



高职高专“十二五”规划教材

大学生职业生涯规划 与就业指导

刘文娟 石朝晖 主 编
宋晓荔 孙赞兰 副主编



DA XUE SHENG ZHI YE
SHENG YA GUI HUA YU
JIU YE ZHI DAO



经济科学出版社

高职高专“十二五”规划教材

大学生职业生涯规划 与就业指导

主 编	刘文娟	石朝晖			
副主编	宋晓荔	孙赞兰			
编 委	高晓冬	林宏亮	吕文龙	盛建福	
	王振华	徐正良	张鹏飞	朱洪波	

经济科学出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生职业生涯规划与就业指导/刘文娟,石朝晖主编.

—北京:经济科学出版社,2010.2

高职高专“十二五”规划教材

ISBN 978-7-5058-9059-6

I. ①大… II. ①刘… ②石… III. ①大学生—职业选择—高等学校:技术学校—教材
IV. ①G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 018758 号

责任编辑:王东萍

责任校对:王肖楠

技术编辑:李长建

大学生职业生涯规划与就业指导

刘文娟 石朝晖 主 编

经济科学出版社出版、发行 新华书店经销

社址:北京市海淀区阜成路甲 28 号 邮编:100142

教材编辑中心电话:88191344 发行部电话:88191540

网址:www.esp.com.cn

电子邮件:esbj3@esp.com.cn

北京密兴印刷厂印装

787×1092 16 开 10.25 印张 235千字

2010 年 3 月第 1 版 2010 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5058-9059-6 定价:21.00 元

(图书出现印装问题,本社负责调换)

(版权所有 翻印必究)

前 言

对于大学生来说,最大的挑战莫过于就业的难题。升迁、离职、下岗、创业……这些问题比以往任何时候都强烈和频繁地冲击着我们每一个人。一生中,我们的绝大部分时间是在职业生涯中度过的,职业生涯能否成功直接决定了我们的人生质量。如何在严峻的职场中立于不败之地,稳步青云?相信这是每一个有志者最为关心的问题。

人一生忙忙碌碌,却因盲目上路,随遇而安,到头来“四顾两茫茫”?有多少人直到退休或者被“炒鱿鱼”的那天才惊觉岁月无情、不知所措?又有多少人在现在的岗位上百般不如意,苦苦挣扎?一起成长起来的伙伴,为什么有的人就能一帆风顺、飞黄腾达、赚得盆满钵溢,而自己的道路竟是一波三折多坎坷?又为什么功成名就的多是小时候那些成绩平平的捣蛋鬼,而读书读得好,升学一路顺风的优秀学生,工作后的境况反而惨淡?职业生涯规划,被忽略了太久,而本书可以帮助我们合理规划自己的未来,让自己在通向成功的漫漫人生途中少走弯路。

本书系统介绍了职业生涯规划的相关基础理论和详细方法,循着“为什么做——做什么——如何做——做得更好”这条线索层层推进,以清晰简洁的结构安排、通俗易懂的语言和丰富的案例,提供给广大读者高度可操作性的指导,力求帮助读者解决实际应用问题。

参加本书编写的人员都是长期工作在学生就业指导第一线的老师。在编写过程中,编者参阅了大量相关的专业书籍和资料,在此向原著作者表示衷心的感谢。

由于编者时间仓促,书中难免会有疏漏和不足之处,敬请广大读者提出宝贵的意见,以便进一步完善。

编 者

目 录

第一单元 规划你的职业生涯	(1)
引入案例	(1)
第一节 职业、职业生涯与职业理想	(2)
第二节 大学生职业生涯规划	(16)
思考与实践	(25)
相关链接	(25)
趣味测试	(27)
第二单元 职业生涯发展条件与机遇	(29)
引入案例	(29)
第一节 职业生涯规划与专业	(30)
第二节 职业生涯规划与自我	(36)
第三节 发展要善于把握机遇	(43)
思考与实践	(46)
相关链接	(46)
趣味测试	(48)
第三单元 职业生涯发展目标与措施	(50)
引入案例	(50)
第一节 确定职业生涯发展目标	(51)
第二节 构建发展阶梯	(56)
第三节 制订发展措施	(62)
思考与实践	(65)
相关链接	(65)
趣味测试	(67)
第四单元 职业生涯发展与就业、创业	(70)
引入案例	(70)
第一节 正确认识就业	(71)
第二节 做好就业准备	(78)

