

XIANDAI QIYE
RENLI ZIYUAN KAIFA YU GUANLI
SHIYONG CONGSHU

章达友 / 总主编



现代企业人力资源开发与管理实用丛书

XIANDAI QIYE RENLI ZIYUAN KAIFA YU GUANLI SHIYONG CONGSHU
ZHIYESHENGYA GUIHUA YU GUANLI

职业生涯

ZHIYESHENGYA
GUIHUAYUGUANLI

规划与管理

章达友 © 编著



规划你的职业

管理你的生涯

创造你的人生



厦门大学出版社
XIAMEN UNIVERSITY PRESS

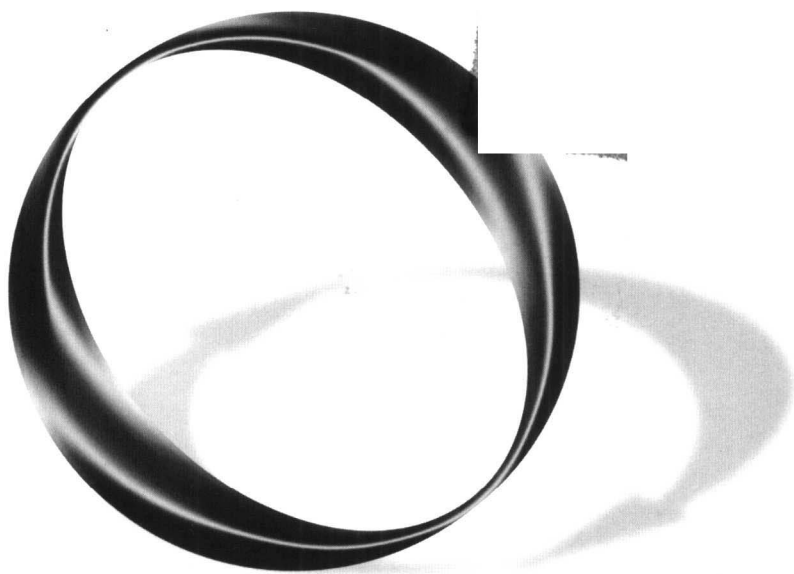
T-27292
125

【职业生涯】

XIANDAI QIYE RENLI ZIYUAN KAIFA YU GUANLI SHIYONG CONGSHU
ZHIYE SHENGYA GUIHUA YU GUANLI ■
XIANDAI QIYE RENLI ZIYUAN KAIFA YU GUANLI
SHIYONG CONGSHU

规划与管理

章达友 编著



图书在版编目(CIP)数据

职业生涯规划与管理/章达友编著. —厦门:厦门大学出版社,
2005.5

(现代企业人力资源开发与管理实用丛书/章达友总主编)
ISBN 7-5615-2366-1

I. 职… II. 章… III. 企业管理-劳动力资源-资源管理
IV. F272.92

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 106647 号

厦门大学出版社出版发行

(地址:厦门大学 邮编:361005)

<http://www.xmupress.com>

[xmup @ public. xm. fj. cn](mailto:xmup@public.xm.fj.cn)

厦门市新嘉莹彩色印刷有限公司印刷

2005 年 5 月第 1 版 2005 年 5 月第 1 次印刷

开本:889×1194 1/32 印张:8.75 插页:2

字数:220 千字 印数:1—3 000 册

定价:20.00 元

本书如有印装质量问题请直接寄承印厂调换

作者简介

章达友，男，博士，厦门大学管理学院MBA教育中心副教授，2004年英国兰卡斯特大学访问学者。曾就读于福建师范大学、厦门大学等校，分获学士、双硕士、博士学位。1991年赴美国俄亥俄大学留学，1994年回国在某大型企业集团任人力资源经理等职。2001年起在厦门大学管理学院MBA教育中心任教，主要从事人力资源管理、企业伦理的教学和科研工作。主持并完成全国学位与研究生教育发展中心的“十五”科研课题“中国MBA教育质量控制系统研究”，其成果获得福建省第五届社会科学优秀成果三等奖。已在《厦门大学学报》、《教育与经济》、《高等教育研究》等学术刊物上发表论文35篇，出版专著《MBA教育质量控制系统研究》、《人力资源管理概论》。

总 序

与传统人事管理相比,现代人力资源管理是一种以人为本的全新的管理理念,是 21 世纪企业获取竞争优势的重要工具和法宝。近年来,人力资源管理已越来越受到现代企业单位的重视,企业的各类管理人员需要一套能反映现代人力资源管理理念和发展趋势,并具有可操作性的丛书。为了满足企业管理人员的这种需要,也为了与同行们进行交流,分享我们的研究成果,在厦门大学出版社的大力支持下,我们组织编撰了这套《现代企业人力资源开发与管理实用丛书》。

