


高等职业教育公共素质教育类“十二五”规划教材



高职学生 职业发展与就业创业指导

GAOZHI XUESHENG ZHIYE FAZHAN YU JIUYE CHUANGYE ZHIDAO

于兆国◎主编

 郑州大学出版社

高职学生职业发展与 就业创业指导

主编 于兆国

郑州大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

高职学生职业发展与就业创业指导/于兆国主编. —郑州:
郑州大学出版社, 2011.9
(高等职业教育公共素质类“十二五”规划教材)
ISBN 978-7-5645-0100-6

I. ①高… II. ①于… III. ①大学生-职业选择-高等职业教育-教材 IV. ①G647.38

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第173687号

郑州大学出版社出版发行

郑州市大学路40号

出版人:王锋

全国新华书店经销

郑州文华印务有限公司印制

开本:787 mm × 1 092 mm 1/16

印张:20

字数:452千字

版次:2011年9月第1版

邮政编码:450052

发行部电话:0371-66966070

印次:2011年9月第1次印刷

书号:ISBN 978-7-5645-0100-6

定价:26.00元

本书如有印装质量问题,由本社负责调换

作者名单

GAOZHI XUESHENG ZHIYE FAZHAN YU JIUYE CHUANGYE ZHIDAO

主 编 于兆国

副主编 马晓慧 李纪宾 焦东良

编 委 (以姓氏笔画为序)

王 进 刘 洋 李 璐

李忠旺 胡晓慧 曾宝亭

内 容 提 要

GAOZHI XUESHENG ZHIYI FAZHAN YU JIUYE CHUANGYE ZHIDAO

该书以对高职学生进行系统、全面、深入和有针对性的就业指导,促进其全面认识自己、认识社会、认识职业,实现充分和高质量就业为目标,依据有关法律、法规,密切关注政策导向,积极吸收相关学科研究领域的最新成果,从基本概念、基本原理和渊源流变入手,依次论述和阐释了职业生涯规划步骤与方法、职业生涯规划管理、高职学生职业基本素质的培养、就业基础技能指导、就业协议与劳动合同、高职学生就业心理准备与调适、创业理论与实践、适应社会并在实践中实现职业规划等方面的知识、方法和技巧,以引导高职学生树立和落实科学的成才观、教育观、职业观,自觉地将自己的成长和发展与国家的经济社会发展联系起来,注重锻炼和培养自己的职业能力和职业素质,适应经济社会发展的需要和人力资源需求的多样性,努力提高自己的就业竞争力,开启成功之门。

该书体例新颖、内容丰富,既有一定的理论深度,又有很强的应用价值,是一本适合高职学生就业指导课使用的特色教材,对其他层次、类型毕业生的就业指导也具有一定的参考价值。

就业是民生之本,人力资源是第一资源。教育的人力资源供给与社会的人力资源需求是关系国计民生的重大问题,也是就业领域的关键性问题。在教育结构中,高等教育和职业教育是直接为社会培养所需人力资源的孵化器,它们培养的毕业生是社会人力资源的增量主体,与就业有着密切的关系。而高等职业教育(简称高职教育)又处在高等教育和职业教育的接合部,与就业有着更为密切和直接的关系。

党的十七大报告明确指出要“积极做好高校毕业生就业工作”,为此,2007年教育部下发了《大学生职业发展与就业指导课程教学要求》。2010年《国家中长期教育改革与发展规划纲要(2010~2020)》指出高等教育要“加强就业创业教育和就业指导服务”。大学生就业指导课程在高等院校中得到进一步的重视和发展。

推动高职院校毕业生充分就业,国家和社会担负着重要责任,作为实施高职教育的院校和接受高职教育的高职学生自身,也应当而且能够积极有为。而从理论上和实践上对学生进行职业发展与就业指导,为学生职业发展与就业创业牵线搭桥,使其在迈向社会、开启成功之门的紧要关口一路走好,则成为高职院校必须做好的一项重要工作。为了做好这项工作,全国各地的高职院校进行了积极的探索,取得了一定的成绩,也积累了许多可贵的经验。

