



全国优秀畅销书

Career Management
3rd edition

职业生涯管理

第三版

姚裕群 曹大友 ◎ 主编

石永昌 孔冬 李从国 ◎ 副主编

本书力图反映职业生涯管理理论和实践的全貌，共分为四篇：职业生涯原理、职业生涯规划、个人职业生涯管理、组织职业生涯管理。书中内容结构和相关栏目的设计突出职业生涯学科知识的系统性和人力资源管理、社会职场层面的特色，有助于学生加深对职业生涯管理的理解与掌握，也为企业的人力资源管理实践提供有针对性和可操作性的指导。本书既适合作为人力资源管理专业教学用书和大学生职业规划指导教材，也可作为企业人力资源工作者的参考书。



21世纪高等院校
人力资源管理精品教材

Elaborate Textbooks on HRM

全国优秀畅销书

Career Management

3rd edition



职业生涯管理

第三版

姚裕群 曹大友 ○ 主编

石永昌 孔冬 李从国 ○ 副主编

© 姚裕群 曹大友 2015

图书在版编目 (CIP) 数据

职业生涯管理 / 姚裕群, 曹大友主编. —3 版. —大连: 东北财经大学出版社, 2015. 2

(21 世纪高等院校人力资源管理精品教材)

ISBN 978-7-5654-1827-3

I. 职… II. ①姚… ②曹… III. 大学生-职业选择-高等学校-教材 IV. G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 019029 号

东北财经大学出版社出版

(大连市黑石礁尖山街 217 号 邮政编码 116025)

教学支持: (0411) 84710309

营 销 部: (0411) 84710711

总 编 室: (0411) 84710523

网 址: <http://www.dufep.cn>

读者信箱: dufep@dufe.edu.cn

大连图腾彩色印刷有限公司印刷 东北财经大学出版社发行

幅面尺寸: 185mm×260mm 字数: 460 千字 印张: 21 插页: 1
2015 年 2 月第 3 版 2015 年 2 月第 7 次印刷

责任编辑: 石真珍

责任校对: 田丽洁

封面设计: 冀贵收

版式设计: 钟福建

定价: 36.00 元

总 序

改革开放以来，我国经济和社会发展取得了举世瞩目的巨大成就。从人力资源开发的角度来看，我国改革开放的一切成就无不得益于人性解放所爆发出的社会与经济能量。正是在市场经济条件下，人力资源向人力资本转化并不断积聚和集中，从而形成巨大的物质力量，推动了中国经济社会的强劲发展。确立建设人力资源强国战略和持续投入人力资本，是进一步推动国家发展、社会进步、人民生活水平提高的不竭动力。纵观历史，劳动力转化为商品、人力资源转化为人力资本的当代，是人类历史上最为辉煌的时代。从世界范围来看，所有发达国家都高度重视人力资本的投入，发展最快的发展中国家都处在人力资源利用效率最高的历史时期。展望未来 30 年，世界经济的竞争将是人力资本的较量，支撑中国和平崛起的根本动力是人力资源开发所释放出来的巨大能量。

新中国成立 60 年尤其是改革开放 30 年的历史，是一部转变人的分工角色、社会身份的历史，是不断解放人的思想、调整分配关系、提高人力资源利用效率的历史。因此，无论是短期设计还是从长计议，都必须深入贯彻以人为本的发展观，大幅度提高社会保障度，大幅度提高劳动者的工资，积极转变人们的社会身份，把世界上最丰富的人力资源转化为人力资本，迅速增加人力资本的存量和总量，大力推进人力资源管理向人力资本经营转化。显然，人力资源开发与管理的理论研究和实际应用，是一项充满挑战和希望的伟大事业；建立具有中国特色、与国际接轨的人力资源开发与管理体制，是我们追求的宏大目标。

目前，我国高水平的人力资源管理专业人才与经济社会发展的需要之间存在很大缺口，编撰一套好的教材是推进人力资源管理专业发展和提升我国人力资源开发与管理水平的需要。为此，东北财经大学出版社组织多所知名高校人力资源管理专业的资深教师，联合打造了“21 世纪高等院校人力资源管理精品教材”。本系列中各本书的主编均为学有成就的教授和博士生导师，他们丰硕的科研成果和教学经验，足以保证这套教材达到精品水平。

有优秀作者的大力支持，有策划者的努力付出，有良好的财经教育出版平台，相信本套教材的出版能创造很好的社会价值，对我国人力资源管理实践的发展、人力资源管理学科的发展和人力资源管理专业人才的培养产生积极的作用。

中国人力资源开发研究会 会长



第三版前言

2014 年——中国经济社会发展历史长河中相当特殊并且非常重要的一年。年末盘点，我们看到：

2014 年是中国经济大力推进、成就显赫的一年，但又是总体形势依然严峻的一年，年末降息又将启动新一轮的经济刺激。

2014 年是中国高度重视宪法地位和大力推动综合体制改革的一年。中国共产党第十八次全国代表大会后设立了“国家宪法日”这个神圣日子，一系列改革文件出台，尤其是重手打击贪腐的“老虎”、“苍蝇”，反腐倡廉工作方兴未艾。

2014 年是中国对外展示中国发展成果与国力国威、展示友谊与合作共赢的一年，在北京举办 APEC 会议，重要国家领导人聚首共商发展大计，我国的高铁、核电“出口”在推进。

.....

