得到优良品德的熏陶。

3. 注重道德修养

道德修养就是人的自我教育。首先,从社会的角度来看,大学生要积极、正确地看待社会各方面,尤其是和自己相关联的,多与正面积极的人、事接触,激发自己的潜能,提升自己的道德修养。从自身角度来看,大学生要学习各种道德知识和做人的道理,并对所学的各种道德知识进行思考,联系自己的实际,通过自我认识、自我调节、自我完善达到人的道德修养的更高境界。其次,要身体力行,躬行践履。理论与实践相结合才是道德修养的正确方法。通过实践检验理论,总结出符合自身的方法,进而健全自己的道德人格,提高自己的道德境界。

四、就业问题

(一) 大学生就业现状

近几年,就业问题成为摆在大学生面前最严峻的挑战。据相关统计,2002年全国普通高校毕业生为145万人,2003年全国高校毕业生212万人,2004年全国有280万高校毕业生。2005年,全国普通高校毕业生人数达338万,比2004年增加58万人,增幅达20.71%,此后几年逐年递增,2010年高校毕业生人数已经超过了630万。8年的时间,普通高校毕业生数量增长了4倍多。

据人力资源社会保障部统计,2010年,不包括高校毕业生,城镇劳动力供给量将达到1770万人。而就业岗位有多少呢?据全国人力资源社会保障工作会议披露:2010年经济发展能提供就业岗位约1200万个。这也就意味着,就业岗位供需缺口达到了570万个左右。

再来看看就业后的状况,据智联招聘推出的“2009年上半年职场人与大学生薪酬盘点”显示,不同城市大学毕业生的起薪较2008年相比,均有不同程度下降。其中上海下降了9.73%,为2691元;北京下降了7.56%,为2655元了;深圳则下降了5.2%,为2575元。与此同时,通货膨胀引起的物价上涨,更加重了毕业生们的生活负担,对其造成了精神和物质上的双重压力,这无疑是雪上加霜。2008年中国大学各学科的就业率,工商管理是58%;农学的最好,为78%;法律、教育媒体、医学,都在30%以上。

如果按照这个比例算下去,起码有一半的大学毕业生失业。一些本科生甚至去做洗脚的工作,月收入在 800 ~ 1 200 元。更有甚者,有的毕业生为了找到工作,不惜零工资就业。

以上这些,都是一个普通的大学毕业生即将会面临的挑战。而良好的就业规划则是充分面对挑战的基础。上面我们介绍了就业的现状,了解到就业的困难,那么究竟是什么原因造成了如今的就业局面,我们大学生又该如何应对呢?接下来我们将总结并分析一下造成现今就业局面的原因,看看是否能从中找出一些答案。

(二) 大学生就业问题的成因分析

1. 大学毕业生的供需失衡

随着我国高校扩招,在校生人数和毕业生人数近年迅猛增长,其直接结果就是目前劳动力市场供需关系的严重失衡。近几年,每年都有大量的新增劳动力涌入市场,导致大学生供给量绝对值增加。随着世界经济危机影响的逐步显现,劳动力的社会实际需求增加缓慢,造成了一部分学生的就业困难。

2. 学校教育与社会需求脱节

学生的全面素质教育与培养的重视程度不够是大学生就业困难的主要原因。由于各种因素的影响,我国高等教育改革相对于社会需要比较滞后,教育思想、教育观念等没能及时更新,已经不适应现代化建设对人才的要求;教材多年未变,专业划分不合理,教学方法过于简单,对知识传授比较看重,而对能力培养却比较轻视;学校的人才培养与社会需求脱钩,造成结构性供求矛盾;高校人事缺乏灵活性、流动性和主动性,学校需要的人才进不来,别的学校需要的人才也出不去。高等教育的滞后性和周期长的两个特点决定了其与社会需求的契合度不够,而高校人才预测工作正处于探索阶段甚至有的高校还没有开始,都造成了高校招生功利性比较明显,与社会需求结合不够紧密,甚至脱节,导致高校培养与社会需求的结构性矛盾较为突出。

3. 宏观产业结构不合理

这个观点是由香港中文大学教授郎咸平提出的。可能有很多人认为中国是制造业大国,但真的是这样吗?错。谁是真正的制造业大国?答案是美国。为什么?首先得认识制造业这个概念。什么是制造业?生产衣服、生产运动鞋、生产茶杯,这是制造业吗?不是!真正的制造业是制造业的产业链,总共有 7 块:制造、产品设计、原料采购、仓储运输,订单处理、批发经营、零售。制造只是其中的一块。我们把它们分成 6 加 1。1 是制造业,是硬的生产环节,其余 6 是软的环节。以美国为主导的国际分工把 6 加 1 里