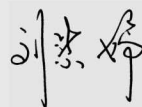
在这些积极的探索者中,黄河水利职业技术学院也付出了长期艰苦的努力,取得了明显的成效。黄河水利职业技术学院作为一所具有80余年办学历史、国家首批示范性高等职业院校,一向高度重视学生的就业问题,在举办高职教育以来的10余年间,不断加强毕业生就业工作,建立了一套完整、严密、高效的工作体制和运行机制,使毕业生就业率和就业质量连年攀升,在河南高校和全国同类院校中名列前茅。而长期不懈的就业指导在其中发挥了重要作用。学院在国家示范性高等职业院校建设中,把“职业发展与就业指导”课程列为学院63个专业的92门核心课程之一进行建设,制定课程标准和教学文本,结合自身特点编写了《大学生职业规划与就业指导》、《自我管理 全面发展》等校内特色教材,广泛应用于对各专业学生的

具体指导和管理,取得了良好的效果。今年,编写组又在吸收有关最新成果的基础上,加重职业生涯规划的分量,编写出版了这本《高职学生职业发展与就业创业指导》教材。

该书以对高职学生进行系统、全面、深入和有针对性的职业发展与就业指导,促进其全面认识自己、认识社会、认识职业,实现充分和高质量职业发展与就业为目标,依据有关法律、法规,密切关注政策导向,积极吸收相关学科研究领域的先进成果,从基本概念、基本原理和渊源流变入手,依次论述和阐释了职业生涯规划的步骤与方法、职业生涯规划管理、高职学生职业基本素质的培养、就业基础技能指导、就业协议与劳动合同、高职学生就业心理准备与调适、创业理论与实践、适应社会并在实践中实现职业规划等方面的知识、方法和技巧,以引导高职学生树立和落实科学的成才观、教育观、职业观,自觉地将自己的成长和发展与国家的经济社会发展联系起来,注重锻炼和培养自己的职业能力和职业素质,适应经济社会发展的需要和人力资源需求的多样性,努力提高自己的就业竞争力,开启成功之门。

该书章节安排的思路与框架符合高职学生关心未来职业,关心、关注就业的逻辑脉络和心路历程。该书观念先进、体例新颖、内容丰富,既有一定的理论深度,又有很强的应用价值,是一本适合高职学生就业指导课使用的特色教材,对其他层次、类型毕业生的就业指导也具有一定的参考价值。

高职教育已经占据我国高等教育的“半壁江山”,高职学生的就业问题事关国家经济社会发展大局,也事关千家万户的生计,值得全社会共同关注。希望广大高职学生能够通过阅读本书,获得适合自身特点的职业发展与就业指导,顺利实现就业目标,实现人生价值。也希望《高职学生职业发展与就业创业指导》一书的出版在促进高职学生职业发展与就业工作的同时,有助于社会了解高职教育,关心和支持高职教育的发展,共同为高职学生的成长和发展、就业和创业贡献力量。同时希望该书能在使用中不断充实、更新,以适应高职学生就业指导不断发展的需要。



2011年7月



第一章 高职学生职业生涯规划概述	1
第一节 职业生涯规划的相关概念	1
第二节 高职学生职业生涯规划的意义	7
第三节 高职学生职业生涯规划的要害	10
第二章 高职学生职业生涯规划第一步:自我认知、转变角色	13
第一节 自我认知——兴趣探索、性格探索	13
第二节 自我认知——能力探索	20
第三节 价值观探索	27
第四节 转变角色及形成初步职业期望	33
第三章 高职学生职业生涯规划第二步:就业环境与专业、职业探索	36
第一节 就业环境探索	37
第二节 专业探索	41
第三节 职业探索	44
第四章 高职学生职业生涯规划第三步:确定目标 制订策略	56
第一节 确定职业生涯目标	57
第二节 选择职业生涯发展路线	67
第三节 制订职业生涯策略	71
第五章 高职学生职业生涯规划第四步:实施方案 评估修正	80
第一节 制订职业生涯规划的实施方安	81
第二节 职业生涯规划方案的评估与修正	86
第三节 职业生涯规划书撰写及优秀作品赏析	89
第六章 职业生涯规划管理	102
第一节 时间管理	103
第二节 情绪管理	108
第七章 高职学生基本职业素质的培养	116
第一节 思想政治素质的培养	117
第二节 高职学生专业素质的培养	121
第三节 高职学生社会适应能力的培养	128
第四节 高职学生通用能力	133