本丛书计划出版 8 册:《人力资源管理》、《绩效考评与管理》、《薪酬管理》、《职业生涯规划与管理》、《团队建设与领导》、《招聘与选拔》、《培训与开发》、《激励的策略与方法》。其中《人力资源管理》是一本较全面系统介绍人力资源管理基本环节和职能的导论性读物,其他各册则是对人力资源管理基本环节和内容作进一步的细化和可操作化。

本着务实性和科学性的原则,本丛书的编写注重通过各种典型实例和案例,推介人力资源管理的具体方法和技巧,以期为企业各类管理人员提供一套务实的、确实有助于提高人力资源管理实际操作水平的丛书。本丛书的大多数作者虽为教学经验丰富的高校教师,但他们大都亦有着较丰富的企业工作经历,有的曾在企业任人力资源管理总监或经理多年,有的长期在企业担任咨询顾问,或直接参与企业人力资源管理项目。他们的理论素养和企业经验的结合,为本丛书理论联系实际,科学性与务实性相结合打



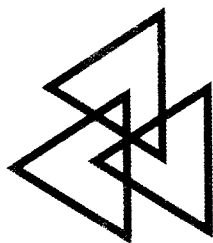
下了很好的基础。当然,由于每位作者的企业经历、研究方向和写作特点不一,具体到每本书的水平和风格也可能会有有一定的差异,敬请读者自己品味和评价。

本丛书可作为企业各类管理人员自学的参考读物和企业进行人力资源管理的培训教材。同时也可作为工商管理专业的硕士生(MBA)以及人力资源管理专业的本科生和研究生的教学参考书。

章达友

于厦门大学管理学院

目录



总 序

第一章 职业生涯规划是经营人生的法宝/1

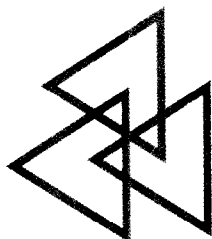
- 一、一个高材生的职场困惑/2
- 二、“青年帕金森无价值病”及其治疗秘方/4
- 三、寻找时间的足迹和生命的价值/6
- 四、不因虚度年华和碌碌无为而悔恨/8
- 五、成功的人生必须有成功的职业生涯规划/10
- 六、简单又复杂的职业生涯规划/13

第二章 认识自己是职业生涯规划成功的前提/17

- 一、个体差异与职业生涯规划和发展/18
- 二、自我剖析的功能和方法/29
- 三、个性心理和职业倾向的几个小测试/35
 - 测试一：你的气质属于哪种类型/35
 - 测试二：你的性格属于哪种类型/38
 - 测试三：你的情商水平如何/45
 - 测试四：你的成功自信心如何/47
 - 测试五：你的性格与职业适应性/50
 - 测试六：你的创业能力指数是多少/53
 - 测试七：你的领导心理素质如何/54



目录



测试八:你的兴趣、能力与职业倾向/57

附:测试自我分析参考答案/68

第三章 设定你的职业生涯发展的目标/85

一、职业生涯目标的细分和组合/86

二、职业生涯目标设计的方法/89

三、职业生涯线路的设定/90

四、实现职业生涯目标的策略的制定/92

五、职业生涯规划中的反馈与修正/95

六、职业生涯规划中的核心要点/96

七、一份职业经理人的职业生涯规划示例/101

第四章 如何选择和获取理想的职业/105

一、现代职业分类/106

二、影响职业选择的内外环境因素分析/108

三、职业声望与职业选择/111

四、21 世纪职业(专业)发展趋势预测/115

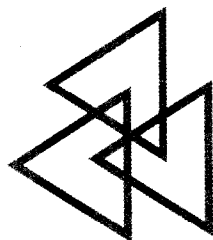
五、未来几年我国最具发展潜力的十大职业/131

六、职业选择的决策方法/137

七、寻找和获得理想职业的途径和技巧/141



目录



第五章 职业生涯各阶段的特征与管理/159

- 一、职业生涯发展阶段的划分/160
- 二、职业锚理论及其意义/164
- 三、职业生涯早期阶段的特征和管理/173
- 四、职业生涯中期的特征与管理/181
- 五、职业生涯后期阶段的特征和管理/191
- 六、职场女性的职业生涯规划和管理/194

