

工商管理经典译丛

CAREER DEVELOPMENT AND PLANNING

职业生涯发展与规划

(第3版)


罗伯特·C·里尔登 (Robert C. Reardon) 珍妮特·G·伦兹 (Janet G. Lenz) 著
小詹姆斯·P·桑普森 (James P. Sampson, Jr.) 加里·W·彼得森 (Gary W. Peterson)
侯志瑾 等 译

BUSINESS ADMINISTRATION CLASSICS

 CENGAGE
Learning



中国人民大学出版社

 CENGAGE
Learning™

BUSINESS ADMINISTRATION CLASSICS 工商管理经典译丛



工商管理
经典译丛

CAREER DEVELOPMENT AND PLANNING

职业生涯发展与规划

(第3版)

罗伯特·C·里尔登 (Robert C. Reardon)

珍妮特·G·伦兹 (Janet G. Lenz)

小詹姆斯·P·桑普森 (James P. Sampson, Jr.)

加里·W·彼得森 (Gary W. Peterson)

侯志瑾 等

著

译

中国人民大学出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

职业生涯发展与规划：第3版/里尔登等著；侯志瑾等译。

北京：中国人民大学出版社，2010

(工商管理经典译丛)

ISBN 978-7-300-11843-7

I. 职…

II. ①里…②侯…

III. 职业选择

IV. C913.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第040256号

工商管理经典译丛

职业生涯发展与规划 (第3版)

罗伯特·C·里尔登

珍妮特·G·伦兹

小詹姆斯·P·桑普森 著

加里·W·彼得森

侯志瑾等译

Zhiye Shengya Fazhan yu Guihua

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街31号

电 话 010-62511242 (总编室)

010-82501766 (邮购部)

010-62515195 (发行公司)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.ttrnet.com> (人大教研网)

经 销 新华书店

印 刷 涿州星河印刷有限公司

规 格 185 mm×260 mm 16开本

印 张 20.75 插页2

字 数 473 000

邮政编码 100080

010-62511398 (质管部)

010-62514148 (门市部)

010-62515275 (盗版举报)

版 次 2010年4月第1版

印 次 2010年4月第1次印刷

定 价 39.00元

版权所有 侵权必究

印装差错 负责调换

《工商管理经典译丛》

出版说明

随着中国改革开放的深入发展，中国经济高速增长，为中国企业带来了勃勃生机，也为中国管理人才提供了成长和一显身手的广阔天地。时代呼唤能够在国际市场上搏击的中国企业家，时代呼唤谙熟国际市场规则的职业经理人。中国的工商管理教育事业也迎来了快速发展的良机。中国人民大学出版社正是为了适应这样一种时代的需要，从1997年开始就组织策划《工商管理经典译丛》，这是国内第一套与国际管理教育全面接轨的引进版工商管理类丛书，该套丛书凝聚着100多位管理学专家学者的心血，一经推出，立即受到了国内管理学界和企业界读者们的一致好评和普遍欢迎，并持续畅销数年。全国人大常委会副委员长、国家自然科学基金会管理科学部主任成思危先生，以及全国MBA教育指导委员会的专家们，都对这套丛书给予了很高的评价，认为这套译丛为中国工商管理教育事业做了开创性的工作，为国内管理专业教学首次系统地引进了优秀的范本，并为广大管理专业教师提高教材甄选和编写水平发挥了很大的作用。据统计，本丛书现已成为国内管理院校和企业培训中采用率最高、影响最大的引进版教材。其中加里·德斯勒的《人力资源管理》获第十二届“中国图书奖”；斯蒂芬·罗宾斯的《管理学》获全国优秀畅销书奖。

