

# 前言

目前,我国每年有数百万应届大学生走出校园,步入社会,每一个大学生都将面临竞争激烈、就业难的严酷现实。找到一份适合自己的工作,不仅仅是解决大学生个人生存问题,也和我们的尊严和幸福感息息相关。解决大学生就业难的问题,不仅需要政府和全社会的共同努力,更需要大学生从树立正确的职业生涯规划观念,提高自己的职业素养入手,尽快将自己发展成为具有高水平职业技能的人才。

人人都想取得成功。面对自我的现实,正确把我自己的优点、缺点,对自己的能力、兴趣、爱好,对自己将来可能在那些方面取得成功的情况都要做到心中有数。

目前社会对优秀人才的职业技能的划分主要可以分为两类:一类是专业技能;另一类是可迁移技能。专业技能是指具体的、专业化的、针对某一特定工作的基本技能。例如会计记账、教师讲课、工程师编程、医疗专业人员解释心电图等。其最显著的特点是:它们要经过有意识的、专门的学习培训,在通过记忆掌握特殊的词汇、程序和学科的基础上获得的。大学生在读书期间的专业课程的学习和相关实习活动主要围绕的就是专业技能的培养。可迁移技能就是可迁移的通用技能,指的是在某一种环境中获得,并可以有效地移用到其他不同的环境中去的技能,是个人能够持续运用和最能够依靠的技能。越来越多的实践研究表明:用人单位越来越重视大学生的可迁移能力。如果我们仅仅拥有精湛的专业能力,可能会在专业技术领域取得一时的成就,可是随着时间的推移,可迁移能力的缺乏必然会成为我们职业发展的瓶颈问题。职业生涯规划是提升可迁移技能的重要环节。。

本书的着眼于人生、社会、个体和职业的发展,在一个大的社会系统中去认识作为一个职业者所需要的必备技能,从更宽的视角看待人和社会、工作和发展的关系。

本书在编写过程中,参阅了国内外的大量文献资料,在此仅向文献资料的作者表示衷心的感谢。由于作者水平有限,书中难免存在错误和缺点,敬请各位专家和教师以及同学们批评指正。


编者

2021年3月



# 目 录

<b>第一章 认识职业生涯规划</b> .....	1
第一节 认识职业 .....	5
第二节 职业对个体的意义 .....	10
第三节 职业生涯规划的内涵 .....	15
本章练习 .....	18
<b>第二章 职业发展理论</b> .....	19
第一节 大学生涯对职业发展的影响 .....	22
第二节 入职匹配与大学生成才 .....	25
第三节 职业生涯选择与职业发展理论 .....	41
本章习题 .....	48
<b>第三章 了解我的职业</b> .....	53
第一节 我的专业与职业 .....	56
第二节 从职业的角度认识社会 .....	59
第三节 探索职业世界 .....	74
本章练习 .....	85
<b>第四章 认识自我</b> .....	86
第一节 自我认知 .....	88
第二节 自我认知与职业测评 .....	99
本章习题 .....	118
<b>第五章 未来职业要求</b> .....	120
第一节 职业素质与要求 .....	123



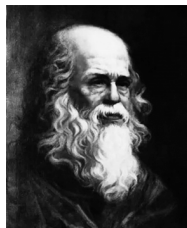
## 大学生职业生涯规划

第二节 职业资格与准入 .....	131
第三节 工作分析与职业胜任 .....	135
本章习题 .....	151
<b>第六章 职业决策 .....</b>	<b>152</b>
第一节 职业目标的确定 .....	155
第二节 职业决策的参考维度 .....	166
第三节 做出我的决策——平衡单与决策树 .....	178
本章习题 .....	193
<b>第七章 职业生涯规划的制定 .....</b>	<b>195</b>
第一节 规划我的职业 .....	196
第二节 职业生涯规划书的写作 .....	200
第三节 职业生涯规划书的评估与调整 .....	210
本章习题 .....	213
<b>参考文献 .....</b>	<b>217</b>

# 第一章 认识职业生涯规划

没有思索的人生是没有意义的人生。

——苏格拉底



## 知识目标

- 了解高等教育的基本特征。
- 了解职业规划在人生中的重要作用和意义。

## 能力目标

- 能够理解和掌握生涯彩虹图,并根据高等职业教育的特征初步反思和审视自己的专业和职业选择。

## 引导案例

### 如何度过四年的大学生活

大学,这个词语在我们心中酝酿了十个春秋,是寒窗苦读终于实现的愿望。大学,曾经是无数人梦寐以求的天堂,心中的梦想。那么,进入大学,你们的梦想自然就可以实现了吗?大学四年又该如何度过呢?下面分享李开复写给大学生的一封信——当迷茫在大学里泛滥成灾,希望对你们有所借鉴和启示。

同学们:

你们过得还好吗?

本来这是一封早就应该写的信,有许多话早应该说,但是我没有去写,没有去说。不是不想,而是我知道你们非常讨厌一个空洞的说教者。所以,我在等待,等待你们自己去体会生活,等待你们来自生活的感觉,等待你们自己对生活态度的反思。这些东西只是一个时间的问题。在一学期已经结束的时候,在你们又开始新学期的时候,我觉得,这封信可以写了,

这些话可以说了,我相信你们应该有了和我一样的某种感受,思想应该可以达到一种深度。

还记得在大学毕业典礼上,××同学在讲大学生生活感触时说了一句话:“大学里出两种人:一种是人才,一种是人渣。”那么在大学里度过了一段时间的你们,我想问:你是人才还是人渣?如果我没有猜错的话,你肯定会回答:我既不是人才也不是人渣,我介于这两者之间。如果是这样,我觉得:你正在向人渣堕落。你是不是觉得很极端?在这个问题上,我们就需要把它想得极端一点。在已经度过的学期当中,你是不是有许多时间都不知所措,有许多时间都在宿舍床上度过,有许多时间都用在QQ上的闲聊,有许多时间都在网络游戏里厮杀。又一学期过去了,突然发现自己没有认真听过几节课,虽然给你们上课的都是讲师以上级别的教师;突然发现自己没有认真读过几本书,虽然你们大学图书馆里有很多藏书;突然发现自己没有学到多少东西,虽然大学里有很多可以学习的东西。不要说上课听不懂,不要说教师不关心,不要说对专业不感兴趣,不要说学校太烂;堕落不需要理由,只需要借口。

如果我没有记错的话,你们每年的学费是4000元以上,再加上你们的生活费以及其他费用,大多数人每年的费用可以达到七八千元以上。你们现在是在大学里求学,是在接受一种高额费用的教育;可是你们父母高额的投入,在你们的身上得到了多少产出?

你们大多数人都来自农村,或者是小生意家庭,没有多少人家里有万贯家财。你们现在用的每一分钱都是父母挣来的血汗钱,甚至是到处借来的钱,其间蕴含着无比的艰辛与对你们的爱。在他们被岁月留下创痕的老脸上,还有一双对你们充满希望的眼睛,那是一双浑浊甚至有一点模糊的眼睛。

希望可以变成失望,失望可以变成绝望,但是谁又是这一变化的决定者?

责任,并不是别人给你的,而是自己成熟的思想内定的。你们都说自己长大了,都说自己成熟了;但我觉得,20岁的你们只是一种表象的成熟。你对自己父母具有永远都无法推卸的责任,但是你们却在无为与堕落当中放弃了承担的使命。

一学期结束后,回到家里过年时,你的父母仍然对你宠爱有加,仍然对你充满希望,仍旧对你叮咛嘱咐;但是你却没有丝毫的歉意,根本不谈你的学习,甚至于不把成绩单拿给他们过目,躲在某个角落里用自己的手签上本来应该由他们来签的名字。

骗子,一个毫无责任感的骗子,一个可以成为人渣的骗子;我不想,更加不愿我的学生变成这样,我一直固执地认为:你们可以成为我的骄傲。

建造一个事物很难,摧毁一个事物却很容易。同学们,请牢记并承担你们对父母的责任。在大学中,许多同学都反映了这样一个问题:不知道自己一天到底要做什么,或者做什么都不起劲。这是一个非常普遍的现象,因为你们丧失了目标。之所以产生这一现象的原因如下。

第一:你们考上了大学。完成了你们在小学、初中、高中显性的终极目标。对于许多同学而言,大学是你们最后的求学阶段。读完大学就要找工作,可是这对于已经做了十二年学生的你们而言仍然显得那么遥不可及。

第二:大学里的教学方式与其他时期的教学方式完全不同。在大学里面没有任何一位

教师会围绕你们转,生怕你们没有学到东西;因为学不学完全是你们自己的事,你们已经是成年人了。没有了以前的反复讲解,没有了以前做不完的作业,你们觉得上课对自己似乎是空荡荡的,学了又怎么样,不学又怎么样?与其让自己学得这样辛苦,还不如让自己过得洒脱一点。

第三:大学里面有太多属于自己的时间。从以前的早自习到晚自习,都有老师把你们要完成的任务布置得妥妥当当,到现在的没有任何人给你讲你应该去做什么,让你们觉得茫然不知所措。你们大多数人缺乏精神的独立与良好的自控,你们根本无法去把握这些显得过多的自由。

第四:大学里的辅导员与以前的班主任完全不同。以前的班主任什么都要管,就像一个苛刻的保姆,因为他们把你看成没有长大的孩子;现在的辅导员具体的事情管得少,因为他们把你当成成年人。在这一过程中,有一个非常巨大的脱节,你们在心理与智力上根本无法完成这种转型。

第五:你们大多数人缺乏清晰、明确的人生目标。到底要做怎样的人,到底要干什么样的事业,这些对于你们而言毫无概念。从小学时代我的理想,到初中时代我的将来,到高中时代我的大学,到大学时代我的迷茫,你们在这一过程中完成了人生目标的蜕变,最后剩下的是死掉的虫皮。我认为正是这五点的综合作用让你们丧失了目标。而没有方向的船,什么风都不是顺风。

你们应该找到自己的目标,不是说立刻,而是在尽量短的时间内。在这里我给你们一些建议,希望能帮助你们找到目标。

第一步:抛开所有阻碍,从专业出发,想想自己以后到底要做怎样的工作,或者怎样的事业。找一张白纸,把自己最终的决定记录下来,请不要犹豫不决。考研?考公务员?教师?技术员?业务员?其他?

第二步:利用网络和人才市场招聘启事等渠道,充分了解从事你定下的工作所需的专业技能和其他技能。这些技能的理论知识大多数是从书本上学来的,你需要做的是按照从基础到精深的顺序给自己列出一个学习书录。这个也请你写在纸上。

第三步:按书录的先后给自己分配学习时间。当然,你能分配的大多数时间应该是自己的课余时间。并且将它落实到每一学期当中,让自己每学期都有一个学习计划,每个星期,甚至每天都有学习计划!