第八章 就业形势与就业政策	142
第一节 我国经济社会发展的现状和趋势	143
第二节 就业政策	147
第三节 高职毕业生的就业出路	166
第九章 就业技能基础指导一: 收集就业信息、制订就业计划	170
第一节 就业信息的收集与处理	170
第二节 确定就业目标 制订就业计划	183
第十章 就业技能基础指导二: 材料准备	187
第一节 求职信的撰写	188
第二节 简历的撰写与制作	194
第十一章 就业技能基础指导三: 求职方法与技巧	201
第一节 求职自荐的种类、方法和技巧	202
第二节 求职面试的方法和技巧	204
第三节 求职笔试的种类和方法、技巧	218
第四节 求职礼仪	220
第十二章 就业协议书与劳动合同	227
第一节 就业协议书	227
第二节 劳动合同	233
第三节 劳动争议的处理	242
第四节 常见的求职陷阱	243
第十三章 高职学生择业心理准备与调适	245
第一节 高职学生择业心理概述	245
第二节 常见不良择业心理分析	247
第三节 高职学生择业心理调适	253
第十四章 高职学生创业理论与实践	258
第一节 创业概述	259
第二节 创业的前提准备	262
第三节 创业能力的培养和提高	264
第四节 创业计划书	267
第十五章 实现角色转变 尽快适应社会	287
第一节 顶岗实习与就业	288
第二节 适应环境 尽快实现角色转换	291
第三节 融入社会 在实践中增长才干	300
后 记	310
参考文献	311

本章提要

本章内容包括3节15个专题,学习重点是了解“职业”、“职业生涯”的含义,高职学生职业生涯规划的原则,高职学生职业生涯规划的意义。

引导案例

2011届毕业生小王,就读于某高职院校食品加工技术专业,刚入校时,他自己确立了毕业时的职业目标:食品或保健品行业的销售人员。为此,在学校期间,他一方面努力学好自己的专业,并去旁听其他专业开设的营销课程;另一方面,主动参加社会实践活动,担任学生干部,提高自己的组织和沟通能力,培养奉献精神。与此同时,他还在某公司做兼职业务员,这使他有更多的机会把理论与实践结合起来,提高解决问题的能力。由于在大学期间有一个明确的目标,并采取了相应的措施和行动,小王具备了较强的就业竞争力。他于2010年11月召开的校园招聘会上,在众多的竞争者中脱颖而出,被一家知名企业录用了。

当大部分同学还在为找工作困惑、迷茫、四处奔波时,小王已手捧签订好的就业协议书在专心学习和为就职做好了。他在职业生涯道路上已成功地迈出了重要的一步。他说“能这么早找到适合自己的工作,得益于自己的早规划、早准备。”

包括高职学生在内,每位大学生都会有梦想,常常会憧憬着光辉灿烂的未来,向往着如花似锦的前程。时代为每一位大学生提供了实现人生理想和人生价值的机遇,但是对于每一个大学生来说,未来总是充满不确定的因素。要实现自己的梦想,关键在于我们自己能够把握机遇,而前提性的工作之一就是要对自己的职业生涯进行科学的规划。只有这样,才能给自己的梦想插上翅膀,使之能够在未来的天空中展翅飞翔。

第一节 职业生涯规划的相关概念

求职是每一个高职学生必须经历的一个门槛。门槛之内是象牙塔内的莘莘学子,门槛之外的世界是一个旋转的万花筒,发出五颜六色的绚丽光彩,美丽而陌生。渴望能够充分发挥自己的聪明才智,成就一番事业,这是每一个有进取心的高职学生梦寐以求的事情。这就需要高职学生对自己的未来职业生涯做出规划,并沿着目标努力前