第六章 双赢的组织职业生涯规划与管理/205

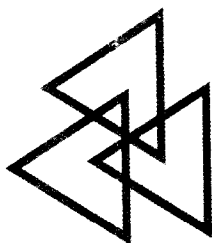
- 一、一种有效的人力资源开发与管理方法/206
- 二、组织职业生涯规划与管理的特点/208
- 三、组织职业生涯规划与管理系统的构成要素/210
- 四、组织职业生涯规划与管理的一般步骤和程序/215
- 五、一份组织职业生涯规划与管理制度的范例/219

附：职业生涯咨询典型案例分析/241

- 案例一：没有职业方向给我带来的烦恼/241
- 案例二：精通英语的王小姐如何把握职业发展的方向/244



目录



- 案例三:如何寻找工作与兴趣的最佳结合点/245
- 案例四:Mary 应先出国留学还是先工作/248
- 案例五:一个金融硕士的职业生涯路线图/250
- 案例六:32 岁的陈先生该不该改行做产品销售/252
- 案例七:35 岁的市场总监能否自己创业当老板/254
- 案例八:年薪 30 万的客户总监该不该到民营企业去/255
- 案例九:业绩很好的高级经理为什么被“炒鱿鱼”/257
- 案例十:当老板的为什么羡慕起员工那份打工的快乐/259
- 案例十一:一个财会研究生在两个职位之间的两难选择/260
- 案例十二:33 岁博士是先工作或是继续做博士后/262
- 案例十三:40 岁的处长能否下海实现人生价值/264
- 案例十四:从事技术工作还是继续搞管理的职业线路困惑/266
- 案例十五:一个“海归”变“海带”的困惑/268
- 案例十六:移民海外的工程师如何回国发展/270

第1章

职业生涯规划是 经营人生的法宝

你知道吗

- 1. 人的一生有多少时间能用于工作上
- 2. 为什么你的工作赚钱不少但又觉得没劲
- 3. 什么是“青年帕金森无价值病症”，其治疗秘方是什么
- 4. 一个企业家成功的职业生涯设计带给我们什么启示
- 5. 职业生涯规划能给你带来什么
- 6. 个人应当如何进行职业生涯规划



一、一个高材生的职场困惑△

李博是一位聪明有为的职业者,而且天赋很高,对不同的行业都有很好的发展潜力,但其发展轨迹,并不与其聪明才智和勤奋努力成正比。原来,李博是一位“跳槽专家”,在短短的10年里涉猎了四个行业,虽然在每个行业都有一定的发展,但最终却不能在每一个行业中充分发挥其天赋潜能。

毕业于名牌大学的李博学的是机械设计,作为一位优秀的理科生,李博开始了机械设计的研究,在一家大型国有企业中从事机械自动化设计。李博的设计能力十分优秀,一到单位,便提出了一个改良方案,并付诸实施,使得该单位产品的性能得到了改善,产品竞争力大大提高。由此,李博在短短一个月内便被该单位的员工称为“设计大师之种子”。本来,像这样的专业知识和天赋,再加上自己的努力,李博应会在该领域内大有前途,而且可以发展至职业生涯之顶峰的。但李博却觉得理科生死气沉沉,自己的设计成果也只是属于职务发明创造,而且,在这一领域自己并不会赚到许多钱。于是,他便开始参加起律师资格考试,时值律考热潮,李博的确是一位学习高手,在半年内便完成了律考,并取得了律师从业资格,于是加入了一家律师事务所,成为一位实习律师,并在两年之后成为一名执业律师。

李博在律师业上的表现也是较为优秀的,他的推理能力和口头表达能力得以充分发挥,在办理案件时的严谨作风也使之大有特色,经过一年的执业,他被评定为优秀律师。

但这时,李博却又陷入了“沉思”:律师界的无序是一种现实,自己虽然收入丰厚,但是成为优秀律师后,在律师界还有什么可图的呢?于是他放弃了律师这一诱人的职业,考取了某所名牌大学的MBA学位,走向职业经理的生涯。这时,按理应是一种安定的



开始,但李博的转变能力是如此的强,在读完 MBA 之后,担任了一家家电企业的研发总经理,着手于绿色家电的研究。在其下属,有二十几位高级优秀的科技人才,但凭借着自己的经历和丰富的知识结构,李博的领导地位开始凸现出来。在一年的经历中,李博领导二十几位高级科技开发人才成功地完成了一项新产品的开发,并投向市场,最终使该公司的业绩大大提高。但李博此时却又意识到,自己只不过是在打工,并不能成为真正的老板,于是决定自己注册成立一家产品公司,在职业生涯上开始了再一次升华,自己开始创办公司,自己担任产品开发人,既当董事,也当经理人。当公司成立之后,李博才发现,产业的竞争是如此激烈,而且变化的速度非其所能追赶上的。但公司已经成立,没有新产品如何去竞争,如何去发展呢?李博没有办法,只好将公司卖掉,另寻生路了。李博十年辛苦白费了,年龄已不小了,当初的冲劲也没有了,为此,他感到活得没劲。