第四步:按照学习计划,脚踏实地地去学习,并且利用一切可以利用的条件去实践。

我相信,如果每一位同学都有一个目标,你们会过得很充实,会过得很忙碌,并且会得到很多。所以,请每一位同学都给自己定下一个目标吧。

生活就像巧克力盒,你永远都不知道下一颗会是什么滋味!其实在上面四步中,一、二、三步都是非常容易实现的,最难的是第四步,要做到确实不容易。

首先,在你们身边有太多混日子的大学生,他们过着同龄人向往的潇洒生活,要做到第四点,你们需要克服大环境的影响。

其次,大学里有太多的诱惑。QQ里又发出了让人手痒的声音;网络游戏里又发出了让人兴奋无比的厮杀声;路边小树下又站着一对相互依偎的情侣……要做到第四点,你们需要拒绝这些诱惑,在别人眼里像苦行僧一样在大学里穿行。

最后,你们要耐得住孤独与寂寞,这好像是与大学生活格格不入的。但是成功与伟大的人都是孤独与寂寞的,他们在忍耐的过程中培养了超强的毅力与过人的智慧。

有一种叫秃鹰的动物,它有锐利的喙喙与锋利的爪子。可是随着年岁的增长,它的尖喙喙会越来越长,长得让自己无法去叮啄猎物;它的爪子之间会长出厚厚的肉蹼,把爪子都连在一起,让它无法去抓捕猎物。没有食物就要死亡,这是不变的法则。对它而言,死好像是唯一的出路。但是,它却做出了让人类震惊的选择:它把自己的喙喙在坚硬的岩石上反复地叮啄,折断长的部分,直到恢复以前的锐利;用喙喙把爪子之间的肉蹼啄烂,虽然血肉模糊,痛得发抖。这个过程足足要持续一个多月,然后它们如同往昔一样又在天空里骄傲地飞翔了。

这是一个痛苦、伟大、新生的过程。人生,难道不是一样吗?

也许有人会问:为什么别人可以潇洒地生活,而我却要痛苦地拼搏。我把它换成另外一个问题:读大学到底是享受生活还是塑造自我。

有许多同学在刚进大学的时候都去尝试过竞选学生会、各种社团的干事与干部。事后,有许多同学都发出了这样的感叹:不公平,做什么都要凭关系。我倒想请问,学校尚且如此,社会又怎样呢?社会上对权术、关系、金钱不是玩得更彻底吗?以后你到底凭什么在社会上立足?要权力没权力,要关系没关系,要钞票没钞票,那到底还有什么呢?大学毕业初期,你们要么从事管理工作,要么从事技术工作。但是你没有权力,没有关系,没有钞票,要想从事比较好的管理工作,要想得到四位数以上的月薪,难道不是南柯一梦吗?你最好的选择是从事技术工作,但是这需要真才实学,大可不凭谁权力大、关系硬、钞票多。

当你们大学毕业以后,突然发现自己除了拿到一个大学毕业证,除了能说一点好像很深邃的话题,并没有学到真正过硬的本领。你们做的工作会比别人好多少?也许只是名称好听点而已,也许只是任何人都可以做的而已。到那时,你们是不是还要怨天尤人?

我们每一个人都想过上高质量的生活,都想让自己的至亲过上无忧的生活,都想在世上留下自己价值的痕迹,但这些不是在享受中就可以实现的。上天给了我们每个人一双手和一个大脑,就是要让我们去创造与思考。大学这段时间是你们最佳的学习时间,所以请你们放弃享受,努力地重塑自我,为以后的腾飞积聚力量。

既然是谈大学生活,那么爱情是一定要谈的。大学里面聚集的正是青春期的少男与少女,爱情在这里不可避免地发生。但不知何时起,大学生们开始感情泛滥。现在大学生的情感里面夹杂了太多的功利、欲望和放纵。每年毕业时,情侣们最后一顿饭,最后一次拥抱,最后一次亲吻,然后转身离开踏上各自的旅途,从此把这段感情遗忘,就像从来没有发生一样。

爱情只是被当成了一种需要。大学里有许多人要抓住爱情或是被爱情抓住。但是我希望你们的爱情是真诚的,是认真的,是纯洁的,是本色的。如果你觉得他很帅,想去和他谈恋



爱,请三思;如果你觉得她很美,想去和她谈恋爱,请三思;如果你觉得很孤单,想去找一个人谈恋爱,请三思;如果你只是因为听了朋友的几句言语,就去和某个人谈恋爱,请放弃。“爱”字实际上已经清楚地表明它的对象:下面的“友”字说明你应该很了解他(她),他(她)应该是你的朋友;“冂”说明你要在这些朋友之间认真选择;“丿”说明你只能在精挑细选中选出一个作为你的爱人,其他人只能作为你的朋友。请珍惜自己的情感,否则它会变得很廉价。爱情是什么?这个你们心里应该清楚。我觉得:因为优秀而被吸引,因为吸引而被爱,因为被爱而学会爱,这才是爱的过程。

写到这里,想说的话差不多说完了。这四千多字看起来挺累的,真心希望能给你们带来或多或少的帮助。如果你觉得没有什么帮助,请把它撕烂扔掉,请原谅我的冒失;如果你觉得有所帮助,请把它珍藏,并安安静静地多看几遍。

同学们,你希望自己的大学应该怎样度过?

——摘自:360doc 个人图书馆 <http://www.360doc.com>

## 第一节 认识职业

### 一、什么是职业

谈起职业,同学们也许并不陌生。首先你们的父母亲友,他们或是工人,或是农民,或是教师,或是医生,或是机关工作人员,或从事其他工作。他们每天奔波忙碌,辛勤工作,供你们读书上学,维系着家庭的生活和幸福。这些工作就是职业。

#### (一) 职业及其功能

简单地讲,职业就是人们从事的有比较稳定的合法收入的工作。准确地说,职业是劳动者以获取经常性的收入为目的而从事的连续性的、相对稳定、合法的社会劳动。

职业由三个基本要素组成:一是劳动;二是有固定的报酬或收入;三是要承担一定的职责并得到社会的承认。

对于个人来说,职业具有三个功能:谋生的手段;为社会做贡献的岗位;实现人生价值的舞台。三者密不可分,其中“谋生”是基础,“奉献”是过程,“价值”是结果。可以说,职业是幸福生活的源泉。

#### (二) 职业的特征

职业与人类的社会生活息息相关,随着社会的发展而产生和发展。职业是一种具有报酬的社会劳动,具有八个基本特征。

### 1. 社会性

职业的社会性,首先,表现在任何一种职业都不能独立存在,而只是整个社会生产、生活体系中的一个环节;其次,每个职业的从业人员都处在一定的社会环境中,从事着与其他社会成员相关联、相互服务的社会活动;再次,每一种职业都必须有一定规模的从业人数。

### 2. 稳定性

职业的稳定性,即某个职业的产生并不是基于社会某种临时性的需要,每种职业都有较长的生命周期。

### 3. 目的性

职业的目的性,也叫有偿性或经济性。任何一种职业劳动都能得到现金或实物回报,人们从事某种职业的一个重要目的就是谋生。通过自己的劳动,换取相应的经济报酬,并以此作为维持、丰富生活的主要收入来源。

### 4. 规范性

职业的规范性也就是合法性。它有两个方面的含义:一是职业必须符合社会主流道德;二是职业必须符合国家规定。

### 5. 专业性

职业的专业性,是指不同的职业在劳动内容、劳动方式、劳动手段等方面所具有的专业特点。例如,汽车修理工要有汽车构造等方面的知识,并具备汽车故障分析诊断与维修能力。

### 6. 多样性

职业的多样性,是指职业存在于社会的政治、经济、文化、教育、军事、外交等一切领域,在每个领域中又有不同的种类,比如在文化领域中有演员、作家、编辑等,在教育领域有教师、工勤人员等。

### 7. 技术性

职业的技术性,是指不同的职业都有具体的知识、技能和技巧要求。技术性是一切职业的共有特性。在现代社会里要从事某些职业,必须经过一定时间的知识和技能培训。

### 8. 时代性

职业的时代性,是指职业随着时代的变化而变化。随着社会的发展进步,某些职业会消失,新的职业会不断产生,原有的职业也会获得新的时代内容。

## 二、产业、行业与职业

在了解了职业的定义、功能与特征后,作为未来的从业者,还应进一步了解职业在国民经济发展中的地位,以及它与行业、产业结构之间的关系。

### (一) 产业与职业

任何一种职业都可以分属国民经济的某一产业和某一行业,职业类别也是以产业行业类型为基础划分的。

产业是国民经济活动的最基本类型,是由社会分工而独立出来的、专门从事某一类别生产经营活动的单位的总和。国家统计局把我国产业分为三大类:第一产业包括农业、林业、畜牧业、渔业,简称农林牧渔。第二产业是指广义的工业,又可分为重工业和轻工业,包括制造业、采掘业、建筑业等。第三产业是指广义的服务业,也就是为社会公众提供社会性服务的非物质生产部门,包括流通部门、服务部门、教科文卫体育部门、机关团体等。

在社会分工中,第一和第二产业是物质生产部门,是第三产业发展的基础。第三产业是流通和服务部门,它虽然不直接从事物质生产,但可以促进整个社会和经济的发展。

职业存在于产业之中,每一种产业都包含着多种职业。在三大产业中,第二、第三产业包含的职业最多。

### (二) 行业与职业

行业是根据社会分工对产业的进一步细划,是根据单位所使用的加工原料、所产生的物品或提供服务的不同来表示的社会分工类别。根据国家有关部门颁布的国民经济行业分类和代码,我国国民经济划分为十六个行业大类,它们分属于三大产业。

#### 职业专栏



#### 我国国民经济的十六个行业类别

1.农、林、牧、渔业;2.采掘业;3.制造业;4.电力、煤气和水生产供应业;5.建筑业;6.地质勘查业、水利管理业;7.交通运输存储和邮电通讯业;8.批发零售贸易和餐饮业;9.金融保险业;10.房地产业;11.社会服务业;12.卫生体育和社会福利事业;13.教育、文化艺术和广播电影电视业;14.科学研究和综合技术服务业;15.国家机关、党群组织和社会团体;16.其他。

职业与行业之间相互交叉,一种行业当中包含着许多职业,同一种职业也可以存在于多个行业中。各种职业之间存在着密切的联系,它们共同推动着一个国家国民经济的正常运转,整个国民经济的分工体系正是由产业到行业再到职业这三个层次组成的(表 1-1)。

表 1-1 整个国民经济的分工体系

产业层次	主要行业	典型职业
第一产业	农业、林业、渔业、畜牧业、采矿业	农民、林业工人、牧民、渔民等农林牧渔劳动者,管理人员和专业技术人员等

续表

产业层次	主要行业	典型职业
第二产业	制造业、水的生产和供应业、电业、燃气业、建筑业等	经营管理人员,如经理、生产主管、营销策划等;工程技术人员,如工程师、设计师等;技术工人;辅助人员,如保管员等
第三产业	除第一、第二产业以外的其他行业	经营管理人员、营业员、导游、律师、会计师、教师、医师、摄影师、美容师、厨师、服务员、维修技师、公务员等

### 三、现代职业的多样性与发展趋势

职业的大千世界可谓五彩缤纷,当今世界职业有多少种呢?这是一个很难确切回答的问题。

#### (一) 职业的种类

世界各国由于经济发展、社会生产力水平不一,职业种类也不相同。从美国、加拿大等发达国家的统计资料看,职业已达2万多种。我国的职业种类虽然远不及发达国家,但随着经济的发展,特别是受世界经济一体化的影响,职业的种类也在不断增加。1999年,劳动和社会保障部制定的《中华人民共和国职业分类大典》,将我国职业分为8大类,66个中类,413个小类,1838个细类(职业)。

#### 职业专栏



#### 《中华人民共和国职业分类大典》所分8大类职业

1. 国家机关、党群组织工作人员、企事业单位管理人员
2. 各类专业、技术人员
3. 办事人员和有关人员
4. 商业与服务人员
5. 农、林、牧、渔业生产人员
6. 生产人员、运输人员和有关人员
7. 军人
8. 不便分类的其他劳动者

职业的种类与一个国家的经济、科学、社会发展密不可分,随着社会、经济发展和科技进步,新的职业不断产生。比如房地产业、保险业、咨询服务业、金融投资业等都是在改革开放

以后产生和发展起来的,随之也就产生了一批如房地产和证券经纪人、评估师、理赔师、证券分析师、商务策划师、保险代理、专利代理、信息咨询师、职业指导师等职业。近几年,劳动和社会保障部每年都要公布一批新增职业。当然,有些职业也在随着社会的发展而逐渐消失,比如猎手、巫师、杂耍艺人、报幕员等。

