

高等学校创新创业系列

大学生职业生涯规划与就业指导

■ 主编 刘平 张文

■ 副主编 李静泉 黄声平 卢震辉 林译丛

高等教育出版社

高等学校创新创业系列

大学生职业生涯规划与就业指导

■ 主编 刘平 张文

■ 副主编 李静泉 黄声平 卢震辉 林译丛

常州大学图书馆
藏书章

高等教育出版社·北京

内容提要

本书根据当前高等学校在人才培养方面的要求,结合大学生就业创业的形势与特点,介绍了大学生职业生涯规划的理论与方法,讲解了大学生就业形势、素质培养、择业谋职、自主创业等方面的内容,旨在对大学生进行全方位的职业生涯规划与就业指导。本书适合高等学校师生、职业指导人员、社会求职创业人员学习和参考。

图书在版编目(CIP)数据

大学生职业生涯规划与就业指导 / 刘平, 张文主编

—北京: 高等教育出版社, 2017. 8

ISBN 978-7-04-048132-7

I. ①大… II. ①刘… ②张… III. ①大学生-职业选择-高等学校-教材 IV. ①G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 170811 号

大学生职业生涯规划与就业指导

DAXUESHENG ZHIYE SHENGYA GUIHUA YU JIUYE ZHIDAO

策划编辑 元方
插图绘制 杜晓丹

责任编辑 李慧
责任校对 刘春萍

封面设计 张申申
责任印制 刘思涵

版式设计 徐艳妮

出版发行 高等教育出版社
社址 北京市西城区德外大街4号
邮政编码 100120
印刷 山东临沂新华印刷物流集团
开本 787mm×1092mm 1/16
印张 14.25
字数 340千字
购书热线 010-58581118
咨询电话 400-810-0598

网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.hepmall.com.cn>
<http://www.hepmall.com>
<http://www.hepmall.cn>
版 次 2017年8月第1版
印 次 2017年8月第1次印刷
定 价 27.00元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换

版权所有 侵权必究

物料号 48132-00



前 言

经济新常态下大学生就业问题依然是社会高度关注的热点问题。党中央和各级政府高度重视就业工作,并相继制定和出台了一系列政策,鼓励和促进大学生就业与创业。新形势下如何进一步做好大学生就业指导工作,是教育主管部门、人力资源管理部门、高等学校及每一位从事大学生就业指导工作的人员需要关注和研究的课题。

就业与创业是每一个即将进入职场的人所面临的重大抉择和人生课题。对于大学生来说,是人生的一次重大转折。近年来,我国大学毕业生人数居高不下,社会就业压力剧增,大学生就业面临越来越严峻的挑战。同时,我们也应该看到,随着我国经济形势进一步趋稳向好,一些新的业态正在逐渐形成,为大学生就业与创业提供了前所未有的机遇。在现实的就业环境中,认真总结过往大学生就业指导工作经验,结合当前大学生就业工作实际,全方位指导和帮助大学生从容应对挑战,积极把握机遇,理性选择职业,实现人生理想是一项十分重要而具有现实意义的工作。

大学生就业指导工作是贯穿于大学生成长成才全过程的系统工程。因此,大学生就业指导必须遵循大学生成长成才规律,根据不同的阶段,有针对性地实施不同的指导策略。大学低年级应重点开展职业生涯规划方面的学习与指导;大学高年级主要应开展职业素养方面的培养与训练;对即将步入职场的毕业生来说,应重点开展就业择业的指导;同时,大学作为培养创新创业人才的重要基地,有必要对大学生进行创新创业教育,以培养大学生的开拓创新精神和创业技能,拓展大学生就业渠道。

根据教育主管部门有关大学生就业指导的要求,为了帮助大学生解决在择业就业创业过程中遇到的种种困惑,更好地引导大学生规划职业生涯,提升职业素养,掌握求职创业的基本技能,完成由校园人到社会人的转变,实现由校园学子进阶为职场精英。编者在总结多年来开展大学生就业指导工作的基础上,遵循大学生成长成才规律,结合当前大学生就业工作实际,编写了这本《大学生职业生涯规划与就业指导》教材。