进,获得事业上的成功。

一、人生发展的阶段

目前,我国人口的平均寿命已经超过70岁。对一个正常人而言,在人生70余年的时光中,不同的人生阶段具有不同的心理和生理特征,也担负着不同的人生任务。古往今来,国内外许多学者从不同的角度对人生阶段进行过不同的划分。在一般意义上对人生阶段进行划分者之中,较典型的有我国古代大思想家、教育家孔子和外国学者沃特恩(Watering)。

(一) 孔子的人生阶段划分方法

《论语·为政篇》中记载了中国古代大思想家、教育家孔子的观点“吾十有五而志于学,三十而立,四十而不惑,五十而知天命,六十而耳顺,七十而从心所欲,不逾矩。”按照孔子的这一思想,人生可划分为以下七个阶段。

第一阶段:从学前期(0~14岁)。在这段时期,人的心智开始形成,已经开始学习生活中的基本知识。这一时期的学习主要靠家长的教诲或受外界环境的影响,通常并非主动学习。

第二阶段:立志学习时期,并开始社会实践(15~29岁)。与从学前期相比,这一阶段的学习更为主动积极,并且与个人志向相结合,是有目的的学习阶段。

第三阶段:自立时期(30~40岁)。这一时期人的心智已经完全成熟,懂得许多道理,并且在经济上和人格上都独立了。

第四阶段:不惑时期(40~49岁)。经过多年的学习与实践,已经形成完整的个人见解,不被外界事物所迷惑,办事不再犹豫,行为果断。

第五阶段:知天命时期(50~59岁)。丰富的人生经验可以让人认识自然规律,懂得自己的人生使命。

第六阶段:耳顺时期(60~69岁)。总结经验,能够冷静地倾听别人的意见,明真伪,辨是非。

第七阶段:从心所欲不逾矩时期(70岁以上)。这个阶段,能够做到言行自由,同时不违背客观规律和道德规范。

(二) 沃特恩的人生阶段划分方法

沃特恩(Watering)按希腊人的观点把人生分为十个阶段,每阶段七年。

第一个七年:0~6岁,是幻想期,此时虽分不清幻想与实际,但是最敢于表达自己心中的想法。

第二个七年:7~13岁,是想象时期,开始谋划未来。

第三个七年:14~20岁,是青春期,进入青年时代,身心迅速发展,形成自己的人生观和价值观。

第四个七年:21~27岁,是机会期,在社会实践中,开始发现人生的意义,把握人生的机会。

第五个七年:28~34岁,是核心竞争力形成期,积累社会经验,证实和强化已发现

的人生真谛。

第六个七年:35~41岁,进入第二个青春期,按照内心召唤重新调整人生方向。许多人在这一时期会重新思考职业定位,争取找到后半生要从事的事业。

第七个七年:42~48岁,许多人进入狂躁抑郁期。人生过半,青春不再,在家里可能上有体弱多病的老人、下有未成年的子女需要照顾,如果事业仍没有成就,甚至还在为基本生活问题操心,就会表现得更加忧心如焚。

第八个七年:49~55岁,身体方面出现衰老的征兆,进入更年期,开始与自己的衰老搏斗。

第九个七年:56~62岁,进入成熟期,思想成熟,做事稳妥,人生经历沉淀成一樽美酒。

第十个七年:63~69岁,是第二童年期,心理上可能出现“返老还童”现象,如能有意识地接受这一转变,则能把人生引向新的起点。

正确认识和理解不同阶段的发展任务,对人生发展有极其重要的意义。

二、职业与职业生涯

(一) 职业

职业是参与社会分工,利用专门的知识和社会技能为社会创造物质财富和精神财富,获取合理报酬,将其作为物质生活来源并满足精神需求的工作。其含义包括:

- 第一,与人类的需求和职业结构相关,强调社会分工;
- 第二,与职业的内在属性相关,强调利用专门的知识和社会技能;
- 第三,与社会伦理相关,强调创造物质财富和精神财富,获得合理报酬;
- 第四,与个人生活相关,强调物质生活来源,并设计满足精神生活。

社会分工是职业分类的依据。在分工体系的每一个环节上,劳动对象、劳动工具以及劳动支出形式都各有特殊性,这种特殊性决定了各种职业之间的区别。职业不同于工作,它更多地是指一种事业。职业发展的过程也是个人价值不断实现的过程,职业要求个人对它忠诚。

(二) 职业生涯

职业生涯是指一个人一生连续从事和负担的职业、职务、职位的过程,是一个人终生经历的所有职业发展阶段,即职业、职位的变动及工作理想实现的整个过程。职业生涯不仅仅是职业活动,而且包括与职业有关的行为和态度等内容。一般来说,职业生涯开始于任职前的学习和培训,终止于退休。职业生涯是人一生中最重要的历程,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。

职业生涯可分为两种类型。一种是传统性的职业生涯:在一个人的职业生涯中,他们的职业可能是稳定的。比如一位大学教师,他的职业生涯初期是助教,然后是讲师,随着专业知识的深厚和教学经验的丰富又晋升为副教授,由于科研学问的不断提高和研究成果的突出再晋升为教授。另一种是易变性的职业生涯。仍以一位大学教师为例,他首先从事的是辅导员工作,而后又从事教学工作,后来又做行政管理工作,

再后来又可能因某些原因而辞职转行做其他工作,等等。在一个人有限的生命中,职业生涯往往占有非常重要的位置。据调查统计,大部分人平均职业生涯用的时间占可利用社会活动时间的71%~92%。可以说,职业生涯活动伴随了我们的大半生,甚至更长远。因此,职业生涯对我们来说意义重大。

如何选择和规划自己的职业生涯,往往受学识、爱好、机遇、工作环境等主客观条件的制约,只有根据现行的工作需要改变原来的职业目标和兴趣,调整心态,培养对所从事职业的敬业精神,在实践中产生对事业的热爱,才能集中精力全身心投入工作,以实现个人价值。

三、职业生涯规划

职业生涯规划是指一个人结合自身情况及制约因素对其一生中应承担职务或职业相继历程的预期和计划,包括确立职业方向、职业目标,选择职业道路,确定教育计划、发展计划,为实现职业目标而确定的时间和行动方案。合理规划自己的职业生涯,是迈向成功的第一步。

大学生是一个较为特殊的青年群体,经过大学阶段的学习和生活后,他们掌握了一定的专业技能,身心得到了进一步发展,为毕业后的工作和生活打下了基础。大学时代是一个人职业生涯规划中的黄金时段。一方面,在校大学生具有充沛的体力和很强的学习能力,而且职业观念、职业理想、人生观、世界观等方面都具有很强的可塑性,因而有很好的职业生涯可规划性;另一方面,大学为青年学子提供了学习基本技能和本领的良好条件,大学生可以为自己成功的职业生涯打好基础,做好准备。因此,科学的职业规划不仅会使大学生度过一个人完美充实的大学时代,而且会影响他们的一生。

中国青年政治学院副院长陆士桢教授最近的一项调查表明,有67.29%的大学生确定了自己的职业定位,但是有49.84%的大学生对自己所选择的职业缺乏了解。从数字来看,有近一半的大学生没有进行过职业生涯规划。一般来说,一个人的职业生涯规划是在大学期间渐渐形成的,高考报志愿自然也是重要的一步。作为21世纪的大学生,应该学会做自己的职业规划,以便适应市场经济发展的要求,更好地利用职业机会来取得事业上的成功。