当然,社会分工不是影响职业的唯一因素,某些职业的发展还与一定的社会制度、政府的政策等有关。不同的国家还有反映民族特点的职业,像西方国家的牧师、日本的相扑运动员、我国的针灸师和武术师等,都是颇具本国特色的职业。

## (二) 职业的发展趋势

随着社会的发展和城市化的推进,第一产业的从业人数将加快向第二、第三产业转移,与第三产业有关的职业将得到继续发展,新的职业将不断产生,一些旧的职业会逐渐被淘汰。

第三产业的发展规模,是衡量一个国家经济发展程度的重要标志之一。发达国家第三产业的产值占国民生产总值的比例在 60%~70%,中等发达国家的比例也在 50%以上,而我国目前刚刚超过 30%。随着国家产业结构的调整,第三产业将有较大发展空间,提供的就业岗位会越来越多,很多新兴职业也将在这一领域出现。

## 拓展阅读

### 互联网+时代,这些职业你听说过吗?

“互联网首席执行官”“机器人维修工程师”等职业你听说过吗?了解他们是做什么的吗?自李克强总理提出的“互联网+”概念以来,不论是传统行业的转型还是新兴领域创业,都离不开“互联网+”,互联网+时代已然来临。这些新兴职业,便是火爆的“互联网+”话题引发的职场变动产物。

在这些新兴职业里,大数据领域及互联网科技领域几乎包揽了全部份额。伴随着“互联网+”的热潮,这些新兴职业的从业者也开始粉墨登场,在各行各业开始发挥他们的能量。

#### • 互联网首席执行官:互联网最大 Boss

互联网首席执行官是那位帮助传统企业实现“互联网+”转型的最重要负责人。互联网首席执行官需要制定和执行集团的信息技术战略规划和实施方案,致力于帮助信息技术专业人员快速发展,并满足客户的需求。这个职位除了需要拥有强大的团队管理经验,还需要有计算机、通信、电子或网络工程相关的专业能力来 hold 住全场。

#### • 机器人维修工程师:互联网“玩”出来的新职业

互联网+时代的到来,使机器人等行业迎来发展的春天,机器人维修工程师等新兴职业也随之出现。他们除了扎实的自动化、电气、机械方面良好的技术基础,还需要对新兴事物有强大的热情及创造力。从实现机械自动化到出现机器人维修工程师,档次

好像提升了很多呢。

### • 大数据咨询师:理解大数据的人

如果你喜欢解决当今世界上最复杂和最大规模的数据挑战,如果你希望通过大数据运算将客户的成本降到最低,那么恭喜你,大数据咨询师是你的理想职业。这一职业主要负责与大数据相关的发展战略、数据分析及数据挖掘等工作,需要具备计算机、互联网产品规划等技能,拥有较强的学习能力、交流表达能力、逻辑思维能力、抗压能力,以及沟通服务、团队合作意识,是一个企业中不可或缺也不可替代的职位,这个职位的主要工作是帮助客户和合作伙伴从大数据中获得具有商业价值的信息。

面对大数据咨询师这一新兴职业,你是否也心动了呢?亚马逊在领英(LinkedIn)发布了大数据咨询师职位,应聘者多为高级经验资历,对云计算、商业智能、大数据等技能有着较好的掌握,并多为计算机科学、信息科学专业的本科学历获得者。如果你也想成为大数据咨询师,可以仔细对比下其他求职者的背景,并在自己的领英档案中突出自己应聘这个职位的优势吧!

### • 大数据工程师:玩大数据的人

在得到大数据咨询师提供的相关数据后,就轮到大数据工程师华丽登场了。基于大数据咨询师给出的数据,大数据工程师将为你提供详尽的解决方案。如果说大数据咨询师是理解大数据的人,那么大数据工程师就是“玩”大数据的人。大数据工程师的工作相对于大数据咨询师更为深入,对大数据进行挖掘分析后需要做出相对应的解决方案,且参与大数据项目开发架构设计、编程开发等工作,同时负责将大数据技术领域趋势与实际业务相结合。

### • 微信运营编辑、新媒体营销专员、创新研究员:新媒体“三剑客”

每天刷微博、微信的时候,你有没有好奇他们背后的运营人员是如何进行操作的,并希望自己也能成为其中一员呢?微信运营编辑、新媒体营销专员及创新研究员这新媒体“三剑客”,便是伴随新媒体发展应运而生的。想要做好这个职位,首要条件是对微博、微信等新媒体接触时间长且有深入的了解与浓厚的工作兴趣,其次是拥有优秀的写作能力和传播思维,能随着快速变化的新媒体环境而学习变化,还需要具备团队沟通合作意识及良好的执行能力。

## 第二节 职业对个体的意义

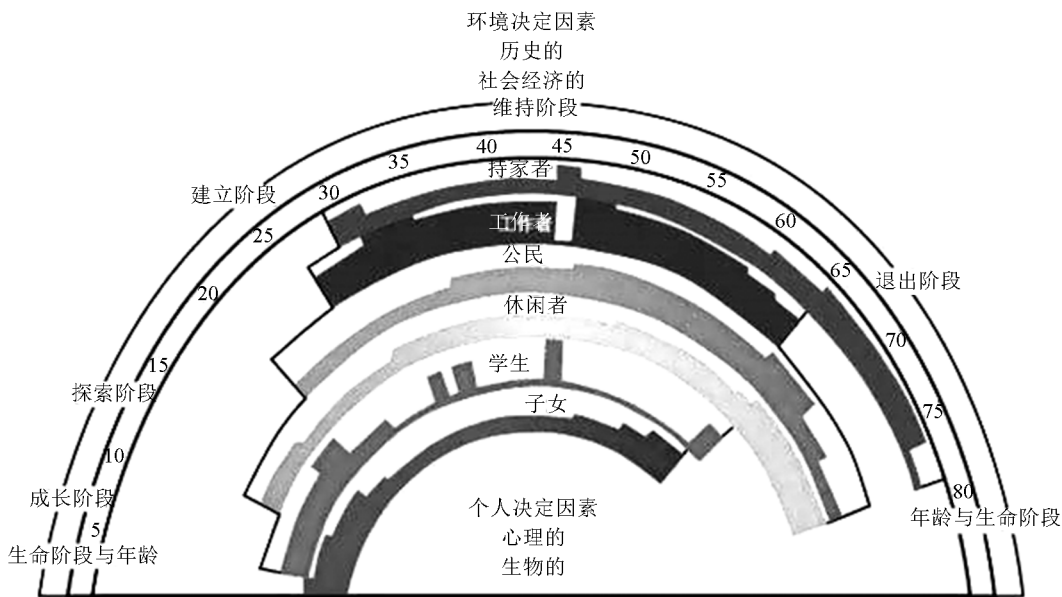
每个人来到这个世界,都面临一个终生课题——自我发展。简单地说,发展就是由低一级水平向高一级水平推进的过程。人生的发展既有其客观规律,又有相当大的可变性。就其客观规律而言,每个人都要经历大致相同的发展阶段,从嗷嗷待哺到追逐嬉戏,从上学读

书到成家立业……就发展的可变性而言,一则,发展不是一个纯粹自然的过程,而是一个人在环境中通过实践活动而进行的;二则,个人的发展水平很大程度上取决于自身的努力程度。在现代社会中,工作在人们生活中起到了越来越重要的作用,并在人们的生涯历程中,占据了相当长的时光,它是一个人投入时间和精力最多的人生组成部分。如何充分地利用职业生涯这一时段,使个人得到进步、成长,有所成就,从而实现人生价值,就成为我们人生当中的重要课题之一。

## 一、职业是实现人生发展的载体

在人的一生中,我们需要扮演六种主要角色:孩子、学习者、休闲者、公民、工作者、持家者。不同时期不同角色的组合就构成了我们独特的生涯形态,个人也是通过扮演这些角色来寻求人生需求的满足,实现人生价值的。

20世纪80年代初,生涯辅导大师舒伯(super)为了综合阐述生涯发展阶段与人生角色彼此间的交互影响,创造性地描绘出生涯彩虹图(如图1-1所示),形象地展现了人生发展的时空关系。



一生涯的彩虹图 (萨珀, 1980年)

图 1-1 生涯彩虹图

在生涯彩虹图中,最外层代表横跨一生的生活广度,又称为生涯发展的大周期,分为成长阶段、探索阶段、建立阶段、维持阶段和退出阶段。里面的各层代表纵观上下的生活空间,

由一组角色所组成：子女、学生、休闲者、公民、工作者和持家者。各种角色之间是相互作用的，一个角色的成功，将会为其他角色的扮演提供良好的基础。但是，如果在一个角色上投入过多的精力，而没有很好地平衡协调各角色之间的关系，就会导致其他角色扮演的失败。比如，现实生活中，常会看到有的人过分投入工作而忽视家庭，从而导致家庭不和谐，进而对其个人的人生满意度带来负面影响。因此，成功的人生应该包括四个方面：身体健康、家庭和谐、子女自立成才和事业有成。鉴于此，成功的职业生涯规划不仅要考虑如何扮演好工作者角色，还要考虑如何扮演好人生其他角色。只有将各个角色在空间和时间上很好地组合起来，才能满足我们的人生需求，实现我们的人生价值。

在生涯彩虹图中，每一个阶段对每一个角色的投入程度可用涂黑的阴影来表示，越多黑色表示该角色的投入越多，越多空白表示该角色的投入越少。生涯彩虹图对自身在各人生发展阶段如何规划各种角色，过上有价值、有意义的人生具有非常重要的指导作用。

职业生涯贯穿我们的一生的大部分时间。每个人在实现职业生涯宏伟目标的过程中，都会经历不同的发展阶段，有着不同的职业需求和人生追求。不同阶段的任务，组成一个人向职业生涯顶峰攀登的崎岖之路，同时也将决定未来的职业生涯去向。

在现代社会中，工作是绝大多数人获得经济的、社会的和心理的回报，从而能满足自身生存和发展需求的主要手段。现时，扮演好工作者角色，在职业生涯发展中有所成就，也能很好地支持其他人生角色的扮演。可以说，职业生涯是人生全面发展的重要载体，而人生全面发展是成功的职业生涯的最终目的。

## 二、职业发展与人生需求满足

相信每个人都希望在自己的人生中实现较高层次的需求，最终能够实现自我价值。但高层次需求并不是随心所欲就能实现的。实现人生较高层次的需求与个人的职业生涯发展程度是密切相关的。人生需求与职业生涯发展的关系，如图 1-2 所示。

从图 1-2 可以看出，职位选择阶段是一个人职业生涯发展的第一步。在此阶段，个人依其职业价值观、兴趣、性格、能力素质对所从事的职位进行匹配性选择，工作还只是个人谋生，满足其生理需要和安全需要的一种手段。随着个人知识的丰富、能力的提高以及个人与职位的匹配性和适应性的提高，个人的职业生涯也就进入了第二阶段——职业阶段。在此阶段，工作成为发挥个人才干，满足其归属与爱的需求、尊重的需求、认知需求及审美需求的一种手段。当个人的职业生涯进入事业阶段后，个人不再把工作当作一种生存的手段，而是实现其人生价值的手段。在此阶段，虽然工作负担重、责任大，但总是以工作为乐，在工作中总有不完用的激情。个人通过工作满足其自我实现需求及自我超越需求。