本书以大学生成长成才为出发点,以树立正确就业观为核心,以职业生涯规划 and 就业为主线,以大学期间及初入职场阶段的能力培养为拓展,吸收了当前职业发展、就业指导的新观点、新理论、新方法,结合大学生普遍的心理特质和就业特点,围绕大学生在校期间如何认识人生、规划职业生涯、调整择业心态、提高职业素养、做好求职准备、提高面试技巧、了解法规政策、自主就业创业等做了全面阐述。本书既有理论概括,又有案例引导,融理论知识、趣味知识和思维创新于一体。旨在通过贯穿大学阶段的课堂教学和实践环节,提高大学生的专业素质、职业素养、职业适应等职业发展能力,从而促进大学生顺利就业。

本书注重理论与实践相结合、普遍性与特殊性相结合、理论指导与技术指导相结合的原



则,遵循“贴近实际、注重实效、有所创新”的基本思路,体现了系统性、全面性和实用性的特点。本书既可作为高等学校大学生职业规划与就业指导课程的教材,也可作为就业指导工作人员的参考资料和广大从业人员的学习材料。本书分为生涯规划、素质培养、择业谋职和自主创业四篇,共十一章,由刘平、张文同志任主编。教材编写提纲由张文同志拟定基本纲目,由编写小组集体研究确定。第一章、第二章由张文同志负责编写,第三章由刘平同志负责编写,第四章、第五章由黄声平同志负责编写,第六—十一章由刘平同志负责编写。李静泉、卢震辉、林译丛同志承担了本书参考资料的收集与整理工作,并对书稿的编写提供了具有参考价值的意见和建议。书稿由李静泉同志负责统稿、校稿,由刘平同志最后审定。

在本书编写过程中,编者参阅、引用了大量的文献资料和最新研究成果。在此向有关作者表示诚挚的谢意。由于编写时间仓促,加之编者水平有限,书中如有疏漏和不当之处,敬请专家和广大读者批评指正。

编 者

2017年5月



目 录

生涯规划篇

第一章 人生认知:职业发展的前提	3
第一节 人生及特征	3
第二节 人生发展阶段及基本规律	5
第三节 人生发展的途径与要求	9
第二章 规划生涯:人生成功的开端	16
第一节 职业生涯规划概述	16
第二节 职业生涯规划理论	18
第三节 职业生涯规划原则	21
第四节 职业生涯规划流程	25
第五节 职业生涯规划要诀	31

素质培养篇

第三章 专业素养:努力达到既深又厚	39
第一节 专业素养概述	39
第二节 专业素养的构成	45
第三节 专业素养的修炼与培养	48
第四章 通用技能:尽量掌握既多又广	53
第一节 通用技能的基本内涵和特征	53
第二节 当代大学生通用技能存在的问题和提高的主要途径	56
第三节 大学生应该掌握的五大核心通用技能	59
第五章 个人素质:力求实现既全又优	68
第一节 个人素质的定义及其分类	68
第二节 当代大学生个人素质的重要性及存在的问题	70
第三节 当代大学生成功就业必须具备的四大基本素质	73