四、职业生涯规划的分类

按照职业生涯规划的时间维度来划分,职业生涯规划可分为短期规划、中期规划、长期规划和人生规划四种类型,如表1-1所示。

如图1-1所示,个人职业生涯规划从短期到中期,再到长期乃至整个人生规划,如同将要拾级而上的阶梯,需要一步一步发展,前一个目标是后一个目标的基础,后一个目标是前一个目标的方向,呈阶梯形状,所有的阶段目标都为远期目标服务。但在实际操作中,跨及时间太长的规划由于环境、个人条件的变化性而难以把握;而时间跨度太短的规划又没有多大意义,所以,一般来说个人职业生涯规划掌握在2~5年内比较好。这样既便于根据实际情况设定可行性目标,又便于随时根据现实的反馈进行修

正和调整。

表 1-1 职业生涯规划的分类

类型	定义及任务
短期规划	3 年内的规划,主要是确定近期目标,规划近期要完成的任务。如对专业知识的学习、专业技能和组织管理能力的培养、就业目标的确定等
中期规划	3~5 年内的目标任务,是最常用的一种职业生涯规划。如 3 年后要成为部门业务骨干或部门负责人,创造相应的业绩,以及为实现此目标而参加的教育、培训
长期规划	5~10 年的规划,主要设定较长远的目标。如规划 35 岁要成为一家中小单位的主要负责人或技术、业务负责人,45 岁成为一家大型单位的主要负责人或技术、业务负责人,掌握更多的资源,以及为实现此目标而采取的具体措施
人生规划	整个职业生涯的规划,时间长达 40 年左右,设定整个人生的发展目标和阶梯。如规划成为一个拥有相当数量资产的公司董事或总经理,或总工程师、总经济师、总会计师等

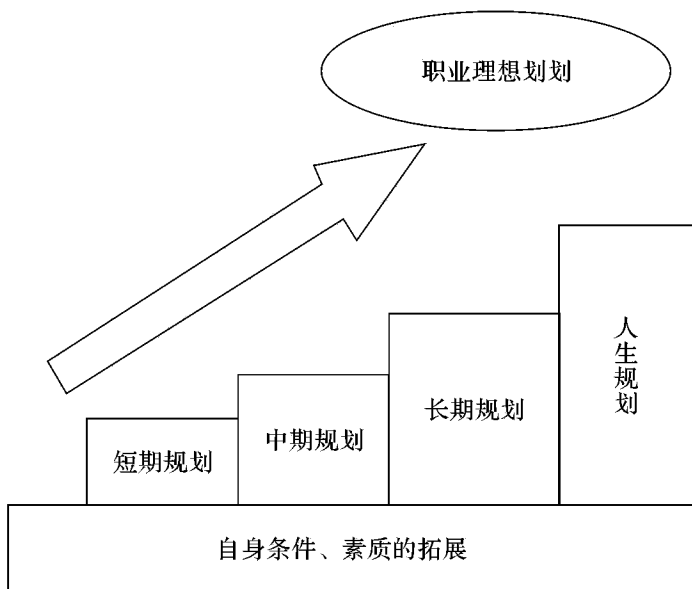


图 1-1 各类职业理想规划目标关系示意图

在设计职业发展阶段时要注意以下问题:

- (1) 远期目标设计是否有激励作用;
- (2) 近期目标设计是否符合远期目标的要求;
- (3) 近期目标是否具体,并具有操作性;
- (4) 各发展阶段的划分是否合理,并呈递进关系,前后具有推进和带动作用;
- (5) 各发展阶段的时间是否合理,目标是否统一;

- (6) 各个发展阶段是否相衔接;
- (7) 各个目标阶段是否符合设计者自身发展规律和社会发展要求。

五、高职学生职业生涯规划的原则

职业生涯规划要从生活发展需要出发,正确认识自身的条件与相关环境,从专业、兴趣、爱好、特长、机遇等方面尽早确定自己的未来发展方向。高职院校是技能人才的摇篮,高职学生应从跨入校门开始就确定自己的未来职业生涯目标。高职学生在进行职业生涯规划时,应遵循以下几项原则。