需要强调的是，较高级的人生需求，如归属与爱的需求、尊重需求、自我实现需求是无限



的,必须通过满足社会公众和他人的需求才能实现。而所有这些需求都要通过职业生涯活动来丰富。通过从事一份职业,我们获得生命赖以存活的食物、水等物质;通过从事一份职业,我们能够拥有一个安全舒适的住房以休息放松;通过从事一份职业,我们获得人们的认可、尊敬、友爱,享受美好生活;通过从事一份职业,我们能够发挥自己的潜能,实现自我价值,体验到幸福的成就感。

然而,有一份工作就能保证我们实现所有这些需求吗?高级人生需求能否实现很大程度上依赖于我们的职业生涯发展状况,很难想象一个抱着“当一天和尚撞一天钟”的心态浑浑噩噩度日的人能充分体会到上述高级需求,感受到人生成功的快乐。谁都希望能在自己的职业生涯中有所建树,特别是大学生,更是对未来事业之途充满很高的期望,并愿意为成功付出辛勤努力,但是要想成功仅有主观努力是不够的,关键在于是否选择了正确的职业生涯发展方向。

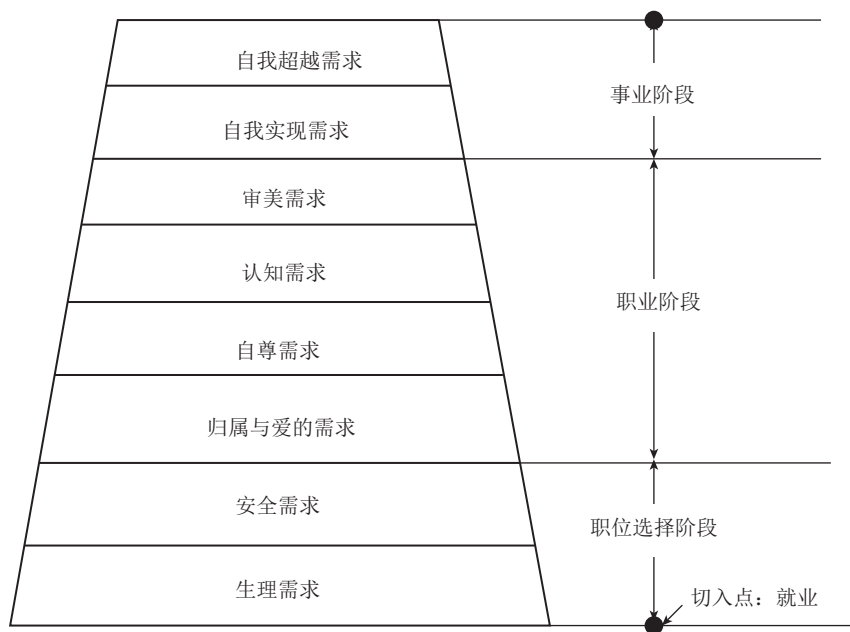


图 1-2 人生需求与职业生涯发展的关系

一个人的职业生涯是生命、生活的重要组成部分,选择了一份职业,就是选择了一种社会角色,进而选择了一种生活方式。每个人都应该是自己人生事业的规划者和耕耘者,规划自我发展的蓝图,为实现自我价值创造机会,并扬长避短,最终迈向成功。

人生就好像爬山一样,你唯有怀抱勇攀高峰的雄心壮志,才有可能登上事业的顶端。积极进取的人生态度是职业发展的基石。“你不能决定生命的长度,但你可以拓宽它的广度;你不能左右天气,但你可以改变心情;你不能改变容貌,但你可以展现笑容;你不能控制他

人,但你可以掌握自己;你不能预知明天,但你可以利用今天;你不能样样胜利,但你可以事事尽力!”这就是积极进取的人生态度的生动写照。

### 三、人生目标定位

真正的成功是多元化的。成功可能是创造了新的财富或技术,可能是为他人带来了快乐,可能是在工作岗位上得到了别人的信任,也可能是找到了回归自我、与世无争的生活方式。每个人的成功都是独一无二的。所以,凌志军在其《成长》一书中得出的重要结论是:“成功就是成为最好的你自己。”也就是说,成功不是要和别人相比,而是要了解自己,发掘自己的目标和兴趣,努力不懈地追求进步,让自己的每一天都比昨天更好。

职业成功必备的基本要素是目标、信心和行动。一个人既要确定人生的总目标,又要确定达到总目标的阶段性具体目标。人生的意义在于目标的追求与实现,人生就是一个不断打破现状、追求超越自我的过程。一个人的职业生涯尤其如此,必须瞄准顶峰的目标,步步攀登,才能成功。职业成功离不开信心,要想做一个成功者,首先一定要有坚定的信念和意识,明白人生掌握在自己手中的道理,这是成功的先决条件。行动是获取职业成功的关键,如果不付诸实践,信心和目标最终只能成为空谈。

由此可见,一个人要想获得职业成功,必须做到以下几点:一是要积极主动,坚持不懈,保持旺盛的激情,并始终充满信心和热情,锲而不舍、脚踏实地去争取,一分耕耘、一分收获。二是适应环境和形势,不断创新。社会大环境不是一两个人能改变的,作为个体要适应这种外在的环境形势,并不断地调整自己的想法和活动,适应环境的要求与变化以达到成功。三是善于把握机遇,在职业生涯中,把握住了机会,成功往往就在一瞬间。四是有超前的战略眼光,要有远见、有见地,许多时候如果能比别人早行动一点,就占了主动。五是要利用好时间,提高效率,做好时间管理。

在历史的长河中,社会在不断进步,职业也在不断地发展。社会的发展直接推动着职业的发展,职业的发展也对社会的发展产生了重要作用,同时对人们的择业观念也产生较大的影响。

哈佛大学做过一个非常著名的关于目标定位对人生所产生的影响的跟踪调查,调查对象是一群智力、学历、环境等条件都相当的年轻人。调查显示:27%的人没有目标定位,60%的人目标定位模糊,10%的人有清晰而短期的目标,3%的人有清晰且长期的人生定位。

25年的跟踪调查发现,他们的生活状况与其目标定位有极大的关系,定位决定了他们日后的发展,目标定位对人生道路有巨大的导向作用。

那3%的人,25年来都朝着同一方向不懈努力,坚守目标。25年后,他们几乎都成了社会各界的顶尖成功人士,许多人成为行业领袖和社会精英。

那 10% 有清晰短期目标的人,大都生活在社会的中上层。他们的短期目标不断实现,生活状况稳步上升,成为各行各业出类拔萃的人物,如工程师、企业家、大学教授等。

那 60% 的目标模糊者,几乎都生活在社会的中下层,安于现状,属于做社会的蓝领阶层,没什么特别的作为。

其余占 27% 的无定位者,都生活在社会的最底层,常感到没有出路,靠领社会救济金过日子,常常失业,抱怨社会,抱怨他人,抱怨人生,不知道自己到底要干什么,更不知道如何努力,因为他们一直就不知道路在何方。

为什么如此多的人没有明确的人生定位呢? 主要有以下几个原因:

第一,习惯思维禁锢着人们。

第二,不知道如何定位。

第三,不懂得“根据资源匹配定位人生”的原理。

第四,害怕自己因实现不了目标定位而失面子。

生活中有许多人一直在抱怨没有出路,其实是因为他们没有人生目标。没有目标定位,人生就像被蒙上眼睛的驴子,只会围着磨盘在原地打转,永远平庸,永远走不出周围那狭小的天地。有无出路的本质差别不在于天赋,不在于机遇,而在于是否有明确的人生目标定位。有了定位,就知道自己的出路在哪里。如果没有定位,我们每天清晨起来将茫然四顾;如果没有目标,我们的终日忙碌将毫无意义。

可见,规划对人生有巨大的导向性作用。成功,在一开始仅仅是一种选择,你选择什么样的规划,就会有怎样的人生。在一个人有限的生命中,职业生涯往往占有绝对重要的位置。据调查统计,大部分人平均职业生涯占可利用社会活动时间的 71%~92%。职业生涯伴随了我们的大半生,拥有成功的职业生涯才可能实现完美的人生。

### 第三节 职业生涯规划的内涵

职业生涯规划的目的不仅仅是帮助大学生找到一份工作,更重要的是帮助大学生真正了解自己,正确估量内、外环境的优势和限制,为自己策划和设计出合理可行的职业生涯发展方向,并运用适当的方法,采取有效的措施,克服职业生涯发展中的困难和障碍,使自己的才能得到充分发挥,从而实现个体职业生涯的可持续发展,最终实现自己的职业生涯目标和人生理想,获得事业上的成功。

### 一、什么是职业生涯规划

职业生涯规划简称生涯规划,又叫职业生涯设计,是指个人和组织相结合,结合自身条件和现实环境,在对个人职业生涯的主客观条件进行测定、分析、总结研究的基础上,对自己的兴趣、爱好、能力、特长、经历及不足等各方面进行综合分析与权衡,结合时代特点,确定其最佳的职业奋斗目标,选择职业道路,制订相应的培训、教育和工作计划,并按照职业生涯发展的阶段实施具体行动以达到目标的过程。职业生涯规划的目的绝不只是协助个人按照自己的条件找一份工作,达到和实现个人目标,更重要的是帮助个人真正了解自己,为自己定下事业大计,筹划未来,拟定一生的方向,进一步详细估量内、外环境的优势和限制,在“衡外情,量己力”的情形下设计出各自合理且可行的职业生涯规划发展方向。

职业生涯规划的主要目的就是要解决“干什么”“何处干”“怎么干”“以什么样的心态干”的问题。“干什么”即是根据自己的兴趣、理想、专业去选择职业方向。“何处干”就是确定职业发展的地点。“怎么干”实际上就是确定自己在职业人群中的位置,即根据自己的实际水平,在择业时对职位、薪资、工作内容等做好判断和把握。“以什么样的心态干”就是稳定自己的心态,敢于直视就业过程中的困难和问题,始终坚定地按照自己的正确计划去实现理想。

职业生涯规划不等同于人生规划。人生规划就是一个人根据社会发展的需要和个人发展的志向,对自己的未来发展道路做出一种预先的策划和设计。人生规划一般包括健康、事业、情感、晚景四个部分的规划内容,其中事业规划又包含职业规划和学业规划两个部分。

### 二、职业生涯规划的意义

尼采说:“懂得为何而活的人,几乎任何痛苦都可以忍受。”

假想你是一位旅行家。你可以用自己的步调和韵律,走到任何你想去的地方。

- A.你会选择什么目的地?
- B.出发前,你会做哪些准备?
- C.你会选择走哪种路以到达目的地?
- D.你为什么会做这样的选择?

这些问题,也是生涯规划者会思考的问题。目的地,就是一个人的愿景、使命和目标;起始点,则是一个人的现况和资源;道路,是生涯发展时的路径;而“为什么”,则是追寻自己生命意义的敲门砖。

多数的旅行者,在上路前,对于目的地都抱有憧憬,充满着理想和幻想。第一次出门的

旅行者,通常在考虑自己的时间和经济能力后,会选择一家信誉不错的旅行社,随团出游。但在旅行的过程中,经常会发现,大众路线未必能满足自己底层的需求,而且赶鸭子似的攻占景点,“上车睡觉、下车拍照、回家什么都不知道”,很难让人能充分地享受其中。因此,下次出游时,就会做一番调整,选择较适合自己的方式——跟随风格特殊的旅行社、改为自助式旅游等方法。

生涯规划的过程,也和旅游类似。初次上路的生手,常受外界因素的影响,先走再说、且走且战,但是这种无法以自己的“志趣”为主轴的生涯发展,通常在不久之后,就会使人陷入泥淖,疲惫不振。在这种危机时刻,若能学习生涯规划的内容和步骤,重新思考自己的方向,拟订一个甘心情愿的行动计划,步步为营,则有机会化危机为转机。

### 三、职业生涯规划的基本步骤

一个系统的生涯规划应当包括觉醒与承诺、认识自己、认识工作世界、决策、行动、再评估/成长等六个步骤。

#### (1) 觉醒与承诺——我的职业目标是什么？

了解到生涯规划的重要性和作用,并愿意花时间来规划自己的生涯。但也要了解,有时我们所播下的种子,未必能马上发芽。生涯是一个过程,并不能马上为自己带来理想的工作。

#### (2) 认识自己——我是谁？我的兴趣和特质是什么？

系统化职业规划是一个“从内而外”的过程,因此在进行职业规划时,要诚实地问问自己:我有哪些人格特质?我的兴趣是什么?哪些东西是我生命中不能缺少的?我最看重什么?我有哪些技能是与众不同、赖以生存的?