面最差的1放在中国,这个1有什么特色呢?三大特色,第一浪费资源,第二破坏环境,第三剥削劳工,对具有这三大特性的制造业,当然是不能放在美国了。美国把什么留下来了呢?把其余的6留下来了。看起来我们是工业化了,实际上我们在替美国人打工。以玩具产业为例,看看玩具行业创造多少价值,一个芭比娃娃在美国沃尔玛的零售价是9.9美元。但她在中国工厂的出厂价是多少?1美元。而且1这个环节是不需要大学生的,真正需要大学生的是其他6个环节。这种形态的产业链,真正的受益者是美国,而不是中国。再以芭比娃娃为例,我们浪费资源,破坏环境,剥削劳工,好不容易创造了1块钱的价值,同时也替美国创造出9块钱的价值,因此我们越生产,美国越富裕,让美国大学生更容易找到工作,他们赚更多的钱,他们不是一个月赚1000元人民币,而是一个月赚几千美金。在这种产业链的格局之下,除非我们从“1”走到“6”,否则大学生就业就会很艰难。

4. 大学毕业生自身也存在不少问题

首先,大学生的素质与市场需求脱节。不同层次的大学定位相似,专业及课程设置趋同现象十分严重,没有自己的特色,人才培养模式与市场脱节,学校依然采取应试教育的教学方式,学生学到的只是理论知识,不能而且没有机会运用到实践中去,缺乏技能型和应用型人才,造成岗难得其人,人难得其岗。这是造成大学生就业难的又一重要原因。

其次,大学生缺少科学合理的生涯规划,没有明确的求职方向和目标。盲目的求职导致了大学生毕业几年内很高的离职率,现如今新进员工跳槽也成了企业最头疼的问题之一。大学毕业生都希望能够找到收入高、待遇好的单位,但是由于我国不同地区经济发展的不平衡性,东西部地区之间、沿海地区和内地之间存在一定的差异性,大学毕业生选择就业区域时,过度集中于北京、上海、广州、深圳等经济发达、工资水平较高的地区,造成发达地区的就业压力显著增加。而西部城市求贤若渴。大学生“高不成,低不就”的就业心理也严重影响其择业与就业。

前三个原因,是外部环境的原因,任何人都无力控制,而第四个原因则是自身问题,大学生完全可以通过自身努力来解决,这也是本书着重希望解决的问题——大学生职业生涯规划。

第二节 生涯教育概述

一、生涯教育概念

生涯教育又称生涯发展教育,是一种与个人自我实现和效用有关的新教育秩序。

美国联邦教育署署长 Maryland 认为,生涯教育是对全民而非部分人民的教育,它从义务教育开始,延伸至高等及继续教育的整个过程,它教育人们在心理上、职业上及社会上平衡与成熟的发展,使每个人成为自我认知、自我实现及自觉自用的人。这种教育同时具备学识与职业功能、升学及就业准备,他强调在传统的普通教育中,学历起到职业的价值,使学生具有谋生能力。因此,其基本目标是培养创造丰富的个人能力、有价值的人生,这是发挥教育真实价值的整体构想。

沃尔辛顿(Worthington)认为,生涯教育是改变所有教育系统,以求造福全民的革命,它强调所有教育的经验、课程、教学及咨询辅导,要以预备个人能力一种经济独立、自我实现及敬业乐群的生活为目标,它凭借改善职业选择的技巧与获得职业技能的方式,来提高教育的功能,使每位学生能享受成功及美满的人生。

二、生涯教育的特性

1. 个别性

生涯教育强调每个人将来都有一个美满成功的生涯,而这种生涯必须适合每个人的个别差异。

2. 终生性

为了生涯能有发展,每个人随时随地都需要接受教育和训练,因此生涯教育是一种终生教育的过程。

3. 整体性

为了达到生涯教育的目的,家庭、社会、学校必须共同担负起生涯教育的责任。

4. 全面性

不管是正常的学生、天赋优异的学生、残障的学生,抑或是环境不利的学生,每个学生均有权利接受生涯教育。

5. 连贯性

生涯教育不仅重新组合了一般教育及职业教育的关系，同时也连贯、衔接了个人每一阶段的教育。

6. 生活性

生涯教育使学校的教育与日常生活发生关联性，与生活密切配合，“生活即教育！”