本来,像李博这样才能十足的人,如果能进行职业生涯规划,确定自己 5 年、10 年的奋斗目标,凭着自己的天赋,在自己从事的领域里不断努力,最终都会有辉煌的成就。但李博无目标地变换职业,致使自己的精力和时间都耗费在更替不同的知识和不同的领域上,结果只会是平平淡淡地浪费时间,以至一事无成。

我们身边不乏这样的例子:毕业后,基本相同的条件,选择上的一念之差,导致了结果的完全不一样;工作过程中,为追求理想工作而做出的频繁跳槽,使进一步的发展受到限制;盲目而缺乏实效的“充电”和一味地追求证书,使经济和时间上的付出与得到的回报不成比例。实际上,个体间的差异大多是由于后天的环境所造成,发展和成功有时是基于我们一个一个也许是小的却是正确选择的叠加。我们需要客观地面对现实,认真规划我们的职业生涯,只有当我们的选择和决策能充分体现自身价值和社会价值时,我们才有机会成功。



二、“青年帕金森无价值病”及其治疗秘方△_____

现实中,我们经常遇到对职业生涯的困惑和生命的意义疑问,特别是白领青年。白领青年是指正在从事着知识经济背景下的热门职业,具有高学历,有着较高收入的青年群体。在人们眼中,白领形象看上去很美,他们出入于高级写字楼,背着笔记本电脑,在世界各地飞来飞去,但事实上,白领青年的生活并非旁人想象的那样精彩。他们租住高级公寓却只有零存款,经常出没酒吧夜店却感到无聊,拿着较高薪酬但无法解决内心不满。由共青团广州市委城乡青年工作部近日所作的一项《广州白领青年调查报告》显示,广州市未婚白领现有 20 万人。其中有 61.9% 的白领青年承认自己的职业困惑很多,他们很多时候感到心累、工作没有多大意义、只是为了生存。更有八成多的人有心理压力时选择“自我调节”,而不去找心理医生。

一位白领青年曾对笔者说:“我现在很困惑,已经到了而立之年,还不能确定自己今后的事业到底是什么?毕业以后,先是在政府机关工作了 3 年,觉得那种循规蹈矩的生活过于单调,就辞职到一家房地产公司做了两年经营管理工作,后来又跳槽到现在这家 IT 企业做运营管理。做来做去,除了工资收入在不断提高外,其他的没有什么收获,我很想自己创业,但又不知道究竟做什么好。”

广州知名 IT 通讯厂商的中层管理人员陈先生,今年 26 岁,年收入 10 万。他在与记者交谈中,坦承自己在现在的公司呆了 3 年,3 年前与他一起来的十个同事,现在只剩下两个,第一年走两个,第二年走六个,“已经在心理上觉得自己是元老了”。他所见过的跳槽最高记录是 3 年跳 5 次,最短的一次还没有干满一个月。他自己也数次考虑是否要走,最后比较工作环境、发展空间、薪酬



等各方面的情况,还是“难得”地留下来了。

谈话间,陈先生透露出自己的创业意向,毕竟“为别人打一輩子工不是愉快的事情”。但到现在他的创业计划只是一个很模糊的想法。调查发现,在有了一定的经济基础之后,相当部分的青年都期待角色变化。在投资创业方面,有 32.5% 的白领青年选择“自己创业”,“买房子”和“买股票”分别占到了 23.7% 和 19.3%。

“哀莫大于心死”。由于职业困惑所造成的对生命意义的疑问,目前已经演变成一种容易感染且杀伤力很强的传染病,这里我们暂且称之为“青年帕金森无价值病”。这种病可以令一些二十来岁刚刚自立的年轻人一踏进社会便“死”去,对于他们,生命的意义就变成了只要存在就行。“青年帕金森无价值病”患者通常有下列一种或几种病症:

(1)不能控制自己的思想,只受情绪、五官之快感控制,常常爱冲动。

(2)认为自己没有价值,不追求人生价值,认为时间没有价值。

(3)缺乏决心、恒心、爱心,工作和办事不守时。

(4)认为自己不会成功,工作只是为了换取生活所需的经费。

(5)认为人的一生有无数次创业机会,自己还有许多的时间和机会。

(6)不懂得或者不愿意发现和欣赏周围存在的美好事物,以为一切都是应该的,是老天欠自己的。

(7)认为时间的意义就是手表所表示的时间数字。

要想治疗这种疾病,关键要从寻找人生目的和价值入手。你不妨暂时将自己对社会、家庭的价值和责任放在一边,你只需要专注、冷静地思考一下:自己个人最向往的是什么,什么事情会令自己感到快乐和幸福? 这是在对自己的人生目的进行思考。当你确定了自己的人生目的后,再就如何达成这个目的做一番行动与时



间计划,这样,你就为自己的人生设定了一系列有意义、可实现的目标,这些目标不仅要包括事业方面的,还应该包括家庭、社会和自我发展方面。为了实现自己制定的一系列目标,我们就会有一个又一个有价值的生命追求,我们就能够发现由此而产生的行动价值。

三、寻找时间的足迹和生命的价值△

“有价值的人,是使自己留下时间足迹的人。”进行职业生涯规划与管理,也是在寻找你的时间足迹,从时间中体现出个体的生命价值。有人曾经这样形容时间度量方法:人们度量自己的时间,就好比在沙滩行走,每一步所用的时间可能是1秒,但秒是捕捉不到、摸不着的,只有你在沙滩上留下的足迹,才可以用来度量自己过去的时间。但是,沙滩上有很多足迹,每天每天,每年每年,不是给潮水冲走,就是被其他人踩乱。那么,是不是所有的人都要干出一番惊天动地的大事业,才算是留下时间的足迹和生命的价值呢?非也。事实上,对个人而言,当你在回顾自己过去的时候,那些曾经令自己激动不已、骄傲万分,也受到自己周围的亲友和同事真诚赞许的事情,就是你自己的时间足迹,例如,考上重点大学、获得博士学位、周游列国、被公司和客户评选为年度最佳客户服务经理,设计出一个企业运营管理系统,大大提高了管理效率,公司领导和员工都给予了很好的评价等。这种足迹越多,就表明我们过去的生命价值越高,如果只有很少的时间足迹,那就说明我们过去的生命价值很低,就要认真反省,仔细查找原因了。

当我们摒弃了“无价值病”,朝着一个个人生目标努力奋斗的时候,我们会深刻感受到:时间是世上最稀缺的资源。

在世界华人保险圈中享有盛名的黄经国先生曾经用一个“剪时间尺”的游戏来阐明时间的意义,很通俗,而且非常深刻。



首先,你要准备一把 60 寸长的软尺。假如你有 80 岁寿命,1 岁至 20 岁可能是你不能自主的,所以不谈。现在你的软尺有 60 寸,表示你 20 岁至 80 岁的 60 年时间,每 1 寸是 1 年。你 60 岁至 80 岁这 20 年是老年时期,处于半退休或退休状态,所以你可以用剪刀把软尺上的 20 寸剪去。现在你的软尺只剩下 40 寸——你一生的黄金时间。

人每天平均睡眠 8 小时,按一年 365 天计算,一年平均的睡眠时间是 2 920 小时,40 年就是 11.68 万小时,即 13 年。现在,请你将软尺剩下的 40 寸剪去 13 寸,剩下的只有 27 寸。

一般人每天早中晚三餐,包括周末饮茶时间(还未包括下午茶及一般推销员闲聊胡扯的时间),平均需要 2.5 小时,一年大约用 912 小时,40 年便是 36 480 小时,相当于 4 年时间,所以请你把软尺剪去 4 寸,现在的软尺应该剩下 23 寸。

香港人每天用于交通的时间平均为 1.5 小时,如果是外勤及推销员,所需要的时间可能是它的两三倍,他们用于舟车劳顿的时间可能超过 5 小时,工作看似十分繁忙,但业绩并不显著。现在你问一问自己每天用在交通方面的时间有多少?如果答案是 1.5 小时,40 年便是 2.19 万小时,等于两年半。请你在软尺上剪下 2.5 寸,现在软尺剩下 20.5 寸了。

如果你每天用于和亲友同事闲谈、打电话的时间,或平时闲聊的时间是 1 小时,40 年就用去了 1.46 万小时,等于 1 年半,那么现在你的软尺应该剩下 19 寸。

美国最近做了一个统计,一般人平均每周花在看电视的时间接近 8 小时,而一些事业有成的社会精英则每周少于 5 小时。假设你每天平均看电视 3 小时,40 年所用去的时间就是 4.38 万小时,亦即等于 5 年时间。请你在软尺上剪去 5 寸,现在它剩下来的应该是 14 寸。

你是否计算过自己每星期用于娱乐、锻炼身体的时间有多少?