#### (3) 认识工作世界——我向往的职业究竟要求什么？

职业的分类和内容,专业与职业的关系,工作世界的宏观发展趋势,具体职业对工作人员的要求、条件和待遇等,继续教育方面的选择,以及获取以上信息的方法有哪些。

#### (4) 职业决策——在职业世界里,我该如何取舍？


选择与决定、综合与评估信息、目标设立与计划、处理决策过程中的各种问题(生涯信息、障碍)。

#### (5) 行动——我已经做了什么？我还能做什么？

将全部的探索和思考进行落实的阶段,包括求职准备、信息获取、制作简历、面试、保持积极心态。

#### (6) 再评估/成长——成长与发展。

当学生在实践中迈出生涯的重要的一步——进入工作世界时,随着外部环境的变化,他



## 大学生职业生涯规划

们或许继续沿着过去的规划前进,也有可能发现过去的规划已不适合自己的,或者发现过去的规划并不尽如人意。这就需要再次进行生涯探索,修正生涯规划。所以说,生涯规划是一个循环的过程,需要一辈子来探索。



---



### 本章习题

结合自己的实际经历,思考职业生涯规划的意义和价值。

## 第二章 职业发展理论

我和你没有什么差别。如果你一定要找一个差别,那可能就是我每天有机会做我最爱的工作。如果你要我给你忠告,这就是我能给你的最好忠告了。

——沃伦·巴菲特



### 知识目标

- 了解大学生涯对职业发展的影响因素。
- 理解大学教育与人生发展的起点、人生发展的格局、人格气质的优化和人生选择的机会成本间的关系。
- 明确职业划分与职业定向的内涵关系。

### 能力目标

- 能用其中的职业选择匹配理论与职业生涯发展阶段理论来指导自身的职业规划,设计个性未来。

### 引导案例

#### 读大学,究竟读什么

深圳鸿儒堂文化传播有限公司董事长覃彪喜说过:“一个大学毕业生的价值,不是取决于他在大学期间学到了多少实用的专业技能,而是取决于他是否具备了一种批判性、创造性的思维能力。敢不敢创新,能不能创新,这才是大学毕业生从茫茫人海中脱颖而出的根本所在。”读读他的文章“用一种思考的姿态读大学”,也许你会明白读大学,究竟应该读什么。

#### 换种思路学“冷门”

读大学,究竟读什么?读大学,究竟学到了什么?这是我在进入大学第一天就考虑的问题,也是我毕业后至今一直考虑的问题。为什么读大学的第一天就考虑这个问题呢?因为

我没能如愿被录取到法学专业,而是被调剂到了冷门的思想教育专业。法学专业的毕业生可以当律师、法官、检察官,师范类的思想政治教育专业毕业生可以去中学当政治老师;可是,我们非师范类的思想政治教育专业能够学什么呢?毕业后能够干什么呢?因为专业冷门,所以我们班上的同学成为了二等公民,不但那些热门专业的同学看不起我们,就连我们自己都看不起自己,对前途一片茫然。在很多教育工作者以及大学生的意识中,大学是一个学习专业知识、专业技能的地方,大学生最主要的任务就是学好自己的专业知识。一个计算机专业的学生就是要学好计算机程序开发方面的知识,一个英语专业的学生就是要全面提高英语听、说、读、写、译各方面的能力。可是,我们思想政治教育专业的学生并不能够按照这样一种思路来读大学,因为我们的专业课程根本不能为我们传授任何一种实用的技能。

既然如此,我们索性换成另外一个截然不同的思路来学习,不再拘泥于专业知识的实用性,而对一些看上去毫无意义的问题饶有兴致了。在别人看来,中国共产党思想政治教育史、伦理学、社会学、中外政治制度史这样的课程注定是枯燥乏味的,可我们却能够把这种课上得非常热闹。在老师的引导下,包括我在内的很多同学养成了一个习惯,就是敢于向教材上任何一个权威的观点发难,并综合运用各门学科的知识来自圆其说。用胡适先生的话说,就是“大胆假设,小心求证”。

有一次我们在课堂上谈到了农村家庭联产承包责任制,拥护的人和质疑的人两军对垒,针锋相对,剑拔弩张。有人说这种小农经济模式极大地束缚了农业生产力,阻碍了农业科学技术的推广与应用;有人说它导致农业产量严重不饱和,很多稻田都荒芜了,很多能种两季水稻的地方都只种一季了;还有些人索性对农民土地使用权的自由流转进行了一番分析。大家在课堂上争论得不过瘾,回到宿舍以后还打了几回“加时赛”。还有一次,我们在课堂上不经意谈到了死刑的废除问题。我对这个问题思考已久,早已在图书馆查阅了大量的文献资料,所以发言的时候从刑法理论的角度深入阐述了应该废除死刑的观点。其他同学也不示弱,纷纷从伦理学、社会学、心理学等各个角度向我表示支持或反对。

很多人都会觉得我们当年在课堂上群情激昂地探讨这些问题是毫无意义的,甚至是无聊透顶、荒谬可笑的。我承认,我的同学迄今为止没有一个人从事与家庭联产承包或者与死刑相关的工作,我们为了论证自己的“奇谈怪论”而去查阅的资料对我们现在的工作也没有任何实际、直接的指导作用。虽然大学期间这种看似毫无意义的学习,让我们这些冷门专业的学生在大学期间没有学会任何一门实用的技能,但是我们得到了一种系统的、批判性的、创造性的思维训练。而正是这种思维能力让我们在工作中敢于创新、善于创新,进而有所成就。

### 敢创新才能脱颖而出

我曾经在一家房地产公司担任过策划师,后来又去了一家广告公司做策划,正好公司要给一个新楼盘策划、拍摄一个电视广告。当时的房地产还是一个非常健康、典型的买方市场,不存在刚开盘就被抢购一空的现象,所以开发商不但舍得花广告费,而且需要广告能够吸引人。可是,我们要推广的那个楼盘实在不让人看好,户型、交通、地理位置、周边配套等



各个方面都难以提炼出像样的卖点。后来,我提议公司反其道而行之,既然所有的电视广告都在不厌其烦地讲述,我们干脆三缄其口,用电视广告的沉默来宣传这个楼盘的宁静。伴随着池塘中的荷花在月色中缓缓绽放,画面上浮现出这么一行字:“我们没有为您准备更多的声音,只为了让您聆听到荷花绽放的脚步。”结果呢,这个看似有些无厘头的“哑巴广告”获得了非常不错的市场反应,开发商赞不绝口。

我不知道这算不算得上是今天人们所谈论的“创新”,但是至少有一点应该承认:它能够为企业创造价值。而这种能力究竟是怎么得来的呢?我想,这不能不归功于大学时期那种批判性思维的训练。

工作的时间越长,我就越明确地认识到这么一点:一个大学毕业生的价值,不是取决于他在大学期间学到了多少实用的专业技能,而是取决于他是否具备了一种批判性、创造性的思维能力。人的素质差异,本质上不在于他们所掌握的知识信息量的差异,而在于他们思维能力的差异。敢不敢创新,能不能创新,这才是大学毕业生从茫茫人海中脱颖而出的根本所在。

在大学里,不同专业的学生所学习的课程是截然不同的,但是他们学来的思维能力却是相通的。例如,一个法学院的学生在上刑法课的时候,对《中华人民共和国刑法》第二十条第三款规定的无过错正当防卫制度提出了质疑;与此同时,一个历史系的学生在课堂上就中国进入“两半社会”以后的社会主要矛盾发表了一番奇谈怪论。虽然这两个学生基于自己的专业考虑着两个截然不同的问题,但是他们通过这种思考,最终殊途同归,培养出来的“大胆假设、小心求证”的思维能力是相通的。术业有专攻,思维能力却放之四海而皆准。

正因为如此,虽然我这个思想政治教育专业的毕业生无法找到与专业对口的工作,但却可以迅速融入到与专业完全不对口的房地产、广告、IT、新闻出版等多个行业领域。其实,一个毕业生能不能胜任某个行业的工作,他是否具备相应的专业知识往往是次要的,而这种批判性思维能力才是关键。因为,专业知识往往很快就可以学会,而思维能力的训练却需要相当长时间的积累。我在武汉大学做讲座的时候,对编辑出版专业的学生说:如果你们满足于编辑出版方面的专业知识,或者说,你们单纯把编辑出版作为一种技能来培养,那么,你们永远也成不了一名优秀的图书编辑。对于一名出版社的编辑来说,最重要的不是懂不懂勒口、印张之类的专业术语;而是能不能创新,能不能策划出一本市场上还没有的图书,能不能用别人还没有用过的推广方式去营销一本图书。专业术语可以一天之内全部学会,而这种创新能力的培养却需要很多年。

当然,有一些大学生,把大学当成一所技校,满足于学习专业知识和实用技能,毕业后或许也能有立足之地,但是他们的发展空间却极为有限。在IT公司任职的时候,我的月薪上万元,而我手下的那些高级程序员们,月薪高则六七千元,低则三四千元。

我连一程序都看不懂,为什么老板反而愿意给我更高的工资呢?因为,在老板看来,知道做什么比知道怎么做更重要,开发的程序要实现一个什么样的功能,这比如何去开发这个程序更加重要。一个大学生如果把读大学理解为学技术,而忽视了思维能力的训练,不注

重创新能力的培养,那么,他毕业以后就只能是一个“高级打工仔”。

### 不要过于功利地读书

一个没有创造性思维的毕业生只能是别人手中的工具,一个没有创新能力的国家也只能成为其他国家剥削的对象。我认识许多珠江三角洲的工厂老板,他们虽然有钱,但无一例外地感到很吃力。他们辛辛苦苦地做一集装箱的鞋子卖到美国市场去,赚来的钱却比不上人家卖几台精密仪器。富士康的机器夜以继日地开动,大部分诺基亚、摩托罗拉的手机除了最核心的芯片,其余配件的生产和组装都是在那里完成的。可是,利润的大头却被芬兰人、美国人拿走了。如果中国的大学生不注重思维能力的训练和创新能力的培养,这种状况不知道还要持续多少年。

无论是在写书的时候还是在高校做讲座的时候,我都不厌其烦地劝告大学生要做到三点:第一,多读书,大学是用来读的,不是用来玩的;第二,不要过于功利地读书;第三,要用一种思考的姿态去读书。对于培养人才的教育机构与教育体制而言,也只有为学生提供思考的空闲,让他们培养一种创造性的思维能力,祖国的下一代建设者才能真正具备创新的自觉、创新的魄力以及创新的能力,我们的国家才不至于永远做一个低级的、低附加值的世界工厂,不再依赖廉价的劳动力和可怜的利润率来创造GDP,而是以无限的创造力为基础,做全球经济的发动机。

——摘自:《中国教育报》

看了上述文章,对你今后的大学学习有什么启示?