择业谋职篇

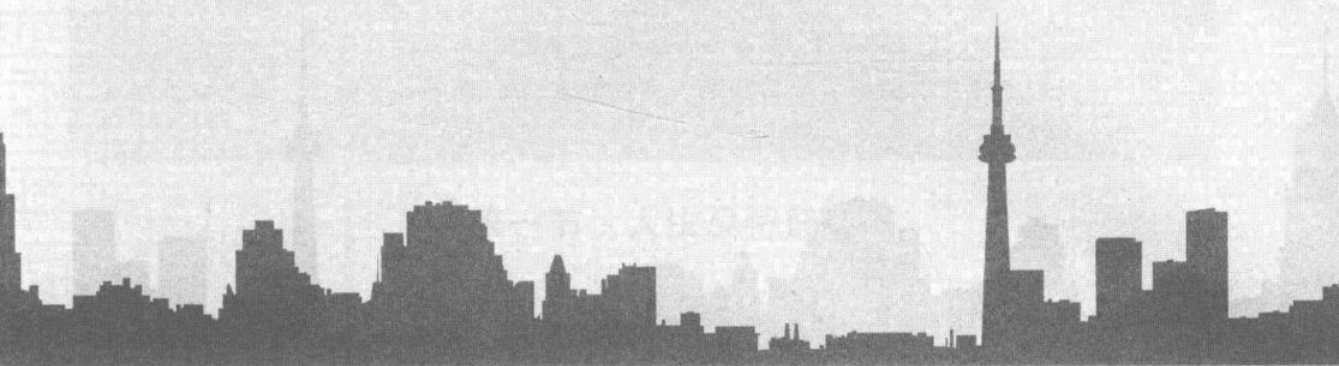
第六章 谋职准备：未雨绸缪有备而为	85
第一节 毕业去向与谋职攻略	85
第二节 谋职信息准备	94
第三节 谋职心理准备	97
第四节 谋职材料准备	100
第七章 谋职技巧：千锤百炼打造利器	106
第一节 职位应聘流程	106
第二节 笔试	108
第三节 面试	110
第八章 权益保护：依法保护自身权益	120
第一节 毕业生就业相关规定及注意事项	120
第二节 毕业生就业流程	128
第三节 就业相关法规与权益保护	131
第九章 职业适应：转换角色尽快立业	136
第一节 职场规则与制度	136
第二节 角色转换与职场适应	139
第三节 职业素养修炼	146

自主创业篇

第十章 创业准备：人生梦想的翅膀	161
第一节 创业基础知识	161
第二节 商业模式构建与创新	167
第三节 创业项目选择与评估	172
第四节 大学生创业政策	177
第十一章 创业发展：职业理想的升华	181
第一节 商业计划书	181
第二节 创业团队	186
第三节 创业融资	191
第四节 企业创建与管理	196
附录 相关政策文件	204

附录 1 《教育部关于做好 2017 届全国普通高等学校毕业生就业创业工作的 通知》教学〔2016〕11 号	204
---	-----

附录 2	《财政部 国家税务总局 人力资源社会保障部关于继续实施支持和促进重点群体创业就业有关税收政策的通知》财税[2014]39 号	207
附录 3	《国家税务总局、财政部、人力资源和社会保障部、教育部、民政部关于支持和促进重点群体创业就业有关税收政策具体实施问题的公告》 国家税务总局公告 2014 年第 34 号	209
附录 4	《关于支持和促进重点群体创业就业税收政策有关问题的补充通知》 财税[2015]18 号	212
附录 5	2017 年全国各省区市毕业生回生源地派遣单位一览表	213
参考文献		219



生涯规划篇



第一章 人生认知:职业发展的前提



章前语

探索人生,规划人生,发展人生,追求人生成功,是项高难度的人生课题。由于历史的不断发展,现实生活的丰富多彩和千变万化,各人在人生历程中所遇到的问题也不尽相同,特别是我们正处在一个改革开放深入发展的时代,人们的视野更加扩大,新鲜事物层出不穷,新问题不断涌现,我们面临着更为复杂的环境,人生中的矛盾也就在所难免。所以在我们的面前,总是弯道多而直路少,逆境多而顺境少。但,无论路有多险,山有多高,我们都要充满自信,不断地为自己加油喝彩!世界上本来就没有什么救世主,全靠我们自己!只要我们正确认识人生,全面认知职业,提高职业意识,科学规划人生,并持之以恒地优化和发展人生,就一定能够把人生这幅长卷描绘得多姿多彩!

第一节 人生及特征



学习目标

1. 了解人生的含义。
2. 了解人生的基本特征。

马克思主义人生哲学认为,人生是人们认识和改造自然,认识和改造自身的整个生命历程。就个体而言,人生是个人一生全部实践活动的总和;就群体来讲,它是社会共同体(政党、团体、民族、阶级等)的全部社会活动。总之,人生就是改造自然、改造社会,同时也改造和完善人自身的实践活动。由此可见,人生并不是虚幻的,而是实实在在的;不是不可捉摸的,而是可以认识的;在复杂多变的人生旅途中,人生是可以驾驭的,人生命运也是可以把握的。人生的领域无比广阔,人生的内容丰富多彩。人生在本质上就是社会实践的过程,也是追求真善美的过程。