进入21世纪后，随着经济全球化和信息化的发展，国际MBA教育在课程体系上进行了重大的改革，从20世纪80年代以行为科学为基础，注重营销管理、运营管理、财务管理到战略管理等方面的研究，到开始重视沟通、创业、公共关系和商业伦理等人文类内容；并且增加了基于网络的电子商务、技术管理、业务流程重组和统计学等技术类内容。另外，管理教育的国际化趋势也越来越明显，主要表现在师资的国际化、生源的国际化 and 教材的国际化方面。近年来，随着我国MBA和工商管理教育事业的快速发展，国内管理类引进版教材的品种越来越多，出版和更新的周期也在明显加快。为此，我们这套《工商管理经典译丛》也适时更新版本，增加新的内容，同时还还将陆续推出新的系列和配套的案例教材、教学参考书，以顺应国际管理教育发展的大趋势。

本译丛入选的书目，都是培生教育出版集团、麦格劳-希尔教育出版公司、圣智学习出版公司、约翰威立出版公司等世界著名的权威出版机构畅销全球的工商管理教材，被世界各国（地区）的著名大学商学院和管理学院所普遍选用，是国际工商管理教育界最具影响力的教材。本丛书的作者，皆为美国管理学界享有盛誉的著名教授，他们的这些教材，经过了美国 and 世界各地数千所大学和管理学院教学实践的检验，被证明是论述精辟、视野开阔、资料丰富、通俗易懂，又具有生动性、启发性和可操作性的经典之作。本译丛的译者，大多是各著名大学的优秀中青年学术骨干，他们大都曾留学欧美，在长期的教学研究和实践中积



累了丰富的经验，具有较高的翻译水平。

本丛书的引进和运作过程，从市场调研与选题策划、每本书的推荐与论证、对译者翻译水平的考察与甄选、翻译规程与交稿要求的制定、对译者质量的严格把关和控制，到版式、封面和插图的设计等各方面，都坚持高水平和高标准的原则，力图奉献给读者一套译文准确、文字流畅、从内容到形式都保持原著风格的工商管理精品图书。

本丛书参考了国际上通行的 MBA 和工商管理专业核心课程的设置，并充分兼顾了我国管理各专业现行通开课与专业课程设置，以及企业管理培训的要求，故适应面较广，既可用于管理各专业不同层次的教学，又可供各类管理人员培训和个人自学使用。

为了本丛书的出版，我们成立了由中国人民大学、北京大学、中国社会科学院等单位专家学者组成的编辑委员会，德高望重的袁宝华同志、黄达教授和中国人民大学校长纪宝成教授，都给了我们强有力的支持，使本丛书得以在管理学界和企业界产生较大的影响。许多我国留美学者和国内管理学界著名专家教授，参与了原著的推荐、论证和翻译工作，原我社编辑闻洁女士在这套书的总体策划中付出了很多心血。在此，谨向他们致以崇高的敬意并表示衷心的感谢。

愿这套丛书为我国 MBA 和工商管理教育事业的发展，为中国企业管理水平的不断提升继续做出应有的贡献。

中国人民大学出版社

第3版前言

我们很高兴有机会出版第3版教材及相关教学材料。

第3版使我们得以更大程度地吸收认知信息加工理论，以此来组织材料从而加强对职业生涯问题解决和决策制定的理解。一如既往地，该书仍是以已出版的生涯发展和职业行为之理论和研究为基础的综合性大学职业生涯教材。Folsom, Peterson, Reardon 和 Mann (2005), Reardon, Leierer 和 Lee (2007), 以及 Vernick, Reardon 和 Sampson (2004) 丰富了关于此课程干预之有效性的证据。

第3版目标

推出第3版教材有几个目的。

第一，我们希望能更新资源以提供与职业和就业相关的新信息。我们对第2版有些章节：传递职业信息（第3章）、就业研究（第7章）、工作方式（第8章）、工作安排（第9章）、工作与生活的平衡（第10章）以及互联网的发展（第12章）进行修改以描述新的体系。所有章节的参考文献和链接根据需要进行相应更新。

第二，我们继续删减某些章节的内容，因为书里有些地方内容太过密集——对于一个学期每周3学时的课程，教师教授和学生学习的内容都太多。所以，我们删减了第5、6、8、10、11、14和15章的部分内容。

