



大学生职业生涯规划

给自己做订单培养

GEI ZI JI ZUO DING DAN PEI YANG

——规划你自己

娄季春 编著

西安地图出版社

大学生职业生涯规划：

给自己做订单培养 ——规划你自己

娄季春 编著

西安地图出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生职业生涯规划：给自己做订单培养——规划你自己/
娄季春编著. —西安：西安地图出版社，2007. 11

ISBN 987-7-80748-165-2

I. 大… II. 娄… III. 大学生—职业选择 IV. G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 149228 号

大学生职业生涯规划：

给自己做订单培养

——规划你自己

娄季春 编著

西安地图出版社出版发行

(西安市友谊路 334 号 邮政编码：710054)

新华书店经销 中国电子科技集团公司第二十二研究所印刷厂印刷

850 毫米×1168 毫米 1/32 开本 8.25 印张 220 千字

2007 年 11 月第 1 版 2007 年 11 月第 1 次印刷

印数 0001-1500

ISBN 978-7-80748-165-2

定价：21.00 元

前 言

一个人就是一个公司,你自己如何来经营管理? 一个人就是一件“产品”,你自己如何来营销? 一个人的事业就是一个项目,你自己如何来运作? 规划,规划,规划!

是的,职业规划是实现你职业梦想的金钥匙!

哈佛大学的爱德华·班菲德博士对美国社会进步动力的研究发现,那些成功的人往往都是有长期时间观念的人。他们在做每天、每周、每月活动规划时,都会用长期的观点去考虑。他们会规划五年、十年,甚至二十年的未来计划。他们分配资源或做决策都是基于他们预期自己在几年后的地位而定。

大学生在为找不到工作而抱怨就业“难”,企业则为招不到合适的大学生而抱怨招工“难”。《给自己做订单培养——规划你自己》,是在社会主义市场经济条件下,高等教育从精英教育向大众教育转化的过程中提出的,解决大学生就业“难”的一项重要举措。现在的大学生不再是皇帝的女儿不愁嫁了,不再是天之“骄子”了。本书运用李嘉图的比较优势理论、社会需求理论、目标管理理论、马斯洛的层次需要理论、职业生涯发展阶段理论等,从经济学、管理学的视角,对大学生的职业生涯规划进行了研究。

《给自己做订单培养——规划你自己》以培养大学生思考问题、解决问题能力为指导思想,将大学生解决问题能力的培养放在了突出地位。自己给自己提问题,自己来解决问题;让他人给自己提问题,由自己来解决等等;从现实生活中自己提炼问题,由自己来解决问题;他人经常遇到的问题,由自己试着来解决等等。如果这些问题你都能解决,你就业的把握就更大了。什么是解决问题的能力? 你掌握的东西比别人多,对某个领域有更深刻的认识,你在这个领域就

会有更多的发言权,那么你在这个领域就有了智慧,就有了解决问题的能力。

本书以一贯之两个理念,一是个人是自己最宝贵的资源,也是最重要的资源;二是如果说有上帝的话,那么自己是自己的“上帝”。从资源管理及开发的视角,来审视大学生的职业生涯规划,把个人自身的开发作为一个公司去经营管理,富有时代气息。什么样的待遇算合适?有的大学生找工作一味地看待遇,其实现在的企业是最实际的,你所创造的价值与待遇有着直接的联系,你若有能力,月薪10000元也不多,你若没有能力,月薪800元也没人要。

同时,本书凸现了两个作用,一是大学生自己在职业规划管理中的主导作用,从某种程度上来讲大学生就业有点像吃自助餐,进什么样的自助餐厅完全是个人的行为,选择什么样的食品也是个人行为;二是突出大学生的主观能动性在职业生涯规划中的作用,影响大学生就业“难”的因素有多方面的,社会、高校、学生自己等,但大学生自己是内因,个人因素是第一位的。

本书将知识点按内在的逻辑关系整合成相对独立的知识单元,更具有可读性、可操作性。在框架的安排上本书按照确立目标——做好规划——寻找方法——提升能力——掌握技巧——成功就业的主线层层推进,思路清晰,逻辑性强,很具有实战性,对高等院校的大学生具有积极的指导意义。

规划精彩人生,打造锦绣前程,《给自己做订单培养——规划你自己》将为你实现职业理想,插上腾飞的翅膀。

本书在编写过程中参考了有关教材、专著、文章和网上信息,在这里一并向他们致以真诚的感谢。

本书的编写也得到了同事与朋友的大力支持。在此我特别感谢我的朋友侯存敏、尚德峰老师给本书提出了许多宝贵意见,使我受益匪浅;也十分感谢我的同事刘新芬、杨钧、杨玉萍、黄远伟、宋艳华、赵楠等各位老师,他们为本书提供了大量的素材;我还要感谢我的朋友李文章兄长,他始终不渝地对我关心、理解与支持。