第三节 创业是就业的重要形式	(86)
思考与实践	(92)
相关链接	(93)
趣味测试	(94)
第五单元 职业生涯规划管理与调整	(97)
引入案例	(97)
第一节 管理规划,夯实终身发展的基础	(98)
第二节 调整规划,适应发展条件变化	(108)
第三节 科学评价职业生涯发展	(113)
思考与实践	(117)
相关链接	(117)
趣味测试	(118)
第六单元 大学毕业生就业权益保护	(120)
引入案例	(120)
第一节 大学毕业生就业权益保护	(121)
第二节 就业协议及其法律问题	(126)
第三节 劳动合同	(132)
思考与实践	(136)
相关链接	(137)
趣味测试	(138)
附录	(139)
附录一 《中华人民共和国劳动合同法》	(139)
附录二 《中华人民共和国就业促进法》	(150)

第一单元 规划你的职业生涯



学习目标

1. 理解职业、职业生涯与职业理想的基本知识。
2. 认识职业,增强职业意识,形成正确的职业观。
3. 理解职业生涯规划的内涵、特点及大学生职业生涯规划的意义、原则和主要内容。



引入案例

中学毕业之际,比尔·拉福就立志经商。他的父亲是洛克菲勒集团的一名高级职员,在商界摔打了多年,对商海中的事务了如指掌,深谙其中的奥妙。拉福的父亲发现儿子有经商天赋,机敏果断,敢于创新,却缺少磨难,没有经验,更缺乏知识。于是,拉福父子进行了一次长谈,共同制订了计划,描绘出职业生涯的蓝图。拉福听从了父亲的劝告,升学时并没有直接去读贸易专业,而是选了工科中最基础、最普通的专业——机械制造。这着棋很妙,因为做商贸必须具备一定的专业知识。在贸易中,工业商品占据了绝大多数,如果不了解产品的性能、生产制造情况,很难保证贸易的收益。因此,具备一些工科的基本知识是经商的先决条件。比尔·拉福就这样在麻省理工学院度过了4年。他没有拘泥于本专业,而是广泛接触了其他课程,学习了化工、建筑、电子等方面的基本知识,这些知识在他后来的商业活动中发挥了不可忽视的作用。

大学毕业后,比尔·拉福没有立即一头扎进商海。按照原先的设计,他开始攻读经济学硕士学位。商业毕竟不是工业,这是一种经济活动,有其本身的规律与特征。现代商业无论是程序上,还是规则、内容上都相当复杂,需要进行专门了解。在市场经济条件下,一切经济活动都通过商业活动来进行,不了解经济规律,不学习经济学的知识,就很难在商业领域内立足。于是,比尔·拉福又考进芝加哥大学,开始了为期3年的经济学硕士课程学习。这期间,比尔·拉福掌握了经济学的基本知识,深入了解了经济规律,懂得了影响商业活动的众多因素。他还特意认真学习了有关的经济法律。因为在现在商业活动中,法律充当了至关重要的角色,没有法律保障,现代商业将陷入一片混乱。他更注重学习微观经济活动的管理知识,而不把主要精力用来研究理论经济学。因此,比尔·拉福对会计、财务管理也较为精通。这样,几年下来,他在知识上完全具备了经商的素质。

你也许会感到意外,比尔·拉福拿到硕士学位后居然没有立即投身商海,而是考了公务员,去政府部门工作。原来,他的父亲,这位老谋深算的商业活动家深知,经商必须有很强的交往能力,人际关系在商业活动中异常重要。要想在商业上获得成功,必须深知处世规则,充分了解人的心理特征,善于与人交往,能够给人以良好的印象,使人信任你,愿意与你合作。



这种开拓人际关系的能力是任何学校都学不到的,只有在社会上、在工作中才能得到锻炼。而训练交际能力、处理人际关系的最佳去处就是政府部门。要知道,在复杂的政界生活中,每个人都会逐渐变得机敏、老练、处变不惊。比尔·拉福在政府部门一干就是5年。这5年中,他从稚嫩的热血青年成长为一名老成持重、不动声色的公务员。比尔·拉福在环境的压迫下树立起强烈的自我保护意识。他在后来的商业生涯中,从未上当受骗,没有人能算计到他,这都归功于他在政府的5年锻炼。此外,他还结识了一大批各界人士,建立起一套关系网络。他非常善于利用这些网络为他提供丰富的信息,提供许多便利条件。这对他后来的商业成功帮助极大。

5年的政府工作结束之后,比尔·拉福已完全具备了成功商人所需的各种条件。于是,他辞职下海,去了父亲为他引荐的通用公司熟悉商业业务。又经过两年,他已熟练掌握了商情与商务技巧,业绩斐然。这时候,他不再耽搁时间,婉言谢绝了通用公司的高薪挽留,自己开办拉福商贸公司,开始了梦寐以求的商人生涯,正式实施多年前的计划。功夫不负苦心人,因为比尔·拉福的准备工作太充分了,他几乎考虑到了每个细节,学会了商人应考虑的一切。因此,他的生意进展异常顺利。20年之后,拉福公司的资产从最初的20万美元发展为2亿美元,而比尔·拉福也成为奇迹。