第三，我们对《教师手册》(Instructor's Manual) 进行了更新，加入了更多基于“主动学习”原则的教学策略。教学材料包括28次课程的各种教学活动，370多张幻灯片和其他教学工具。我们把原第1版中独立成册的《学生手册》(Student Manual) 缩减后编写为附录，包括作业单、课后任务和其他学习工具。

第四，该版本仍然是以平装书的形式印刷，使学生能以更为低廉的价格购买。此书是集信息与学习活动为一体的全面教材，希望能成为生涯规划和求职的终身指导手册。

鸣谢

最后，许多同事为协助我们出版此书贡献了自己的宝贵想法，我们要特别感



第 1 版前言

《职业生涯发展与规划》一书的目的是为教师和学生提供一个源于认知心理学的知识基础，可以用于解决生涯问题和制定生涯决策。这本书及相关教学材料提供了一个全面、综合的职业生涯学习体系，以此来改进教学，提高学习效果。

为了符合大学的通识教育要求，教材的知识基础非常重要。这本书的三大知识领域是：(1) 认知和社会基础；(2) 职业世界和工作行为；(3) 个体与组织的生涯选择与发展。在前言里，我们将讨论学习效果、教材结构、方法及有效性。

■ 学习效果

在课程中使用这本教材，学生将能够：

1. 了解职业和工作行为领域信息的多学科性质以及个体在使用这些信息上的差异。
2. 了解语义性知识和个人性知识的获得。
3. 了解记忆与认知信息加工过程是如何与一般问题解决，尤其是特定的生涯决策制定相联系的。
4. 了解如何将包含信息加工金字塔模型和 CASVE 循环的认知方法运用到生涯决策制定和问题解决中。
5. 识别影响生涯发展的独特的个体信息，包括自我知识、职业知识、决策技能和多元认知。
6. 了解跨学科的社会学以及行为科学在人们求职和就业过程中是如何起指导作用的。
7. 形成个人目标和行动计划以积极促进个人职业生涯发展。
8. 发展个人的及与就业相关的技能和知识。

■ 教材结构

这本教材包含认知心理学理论和应用行为科学的相关知识。



● 第Ⅰ篇 (1~5章): 主要论述认知信息加工的理论基础, 并配以这些理论应用在典型生涯情境中的详尽实例, 包括自我知识、职业知识和决策制定。

● 第Ⅱ篇 (6~10章): 阐述覆盖多学科的影响生涯决策的问题, 比如经济趋势、组织文化和双职工问题。

● 第Ⅲ篇 (11~15章): 从认知和多学科角度, 重点论述执行战略性生涯计划和求职的具体步骤, 包括面试、简历撰写、谈判以及工作适应等一系列大家熟知的话题。

我们相信,《职业生涯规划与发展》一书在大学生职业生涯规划教材中是独一无二的。与其他教材的最主要区别在于它关注学生的外部知识基础和指导方法。从“图形—背景”的关系上看, 本书既关注认知心理学和应用行为科学的“背景”, 即知识基础, 也关注“图形”, 即获取这些知识并将之个人化的初学学生。很多其他教材几乎都只关注“图形”(即学生), 很少关注“背景”(即知识基础)。而且, 本书是以皮亚杰 (Piagetian) 的观点来呈现有关材料 (Peterson, Sampson, & Reardon, 1991), 如从第Ⅰ篇的具体认知操作转换到第Ⅱ篇的形式操作。

此外:

1. 本书吸收了认知信息加工理论 (CIP; Peterson, Sampson, & Reardon, 1991; Peterson, Sampson, Reardon, & Lenz, 1996) 和应用行为科学的观点, 这些有助于教员在为大学本科生开设作为选修课或通识教育课时获得认可。该书亦可用于心理学、咨询教育、社会科学和工商管理的教学。