## 第一节 大学生涯对职业发展的影响

### 一、大学教育与人生发展

#### (一) 大学教育与人生发展的起点

大学是一个人生的新起点,也是人生发展的新阶段。高考决定了你上哪所大学,大学三年的学习、教育、生活将影响你未来发展的方向和格局。

连续几年的“史上最难就业季”给人的感觉就是:对于就业,“没有最难,只有更难”!今天的大学生身份不再是“铁饭碗”,只有适应市场才能生存,只有强者才能发展。

大学教育是从事社会工作的过渡阶段,为今后踏上工作岗位做最后准备。大学的专业学习将为未来的职业选择导航,为未来的职业发展做好铺垫。在此期间,大学生一定要把握人生成长的关键时期,做出如下的准备:

### 1. 培养良好的职业道德和敬业精神

职业道德是指人们在职业生活中应遵循的基本道德,即一般社会道德在职业生活中的具体体现,不同行业、不同职业有着不同的要求。敬业精神是一种基于热爱的对工作、对事业全身心忘我投入的精神境界,其本质就是奉献的精神。敬业精神决定了能把工作做到多好,职业道德决定了在职业发展的道路上能走多远。你必须爱上自己的职业,在严峻的就业形势下,不应该是你挑职业而是职业挑你,有可能在不经意间就业机会就离你而去。

## 职业专栏



### 敬业精神的构成

1. 职业理想:人们对所从事的职业和要达到的成就的向往和追求,是成就事业的前提,能引导从业者高瞻远瞩,志向远大。
2. 立业意识:确立职业和实现目标的愿望。其意义在于利用职业理想目标的激励导向作用,激发从业者的奋斗热情并指引其成才的方向。
3. 职业信念:对职业的敬重和热爱之心,表示对事业的迷恋和执着的追求。
4. 从业态度:持恒稳定的工作态度。勤勉工作,笃行不倦,脚踏实地,任劳任怨。
5. 职业情感:人们对所从事职业愉悦的情绪体验,包括职业荣誉感和职业幸福感。
6. 职业道德:人们在职业实践中形成的行为规范。

### 2. 学好专业技能知识并考取相关证书

大学的专业在很大程度上决定和影响未来职业的选择和发展,资格证书是专业知识掌握情况的反映,高职教育主要强调技能的应用与实践,更应考取相应的专业技能证书和职业资格证书,绝大多数高职院校要求学生毕业前要考取与专业相关的职业资格证书,在就业时将成为能否被录用的条件。

### 3. 学会协调人际关系

人具有社会属性,我们每天都在与人接触、与人合作,协调处理好人际关系是人作为社会群体一分子长久生存发展下去的必然要求。在大学期间要做好协调处理好人际关系的思想准备,提升自身协调处理人际关系的能力,为今后踏上社会需求发展奠定人脉基础。

### 4. 提高身体素质,养成良好的锻炼习惯

身体是革命的本钱,保持健康的身体是做任何事情的前提,正确地、科学地运用体育运动锻炼身体的基本技术、原理和方法,从而达到体育锻炼的效果,促进身体健康,增强体质。

## (二) 大学教育与人生发展的格局

格,是指人格。局,是指气度、胸怀。所谓人生的大格局,就是以长远、发展、战略的眼光

来看问题；以帮助、合作、奉献的态度来交朋友；以大局为重、不计小嫌的博大胸怀来做事情。

大学教育是实现高等学校培养目标的重要手段之一，我国高等教育的目标是培养德、智、体全面发展的社会主义事业的建设者和接班人。大学里良好的学习环境、深厚的文化底蕴的熏陶，专家教授的引导，有助于学生人生大格局的培养。

### (三) 大学教育与人格气质的优化

大学生人格是大学生具有社会意义的各种特征的统一，是各种特征的综合形式。它包括了大学生在体格上的特征，如身高、体重；心理上的特征，如智力、判断力、知觉；特殊能力，如音乐、美术、社交等；这都属于大学生个性的综合体现和本质表现。大学里优质的师资队伍、良好的校园文化环境、人文素质的提升都将优化人格气质，为人生发展奠基。

### (四) 大学教育与人生选择的机会成本

机会成本，简而言之，就是个人做选择所付出的代价。人生无时无刻不在选择，选择串联着人生。一生中，在选择某一种机会时，就意味着放弃了另一种机会。如果你选择进入高职院校求学，你的成本将是失去三年挣钱的光阴；如果你选择进入社会闯事业挣钱，你的成本便是失去大学教育。

一般来说，每次机会成本的选择都是单一的，收益与结果或许是多元化的。进入大学学习，收益不仅是毕业时所拿的毕业证书，更是综合素质的提升、人生格局的规划培养、人格气质的优化等。

## 二、大学生涯对职业发展的影响

### (一) 大学教育——职业生涯的准备

大学教育是一种全面的教育，首先是道德教育、精神层面的教育，其次才是专业知识教育；而职业生涯就是一个人的职业经历，它是指一个人一生中所有与职业相联系的行为与活动，以及相关的态度、价值观、愿望等连续性经历的过程，也是一个人一生中职业、职位的变迁及工作、理想的实现过程。职业生涯是一个动态的过程，它与在职业上成功与否无关，每个工作着的人都有自己的职业生涯。大学，一般开设名为“职业生涯规划”的课程，引领大学生树立正确的价值观、人生观和职业观。大学教育能让你更清晰地规划自己的职业生涯，使你更清楚自己的能力，注意培养并发展这份能力，使之成为你职业生涯的一把利器、成为你走向社会的许可证。

### (二) 专业技能——职业选择的基础

专业技能素质是指在教育者的指导下，通过学习和训练，日渐形成的操作技巧和思维活动能力。它是你职业选择的基础，就像是锁和钥匙的关系，一把钥匙打开一把锁，你的专业技能是打开你职业生涯的钥匙，当你学会了某一项技能后，你在选择就业时一般会选择与你专业技能相关的职业，那样你可以少走弯路，并能更快速地使自己的职业生涯发展起来。

### (三) 人格精神——职业远行的能量

人格具有稳定性。个体在行为中偶然表现出来的心理倾向和心理特征并不能表征他的人格。俗话说：“江山易改，禀性难移。”这里的“禀性”就是指人格。当然，强调人格的稳定性并不意味着它在人的一生中是一成不变的，而是随着生理的成熟和环境的变化，人格也有可能产生或多或少的变化，只是这个变化是在一定范围内相对稳定的，这是人格可塑性的一面，正因为人格具有可塑性，才能培养和发展人格。人格是稳定性与可塑性的统一。在职业生涯当中，良好的人格是你成功的前提，并能帮助你走得更远。

### (四) 师生关系——职业发展的资源

构建新型的师生关系，是职业教育长期、健康、快速发展的必要保证，新型的师生关系应当是在“以生为本”的思想指导下，建立民主平等的交往与交流，在和谐融洽的气氛中共同完成教学任务。

老师在我们人生的不同时期扮演着不同的角色，同时也与我们有着不同的关系，其中教育关系是最基本的关系，在我们的职业中，如果遇到问题，老师将会是我们的“百科全书”，替我们解答所遇到的一些难题。

## 第二节 人职匹配与大学生成才

王妍和张兰是大一的学生，看着学长学姐们面临着毕业找工作，她们俩也开始思考三年后职业选择的问题。她们一起找到就业指导老师，希望能够解除困惑，帮助以后找到合适的工作。老师告诉她们，当前大学生就业压力大，首先要摆正心态，找工作的第一步是认识自己，明白自己的人格类型；第二步是了解职业的类型；第三步是综合考虑分析后，为自己心里确定的职业做好充分的准备。下面，就让我们一起来详细学习吧。

### 一、入职匹配理论简介

入职匹配理论即关于人的个性特征与职业性质一致的理论，是现代人才测评的理论基础。入职匹配的基本原理是：不同个体有不同的个性特征，而每一种职业由于其工作性质、工作环境、工作条件、工作方式不同，对工作者的能力、知识、技能、性格、气质、心理素质等也有不同的要求，所以，在进行职业决策时，应选择与自己的个性特征相适应的职业。

霍兰德入职匹配理论认为人的人格类型、兴趣与职业密切相关，每个人都有自己独特的能力模式和人格特征，每种人格特征的人都可以找到适合自己的职业，当个人的人格特征兴趣与职业相符时，可以调动其工作热情、激发其工作潜力，并能提高其工作满意度。

### (一) 特性-因素理论

特性-因素论(Trait-Factor Theory)的渊源可追溯到18世纪的心理学的研究,直接建立在帕森斯(F.Parsons)关于职业指导三要素思想之上,由美国职业心理学家威廉斯(E.G.Williamson)发展而形成。

特性-因素理论认为个别差异现象普遍地存在于个人心理与行为中,每个人都具有自己独特的能力模式和人格特质,而某种能力模式及人格模式又与某些特定职业存在着相关性。每种人格模式的个人都有其相适应的职业,人人都有选择职业的机会,人的特性又是可以客观测量的。帕森斯提出职业指导由三个步骤(要素)组成:

第一步是评价求职者的生理和心理特点(特性)。通过心理测量及其他测评手段,获得有关求职者的身体状况、能力倾向、兴趣爱好、气质与性格等方面的个人资料,并通过会谈、调查等方法获得有关求职者的家庭背景、学业成绩、工作经历等情况,并对这些资料进行评价。

第二步是分析各种职业对人的要求(因素),并向求职者提供有关的职业信息,包括:

- (1) 职业的性质、工资待遇、工作条件以及晋升的可能性;
- (2) 求职的最低条件,诸如学历要求、所需的专业训练、身体要求、年龄、各种能力以及其他心理特点的要求;
- (3) 为准备就业而设置的教育课程计划,以及提供这种训练的教育机构、学习年限、入学资格和费用等;
- (4) 就业机会。

第三步是入职匹配。指导人员在了解求职者的特性和职业的各项指标的基础上,帮助求职者进行比较分析,以便选择一种适合其个人特点又有可能得到并能在职业上取得成功的职业。

特性-因素理论强调个人所具有的特性与职业所需要的素质与技能(因素)之间的协调和匹配。为了对个体的特性进行深入详细的了解与掌握,特性-因素理论十分重视人才测评的作用,可以说,特性-因素理论进行职业指导是以对人的特性的测评为基本前提的。

### (二) 人格类型-职业匹配理论

在人格和职业的关系方面,霍兰德在其所著的《职业决策》一书中描述了六种人格类型的相应职业。

**实际型(Realistic):**基本的人格倾向是,喜欢有规则的具体劳动和需要基本操作技能的工作,缺乏社交能力,不适应社会性质的职业。具有这种类型人格的人,其典型的职业包括技能性职业(如一般劳工、技工、修理工、农民等)和技术性职业(如制图员、机械装配工等)。

**研究型(Investigative):**具有聪明、理性、好奇、精确、批评等人格特征,喜欢智力的、抽象的、分析的、独立的定向任务这类研究性质的职业,但缺乏领导才能。其典型的职业包括科学研究人员、教师、工程师等。

**艺术型(Artistic):**基本的人格倾向是,具有想象、冲动、直觉、无秩序、情绪化、理想化、

有创意、不重实际等人格特征。喜欢艺术性质的职业和环境,不善于事务工作。其典型的职业包括艺术方面的(如演员、导演、艺术设计师、雕刻家等)、音乐方面的(如歌唱家、作曲家、乐队指挥等)与文学方面的(如诗人、小说家、剧作家等)。