感谢西安地图出版社的王兴华编辑,他为本书的编辑与出版做了大量的工作。

衷心希望本书能为大学生的职业生涯规划提供思路与方法,为大学生成功实现自己的职业梦想提供一点帮助。

由于个人水平有限,书中不足之处仍在所难免,在此真诚地期待读者、专家、学者给予批评指正。

娄季春

2007 年 10 月于新乡学院管理系

目 录

绪 论	1
第一章 确立自己的职业生涯目标	9
一、今天的生活是昨天的选择	12
二、目标选择让你走向成功	14
三、掌握职业目标选择的方法	18
四、把握今天,选择好自己的职业目标	28
五、拓展训练	34
第二章 制订自己的职业生涯规划	37
一、职业生涯规划的理论	39
二、成功人士的职业生涯规划	45
三、大学生职业生涯规划的内容	47
四、大学生职业生涯规划存在的问题及原因	53
五、大学生职业生涯规划的方法	56
六、拓展训练	62
第三章 选择自己职业生涯目标的实施策略	65
一、目标分解策略	68
二、抓住机遇策略	75
三、情商修炼策略	79
四、营销策略	84
五、情商测试	86
六、拓展训练	90
第四章 提升自己职场竞争的能力	91
一、企业企盼什么样的大学生?	93
二、竞争力的基础素质修炼	97

三、竞争力的基本技能修炼	99
四、竞争力的品牌修炼	102
五、竞争力的创业能力修炼	108
六、其他方法修炼	112
七、拓展训练	114
第五章 掌握自己职场应聘的技巧	119
一、应聘信息获取的技巧	121
二、职场应聘前准备的技巧	124
三、应聘礼仪的技巧	129
四、应聘回答问题的技巧	134
五、常见的面试方法	141
六、权益保护的技巧	145
七、预防求职中的陷阱	146
八、拓展训练	148
第六章 遵循职场成功的法则	153
一、树立从基层做起的心态	155
二、从集中精力做好第一件事开始,做好每件事,提升自己做事的信心	159
三、不怕困难勇于承担责任,提升自己做事的勇气	162
四、沟通让你走向成功,赢得同事的信任	164
五、工作主动,认真负责,赢得部门主管的信任	166
六、珍惜岗位,忠诚自己的事业、企业,赢得老板的信任	168
七、低调做人,高标准做事,构建自己和谐的工作氛围	171
八、人品比能力更重要	173
九、积极开展研究性工作	175
十、理智跳槽	179
十一、拓展训练	181
第七章 大学生职业生涯规划范例	183

附录:大学生就业相关的法律与法规

- 附录一:中华人民共和国劳动法 203
- 附录二:中华人民共和国合同法 218
- 附录三:普通高等学校毕业生就业工作暂行规定 236
- 附录四:国家有关大学生就业政策 246

绪 论

如果有人问,你愿意快乐工作吗?我想每个人都可以做出肯定的回答;如果有人再问,你如何去实现自己快乐工作的目标?我想不是每个人都能回答上来的。

快乐工作已经成为每一个职业人士的追求目标,也是每一个成功企业的奋斗目标。但仅有快乐工作是远远不够的,还要有快乐生活,但没有快乐工作是很难实现快乐生活的。对当代的大学生来说,要实现自己快乐工作的目标,有几个问题你不能不知道。

一、大学生就业的形势

从总体上看,我国人口与人力资源严重供过于求。^①我国目前人口达到 13 亿人,人力资源数量已达到 8 亿人,2010 年人力资源将达到 8.7 亿人,2020 年人力资源将达到 9 亿人,比现在净增 1 亿多人。据国家有关部门的数据,我国的农村剩余劳动力有 1.5 亿人,需要在一定时期内转移。

而就业需求则相对缓慢。在 20 世纪 80 年代,我国 GDP(国内生产总值)每增加 1%,平均可以增加 200 万个就业机会;进入 90 年代,经济每增长 1%,却仅能提供 80 万个就业机会。众所周知,我国的经济增长率将在若干年内维持在 8%左右的水平,因此从近期的角度看,就业需求的增长极其缓慢,无法满足如此巨大的就业供给。下面有几个权威部门的统计数字更能说明一些问题。

^① 姚裕群主编,《人力资源开发与管理概论》,北京:高等教育出版社,2005.12:121—122.