2. 本书以一个特定的理论视角 (CIP) 进行写作, 该理论为生涯发展所涉及的各种想法、问题以及练习、材料和学习活动提供一个连贯有序的组织框架。

3. 本书的组织 and 表述采用的是学习理论模型而不是咨询实践模型, 这就意味着每个学生不但能够学到解决具体个人生涯问题的策略, 而且还有望积累生涯发展方面的知识。

4. 本书已经接受了实践的检验, 特别是从1974年开始, 大学已开设了学分不等、每周3学时、重复进行的生涯课程。

5. 本书从多学科的角度来看待与生涯有关的问题, 包括来自工作社会学、劳动力市场经济学、组织行为学、家庭系统论以及工作和休闲的多元文化观点等各种领域的知识。

本书及相关材料的结构和设计旨在为课程时间安排、大学生涯服务的范围和水平、教学风格、学习风格以及成绩评估方面提供更大的灵活性。其他背景的教师可以很容易地将此教材进行调整后应用于不同的课程管理设置中。

方法

为了提高教学效果, 除本教材以外, 我们还另外设计了两个单行本, 这些材料的引入使得学习活动在本质上具有探索性和体验性。《学生手册》(Student

Manual) 由问卷和一些作业单构成, 可以使学生有机会对教材内容进行个人化的思考和理解。《教师手册和测试表格》(Instructor's Manual and Test Blank) 则是教材和《学生手册》的完整结合。

实际上,《职业生涯发展与规划》一书整合了分散在大学生校园里的职业生涯资源、干预活动和相关材料。有效利用本书的前提是这些资源能够作为教学资源加以组织、协调和管理。例如,教材中假设校图书馆或职业生涯中心图书馆能够提供有关职业和工作组织机构的多媒体图书馆资源,学校某处能提供计算机化的职业指导系统或者职业评估问卷,学生能获得职业和企业名录以及公司简介,有求职的书籍和多媒体资料来与综合的课程学习活动相结合。

有效性

佛罗里达州立大学(Florida State University)的职业生涯课程已经在4篇期刊文章中接受了同行的评论(Gerken, Reardon, & Bash, 1988; Lee & Anthony, 1974; Reardon & Regan, 1981; Reardon & Wright, 1999), Gimmestad (1984) 和 Peterson, Sampson, & Reardon (1991) 也做过详细报道。对一门生涯课程进行这种水平的专业审查在这个领域还是独一无二的。同样的基础课程从1974年就开始设立,约有6200名学生学习了该课程,分别由180多名不同的教学组成员教授该课程,学生们一直以来都用大学学生教学评估系统进行评估。此外,认知信息加工理论及其相关材料也同样接受了同行评论,教材中所用的基本理论的客户版本曾在《生涯发展季刊》(*Career Development Quarterly*) (Sampson, Peterson, Lenz, & Reardon, 1992) 和《改善你的生涯观念:生涯观念问卷手册》(Improving Your Career Thoughts: A Workbook for the Career Thoughts Inventory) (Sampson, Peterson, Lenz, Reardon, & Saunders, 1996) 中发表过。

参与该课程项目的4位作者在过去的专业写作和研究中有过成功的合作。4位作者以不同形式的二人组合,在40多个不同的场合参与有关期刊文章和专题文章的写作。4位作者合计有90多年在大学里的生涯理论和实践方面的专业经验。本书的第一作者教授这门课程的次数已经超过45次。

最后,我们对为完成此项目提供帮助的佛罗里达州立大学过去与现在的生涯和学术指导教师表示感谢。包括 Kathy Barrett, Byron Folsom, Gerry Frost, Jeff Garis, Jill Lumsden, Linda Mahler, Jeff O'Dell, Debbie Osborn, Lenora Pridgen, Corey Reed, Denise Saunders, Scott Strausberger, Jodi Thiel, Myrna Unger, Laura Wright。我们感谢这些同事作出的贡献。