【案例分析】

无论是徘徊在就业门槛前的年轻学子,还是已经在职业道路上跋涉了一段时间的人,在面对职业选择时总会遇到各种各样的矛盾和困惑。而职业生涯规划正是驱散这些迷雾,帮助求职者确认职业发展方向和道路,并制订正确的发展规划,指引他们走向成功。现实中,真正在职场生涯中能够取得成功的人,往往是那些有着清晰的、科学的职业生涯规划的人。

比尔·拉福的职业生涯设计脉络清晰,步骤合理:工科学习→工学学士;经济学学习→经济学硕士;政府部门工作→锻炼处世能力,建立人际关系;大公司工作→熟悉商务环境;开公司→事业成功。每一步都充分考虑了个人兴趣、个人素质,着重突出了职业技能的培养,这种生涯设计在他坚持不懈的努力下,终于变为现实。在钦佩比尔·拉福持之以恒的毅力时,相信你也不禁为这一设计方案叫好。

亲爱的同学们,也许比尔·拉福的这套生涯方案并不完全适合你,但它带给你一个重要的信息:人生是可以设计的!只要你有信心和恒心,清醒地认识自己,树立正确的职业目标,制订切实可行的职业计划,案例的主角也许就是明天的你。

第一节 职业、职业生涯与职业理想

人的一生可能要经历多种职业,充当不同的社会角色,担负不同的社会分工,个人的职业生涯也会出现起降沉浮。大学生只有理解有关职业与职业生涯的知识,掌握科学的理论和方法,树立正确的人生观、世界观和就业观,才能正确对待职业问题,解决职业生涯发展中遇到的各种问题与困扰,进而顺利就业。



一、职业

1. 职业的含义

在现实生活中,人们对“职业”一词有着不同的理解。有人认为,职业就是“工作”,如教师、工人、律师、医生等;有人认为职业是一种“生活来源”;有人认为职业是一种等级身份。对于职业的确切含义,众说纷纭。那么,究竟什么是职业呢?

职业的概念由来已久,但由于人们研究的目的或角度不同,对职业内涵的界定也就不尽相同。美国社会学家塞尔兹认为,职业是一个人为了不断取得个人收入而从事的具有市场价值的特殊活动。日本劳动问题专家保谷六郎认为,职业是有劳动能力的人为了生活需要而发挥个人能力,向社会做贡献的连续活动。其实,所谓的职业是指人们在社会中所从事的有稳定、合法收入的活动。它既是人们为社会做贡献、实现人生价值的舞台,也是人们谋生的手段。

由职业的含义可知,个人、社会和经济是职业的三要素。一个人有了职业,就可以通过提供劳动,发挥才能,履行社会角色,为社会做贡献,并获得经济报酬。因此,一个理想的职业,应该能提供一个发挥自己才能的机会,应该使一个人能够恰当地履行某种社会角色,而且可以获得合理的经济报酬。所以说,职业不仅是个人获得劳动报酬、谋求生存的手段,而且是履行社会职责、为社会做贡献的岗位,也是发挥个人才能、实现人生价值的舞台。

在经济社会历史上,职业早已存在。职业是人类社会分工的结果。随着社会的发展,生产力水平在科学技术的推动下越来越高,社会分工越来越精细,职业的类别和内部组成、外部关系也随之越来越丰富。职业的发展变化主要表现为:职业分工由简单到精细,职业内容不断吐故纳新,职业结构不断调整,新型职业不断产生,对从业人员的素质要求越来越高。

2. 职业的特征

塞尔兹认为,职业具有技术性、经济性和社会性。保谷六郎认为,职业具有经济性、技术性、社会性和伦理性。我国学者姚裕群根据我国职业的特点提出了职业的六大特征。

(1) 同一性

同一性是指某一类别的职业内部,其劳动条件、工作对象、生产工具、操作内容都有相同或相近的特点。这一特点决定了人们在同一情境下,会形成同一的行为模式,有共同的语言习惯和道德规范。不同职业间也有同一性,如工作岗位基本固定、工作时间固定以及按劳取酬等方面。

(2) 差异性

不同职业间存在着很大的差异,这种差异包括劳动内容、劳动条件、工作对象、劳动性质、职业地位等。不同的职业有不同的个人行为模式,有不同的道德规范。古语云“三百六十行”就是指一个社会存在多种多样的职业。随着科学技术的进步、经济体制的改革,新的职业(如证券业、经纪人等)还会不断产生,各种职业间的差异也会不断变化。