一、人生的含义

人生即人出生,人类产生。《礼记·曲礼上》:“人生十年曰幼,学。”明朝刘基《医说赠马复初》:“天地辟而人生,蠢蠢焉;圣人出而后异於物。”

人生指人的一生。《左传·襄公三十一年》:“人生几何,谁能无偷?朝不及夕,将安用树?”唐朝韩愈《合江亭》诗:“人生诚无几,事往悲岂那。”亦指人。毛泽东《采桑子·重阳》词:“人生易老天难老。岁岁重阳,今又重阳,战地黄花分外香。”

人生指人的生存和生活。《左传·成公二年》:“人生实难,其有不获死乎?”《后汉书·张霸传》:“人生一世,但当畏敬於人,若不善加己,直为受之。”唐朝杜甫《送殿中杨监赴蜀见



相公》诗：“人生在世间，聚散亦暂时。”叶圣陶《隔膜·苦菜》：“劳动是人生的真义，从此可得精神的真实的愉快。”

二、人生的特征

人生概括起来有五个基本特征，即客观性、社会性、历史性、矛盾性和主体性。

1. 客观性

人生的客观性，是指人生是实实在在的。每一个人都生活在真实的客观世界里，这个客观世界是人生的客体，是实实在在存在的。一个人与自然界打交道也好，与社会其他人交往也罢，统统都是真人真事，是实实在在的活动。人生之路，对于任何主体来说，都是要扎扎实实，一步一个脚印地走过去的。所以，人生非假非虚，既不是演戏，也不是做梦，而是能看得见，也能摸得着的。

2. 社会性

人生的社会性，是指人生无一例外地要受到社会的影响和制约。每一个人，当他从呱呱坠地那一天起，就置身于一定的社会关系之中。最初置身于家庭关系，随着年龄的增长、生活内容的丰富，他所接触的社会面逐渐扩大，进而置身于地缘关系、业缘关系、政治关系、道德关系及经济关系之中。正是在这些社会关系的长期影响、陶冶和制约下，才使得一个自然人转变为一个能够掌握一定的社会文化，懂得参与社会生活，能履行某种社会角色行为的社会人。作为社会生活的一分子，作为阶级、民族的一员，他具有阶级和民族的共性，他必须遵循社会生活的准则，遵循阶级的道德观念、民族的伦理意识。总而言之，他要与社会相协调，与社会相适应，否则个人就不能生存，也就无所谓“人生”。

3. 历史性

人生的历史性，是指人生是伴随着时代的变迁而变化的。在不同的时代，人生的命运是截然不同的。在剥削制度下，劳动者的人生只能是当牛作马，受欺凌遭剥削。在社会主义制度下，广大劳动者是国家和社会的主人，人生发生了根本变化，能够掌握自己的命运。诚然，人生道路上也会有曲折，但随着社会的发展，人们在人生发展的方向上总是越来越进步的。个体对此要充满信心，并要通过自己不断的创造性劳动，去实现更高的人生价值，塑造更完美的人生。

4. 矛盾性

人生的矛盾性，是指人生的发展是一个充满矛盾的过程。世界充满着矛盾，没有矛盾便没有世界。同样，人生领域充满了矛盾，有个人与社会、个人与集体、自己与他人的矛盾，还有理想与现实、权利与义务、顺境与逆境、真与假、善与恶、美与丑、名与利、荣与辱、福与祸、乐与苦、得与失、生与死等矛盾。这些矛盾都是客观的，不可避免的。人生就是矛盾，也正是这些矛盾，推动着人生的发展。可以说，没有矛盾便没有人生。因此，人生主体要敢于正视人生矛盾，并善于解决矛盾。那种否认矛盾，或者回避矛盾的做法，都是不可取的。在人生众多的矛盾中，个人与社会的矛盾是人生的基本矛盾，它贯穿于人生发展的始终，并制约着人生的其他矛盾，人生主体务必认真对待。