罗伯特·C·里尔登博士

珍妮特·G·伦兹博士



目 录

第 I 篇 生涯的概念与应用	(1)
第 1 章 生涯规划导言	(3)
一种历史的视角	(3)
职业指导入门	(4)
当今的职业生涯	(5)
生涯问题	(6)
生涯发展术语	(6)
生涯决策中所涉及的因素	(9)
生涯选择与生涯发展理论	(10)
认知信息加工理论	(12)
生涯选择所涉及的内容	(13)
信息加工金字塔	(13)
第 2 章 了解自我	(17)
价值观	(18)
兴趣	(20)
技能	(28)
改善我们的自我知识	(31)
第 3 章 了解我的各种选择	(34)
联结职业、教育和闲暇	(35)
职业	(35)
关于教育和培训的知识	(43)
闲暇时间	(49)
改善我们的职业、教育和闲暇知识	(51)
第 4 章 生涯决策制定	(55)
与决策制定有关的主题	(56)
CASVE 循环	(59)
改进我们的生涯决策制定	(62)
第 5 章 思考我的生涯决策	(66)
执行加工领域	(67)



发展元认知技能	(69)
改变消极的生涯观念	(72)

第Ⅱ篇 影响生涯发展的社会因素 (79)

第6章 变化世界中的生涯进程 (81)

通识教育课程的角色	(81)
必备：新的生涯元认知	(82)
愿景：拥有一个成功的生涯	(83)
重构生涯元认知	(84)
四种宏观因素	(87)
战略性的生涯思考	(87)

第7章 在新的全球化经济下工作 (91)

工作和生产的国际变化	(91)
美国劳动力的变化	(98)
服务行业	(106)
州的劳动力市场信息	(108)
一种认知信息加工的观点	(108)

第8章 组织文化与有效工作 (112)

已改变的社会契约	(112)
组织的特点	(113)
组织文化	(114)
组织的类型	(118)
过去的和现在的组织结构	(121)
组织发展中的领导	(124)
生涯发展和劳动力发展	(125)
一种认知信息加工的观点	(126)

第9章 新型工作方式 (130)

工作的产生	(130)
可供选择的工作方式	(131)
临时劳动力	(136)
关于退休	(142)
问题领域	(143)
一种认知信息加工的观点	(143)

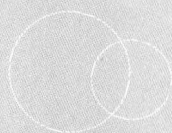
第10章 生涯与家庭角色 (147)

开篇：家庭和工作中的性别问题	(147)
----------------------	-------

四代人看工作/家庭平衡	(152)
影响女性职业生涯的因素	(153)
影响男性职业生涯的因素	(154)
双生涯家庭：问题领域	(155)
管理工作和家庭生活的策略	(156)
Amerco：一个提供家庭支持的公司的案例研究	(159)
一种认知信息加工的观点	(161)
第Ⅲ篇 实施战略性生涯规划	(165)
第 11 章 发起就业运动	(167)
什么是就业运动	(167)
就业问题的本质	(168)
求职方法简史	(169)
雇主和求职者	(170)
认知信息加工方法用于求职	(171)
在员工派遣服务行业中求职	(178)
第 12 章 求职中的书面沟通	(183)
求职过程中的信件	(183)
简历撰写	(188)
证明人和推荐信	(198)
就业运动中的记录保存	(200)
网络求职	(201)
一种认知信息加工的观点	(206)
第 13 章 求职中的人际沟通	(209)
信息面谈	(209)
社会关系网络	(212)
工作面试	(213)
一种认知信息加工的观点	(226)
第 14 章 协商与评估工作录用通知	(230)
协商的内容	(231)
协商工作录用通知的社会力量	(232)
让你的协商权力最大化	(233)
接受工作录用	(235)
需要协商的问题	(236)
关于薪水的额外话题	(241)



第 I 篇



生涯的概念与应用

- ▷▷▷ 生涯规划导言
- ▷▷▷ 了解自我
- ▷▷▷ 了解我的各种选择
- ▷▷▷ 生涯决策制定
- ▷▷▷ 思考我的生涯决策