社会型(Social):具有合作、友善、助人、负责、圆滑、善社交、善言谈、洞察力强等人格特征。喜欢社会交往、关心社会问题、有教导别人的能力。其典型的职业包括教育工作者(如教师、教育行政工作人员)与社会工作者(如咨询人员、公关人员等)。

企业型(Enterprising):具有冒险、野心等人格特征。喜欢从事领导及企业性质的职业、独断、自信、精力充沛、善社交等,其典型的职业包括政府官员、企业领导、销售人员等。

传统型(Conventional):具有顺从、谨慎、保守、实际、稳重、有效率等人格特征。喜欢有系统、有条理的工作任务,其典型的职业包括秘书、办公室人员、计事员、会计、行政助理、图书馆员、出纳员、打字员、税务员、统计员、交通管理员等。

上述的人格类型与职业关系也并非绝对地一一对应。霍兰德在研究中发现,尽管大多数人的性格类型可以主要地划分为某一类型,但个人又有着广泛的适应能力,其人格类型在某种程度上相近于另外两种人格类型,则也能适应另两种职业类型的工作。也就是说,某些类型之间存在着较多的相关性,同时每一类型又有种极为相斥的职业环境类型。霍兰德有一个六边形简明地描述了六种类型之间的关系,如图 2-1 所示。

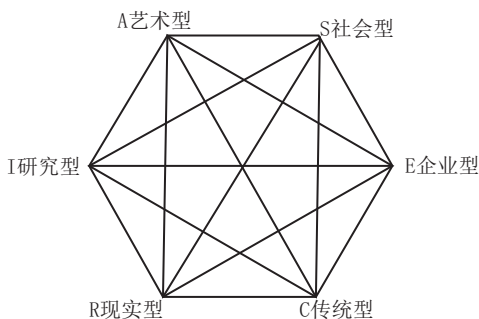


图 2-1 霍兰德人格六角模式图

## 二、大学生成才准备

就业是学业的导向,学业在很大程度上影响并决定着未来的就业。以就业为学业的导向,有利于大学生学业目标的调整、学习方式的变化、学习外延的拓展以及综合素质的提高。与此同时,就业也构成了衡量学业成就的重要标志。想要就业必须具备强烈的事业心、高度的敬业精神和职业态度、广博精深的专业知识与技能、较强的沟通协调能力和良好的心理素质以及强健的体魄以及创新精神,这些都应当在完成大学学业过程中养成。

### (一) 职业定向测评方式

根据霍兰德的人格类型理论,在职业决策中最理想的是个体能够找到与其人格类型重

合的职业环境。一个人在与其人格类型相一致的环境中工作,容易得到乐趣和内在满足。因此,在职业选拔与职业指导中,首先就要通过一定的测评手段与方法来确定个体的人格类型,然后寻找到与之相匹配的职业种类。为了确定个体的人格类型,就需要大量运用人才测评的手段与方法,霍兰德本人也编制了一套职业适应性测验(the Self-Directed Search, SDS)来配合其理论的应用。

### 职业专栏



#### 职业适应性测试

如果问到有哪些兴趣爱好,每个人都能列举出许多,比如听音乐、看电影、跳舞、踢足球、游泳、读书、摄影、书法、设计服装,等等,但是,如果问到这些兴趣与职业选择有什么关系时,就不大容易回答了。

下面的测验将帮助你发现和确定自己的职业兴趣和能力所长,从而更好地做出求职择业的决策。

本测验共有七个部分,每部分都没有时间限制,但你应当尽快去做。

##### ● 你心目中的理想(专业)

对于未来的职业(或升学进修的专业),您也得早有考虑,它可能很抽象、很朦胧,也可能很具体、很清晰。不论是哪种情况,现在都请你把自己最想做的3种工作或最想读的3种专业按顺序写下来。

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

##### ● 你所感兴趣的活动

下面列举了各种活动,请就这些活动判断你的好恶。请选择“是”或者“否”,务必请按顺序回答全部问题。

**活动性:**你喜欢从事下列活动吗?

##### R: 现实型活动

	是	否
1. 装配修理电器或玩具	( )	( )
2. 修理自行车	( )	( )
3. 用木头做东西	( )	( )
4. 开汽车或摩托车	( )	( )
5. 用机器做东西	( )	( )



- |             |     |     |
|-------------|-----|-----|
| 6.参加木工技术学习班 | ( ) | ( ) |
| 7.参加制图描图学习  | ( ) | ( ) |
| 8.驾驶卡车或拖拉机  | ( ) | ( ) |
| 9.参加机械和电气学习 | ( ) | ( ) |
| 10.装配修理机器   | ( ) | ( ) |

统计“是”一栏得分,计( )分

**A:艺术型活动是否**

是 否

- |                 |     |     |
|-----------------|-----|-----|
| 1.素描/制图或绘画      | ( ) | ( ) |
| 2.参加话剧、戏曲演出     | ( ) | ( ) |
| 3.设计家具布置室内      | ( ) | ( ) |
| 4.练习乐器/参加乐队     | ( ) | ( ) |
| 5.欣赏音乐或戏剧       | ( ) | ( ) |
| 6.看小说/读剧本       | ( ) | ( ) |
| 7.从事摄影创作        | ( ) | ( ) |
| 8.写诗或吟诗         | ( ) | ( ) |
| 9.进艺术(美术/音乐)培训班 | ( ) | ( ) |
| 10.练习书法         | ( ) | ( ) |

统计“是”一栏得分,计( )分

**I:调查型活动是**

是 否

- |                  |     |     |
|------------------|-----|-----|
| 1.读科技图书和杂志       | ( ) | ( ) |
| 2.在试验室工作         | ( ) | ( ) |
| 3.调查水果品种,培育新的水果  | ( ) | ( ) |
| 4.调查了解土和金属等物质的成分 | ( ) | ( ) |
| 5.研究自己选择的特殊的问题   | ( ) | ( ) |
| 6.解算式或数学游戏       | ( ) | ( ) |
| 7.物理课            | ( ) | ( ) |
| 8.化学课            | ( ) | ( ) |
| 9.几何课            | ( ) | ( ) |
| 10.生物课           | ( ) | ( ) |

统计“是”一栏得分,计( )分

**S:社会型活动**

是 否

- |                  |     |     |
|------------------|-----|-----|
| 1.学校或单位组织的正式活动   | ( ) | ( ) |
| 2.参加某个社会团体或俱乐部活动 | ( ) | ( ) |
| 3.帮助别人解决困难       | ( ) | ( ) |
| 4.照顾儿童           | ( ) | ( ) |

- |                  |     |     |
|------------------|-----|-----|
| 5. 出席晚会、联欢会、茶话会  | ( ) | ( ) |
| 6. 和大家一起出去郊游     | ( ) | ( ) |
| 7. 想获得关于心理方面的知识  | ( ) | ( ) |
| 8. 参加讲座会或辩论会     | ( ) | ( ) |
| 9. 观看或参加体育比赛和运动会 | ( ) | ( ) |
| 10. 结交新朋友        | ( ) | ( ) |

统计“是”一栏得分,计( )分

### E: 企业型活动

- |                  | 是   | 否   |
|------------------|-----|-----|
| 1. 说服、鼓动他人       | ( ) | ( ) |
| 2. 卖东西           | ( ) | ( ) |
| 3. 谈论政治          | ( ) | ( ) |
| 4. 制订计划,参加会议     | ( ) | ( ) |
| 5. 以自己的意志影响别人的行为 | ( ) | ( ) |
| 6. 在社会团体中担任职务    | ( ) | ( ) |
| 7. 检查与评价别人的工作    | ( ) | ( ) |
| 8. 结识名流          | ( ) | ( ) |
| 9. 指导与某处目标的团体    | ( ) | ( ) |
| 10. 参与政治活动       | ( ) | ( ) |

统计“是”一栏得分,计( )分

### C: 常规型活动

- |                 | 是   | 否   |
|-----------------|-----|-----|
| 1. 整理好桌面和房间     | ( ) | ( ) |
| 2. 抄写文件和信件      | ( ) | ( ) |
| 3. 为领导写报告或公务信函  | ( ) | ( ) |
| 4. 核查个人收支情况     | ( ) | ( ) |
| 5. 参加打字培训班      | ( ) | ( ) |
| 6. 参加算盘、文秘等实务培训 | ( ) | ( ) |
| 7. 参加商业会计培训班    | ( ) | ( ) |
| 8. 参加情报处理培训班    | ( ) | ( ) |
| 9. 整理信件、报告、记录等  | ( ) | ( ) |
| 10. 写商业贸易信      | ( ) | ( ) |

统计“是”一栏得分,计( )分

### ● 你所擅长或胜任的活动

下面列举了各种活动,其中你能做或大概能做的事,请选择“是”或者“否”,请回答全部问题。

**R:现实型能力**

	是	否
1.能使用电锯、电钻和锉刀等木工工具	( )	( )
2.知道万用表使用方法	( )	( )
3.能够修理自行车或其他机械	( )	( )
4.能够使用电钻床、磨木机或缝纫机	( )	( )
5.能给家具和木制品刷漆	( )	( )
6.能看建筑等设计图	( )	( )
7.能够修理简单的电气用品	( )	( )
8.能修理家具	( )	( )
9.能修收录机	( )	( )
10.能简单地修理水管	( )	( )

统计“是”一栏得分,计( )分

**A:艺术型能力**

	是	否
1.能演奏乐器	( )	( )
2.能参加三部或四部合唱	( )	( )
3.独唱或独奏	( )	( )
4.扮演剧中角色	( )	( )
5.能创作简单的东西	( )	( )
6.会中跳舞	( )	( )
7.有绘画、素描或书法才能	( )	( )
8.能雕刻、剪纸或泥塑	( )	( )
9.能设计海报、服装或家具	( )	( )
10.写得一手好文章	( )	( )

统计“是”一栏得分,计( )分

**I:调研型能力**

	是	否
1.懂得真空管或晶体管的作用	( )	( )
2.能够列举三种含蛋白质多的食品	( )	( )
3.理解铀的裂变	( )	( )
4.能用计算尺、计算器、对数表	( )	( )
5.会使用显微镜	( )	( )
6.能找到三个星座	( )	( )
7.能独立进行调查研究	( )	( )
8.能解释简单的化学式	( )	( )
9.理解人造卫星为什么不落地	( )	( )
10.经常参加学术会议	( )	( )

统计“是”一栏得分,计( )分

## S: 社会型能力

	是	否
1. 有向各种人说明解释的能力	( )	( )
2. 常参加社会福利活动	( )	( )
3. 能和大家一起友好相处地工作	( )	( )
4. 善于与年长者相处	( )	( )
5. 会邀请人、招待人	( )	( )
6. 能简单易懂地教育儿童	( )	( )
7. 能安排会议等活动顺序	( )	( )
8. 善于体察人心和帮助别人	( )	( )
9. 帮助护理病人或伤员	( )	( )
10. 安排社团组织的各种事务	( )	( )

统计“是”一栏得分,计( )分

## E: 企业型能力

	是	否
1. 担任过学生干部并做得不错	( )	( )
2. 工作上能指导和监督他人	( )	( )
3. 做事充满活力和热情	( )	( )
4. 有效地用自身的做法调动他人	( )	( )
5. 有销售能力	( )	( )
6. 曾作为俱乐部或社团的负责人	( )	( )
7. 善于向领导提出建议或反映意见	( )	( )
8. 有开创事业的能力	( )	( )
9. 知道怎样做能成为一个优秀的领导者	( )	( )
10. 健谈善辩	( )	( )