5. 主体性

人生的主体性，是指人是人生的拥有者和主宰者。人是人生的主体，有自我意识，其主

要表现形式有：自我观察、自我体验、自我监督、自我控制、自我鼓励、自我评价、自我实现等。同时，对自身的知识、才能、情感、意志以及自身在客观环境中的地位、责任、作用、力量和客观环境对自身的影响等都有一定的认识和体验。因此，他有自己的主见，能主动支配自己的行动，能主宰自己的命运，在客观环境条件允许的范围内，能自觉地选择人生方向、人生态度、人生道路、人生目标以及人生态度与手段，并能主动地去创造生活，还能有自己独特的个性和人格。正因为如此，所以在同样的社会历史条件下，在大致相同的客观环境里，会有不同的人生结局。从一定意义上说，人生就是人们认识自我、提高自我、完善自我和实现自我的过程。

第二节 人生发展阶段及基本规律



学习目标

1. 了解人生发展阶段。
2. 了解人生发展的基本规律。

人自出生到其终了，按照不同的划分原则，可以划分成不同的发展阶段，每个阶段都具有不同的性格特征和职业特征，体现出一定的基本规律。

一、人生发展的阶段

从生理学角度来划分，人的一生按年龄可分为若干阶段，如：婴儿期（0—3岁）、幼儿期（3—6岁）、儿童期（6—11、12岁）、少年期（11、12—14、15岁）、青年期（16—28岁，有的认为应该到35岁）、成年期（35—60岁）、60—79岁为老年期，80—89岁为高龄期，90岁以上为长寿期。

孔子将自己的一生划分为六个阶段：“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，七十而从心所欲，不逾矩。”记录在《论语》的为政篇中，意思是，十五岁时确定自己努力学习的方向；三十岁时可以确定自己的行为方式、价值观；再通过十年的验证，四十岁就可以明明白白确定下来，大是大非上不迷糊；再经过关键的十年，五十岁时，知道事物的规律，一切顺其自然，尽人事、听天命，这个时候自己取得人生最大的成就，会招来不少的非议和冷嘲热讽，修炼自己，对别人所见所讲所做淡然处之；六十岁时淡泊名利，坦然泰然；七十岁时，一切言行皆在合理的范围之内，从不犯忌。

人生如潮水，有起有落，按年龄和职业发展划分，大致可划分为以下几个阶段：0至14岁为可塑期，这个阶段的孩子可塑性强，却有很大的依赖性，常以哭闹的方式向父母及长辈要求，以便满足需要；15岁至20岁为探索期，这个阶段正值青春期，事事好奇，喜欢以冒险探索的心态追求想要的东西；20岁至44岁为建立期，在这个年龄段，忙于建立事业基础、家庭基础、经济基础及感情基础，凡事渐趋于成熟；45岁至65岁为维持期，人生各项大事均已固定，儿女逐渐长大，事业也稳定了，正处于人生的收获季节；65岁以后为衰退期，“夕阳无限好，只是近黄昏”。在度过人生无数个高潮后，身体器官开始老化，病情渐生。这时，人对子女会产生依赖，希望有人多陪他，在人格的转变上仿佛又回到第一阶段。所以，许多人都说“老人像小孩”，其实不无道理。



二、人生发展规律

人生发展虽然经历不同的阶段,但其发展仍有规律可循。从个体人生的角度观察,人生发展的基本规律主要有五条。人们在充分认识人生特征的同时,还必须深刻理解并掌握人生发展规律。

1. 人生发展是人生的社会化与个性化的统一

所谓人生的社会化,是指社会将一个自然人转变为一个掌握一定社会文化,懂得参与社会生活,履行某种社会角色行为的社会人的过程。人来到社会上,需要学习的社会知识很多,因此社会化的内容非常广泛。凡是社会生活所必需的知识、技能、行为方式、思想观念乃至生活习俗等都在学习之列。人生的社会化,有广义和狭义之分。广义的社会化是指一个人从出生到死亡的全过程;狭义的社会化,一般是指一个人从出生到青年后期阶段。然而,无论是广义的还是狭义的社会化,都是一个人了解社会、认识社会、走向社会、改造社会,使自己从自然人变为社会人的过程。这一过程既是人的社会化过程,也是人的本质形成的过程。