(一) 连续性原则

既要保持在校学习期间目标的连续性,又要保持在校期间与走向社会后职业生涯规划目标的连续性,并使之贯穿自己的人生。高职学生要想成功,需要有目标引导,入校之前,有的人就已有目标,3年的高职学生生活更需要一个目标。这些目标应是连续一致的,不能变幻无常、飘忽不定。在校期间你也许会对目标做一些调整,但不可频繁改动,走向工作岗位与在校期间的目标也应保持一致。在校期间的目标能够对学习产生激励作用,走向社会的目标则对工作产生激励作用,这两种激励的最终目的应是一致的,即是为了在某种职业岗位上做出突出的成绩。目标如果不具有关联性,无疑会使某些学习变得徒劳,难以实现自己的职业理想。成功的人往往坚持目标,但应经常改进方法和措施;不成功的人则往往经常改变目标,而不改变方法。

(二) 量化原则

对于高职学生来说,一旦确定了自己的职业理想,就要在大学期间量化自己的目标体系,把社会对职业的知识、能力、素质、个性等方面的要求尽可能量化,明确自己在一个学期、学年乃至整个在校学习期间,在知识、技能、能力、素质、个性等方面要有哪些收获和提高。比如大学期间,你可以确定在“大一”苦练语言表达能力、掌握人际交往能力,“大二”锻炼组织管理能力和专业技术能力,“大三”学习求职就业的技巧、创业立业的方法等。走向工作岗位后,你可以确定1~2年熟悉情况,虚心向他人学习,保证自己的工作不出差错,适应单位环境;3~4年在工作岗位上要有所创新,要有自己的特色,并得到他人的尊重与认可;5~8年成为一个在各方面都能独当一面的、具有比较丰富的工作经验的优秀员工等。

(三) 实际性原则

进行职业生涯规划要充分注意内外的实际环境,要根据自己的专业、能力、兴趣、性格、气质等特点以及与社会需求相结合来选择适合自己的目标,做到人职匹配,和谐发展。同时还要去深入了解外界环境对目标实现的各种影响,不可好高骛远、不切实际。一个专业知识不牢固、不善于交际、语言表达能力较差的学生,如果不去提高这方面素质、能力的话,想做一名优秀的部门负责人的愿望恐怕是难以实现的。

(四) 激励性原则

良好的职业生涯规划方案要明确激励目标,通过努力,实现一个个子目标,从而激励自己向更高的目标奋进。比如,一个工科的学生要培养语言表达能力和交往能力,

制定的目标步骤可以是这样的:多与同学交往→敢于在课堂上发言→参加班级活动→参加学校或系(部)组织的社会实践活动,让每一个目标经过努力都能实现,获得一种成功的喜悦和自信,最终实现职业能力培养目标。



小资料

高职学生在职业生涯规划中的误区

在规划职业生涯的探索过程中,高职学生通常集中表现出以下几个观念误区:

- (1) 职业生涯规划就是功利地为找工作而准备;
- (2) 职业生涯规划就是找到赚钱多的好工作;
- (3) 职业生涯规划没有变化快,还是走一步算一步好;
- (4) 职业测评可以测出适合的职业;
- (5) 职业生涯规划是可以透过讲座等方式速成的;
- (6) 职业生涯规划是毕业时才要面临的事情,大一时用不着想。

第二节 高职学生职业生涯规划的意义

高职学生职业生涯规划是一种人生的规划。现代的职业生规划不仅能帮助大学生实现目标,更重要的是有助于大学生真正了解自己,从而确定出合理、可行的职业生涯规划发展方向。尤其是在市场竞争激烈和人才济济的时代,只有发展个人的竞争优势,才能把握稍纵即逝的机会,发挥个人的潜能,实现预定的目标。因此,高职学生需要通过具有前瞻性的职业生涯规划,减少在人生道路上的徘徊犹豫,以免浪费时光。成功属于职业发展规划清晰并且不断进取的人。