1. 教育部就业统计:2000 年大学毕业生 107 万人,就业率 82%;2001 年大学毕业生 115 万人,就业率 90%;2002 年大学毕业生 145 万人,就业率 80%;2003 年大学毕业生 212 万人,就业率 81%;2004 年大学毕业生 280 万人,就业率 73%;2005 年大学毕业生 338 万人,截止到 9 月 1 日,就业率为 72.6%,其中研究生就业率为 91.9%,本科生 81.7%,高职高专生 62.1%。^②

2006 年,河南省有 22 万名高校毕业生,比 2005 年增加了 30%,而用人需求却比 2005 年减少了近 22%。

这种就业形势还存在两个隐患:

一是满意率。2006 年 11 月 8 日,中国大学生就业高峰论坛的一项数据表明,2005 年大学生就业满意率为 60%。

二是虚假度。《半月谈》记者从江西省政府办公厅获得的数据显示,2004 年江西省教育厅就业办发现虚假就业 3005 人次,占毕业生总数的 3.72%;2005 年发现虚假就业 4752 人次,占毕业生总数的 4.08%。这是目前在全国范围内唯一被披露的高校就业率的打假数据。

2. 劳动保障部的就业统计:据劳动保障部数据显示,2005 年城镇需要安排就业的人数多达 2400 万人,而现有条件下,能够安排的只有 1000 多万,缺口在 1400 万左右。2006 年 5 月 19 日,国家劳动和社会保障部相关人士接受《中国经济周刊》采访时称:“高校毕业生、城镇新增劳动力、农村转移劳动力、下岗职工、退役军人……种种因素使就业刚性矛盾仍然突出,劳动力总量增加以及产能过剩、贸易摩擦等原因,即将到来的第三次就业高峰形势严峻,有可能超过前两次”。

3. 中国社科院和国家信息中心预测显示:“十一五”期间每年城镇新增劳动力在 500 万到 550 万之间。如果农村每年的城市化水平提高 1%,就要转移 50 万至 55 万劳动力,加上往年失业的人口,“十

^② www. CnKy. Net.

一五”期间可能有四五千万劳动力需要就业。

二、大学生的知识、能力距就业要求的形势

有不少同学认为,上了大学就应该做“白领”,对工作满腔热情,认为自己很行,别人干得了,自己一定可以干得了,其实不然。2006年11月到2007年1月河南某高校人力资源管理专业的学生到新乡市佐今明制药集团去实习,被安排到人力资源部门,刚开始她们很不适应,也很郁闷,因为自己所学的知识用不上多少,经过两三个月的实践才逐步进入角色,她们实习结束后讲了两句话很值得我们深思:一是,不是我们所学的知识不管用,而是因为书本上的知识是间接知识,到实践中要懂得知识的变通;二是,要在实践中不断学习新知识,从实践得来的是直接知识,所以可以直接用,就显得很管用。有调查显示,60%企业反映,应届大学生到岗工作后,即便是学什么专业干什么工作,实际知识应用率也不足40%;30%的学生反映,在校学习的知识离市场需求较远。

1. 别把学历当能力。上名校,读学士、硕士、博士就一定可以找到好工作?回答是否定的,北大、清华毕业的学生找不到工作的也有,跳楼自杀的也有,从国外留学回国的学生也不是每个人都能找到称心如意的工作。而平时名不见经传的一些普通高校,也能培养出高素质的人才。比如,全国软件专业的学生有4万多人,学习微软课程的学生有3万多人,2006年,微软仅从中挑选实习生30人,能留微软工作的只有3人,而河南南阳理工学院的李文怡却榜上有名。跟李文怡站在同一起跑线上的很多是清华大学、浙江大学等著名大学的学生。

李嘉成,华人中最成功的企业家之一,小学没毕业;王永庆,台湾最成功、最杰出的企业家之一,也是小学没毕业;松下幸之助,日本最成功、最杰出的企业家之一,小学毕业;中国海尔集团的老板张瑞敏,1968年中学毕业后先是下乡当知青,后又到厂当工人,改革开放后,

领导把他派到资不抵债的青岛洗衣机厂当厂长，他用了 20 年时间把青岛洗衣机厂打造成了中国海尔集团，并且进入了世界 500 强，他仅是中学毕业。这些成功的人士也都没有很高的学历。

2. 别把知识当能力。培根说过“知识就是力量”。事实上，知识本身并不具有力量，它只有转化为“财富”才是力量。北京理工大学教授杨东平说，大学生要首先知道自己都会什么，一个人仅仅会读书是远远不够的。一个人的生存、学习能力，与他毕业后能不能就业有密切的联系。

3. 企业眼中的大学生。用友软件股份有限公司成立于 1988 年，目前是中国最大的企业管理软件供应商，最大的 ERP 和财务软件供应商，用友培训经理唐长军认为：“学生时期是一种被动的心态，是接受的心态，而企业则希望每个员工有一种主动的心态，主动关心企业的心态，主动工作的心态，要有主人翁的精神，而现在学生比较缺乏这种精神，急需有一个心态的转变。”

三、职业生涯规划，就是给自己做订单培养

你有清晰的职业目标吗？你要进入的行业、企业、地区、职位又在哪里？

给自己做职业规划就是给自己做订单培养，有两个方面的积极意义：

第一，指导学习方向的作用。一个人的生命是有限的，在大学的学习也是有限的，大学生只有在大学期间学到在工作中有用的知识，才能提高学习的效率。自己明确了目标后，学什么，怎么学，就会有明确的方向，针对性会更强。

第二，整合自身资源的作用。资源是稀缺的，也是有限的，如同学资源、老师资源，都可以在将来的事业中发挥作用。小布什能坐到总统的宝座，跟他在大学期间网罗的同学资源是有很大关系的。通过资源整合可以使自己集中精力做大事，做自己愿意做的事。

.....