所谓人生的个性化,是指一个人的个性形成、发展、演变和展现的过程,是个体人生作为一个独特的社会存在物在质与量上的综合,体现出个体人生发展与完善的程度。个性是在一定社会条件和教育影响下的一个人比较稳定的特性,是人的社会性的具体表现。个性化的内涵相当丰富,既包括人的气质、性格、意志等心理特征,也包括个体文化素养、思想情操、审美意识等文化特征,更集中地表现为个体作为社会主体在思维、精神和行为上所具有的独立性、自主性和创造性。个性一旦形成,其人生认识(包括人生观)的全部内容都具个性特色,人生的各种行为也无不打上个性的烙印。但个性在展现之后,还会发展与演变。

可以说,人的一生不仅是社会化的一生,也是个性化的一生。人生发展就是人生的社会化与个性化的统一。这是因为人是社会主体与社会客体的统一。作为主体的一面,人生要按照社会的需要来塑造自己的个性,从而达到独立于社会,并改造社会之目的;作为客体的一面,人生不能不接受社会的改造并以其独特的方式服务于社会,这种独特性就是个性。个性内容越丰富,社会性就越强化。无疑,这表明人无论是作为客体还是作为主体,其人生发展都是社会化与个性化的统一。而这种统一是在人生发展的过程中实现的,其统一的基础是社会实践,统一的中介是社会联系,而统一的实质则是人的主体性能得到高扬,个体成为自己命运的主宰。但是,值得提醒的是,这种“主宰”是以个体与社会的统一为前提,以遵循客观规律为基础,而不是随心所欲,想干什么就干什么,更不是狂妄地与他人、与社会相对立。不然,这个“主宰”是不存在的。

2. 人生发展是人生的稳定性与可变性的统一

所谓人生的稳定性,是指人生内部各种因素在特定条件下保持质的稳定性。人生发展过程中若没有这种稳定性,那就无法辨认个体人生,个体概念也就毫无意义了。人生发展的稳定性体现在人生道路上是“殊途同归”“百川归海”,即顺应社会历史发展的必然趋势。社会发展总是趋向光明前景,殊途同归总是归向光明之道。人生发展的稳定性体现在人生方向的选择上,是多向之中有主导。主导方向又有两种基本类型:革命的、进步的与反动的、落后的,即顺应社会历史潮流的方向与逆阻社会历史潮流的方向。人生的稳定性体现在人生认识上,在众多看法中有一个基本的看法——人生观。人生观是人们对人生目的和意义的

总的看法和根本观点,它一经形成,人生认识的稳定性也就呈现出来。人生发展的稳定性体现在人生行为上,行为的动机总是来自个体自身的需要和社会的需要;行为的内容总是根据个体社会化和个性化的程度确定其性质;行为的对象和范围也总是受个体活动的时空所限制。此外,人生价值也表现出人生发展的稳定性,这就是个体人生价值的质与量,以及创造人生价值的手段与方式在一定时期内具有稳定性。把握人生发展的稳定性,是个体进行自我认识 and 自我评价的基本依据,也是人生获得新的发展的基石。

所谓人生的可变性,是指人生的各种因素存在着质变状态。如果人生没有这种可变性,那么人体内部的新陈代谢就无从谈起,环境和教育对人生发展的影响也无须考虑。人生的可变性不仅表现为人体细胞的新陈代谢,而且表现为人生理想、人生价值观、人生态度,以及情感、意志、习惯、爱好、素质等也是变化发展的。这种变化发展无非有两个基本方向:一是进化、进步;一是退化、退步。科学的人生认识、自信而乐观的情绪、积极的人生态度、紧张的学习与工作,以及有规律的生活等,都会使人生进化、进步;反之,错误的人生认识、消极的人生态度,饱食终日、无所用心、消极悲观,则会使人生退化、退步。

人生的稳定性与可变性是人生发展中的一对矛盾。稳定性是要保持质的形态,而可变性则要改变质的形态,两者在人生发展过程中既是相互对立的又是相互统一的。人生发展的稳定性与可变性这种辩证的统一,则要求人们在人生道路上务必做到两点:一是不以不变应万变,二是在变中求变。也就是说,要牢固确立顺应时代潮流的人生奋斗目标,坚持坚定正确的政治方向,努力学习和掌握科学文化知识,培养全面发展的个性,造就健康的体魄,塑造良好的心理素质,使自己成为德才兼备的社会主义新人。具备了这种不变因素,自然就能应对瞬息万变的人生发展环境。与此同时,在一定社会历史条件下和具体的社会环境中,充分发挥自己的主观能动性、积极性和创造性,不断改善自己的人生结构,努力适应以至改造客观环境,从而在变动中创造新的人生价值。