每年临近毕业时,就业指导中心接到最多的咨询问题是“老师,我好像学不到什么?我不知道我能做什么?”“老师,我现在有两个不同地方的单位拟录用我,一个待遇高、名声好,单位在大城市,但工作内容不是我喜欢的,可是父母喜欢这个单位。另一个是待遇一般,而且在小城镇,但是单位提供的发展空间和工作内容是我喜欢的,然而父母不喜欢。我现在不知道选择哪一个?”这些问题困扰着相当多的毕业生,当我们问学生是否认真考虑过自己为什么工作、自己内心最想在工作中得到什么、未来想要什么样的生活方式、自己的职业兴趣是什么、是否认真做过职业规划时,许多同学一脸茫然。很显然,这些同学是在没有任何准备的情况下就匆忙走上求职路的。

一、职业生涯规划有助于全面提高高职学生综合素质

大学生在校期间的学习目标都不同程度地存在着盲目性,这就必然导致学习缺乏动力,涉猎的知识结构失衡,适应社会的能力弱化。通过职业生涯规划,对未来可能从

事的职业类型和具体的职业特点进行分析,可以使今天自己在校的学习和综合能力的培养具有明确的目的,意识到学习的社会意义,增强学习的动力和吃苦耐劳的精神。职业生涯规划中的具体措施和安排,有助于“今天”的养成教育,使学生在生活中学会做人、学会求知、学会做事,不断鞭策自己、督促自我,掌握职业技能,为将来顺利择业、就业奠定基础。

二、职业生涯规划有利于增强高职学生主体意识

由于受应试教育、工具教育的影响,相当一部分大学生主体意识欠缺,求职择业的主动意识差,误认为学习是为了父母、老师,却没有认识到学习乃是自己今后职业生涯发展的需要;也有学生和家长甚至将上大学视为人生的最大目标,而没有将上大学视为一个今后从事某一职业的积累和准备阶段。因此,有一些学生进入大学以后就失去了未来生活的目标,也失去了学习的动力,以至于整天无所事事,更有甚者沉溺于网络游戏之中不能自拔。开展大学生职业生涯规划后,大学生可以全面地认识自己的个性、长处和不足,认识社会对人才的需求,从而制定自己的职业生涯规划目标,并自觉地将目标规划转化为行动,有目的地去汲取知识,增强学习的动力和目的性,使主体意识明显增强。

三、职业生涯规划有利于帮助高职学生开拓美好前程

近年来,随着经济社会的发展和人们文化素质的提高,绝大部分大学生都想施展自己的才能,成就一番事业,实现自己的人生价值。然而,由于社会的快速变迁、就业竞争的不断加剧,一些不能体察时代变化的人,在这种多变时代往往手忙脚乱、不知所措,造成内心惶恐、紧张不安,不知何去何从,其结果不仅事业无成,而且身心也受到严重的影响。因此,在新时代的变革中,大学生只有及早做好职业生涯规划,不断提高和加深自我认识,提高自己的能力,开发自己的潜能,才能正确掌握人生方向,从而创造成功人生。只有树立了明确的职业生涯规划目标,才能向着明确的方向努力,才能有意识地培养和提升自己的能力和素质,创造有利条件,使自己的事业尽快获得成功。哈佛大学的一项追踪研究表明,只有4%的人能够获得成功,而他们成功的共同特点在于,他们为自己的职业生涯早早确定了明确的方向,并且始终坚持。

四、职业生涯规划有利于高职学生人生策划的最佳定位

高职学生职业生涯规划包括知己、知彼、抉择、目标和行动五要素。其中,知己、知彼是抉择、目标、行动的基础。它们的关系图1-2所示。

知己是对自己的了解,包括个人的兴趣、能力、价值观、个性以及父母的管教态度、学校和社会教育对个人产生的影响等。职业生涯规划的重要前提是认识自我,只有认识自我、了解自我,才能有针对性地明确职业方向,而不盲目化。认识自我是对自我深层次的解剖,高职学生要了解自己能力的大小,明确自己的优势和劣势,根据过去的经验和经历,选择推断未来可能的工作方向,从而彻底解决“我想干什么”和“我能干什么”的问题。正确认识自我,就会越来越受到用人单位的关注,如:单位招聘时就很注