总之，2014 年是中国充满压力和挑战，但也是具有诸多成果和机遇，更让我们对日后的进步充满期待的一年。2014 年经济社会的迅速发展和结构调整，给我们创造了数量巨大的经济需求和职场机会。随着经济社会的持续发展和进一步全球化，我们将创造长期的、更好的职业发展前景。

笔者致力于就业、职业和人力资源学科的研究与教学已经 30 多年，社会越发展，越显现出这门学科的重要性。在东北财经大学出版社的支持下，这本《职业生涯管理》一书顺利出版，在 2014 这一重要年头，我们又进行了第三版的精心修订。自己的书就像自己的孩子，总愿意她成长得更好。

本书在我国当前众多的职业生涯教材中，突出职业生涯学科知识的系统性和人力资源管理、社会职场层面的特色，她不仅是各高校人力资源管理等专业使用的一门重要专业课教材，也因为有着较多有关大学生就业后的职场适应、不同职业（技术或管理）的发展路径、用人单位对员工的管理、用人单位的职业生涯规划工作等方面的内容，能够让读者更广泛和深入地了解职场知识，学习有关方法，因而对其他专业的师生来说，也是一本有着突出特色和很高实用价值的“大学生职业生涯管理”类必修课的教材。此外，本书还可以供人力资源工作者和一般职场人士就职业生涯发展与管理问题学习和参考。

本书由中国人民大学劳动人事学院姚裕群教授、西南政法大学管理学院曹大友教授担任主编，石永昌、孔冬、李从国担任副主编。本书具体的写作分工如下：姚裕群编写第 1、2、3、6、7、9、10、13、14 章；石永昌、吴现波编写第 4、8 章；刘婷、周小舟编写第 5 章；李从国编写第 11、12 章；张项民编写第 15 章；曹大友、邓上、陈晨、肖明发编写第 16、17 章；孔冬、郭如平、周小舟编写第 18 章。衷心感谢各位作者的支持和大力合作。

希望各位读者对本书多提意见、建议和要求，帮助我们进一步完善本书，有关意见和建议可发至电子邮箱 yaomen2010@163.com。

最后，祝愿大学生们今天学业出色、明天职场出色；祝愿老师们教学工作出色、学术发展出色；祝愿人力资源管理工作者和所有职场人士工作出色、职业生涯发展也出色。

姚裕群

2015年1月于北京

目 录

第一篇 职业生涯原理

第 1 章	职业基本范畴/2
-------	----------

- 学习目标/2
- 引例 小刚的疑惑/2
- 1.1 职业的内涵/3
- 1.2 职业岗位/7
- 1.3 市场经济与职业/10
- 1.4 职业生涯基本分析/16
- 1.5 不同职业人士的职业生涯/19
- 本章小结/21
- 复习思考题/22
- 案例分析题/22
- 推荐阅读资料/24
- 网上资源/24

第 2 章	社会职业/25
-------	---------

- 学习目标/25
- 引例 2014 年：若干热门行业与职业/25
- 2.1 社会产业部门/26
- 2.2 社会用人单位/28
- 2.3 社会就业制度/31
- 2.4 社会职业的进入/31
- 2.5 社会的职业管理制度/33
- 本章小结/36
- 复习思考题/36
- 案例分析题/36
- 推荐阅读资料/38
- 网上资源/38

第3章

职业生涯规划与管理理论/39

学习目标/39

引例 史玉柱的创业史/39

3.1 职业生涯规划认知理论/41

3.2 职业发展理论/42

3.3 职业匹配理论/45

3.4 职业周期理论/49

3.5 施恩的职业生涯系留理论/54

本章小结/57

复习思考题/57

案例分析题/57

推荐阅读资料/59

网上资源/59

第二篇 职业生涯规划

第4章

职业生涯规划的基本内容/62

学习目标/62

引例 余波的职业遭遇/62

4.1 职业生涯规划的范畴/63

4.2 职业生涯规划的原则与方法/65

4.3 职业生涯规划的模式与步骤/68

本章小结/75

复习思考题/75

案例分析题/75

推荐阅读资料/77

网上资源/77

第5章

职业生涯发展的个人素质/78

学习目标/78

引例 小胡的成长/78

5.1 个人职业生涯素质总析/78

5.2 能力素质分析/80

5.3 个性人格素质分析/83

- 5.4 品德素质分析/86
- 5.5 职业生涯素质的测试/88
- 本章小结/93
- 复习思考题/93
- 案例分析题/93
- 推荐阅读资料/94
- 网上资源/95