3. 人生发展是人生的自主性与他主性的统一

所谓人生的自主性,是指在人生的选择上,体现出人的能动性、自主性和自为性。人生道路充满着各种矛盾。解决人生矛盾的过程,实质上是进行人生选择的过程。各种人生矛盾都是围绕着价值目标展开的。一个人走什么样的路,确立怎样的价值目标,树立什么样的理想,都是一种选择。从一定意义上说,人生就是一个不断选择的过程。人生选择的内容十分广泛,有对目标、理想的选择,有对人生价值观的选择,有对职业的选择,还有对生活方式的选择,等等。其中对人生目标和理想的选择,在人生选择中起着主导作用。人生中的每一次选择,都关乎人生的发展。人生选择是人的能动性、自主性和自为性的行为,在一定条件下,人生选择体现了人的自由。人的本质是人通过自己的自由选择而获得的。人通过对必然性的认识,能够支配和控制客观环境,在社会活动中享有做人的一切权利,并且希望自己主宰自己的命运。人的活动是一种自主的、有目的的活动,人们总是围绕自我设定的目标进行自我选择、自我决定和自我实现。无论结果如何,在这种过程中,主体都能表现出一定的自由。这种选择的自由性即为自主性。人的主体意识以及人的权利、人格价值决定了人们在人生选择上的自主性。人是社会活动的主体,有权选择自己的劳动方式和生活方式,在认识和改造客观世界中表现出有目的、有计划的活动。也就是说,人有权利和能力按照自己的意志选择和造就自己的人生。一般来说,人生命运的好坏、事业的成败,关键取决于主体能动性的发挥程度。选择的自主性有利于人的主观能动性和自我创造性的发挥,有利于发挥



人的潜力,体现人的自由权利。承认和尊重人生选择的自由,是对人的独立人格价值的尊重。

然而,人生选择又是非自由的,要受各种必然因素的限制,这就是所谓人生的他主性。尽管每一个人总是希望按照自己的愿望和个性进行人生的自由选择,但现实生活中,在进行某项具体的人生选择时,往往又不能自主,而是被动的。因为任何选择总是在一定的社会关系中进行的,必然要受到社会关系的制约。事实上,人的行为不单由个人的意志所决定,“而且由社会上占支配地位的力量和标准,由来自外部的异质的压力来决定。”^①选择的自由是人的权利的体现,但权利离不开义务和责任。人在社会生活中承担着多种社会角色,每一种角色都有一定的义务和责任,而且对自己行为的后果也要负责任。这种责任感对人生选择有重大影响。此外,社会环境、自然环境都会对人们的选择有所限制。

综上所述,我们看到人生选择既是自由的,又是不自由的,是自由和非自由的统一。人生选择不仅仅是主体本身的事情,而且是主体和客体之间的一种关系;不是主体的随心所欲,而是自由和责任的统一,权利和义务的统一。人的本质也决定了人必须把对自己的责任和对社会、对他人的责任统一起来,即把选择的主动性和被动性统一起来。选择的自由性要受必然性的限制。从一定意义上说,没有限制,就没有社会责任感,就没有真正的人生选择的自由。选择的自由表现在人与人的关系上,就是个人与他人的协调,个人与社会群体的协调。一个具有社会责任感的人,在进行自己的人生选择时,是不会回避自己对他人和社会应尽的责任和义务的。如果把这种责任和义务变成自己的自觉信念,个人的选择就是自由的。总而言之,人生选择既是自由的,又是非自由的,是自主性和他主性的统一。人的一生就是在这种选择的矛盾中发展的。

4. 人生发展是人生的无限性与有限性的统一

所谓人生的无限性,是指人生在人的现实世界上,与人类共存。这与宗教的人生无限有着本质的不同。宗教宣扬的“永生”不是在人的现实世界上,而是在另一个虚无缥缈的“彼岸”或“天堂”里。