(3) 层次性

从社会需要角度来看,职业并没有高低贵贱之分,但现实生活中,由于各职业的素质要求不同以及人们对职业的看法或舆论的评价不同,职业便有了层次之分。

从系统论的观点出发,众多的职业必然组成一个职业群,构成一个社会完整的职业系统,



其内部必然逻辑地被区分为不同的层次,包括各类职业间的层次和各职业类型内部的层次。这种职业的不同层次往往是由不同职业体力和脑力劳动的付出、收入水平、工作任务的轻重、社会声望以及权力地位等因素决定的。

(4) 基础性

职业是个人和社会存在与发展的基础,因为职业为人们解决了生活的经济来源,有了职业生活,才有了 8 小时外的自由。

(5) 广泛性

职业问题十分复杂,既涉及社会大多数成员,也涉及社会各个领域,如经济、政治、心理、教育、科学技术、伦理等,具有广泛性。就个人而言,生活的方方面面,都会与职业世界发生联系。

(6) 时代性

职业具有时代性,它有两层含义:一是指职业随着时代的变化而变化,一部分新型职业替代一些过时的职业;二是指各社会不同时期有不同的热门职业。我国曾出现过“当兵热”、“从政热”,再到“上大学热”、“考研热”,又发展到“下海热”、“出国热”、“外企热”等,都反映出特定时期人们对某种职业活动的热衷程度。

3. 职业的意义

职业与我们密切相关。从你踏入社会做第一份工作起,每天你有三分之一的时间在职场度过,直至退休,约有 35 年时间。以平均寿命 70 岁计算,工作时间占据你整个生命的一半。可见,职业生活在人们社会生活中是居首要地位的活动,解决好职业问题对人们一生的顺利发展具有重要意义。

我们不仅通过职业来维持生活,还可以通过职业参加社会实践。在此过程中,人们既可获得社会地位、享有各种权利、受到社会的承认和尊重,又可通过社会实践展示和激发自己的智慧和能力、实现自身价值和人生理想,进而完善自我。所以,职业对于人生具有十分重要的意义。

(1) 职业是人们赖以生存和维持家庭生活的主要手段

职业首先是一种谋生手段,是人们为获取主要生活来源而从事的社会活动。人在社会中生活,衣、食、住、行等都需要一定的物质条件,这些物质条件的创造和获取,要通过人们从事某种方式的社会劳动、从事某种职业来实现。因而职业是人们获得经济收入的来源,是人们赖以生存以及维持家庭生活的主要手段。

(2) 职业是人们从事社会实践的主要手段

人的一生一般需经过少年、青年时期的学习阶段,再走向社会生活阶段。职业是人们成长后走向社会、从事社会实践活动的主要手段。人们通过社会实践活动,一方面满足个人的物质和精神需求;另一方面直接或间接地为他人服务,为社会服务。所以,人的一生实际上是以职业为依托参与社会实践的一生。

(3) 职业有助于人们智慧的增长与发挥

人的一生主要精力要花在职业劳动上,人的智慧也主要用在职业劳动上,并通过职业劳动的过程使得自身的聪明才智得到增长。各种职业有各自的特点和规律,对人的素质和能力有不同的要求。比如要成为一名现代企业家,除了应具备个人应有的思想道德品质



外,还要具备分析能力、决策能力、指挥能力、协调能力、用人能力、开拓能力等基本能力。要成为一名优秀的教师,要具备一定的言语表达能力、良好的师德、爱心和耐心,还要有健康向上的人格魅力。人的各种聪明才智,主要是在适应各种职业劳动要求的过程中发展起来的。

(4) 职业是实现人生理想的阶梯

理想作为人类所特有的精神现象,表达了人们对未来美好生活的向往和追求。不论理想目标的大小远近、内容如何,实现理想的阶梯无一例外的都是职业。其主要原因是职业活动占据了人们一生的主要时间和精力,成为人生的主要内容和体现人生社会价值之所在。



互动话题

职业对于我们绝大多数人来说具有无可取代的意义。工作作为谋生手段是被大多数人认可的,这也是工作的最基本的目的。但这是否意味着,如果我们衣食无忧,就可以不去工作了昵?

美国社会学家怀兹曾进行过这样一项调查:当你拥有一笔不必工作也能维持生计的遗产时,你会不会脱离职业人的行列?结果发现,竟然有80%的人回答:即使自己生活富裕,仍然愿意继续工作。理由则有下列种种:

- ▶ 工作是一种乐趣
- ▶ 希望自己的内心经常保持充实感
- ▶ 以此维持自己的健康
- ▶ 通过工作可以促进人际交往
- ▶ 证明自己是活生生的人
- ▶ 保持自尊心

.....

★ 上述调查表明了什么? 职业除了谋生的作用外,还具有哪些更为重要的意义?