第6章

职业生涯发展的社会条件/96

- 学习目标/96
- 引例 大学生村官/96
- 6.1 职业生涯发展的宏观背景/97
- 6.2 职业生涯发展的行业环境/101
- 6.3 职业生涯发展的组织氛围/104
- 本章小结/106
- 复习思考题/106
- 案例分析题/106
- 推荐阅读资料/107
- 网上资源/107

第7章

职业生涯目标/108

- 学习目标/108
- 引例 成功的职业生涯设计/108
- 7.1 影响职业生涯目标的因素/108
- 7.2 职业生涯目标的设定/112
- 7.3 职业生涯目标的调整/114
- 本章小结/116
- 复习思考题/117
- 案例分析题/117
- 推荐阅读资料/119
- 网上资源/119

第三篇 个人职业生涯规划

第8章

职业生涯规划/122

学习目标/122

引例 一种选择决定一种生活/122

8.1 职业生涯规划基本分析/123

8.2 职业生涯规划过程/127

8.3 有效的职业生涯规划/131

本章小结/135

复习思考题/135

案例分析题/135

推荐阅读资料/136

网上资源/137

第9章

职业选择/138

学习目标/138

引例 寻找比我们更出色的人/138

9.1 职业选择基本分析/139

9.2 职业选择的要素/141

9.3 职业选择的原则/145

9.4 职业选择的决策/148

本章小结/151

复习思考题/151

案例分析题/152

推荐阅读资料/154

网上资源/154

第10章

求职方略/155

学习目标/155

引例 简历很重要/155

10.1 职业信息的把握方略/155

10.2 求职单位的筛选方略/160

10.3 求职活动的实施方略/160

本章小结/163

复习思考题/163
案例分析题/163
推荐阅读资料/164
网上资源/164

第 11 章**求职应试/165**

学习目标/165
引例 面试要讲求技巧/165
11.1 笔试/165
11.2 面试/187
11.3 职业资格考试/198
本章小结/204
复习思考题/204
案例分析题/204
推荐阅读资料/205
网上资源/205

第 12 章**职业适应/206**

学习目标/206
引例 从象牙塔走向就业/206
12.1 职场与职业人/207
12.2 职业适应问题分析/211
12.3 职业适应的途径/213
12.4 建立良好的人际关系/217
12.5 认识和克服职业挫折/218
本章小结/223
复习思考题/223
案例分析题/223
推荐阅读资料/224
网上资源/224