所谓人生的有限性,是指人生有限是人生无限中的一个环节,是无限中的有限。因为人的生命是有限的,因此,对个体而言,一个人的人生自然是有限的。这与悲观主义、享乐主义的人生有限也有本质的区别。

任何有意义的人生,都是无限与有限的统一。人生的无限性为人生的不朽提供了哲学根据。人生的发展存在着不朽这种社会现象。因为人的生命尽管是短暂的,但人的精神却是可以永存的。我们说革命烈士永垂不朽,就是指他们的精神与世长存、与日同辉。只要个体在有限的自然生命期间所创造的人生价值能够契合未来社会发展的需要,显示出与人类社会共存的趋势,那么他的人生就是不朽的。但并非每个人的人生都是不朽的。对于某个个体人生不朽的判断,是以社会发展的趋势为依据的。生命对于个人来说只有一次,如何才能创造不朽的人生呢?显然玩世不恭、游戏人生、百无聊赖地混日子是万万不行的。人来到世上本是干事业的,只有全力以赴地学习、工作和劳动,立志把毕生的精力献给当代人,献给人类美好的未来,才能领悟到人生的价值和不朽的意义。雷锋说得好:“人的生命是有限的,

^① 赫金尔. 人是谁[M]. 贵阳:贵州人民出版社,1995.



可是为人民服务是无限的,我要把有限的生命投入到无限的为人民服务之中去。”正是在这种伟大思想的支配下,他在平凡的岗位上创造了非凡的英雄业绩。如果我们能像雷锋同志那样去做,那么我们的人生就将会达到无限与有限的完美统一。

5. 人生发展是人生的可规划性与不确定性的统一

所谓人生的可规划性,是指人生需要规划,而且也是可以规划的。几乎每个人都会为自己的人生而努力,可是造化弄人,这个世界上总是有人出类拔萃,有人却一生平庸。造成这种差别的原因固然是多方面的,但个体是否“规划人生”却是其中的一个重要因素。规划人生是指人们根据主客观条件对自己的人生方向、人生理想、人生目标、人生道路以及奋斗措施做出设计。所谓“人生规划”是个体的人生发展蓝图。有了它,个体人生才有目标,发展才有方向,前进才有动力,才有可能创造出更加完美的人生;反之,如果个体没做人生规划,其人生就难以得到优化发展。

所谓人生的不确定性,是指人生并不是完全可以预料的,而是不断变化着的。人生能否完美,固然取决于个体的主观能动性,但客观环境与条件也是万万不可忽视的。而环境与条件却是不断变化着的,况且人生主体也会发生变化。因此,人生并非个体所能完全掌控的,往往呈现出不确定性。

然而,人生的可规划性与不确定性又是辩证统一的。一方面,我们能主动地科学规划人生,并按规划的蓝图持续、健康地发展人生。另一方面,通过密切注意社会环境与条件的变化,把握时代脉搏,审时度势,根据人生环境及自身的变化与发展,适时地调整完善人生规划,使人生的可规划性与不确定性达到完美统一,以适应人生发展的需要。

第三节 人生发展的途径与要求



学习目标

1. 了解人生发展的基本途径。
2. 掌握实现美好人生的关键要素。

人生要实现优化和谐全面发展,人生主体除要遵循人生发展的基本规律外,还必须运用科学发展观去感悟人生、规划人生、实践人生和创造人生。

一、人生发展的基本途径

人生要实现优化和谐全面发展,主要应从以下几方面着手。

1. 树理想,安身立命

人生观是做人的向导,是选择生活道路的指南,它从根本上决定着人生的归宿。所谓人生观,是人们对人生的目的和意义的根本看法以及对人生所持的基本态度。任何一个人,只要他生活在世界上,就不可避免地要遇到各种人生问题,并且会有各自的认识和看法,这就构成了各种不同的甚至根本对立的人生观。古往今来,人们尽管有着各种不同的甚至根本对立的人生观,但无论如何一般都要回答以下三个问题:第一,什么是人生?人生的真谛是认识和改造自然、认识和改造社会的生产实践活动,同时也是认识、发展和完善人自身的生命活动过程。第二,人为什么活着?这实际上是一个人生目的的问题。对于人生目的的不