对于大学生来说,职业还具有特别的意义。

(1) 职业使大学生走向独立的生活道路

青年成长过程中的一个显著的变化就是开始出现强烈的独立意识,而真正的独立首先是从经济上的独立开始的。在学生时代,因为没有独立的经济来源而只能依靠家长的供养;就业以后,劳动使他们有了属于自己的经济收入。经济上的独立使青年在生活上开始了全面的独立,他们可以自行选择适合自己的生活方式和社会交往方式,同时也为青年人的恋爱、婚姻和建立家庭提供了可靠的物质基础,使他们走上独立的生活道路。



互动话题

随着暑假的悄然来临,又一批学子怀揣着毕业证书走上了工作的道路。但还有着这么一些人,他们依然过着“衣来伸手,饭来张口”、不自谋发展的生活。这些过分依赖父母的人被称为“啃老族”,正日益引起人们的关注。

在市区某高校读书的阿华早在半年前就开始进入了实习阶段。阿华的同学除了努力做好工作以完成实习考评外,还积极奔走寻找就业接收单位。但阿华在实习期间却对未来的工作毫不在意,每天只是沉湎于网吧或是干脆在家睡懒觉。阿华的父母看在眼里,急在心里,多次催促儿子寻找工作,可儿子却依然我行我素。无奈之下,他们只得动用各种关系帮儿子找工作,但接连找了两份工作,阿华不是嫌活儿太累就是称薪水太低,不愿就业。

对于这种不思进取,认为父母赚钱孩子花是天经地义的“啃老族”现象,有关人士认为这同家长对孩子的教育观念不无关系。许多年轻人之所以沦为“啃老族”,一方面是家长一味满足子女令他们丧失了独立自主的意识和拼劲;另一方面是在目前竞争激烈的社会,有的年轻人感到工作太累,选择了“规避”而完全依赖父母。

★你怎样看待“啃老族”现象?你认为父母赚钱孩子花是天经地义的吗?“啃老族”带来了哪些社会问题?

(2) 职业使大学生走向成熟

劳动就业使大学生由单纯的消费型生活走向职业型生活,而后者比前者更能加速大学生的社会性成熟。在复杂的社会职业生活中,大学生首先要完成角色的转换,掌握职业岗位所要求的角色行为、处理各种问题的方法和技能,以及学会遵循各种社会行为规范。在人际交往中,他们要摸索和适应各种复杂的人际关系,学会控制自己的情绪和言行,确立自身在社会群体中的位置,这些都使得大学生由稚嫩逐步走向成熟。

4. 职业的分类

世界各国的国情不同,其划分职业的标准也有所区别。

(1) 国外职业的分类

根据西方国家一些学者提出的理论,一般将职业分为三种类型:

①按脑力劳动和体力劳动的性质、层次进行分类。这种分类方法把工作人员划分为白领和蓝领两大类。白领工作人员包括:专业性和技术性的工作、农场以外的经理和行政管理人員、销售人员、办公室人员。蓝领工作人员包括:手工艺及类似的工人、非运输性的技工、运输装置机工人、农场以外的工人、服务性行业工人。这种分类方法明显地表现出职业的等级性。

②按心理的个别差异进行分类。这种分类方法是根据美国著名的职业指导专家霍兰创立的“人格—职业”类型匹配理论,把人格类型划分为六种,即现实型、研究型、艺术型、社会型、企业型和常规型。与其相对应的即是六种职业类型。

③按各个职业的主要职责或“从事的工作”进行分类。这种分类方法较为普遍,以两种代表为例。其一是国际标准职业分类。国际标准职业分类把职业由粗至细分为四个层次,即8个大类、83个小类、284个细类、1506个职业项目,总共列出1881个职业。这种分类方法便于



提高国际间职业统计资料的可比性和国际交流。其二是加拿大《职业岗位分类词典》的分类。它把分属于国民经济中主要行业的职业划分为 23 个主类,主类下分 81 个子类、489 个细类、7200 多个职业。此种分类对每种职业都有定义,逐一说明了各种职业的内容及从业人员在普通教育程度、职业培训、能力倾向、兴趣、性格以及体质等方面的要求,有较大的参考价值。



就业宝库

国际标准职业 8 个大类分别是:

- ▶ 专家、技术人员及有关工作者
- ▶ 政府官员和企业经理
- ▶ 事务工作者和有关工作者
- ▶ 销售工作者
- ▶ 服务工作者
- ▶ 农业、牧业、林业工作者及渔民、猎人
- ▶ 生产和有关工作者、运输设备操作者和劳动者
- ▶ 不能按职业分类的劳动者