7. 实际性

生涯教育所学的内容必须具有实用性，在学习过程中，也特别强调实际工作经验的教育价值。

8. 发展性

生涯教育的最重要目的是促进个人生涯的发展，使每个人的特殊才能得以发挥。

三、生涯教育的发展

生涯教育是 1971 年由美国联邦教育署署长 Maryland 最早提出的，是职业指导工作长期发展的必然产物。职业指导时期只是生涯教育形成与发展的必经阶段，生涯教育模式已经完全超越了职业指导的层面。

职业指导工作最初发祥于美国。20 世纪初叶美国处于迅速工业化的阶段，在劳动力市场需求与人员供给出现矛盾的背景下，职业咨询工作应运而生。1908 年职业指导运动的奠基人帕森斯在《职业的选择》一书中首次使用职业指导一词，并建立了帮助青年学生了解自己、了解职业及使自身与职业要求相匹配的职业指导模式。其所关注的焦点是人的知识技能与其所从事职业的匹配问题，为青年学生提供诸如职业分析、就业信息以及职业介绍的服务。但这还仅仅停留在人职匹配阶段，其局限性在于静态地理解职业。近年来，随着我国大学生就业制度的变化，大学生在就业期间所表现的择业难与就业后暴露出的信心不足、缺乏职业能力等一系列问题日益突出，毕业生的种种就业困惑引起了政府及社会的普遍关注。早在 1996 年，国家教育部就正式发文要求各高校成立毕业生就业指导机构，加强毕业生就业指导工作。但从十多年来就业指导工作的实际情况看，其内容主要集中在毕业思想教育、形势政策介绍、就业程序和法律咨询、就业信息收集整理发布、供需双方见面等方面，即只实现了大学生就业指导工作的部分功能。应该说，我国当前所处的就业指导阶段与世界职业指导工作最初的雏形是相吻合的，而且实事求是地讲甚至是稍显滞后的。也就是说，我国的职业指导或就业指导还停留在这种形态，还停留在美国 20 世纪初叶的时代。

应该看到，大学生在择业期间所表现出来的问题仅仅用现行的就业指导

模式是很难得到解决的,有实效的就业指导应渗透在教育和社会化的过程中,并且需要相关的理论背景支持。更重要的是,就业问题不仅仅是一个社会问题,也是一个关乎个人发展的根本问题。美国早在20世纪初就受到这一问题的困扰,由职业指导运动演化而来的生涯教育活动因此应运而生,并如火如荼地开展起来,有效地解决了高校教育中大学生的社会化的问题,从而使生涯教育与专业知识教育并驾齐驱,成为高等教育不可或缺的重要组成部分。这一模式也迅速被世界各国所吸纳,并结合本土实际情况形成各具特色的生涯教育体系。

我国台湾省教育部于1997年9月30日公布了《国民教育阶段九年一身课程总纲纲要》,确定“生涯规划与终身学习”为国民十大基本能力之一。终身教育(lifelong education)或终身学习(lifelong learning)理念日趋普遍,如何建构终身教育或生涯学习的体系,已成为21世纪教育的当务之急。

第三节 生涯规划概述

一、生涯的概述

生涯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。

这个定义是生涯领域中使用最广泛的一个定义。生涯的这个定义中包含了一些重要的观念,它们对所有进行生涯规划的人都有着重要的现实意义。

“延续一定时间”是指生涯不是作为一个时间或选择的结果而发生事情。生涯不是局限于或束缚于某一特定的工作或职责的时间段。更确切地说,生涯在本质上是持续一生的过程,它受到个人内在和外在力量的影响。

“创造出”在这里是指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。生涯发展是一系列选择连续进行的结果。人们作出选择时,需要权衡这些选择的收益及代价和风险。对一个人来说,没有“十全十美”的生涯道路,但也许会有最适宜的生涯道路。

“有目的的”是指生涯对个人来说是有意义和有价值的。生涯不是偶然发生或应运出现,它需要规划、思考、制定和执行。生涯因个人的动机、抱负和目标而形成与发展,它反映了个人的价值观和信念。

“生活模式”在这里意味着生涯不仅是一个人的职业或工作。生涯与成人所有的生活角色交互作用:家长、配偶、持家者、学生,以及人们整合与安排这些角色的方式。