第四篇 组织职业生涯管理**第 13 章****组织与员工/226**

学习目标/226

引例 组织结构扁平化/226

13.1 组织分析/227

13.2 组织中的“人”/230

本章小结/238

复习思考题/239

案例分析题/239

推荐阅读资料/240

网上资源/241

第 14 章

组织职业生涯管理的内容/242

学习目标/242

引例 草原兴发集团员工的职业生涯规划/242

14.1 组织职业生涯管理的思路/243

14.2 员工在组织中的发展/245

14.3 组织中的职业生涯通道/246

14.4 组织的分时期职业生涯管理/250

本章小结/252

复习思考题/253

案例分析题/253

推荐阅读资料/255

网上资源/256

第 15 章

组织职业生涯管理的实施/257

学习目标/257

引例 惠普的员工自我评估/257

15.1 组织职业生涯管理的影响因素/258

15.2 组织职业生涯管理的原则/261

15.3 组织职业生涯管理的内容/263

15.4 组织职业生涯管理的途径/270

15.5 组织职业生涯管理的参与者/272

本章小结/275

复习思考题/276

案例分析题/276

推荐阅读资料/277

网上资源/277

第 16 章

管理人员的职业生涯管理/278

学习目标/278

引例 从管理实习生到行长/278

16.1 管理人员职业生涯管理概述/279

16.2 基层管理者的职业生涯管理/281

16.3 经理人的职业生涯管理/286

16.4 新进管理人员的早期职业生涯管理/292

本章小结/295

复习思考题/295

案例分析题/295

推荐阅读资料/296

网上资源/296

第 17 章

技术人员的职业生涯管理/297

学习目标/297

引例 张雅的两难问题/297

17.1 技术人员职业概述/297

17.2 技术人员的职业生涯规划/299

17.3 技术人员的职业生涯管理/303

本章小结/307

复习思考题/308

案例分析题/308

推荐阅读资料/309

网上资源/309

第 18 章

员工素质提升与职业生涯开发/310

学习目标/310

引例 海立集团员工的发展/310

18.1 员工素质提升概述/311

18.2 员工培训概述/312

18.3 生涯导向的员工培训/316

本章小结/320

复习思考题/320

案例分析题/320

推荐阅读资料/322

网上资源/322

第一篇 职业生涯原理

第 1 章 职业基本范畴

第 2 章 社会职业

第 3 章 职业生涯与管理理论

第1章

职业基本范畴

学习目标

- ✓重点掌握职业的概念和定义以及职业的特点;
- ✓掌握职业需求的来源——用人单位的招收要求;
- ✓理解职业对于个人的功能以及职业对组织和社会的功能;
- ✓了解社会需求是职业岗位的来源和市场经济环境下的职业体制;
- ✓了解职业生涯的含义与特点;
- ✓了解影响职业生涯的各种因素;
- ✓理解和掌握霍尔关于各生涯阶段的任务和社会情感需求的内容;
- ✓了解几种常见职业阶层不同的职业生涯发展模式。

引例

小刚的疑惑

小刚本科学的是会计专业，大学期间，他的成绩一直很好。大学毕业的时候，和其他同学的想法一样，他认为应该找一份与专业对口的工作，否则大学4年就白学了，而且他在网上做过一个“测测你适合什么样的职业”的测试，最后结果是他适合从事会计这个职业。但是，从心底来说，小刚认为自己并不适合做会计，而且他对将来从事会计这个职业也不是很感兴趣，他认为自己其实更愿意从事销售方面的工作，做市场开拓。于是带着迷茫，他在某职业规划论坛上发了一个帖子，请教该论坛上一位资深的职业规划顾问：“在大学里学一个专业，4年下来，是否性格与天赋会有被定向培养成为适合那个专业的痕迹？比如，我本来不适合做会计的，但学了几年会计后，做一些心理测试，居然会有做会计的能力。”

该资深职业规划顾问给他的回答是：“首先，这些测试设计不合理；其次，要正确理解职业不适合的含义。”假如职业规划师说你不适合做会计，尽管你是学会计的，并不是说你一点都不具备做会计的能力。其实你可能已具备了一定的做会计的能力，假如你去做，也不是说一定会做不来。

不适合代表了两层意思：

(1) 这个职业不是很能发挥你的优势，这里指的是天生优势——性格和天赋，不是指后天的（如学的专业），你从事这个职业不能很快地成长和发展，同时也意味着你与其他人竞争时没有最重要的优势——天生优势。

(2) 你从事这个职业的工作满足感不高，就是说，你很可能做了一段时期后会不喜欢，感到厌倦甚至痛苦。

得到职业规划顾问的回答之后，小刚自己也认真地思考了很多，而且看了很多关于职业规划方面的书籍，正确地认识到了选择一个好职业的重要性，知道了如何确定自己的职业方向，最后在走上工作岗位的时候，得到了老板的赏识，成功地担任了华北区域经理。

资料来源 成功职业指导中心·职业规划师答疑：工作是否应该专业对口？[EB/OL]．[2015-01-06]．<http://www.ienjoyjob.com/anli36.htm>．

小刚是如何确定自己的职业方向的呢？我们在做职业规划之前首先应该了解的知识有哪些？

1.1 职业的内涵

1.1.1 职业的概念

1. 职业的内涵

摆在人们面前的社会职业是一个范围极广的领域，对于“职业”一词的含义，学者们有着不同的看法。

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连续从事的具有市场价值的特殊活动。这种活动决定着从业者的社会地位。美国著名哲学家、教育家杜威认为，职业是人们从中可以得到利益的一种“生活活动”。社会学对此也提出，职业是人的一种“资源”。

塞尔兹指出，职业范畴的构成包括三个要件，即技术性、经济性和社会性。日本学者保谷六郎进一步指出，职业的特性包括：（1）经济性，即从中取得收入；（2）技术性，即可发挥个人才能与专长；（3）社会性，即承担社会的生产任务（社会分工），履行公民义务；（4）伦理性，即符合社会需要，为社会提供有用的服务；（5）连续性，即所从事的劳动相对稳定，是非中断性的。

2. 职业定义

从词义学的角度分析，“职业”一词是由“职”与“业”二字构成。所谓“职”，包含着社会职责、天职、权利与义务的意思；所谓“业”，包含着从事业务、事业、事情、独特性工作的意思（有的学者用“职是责任、业是业务”这样一句话来反映“职业”一词的内涵）。可以说，“职业”在这里反映着个人与社会两个方面的内容，是一个个人与社会互动的范畴。

从科学的角度看，职业是指人们从事的相对稳定的、有收入的、专门类别的工作。它是对人们的经济状况、文化水平、行为模式、生活方式以及思想情操的综合反映，也是一个人的权利、义务、社会职责和社会地位的综合表现。由此也可以说，职业是人的社会角色的一个极为重要的方面。

1.1.2 职业的特点

对职业范畴进一步分析，可以看出，它具有以下特点：