(2) 我国职业的分类

①按工作性质分类。根据 1999 年 5 月颁布的《中华人民共和国职业分类大典》,按工作性质,我国职业归为 8 个大类、66 个中类、413 个小类、1838 个细类(职业)。其中 8 个大类分别是:

第一大类:国家机关、党群组织、企事业单位负责人,其中包括 5 个中类、16 个小类、25 个细类。

第二大类:专业技术人员,其中包括 14 个中类、115 个小类、379 个细类。

第三大类:办事人员和有关人员,其中包括 4 个中类、12 个小类、45 个细类。

第四大类:商业、服务业人员,其中包括 8 个中类、43 个小类、147 个细类。

第五大类:农、林、牧、渔、水利业生产人员,其中包括 6 个中类、30 个小类、121 个细类。

第六大类:生产、运输设备操作人员及有关人员,其中包括 27 个中类、195 个小类、1119 个细类。

第七大类:军人,其中包括 1 个中类、1 个小类、1 个细类。

第八大类:不便分类的其他从业人员,其中包括 1 个中类、1 个小类、1 个细类。

②按产业分类。一般来说,产业的划分以劳动性质、作用和内容的同一性为标志,反映社会分工的发展水平,通常分为三大产业部门。

第一产业——农业,包括种植业、林业、畜牧业、渔业等。农业是国民经济的基础,是人类粮食和其他生活资料的来源,也是许多工业原料的提供者。

第二产业——工业、建筑业。工业包括冶金、煤炭、石油、机械、电子、纺织、化工、食品等,是采掘自然资源和对原材料进行加工的物质生产部门;建筑业则是从事建筑和安装工程施工的社会生产部门。第二产业是国民经济的支柱,其中工业在许多国家的国民经济中都起着主导作用。

第三产业——除第一、第二产业以外的流通和服务类产业部门。具体可分以下四个部门:

流通部门:包括交通运输业、邮电通讯业、商业、饮食业、物资供销和仓储业等。

为生产和生活服务的部门:包括金融、保险、房地产、公共事业、居民服务、旅游、咨询信息



服务业和各类技术服务业等。

为提高科学文化水平和居民素质服务的部门:包括教育、文化、广播电视业、科学研究事业、卫生、体育和社会福利事业等。

为社会公共需要服务的部门:包括国家机关、党政机关、社会团体以及军队和警察等。

③按经费来源分类。按经费来源的渠道不同,职业可分为行政事业单位和企业单位职业。行政事业单位的经费来源是国家财政,也就是说是由纳税人供养的,主要是为社会公共需要服务的;企业单位是自收自支,通过向市场提供产品和服务,等价交换取得收入,自求发展,同时还为国家创造税收。

④按主要付出劳动的性质分类。按付出劳动的性质不同,将职业分为以体力劳动为主的职业和以脑力劳动为主的职业。

5. 职业的发展趋势

科技进步给职业带来了巨大的冲击。未来将有许多全新的职业在人们面前出现,也将有许多传统的职业在职业世界里消失。比如,汽车工业的诞生,产生了汽车制造业、运输业和汽车修理业,而马车、人力车则被淘汰。总体来说,未来职业变化趋势主要体现在以下几个方面:

(1)社会职业结构的变化。包括体力劳动型、脑力劳动型、信息网络型以及劳动交叉型,使得职业结构发生根本性的变化。

(2)脑力劳动的比重上升。即使是体力劳动,在将来也必须有知识蕴涵其中。

(3)职业技能的要求逐渐提高。终身学习以求不断更新知识、提高技能,这将成为永恒的主题。

(4)职业模式趋于灵活和复杂。五天工作制、四天半工作制、朝九晚五、弹性工作制将不断出现,兼职、小时工、项目式工作、自由职业等正在出现。

(5)创业成为潮流。“自己做老板”,开创自己的事业已经成为一种潮流。



就业宝库

今天我们面临的职业世界的变化可以用一个字形容,那就是“快”。如果我们不能对它的变化趋势有一定的把握,那么,这对我们今后的职业选择与发展是不利的。据有关人士预测,我国未来一个时期比较有发展前景的职业主要集中在以下行业:

► IT(通讯)业,包含软件高级开发工程师、销售经理、横跨IT与新媒体行业的双栖人等职业

► 建筑、房地产业,包含建筑模型设计制作师、环境规划师、房产职业经理人等职业

► 服务业,包含心理咨询师、职业规划师、城市规划师、会展策划师、保健师等职业

► 社会保险业

► 智能机械业

► 生物工程与生物医药业

► 新材料开发与制造业

► 新能源开发业

.....