本书从职业生涯规划的角度对这些问题将逐一加以研究与探讨,并以全新的思路为大学生的就业提供职业指导与帮助,为大学生实现自己的成功人生提供指导与帮助。本书共七章:

第一章 确立自己的职业生涯目标。本章从今天的生活是昨天的选择、目标选择让你走向成功、职业目标选择的方法、把握今天选择好自己的职业目标等几个方面加以分析与研究,期望激起大学生对职业生涯规划的兴趣,重视大学生的职业生涯规划,从上大学的第一天起将自己的职业生涯规划纳入计划,并逐步确立自己的职业生涯目标,以此培养大学生的职业目标选择能力。

第二章 制订自己的职业生涯规划。本章从职业生涯规划的理论、成功人士的职业生涯规划、大学生的职业生涯规划的内容、大学生职业生涯规划的方法等几个方面加以分析与研究。大学生的职业生涯规划它既是社会的责任、学校的责任,更是个人的责任,个人在职业生涯规划中起着主导作用。期望大学生要充分认识到整合个人的资源(人脉、金脉、知脉)的意义与作用,制订一份切实可行的个人职业生涯规划。

第三章 选择自己职业生涯目标的实施策略。本章从目标分解法、抓住机遇法、情商修炼法等几个方面加以分析与研究,期望大学生掌握实现自己职业生涯目标的突破点,为实现自己的职业生涯目标达到事半功倍的效果。

第四章 提升自己职场竞争的能力。本章从竞争力的基础素质修炼、竞争力的基本技能修炼、竞争力的品牌修炼等几个方面加以分析与研究,以期大学生瞄准自己需要的能力进行修炼,不断提升自己的就业能力、提升自己的价值,最终提升自己的职场竞争能力。

第五章 掌握自己职场应聘的技巧。本章从职业信息获取的技巧、职场应聘前准备的技巧、应聘礼仪的技巧、应聘回答问题的技巧、常见的面试方法、权益保护的技巧、预防求职中的陷阱等几个方面加以分析与研究。期望大学生能掌握应聘的技巧,彰显个人的优势,以

此提升职场应聘的成功率。

第六章 遵循职场成功的法则。本章从树立从基层做起的心态、从集中精力做好第一件事开始,做好每件事,提升自己做事的信心、不怕困难勇于承担责任,提升自己做事的勇气、沟通让你走向成功,赢得同事的信任、工作主动,认真负责,赢得部门主管的信任、珍惜岗位,忠诚于自己的事业,企业,赢得老板的信任、低调做人,高标准做事,构建自己和谐的工作氛围、人品比能力更重要、积极开展研究性工作、理智跳槽等几个方面加以分析与研究,以期大学生在职场上成为一个成功人士。

第七章 大学生的职业生涯规划范例,希望大学生在进行自己的职业生涯规划时从中得到启示与借鉴。

最后是有有关大学生就业方面的法律法规,主要包括中华人民共和国劳动法、中华人民共和国合同法、普通高等学校毕业生就业工作暂行规定、国家有关大学生就业政策等。

四、正确认识专业知识学习与大学生职业生涯规划的关系

专业知识的学习与大学生职业生涯规划的关系,好比搞一项建筑需要五大主材,钢筋、水泥、砖、沙子、木料(现在门窗为用铝合金),在我们专业学习中,所学的基础课程就是水泥,专业课程就是钢筋,各门选修课等就是砖、沙、木料,如果没有规划就是一堆建筑材料,放的时间长了还会损坏,如水泥过期就不能再用了,只有进行规划设计,才能建成我们可以使用的建筑物。也就是说,大学生只有进行职业生涯规划,你所学的知识才能派上用场,否则你就会觉得自己学的知识不管用。

升本、考研、出国并不是个人走向成功的唯一出路,但是你若没有明确的目标,没有清晰的自我职业生涯规划,你就很难成为一名成功的人士!

为缔造自己辉煌的人生,为实现自己快乐生活的目标,就从职业生涯规划开始吧,希望“你规划了吗?”成为大学生的见面语,流行开来,那样我们就看到了解决大学生就业难的希望。在此,也衷心地希望本书给大学生们提供有益的帮助。