二、职业生涯

1. 职业生涯的含义

职业生涯又称职业计划,始于20世纪60年代,90年代从欧美传入中国。经过40多年的发展,虽然其内容不断丰富,但各国学者的观点至今尚难统一,尚无权威的定义。

美国著名职业问题专家萨帕认为,职业生涯是指一个人终生经历的所有职位的整体历程,是生活中多种事件的演进方向和历程,是个人独特的自我发展组型。中国台湾学者林幸台认为,职业生涯包括个人一生中所从事的工作,以及所担任的职务、角色,同时也涉及其他非工作或非职业的活动和个人生活中衣、食、住、行、娱乐各方面的活动与经验。韦伯斯特把“生涯”的外延进一步扩大。他指出,职业生涯是个人一生中职业、社会与人际关系的总称,即个人终生发展的历程。

总之,职业生涯是指一个人一生的工作经历,特别是职业、职位的变迁及工作理想的实现过程。简单地说,职业生涯就是一个人的职业经历。具体来讲,职业生涯是以人的心理开发、生理开发、智力开发、技能开发、伦理开发等潜能开发为基础,以工作内容的确定和变化,工作业绩的评价,工资待遇、职称、职务的变动为标志,以满足需求为目标的工作经历和内心体验的过程。

职业生涯是一个发展的概念,是一个动态的过程。一个人可以一生只从事一种职业,持续而稳定地在该岗位上晋升、增值;也可以根据个人的兴趣、能力、价值观以及工作环境的变化而经历不同的职业甚至行业。

职业生涯对于个人发展的意义十分重大——拥有一份工作是重要的,但更重要的是要拥有一份适合自己的工作。拥有一份有成就感和自我实现感的职业是生活幸福、个人充分发展的重要基础。个人职业的成功需要我们每个人认真规划。

2. 职业生涯的分类

职业生涯可分为内职业生涯和外职业生涯。内职业生涯是指从事一项职业时所需具备的知识、观念、心理素质、经验、能力、身体健康、内心感受等因素的组合及其变化过程。内职业生涯的各项因素主要靠自己的努力追求而取得,且一旦取得,别人便不能收回或剥夺。而外职业生涯是指从事职业时的工作单位、地点、内容、职务与职称、环境和工资待遇等因素的组合及其变化过程。其构成因素通常由别人认可和给予,也容易被别人否认和收回。

有的人一生疲于追求外职业生涯的成功,结果只能是使内心更痛苦。当得不到外职业生涯的成果时,他们会抱怨上级、抱怨同事、抱怨父母、抱怨老师。因为他们不了解,外职业生涯发展是以内职业生涯发展为前提条件的。内职业生涯因素匮乏的人,总是担心自己找不到好工作,找到工作后担心自己不能胜任,完成任务后又担心自己不能晋升,担心未来没有保证。企业遇到危机时担心下岗名单中会有自己的名字,担心企业被别人吞并。在企业发展顺利时,对外职业生涯的条件稍不满意就会跳槽。而内职业生涯因素丰富的人,则把关注点放在观念、知识更新上,放在经验、能力提升上,他们努力抓住每一次发展机会,并积极主动地为自己创造机会、为别人创造机会。他们不会为了寻找更好的主人和待遇而跳槽,他们是在做好本职工作的基础上为了发展而跳槽。

《易经》上讲“形而上者谓之道,形而下者谓之器”,对于大学生来说,注重才能的积累远比



注重薪水的多少更重要,因为它是每个人最厚重的生存资本。内职业生涯在人的职业生涯成功乃至人生成功中具有关键性的作用。对于尚未毕业的大学生,或者刚刚参加工作的新员工,一定要把焦点放在内职业生涯的树根上,让自己的“树根”逐渐越长越深,吸收更多的营养和水分,职业生涯之树才会长出更多的枝芽和花蕾,结出丰硕的果实。

3. 职业生涯的特征

(1)独特性。每个人的职业生涯是不同的。职业有一定的种类,“我”与别人可能有相同的职业,也可能有相同的职业发展轨迹。但“职业生涯”只存在于“我”追求它的过程之中,职业生涯的过程就是“我”这个主体发展的过程。

(2)发展性。职业生涯是一个不断发展的过程。工作有完成和终结的时候,但职业生涯是一个不断发展的过程,你的任何职业生涯经验都会影响到下一步发展。

(3)终身性。职业生涯的发展贯穿每个人的一生。尽管职业生活不会占据一个人的全部生命,但职业生涯的发展却是终身性的。

4. 职业生涯的影响因素

职业生涯是个体发展的基础,又是个体发展的历程体现。显然,每个人的职业生涯都要受其教育、性格、家庭、性别、健康状况以及社会环境等因素的影响。

(1)教育的影响。教育是赋予个体才能,塑造个体人格,造就个体基本素质的社会活动。一个人通过教育或培训,形成自己特有的知识结构和能力,对其整个职业生涯有着重大影响。首先,所受教育程度的不同,对职业的选择有着不同的影响。一般而言,具有较高教育水平的人,在职业选择上有其一定的优势,即使工作不尽如人意,其流动能力也较强。因此,教育程度影响着个体职业生涯的开端以及职业生涯的发展。其次,所学专业及专业水平,对职业生涯起着决定性作用。专业水平较高,往往能得到更多的机会,使其在职业生涯发展中居于主动。再次,不同等级的教育,所学的不同科类,以及在不同的院校接受教育,也会影响到个体职业生涯的发展。

(2)性格的影响。性格与一个人的职业生涯有极大的相关性。因为只有从事与自己性格相符的工作,才能使自己充分施展才华,全身心地投入工作,取得好成绩。反之,如果从事与自己性格不相符的工作,纵有万般才能也难以发挥。

(3)家庭的影响。家庭是人生的第一所学校,个体从中所受到的潜移默化对职业生涯影响也是很重大的。人从幼年起,就耳濡目染地受家庭、父母的影响,导致形成与家庭成员类似的价值观和行为模式。即使在选择职业生涯发展道路时,也会受到家庭一定的干预或影响,这些都对个体的职业生涯产生很大影响。

(4)社会环境的影响。首先,社会经济、政治、文化的大环境影响着个体职业的定位以及职业生涯道路与策略的选择;其次,工作组织中的人力资源观念、管理者的水平及管理措施等,也是影响个体职业生涯的重要因素。

除此以外,个体的健康状况、性别差异等也是职业生涯的影响因素。

5. 职业生涯的意义

(1) 职业生涯是满足人生需求的重要手段

现代人的大部分时间是在社会组织中度过的,而且我们的大部分人生需求都要通过职业生涯来满足。作为个人生命中投入时间和精力最多的人生组成部分,职业生涯使我们体验到



爱与被爱的幸福,以及受人尊敬、享受美和成就感的快乐。相对而言,人的素质愈高,精神需求就愈高,对职业生涯的期望也就愈大。

(2) 职业生涯是促进人的全面发展的重要手段

随着生活水平的提高,人们的自我意识逐步增强。人们在渴望拥有健康、丰富的知识、能力、良好的人际关系的同时,也渴望在事业上有所建树,并享受幸福和谐的家庭生活和丰富多彩的休闲时光。我们追求成功的职业生涯,最终就是要获得个人的全面发展。

6. 职业生涯的五个阶段

每个人的职业生涯都有所不同,很难对其划出准确的阶段。但参考专家学者对职业生涯的阶段划分,一般可分为五个阶段。

第一阶段——“技能准备期”(16~23岁):这一阶段是进行学习、教育、训练的阶段。如果读完大学后继续深造,这一时期可能还会延长至30岁左右。

第二阶段——“见习学习期”(23~29岁):这一阶段主要是进工厂、公司实习或工作刚开始的时期。这段时期里,尝试各种行业、工作都应以适合自己的发展为标准。一些人力资源专家认为,年轻人应该注重经验的积累,选择自己认同的企业“沉淀”下去,应避免频繁地跳槽。

第三阶段——“职业发展期”(29~40岁):这个时期里,一般在工作技能、社会经验上都已经日趋成熟。但值得注意的是,一定要重视社会上存在的“35岁现象”。既不要害怕35岁以后的麻烦,也不能无视残酷的现实,尽早在35岁前练就一身本领或一技之长。

第四阶段——“个人创业时期与成熟期”(40~59岁):在这个时期里应完成人生职业生涯的“三部曲”。第一部曲即“帮成功的企业或老板”做事,积累一定的经验、资金;第二部曲即“谋求与成功的人士、企业合作”,为创业做准备;第三部曲是“找比自己更成功的人士、企业”来替自己做事,凭借人生阅历、技能才干、职业经验、成功与失败的体会,更重要的是资本的积蓄来开创自己的事业。

第五阶段——“退休期”(60岁以上):这一阶段,人生的职业生涯开始逐渐落幕。越来越淡泊功利,更注重情操的陶冶,比较热心参加公益活动。当然,也有越来越多的老年人“老当益壮”,继续活跃在职场上“发挥余热”。



互动话题

孔子曰:“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,七十从心所欲不逾矩。”请同学们仔细分析这段话,孔子把人生划分为几个阶段?每个阶段的主要特征是什么?

三、职业理想

能够有一个成功的职业生涯是每个人的梦想。在人的一生中,职业不仅是获取报酬、维持生存的手段,还提供了发展自己、实现自我价值的机会,同时也筑造了为社会做贡献、实现人生抱负的平台。职业生涯是实现人生理想、获得成功的关键因素,而理想是人们实现自我价值的愿望,是人生奋斗的目标,是人生旅途的指路明灯。