统计“是”一栏得分,计( )分

## C: 常规型能力

	是	否
1. 会熟练地打印中文	( )	( )
2. 会用外文打印机或复印机	( )	( )
3. 能快速记笔记和抄写文章	( )	( )
4. 善于整理保管文件和资料	( )	( )
5. 善于从事事务性的工作	( )	( )
6. 会用算盘	( )	( )
7. 能在短时间内分类和处理大量文件	( )	( )
8. 有使用计算机	( )	( )
9. 能用现代技术搜集数据	( )	( )
10. 善于为自己或集体做财务预算表	( )	( )

统计“是”一栏得分,计( )分

### ● 您所喜欢的职业

下面列举了多种职业,请一一认真地看,如果是你有兴趣的工作,请选择“是”。如果是你不太喜欢、不关心的工作,请选择“否”,请全部回答。

#### R:现实型职业

	是	否
1.飞机机械师	( )	( )
2.野生动物专家	( )	( )
3.汽车维修工	( )	( )
4.木匠	( )	( )
5.测量工程师	( )	( )
6.无线电报务员	( )	( )
7.园艺师	( )	( )
8.长途公共汽车司机	( )	( )
9.火车司机	( )	( )
10.电工	( )	( )

统计“是”一栏得分,计( )分

#### S:社会型职业

	是	否
1.街道、工会或妇联干部	( )	( )
2.小学、中学教师	( )	( )
3.精神病医生	( )	( )
4.婚姻介绍所工作人员	( )	( )
5.体育教练	( )	( )
6.福利机构负责人	( )	( )
7.心理咨询员	( )	( )
8.共青团干部	( )	( )
9.导游	( )	( )
10.国家机关工作人员	( )	( )

统计“是”一栏得分,计( )分

#### I:调研型职业

	是	否
1.气象学或天文学学者	( )	( )
2.生物学学者	( )	( )
3.医学实验室的技术人员	( )	( )
4.人类学学者	( )	( )
5.动物学学者	( )	( )
6.化学学者	( )	( )

- |               |     |     |
|---------------|-----|-----|
| 7. 数学学者       | ( ) | ( ) |
| 8. 科学杂志的编辑或作家 | ( ) | ( ) |
| 9. 地质学学者      | ( ) | ( ) |
| 10. 物理学学者     | ( ) | ( ) |

统计“是”一栏得分,计( )分

## E: 企业型职业

是 否

- |              |     |     |
|--------------|-----|-----|
| 1. 厂长        | ( ) | ( ) |
| 2. 电视片编制人    | ( ) | ( ) |
| 3. 公司经理      | ( ) | ( ) |
| 4. 销售员       | ( ) | ( ) |
| 5. 不动产推销员    | ( ) | ( ) |
| 6. 广告部长      | ( ) | ( ) |
| 7. 体育活动主办者   | ( ) | ( ) |
| 8. 销售部长      | ( ) | ( ) |
| 9. 个体工商业者    | ( ) | ( ) |
| 10. 企业管理咨询人员 | ( ) | ( ) |

统计“是”一栏得分,计( )分

## A 艺术型职业

是 否

- |           |     |     |
|-----------|-----|-----|
| 1. 演奏家    | ( ) | ( ) |
| 2. 作家     | ( ) | ( ) |
| 3. 摄影家    | ( ) | ( ) |
| 4. 记者     | ( ) | ( ) |
| 5. 画家、书法家 | ( ) | ( ) |
| 6. 歌唱家    | ( ) | ( ) |
| 7. 作曲家    | ( ) | ( ) |
| 8. 电影电视演员 | ( ) | ( ) |
| 9. 节目主持人  | ( ) | ( ) |
| 10. 乐队指挥  | ( ) | ( ) |

统计“是”一栏得分,计( )分

## C: 常规性职业

是 否

- |            |     |     |
|------------|-----|-----|
| 1. 会计师     | ( ) | ( ) |
| 2. 银行出纳员   | ( ) | ( ) |
| 3. 税收管理员   | ( ) | ( ) |
| 4. 计算机操作员  | ( ) | ( ) |
| 5. 簿记人员    | ( ) | ( ) |
| 6. 成本核算员   | ( ) | ( ) |
| 7. 文书档案管理员 | ( ) | ( ) |

- 8.打字员 ( ) ( )  
 9.法庭书记员 ( ) ( )  
 10.人口普查登记员 ( ) ( )

统计“是”一栏得分,计( )分

### ● 你的能力类型简评

表 2-1 是你在 6 个职业能力方面的自我评分表。你可以先与同龄者比较出自己在每一方面的能力,然后经斟酌以后对自己的能力做一评价。请在表中适当的数字上画圈。数字越大表示你的能力越强。

注意,请勿全部画同样的数字,因为人的每项能力不可能完全一样。

表 2-1 自我评分表

机械操作能力	科学研究能力	艺术创作能力	解释表达能力	商业洽谈能力	事务执行能力
体力技能	数学技能	音乐技能	交际技能	领导能力	办公技能
7	7	7	7	7	7
6	6	6	6	6	6
5	5	5	5	5	5
4	4	4	4	4	4
3	3	3	3	3	3
2	2	2	2	2	2
1	1	1	1	1	1

### ● 统计和确定你的职业倾向

请将第二部分至第五部分的全部测验分数按前面已统计好的 6 种职业倾向(R 型、I 型、A 型、S 型、E 型、C 型)得分填入表 2-2,并做纵向累加。

表 2-2 6 种职业倾向

职业倾向 部分	R 型	I 型	A 型	S 型	E 型	C 型
第一部分						
第二部分						
第三部分						
第四部分						
第五部分						
总分						

请将上表中的6种职业倾向总分按大小顺序从左到右排列：

( )型、( )型、( )型、( )型、( )型、( )型。

你的职业倾向性得分：最高分( )，最低分( )

### ● 你所看重的东西——职业价值观

这一部分测验列出了人们在选择工作时通常会考虑的九条因素(见所附工作价值标准)。现在请你在其中选出最重要的两项因素,以及最不重要的两项因素,并将序号填入下边相应空格内。

最重要:( )

次重要:( )

最不重要:( )

次不重要:( )

#### 附工作价值标准：

- 1.工资高,福利好
- 2.工作环境(物质方面)舒适
- 3.人际关系良好
- 4.工作稳定有保障
- 5.能提供较好的受教育机会
- 6.有较高的社会地位
- 7.工作不太紧张,外部压力少
- 8.能充分发挥自己的能力特长
- 9.社会需要与社会贡献较大

以上全部测验完毕,将你测验得分居第一位的职业类型找出,对照下表,判断一下自己适合的种类。

### ● 职业索引

对照表——职业兴趣代号与其相应的职业

R(现实型):木匠、农民、工程师、飞机机械师、鱼类和野生动物专家、自动化技师、机械工(车工、钳工等)、电工、无线电报务员、火车司机、长途公共汽车司机、机械制图员、修理机器、电器师。

I(调查型):气象学者、生物学者、天文学者、药剂师、动物学者、化学家、科学报刊编辑、地质学者、植物学者、物理学者、数学学者、实验员、科研人员、科技工作者。

A(艺术型):室内装饰专家、图书管理专家、摄影师、音乐教师、作家、演员、记者、诗人、作曲家、编剧、雕刻家、漫画家。

S(社会型):社会学家、导游、福利机构工作者、咨询人员、社会工作者、社会科学教师、学校领导、精神病工作、公共保健护士。



E(企业型):推销、进货员、商品批发员、旅馆经理、饭店经理、广告宣传员、调度员、律师、政治家、零售商。

C(常规型):记账员、会计、银行出纳、法庭速记员、成本估算员、税务员、核算员、打字员、办公室职员、统计员、计算机操作员、秘书。

下面介绍与你3个代号的职业兴趣类型一致的职业表。对照的方法如下:

首先根据你的职业兴趣代号,在下表中找出相应的职业,例如你的职业兴趣代号是RIA,那么牙科技术员、陶工等职业是适合你的兴趣的,然后寻找与你职业兴趣代号相近的职业,如你的职业兴趣代号是RIAS,那么你可寻找包含RIA等编号相适应的职业,诸如IRA、IAR、RAI、ARI等编号所相应的职业,这些职业也较适合你的兴趣。

RIA:牙科技术员、陶工、建筑设计员、模型工、细木工、制作链条人员。

RIS:厨师、服务员、跳水员、潜水员、染色员、电器修理、眼镜制作、电工、纺织机器装配工、报务员、装玻璃工人、发电厂工人、焊接工。

RIE:建筑和桥梁工程、环境工程、航空工程、公路工程、电力工程、信号工程、电话工程、一般机械工程、自动工程、矿业工程、海洋工程、交通工程技术人员、制图员、家政经济人员、打捞员、计量员、农民、农场机器操作、清洁工、无线电修理、汽车修理、管子工、线路维修、盖(修)房工、电子技术员、伐木工、机械师、锻压操作工、造船装配工、工具仓库管理员。

RIC:船上工作人员、接待员、杂志保管员、牙科医生的助手、制帽工、磨坊工、石匠、机器制造、机车(火车头)制造、农业机器装配、鞋匠、锁匠、货物检验员、电梯维修工、托儿所所长、钢琴调音同、装配工、印刷工、建筑钢铁工人、卡车司机。

RAI:手工雕刻制作模型人员、家具木工、制作皮革品、手工绣花、手工钩针纺织、排字工人、印刷工人、图画雕刻工、装订工。

RSE:消防员、交通巡警、警官、门卫、理发师、房间清洁工、屠夫、锻工、开凿工人、管道安装工、出租汽车驾驶员、货物搬运工、关报员、勘探员、娱乐场所的服务员、起重机操作工、灭害虫者、电梯操作工、厨房助手。

RSI:纺织工、纺织工、农业学校的教师、某些职业课程教师(诸如艺术、商业、技术工艺课程)、雨衣上胶工人。

REC:抄水表员、保姆、实验室动物饲养员、动物管理员。

REJ:轮船船长、航海领航员、大副、试管实验员。

RES:旅馆服务员、家饲养员、渔民、渔网修补工、水手长、收割机操作工、搬行李工人、公园服务员、救生员、登山导游、火车工程技术员、建筑工人、铺轨工人。

RCI:测量员、勘测员、仪器操作者、农业工程技术、化学工程技师、石油工程技师、资料室管理员、探矿工、煨烧工、烧窑工、矿工、保养工、车床工、取样工、样品检验员、纺纱工、炮手、绕筒子工、漂洗工、电焊工、锯木工、刨床工、制帽工、手工缝纫工、油漆工、染色工、按摩工、木匠、农民、建筑工人、电影放映员、勘测员助手。

RCS:公共汽车驾驶员、一等水手、游泳池服务员、裁缝、建筑工人、石匠、烟囱修建工、混凝土工、电话修理工、爆炸手、邮递员、矿工、裱糊工人、纺纱工。

RCE:打井工、吊车驾驶员、农场工人、邮件分类员、铲车司机、拖拉机司机。

IAS:农场经济学家、财政经济学家、国际贸易经济学家、实验心理学家、工程心理学家、心理学家、哲学家、内科医生、数学家。

IAR:人类学家、天文学家、化学家、物理学家、医学病理学家、动物标本制作者、化石修复者、艺术品管理员。

ISE:营养学家、饮食顾问、火灾检查员、邮政服务检查员。

ISC:侦察员、电视播音室修理员、电视维修服务员、验尸室人员、编目录的人、医学实验室技师、调查研究者。

ISR:水生生物学者、昆虫学家、微生物学家、配镜师、矫正视力者、细菌学家、牙科医生、骨科医生。

ISA:实验心理学家、普通心理学家、发展心理学家、教育心理学家、社会性心理学家、临床心理学家、目录学家、皮肤病学家、神经病学家、妇产科医生、眼科医生、五官科医生、医学实验室技术专家、民航医务人员、护士。

IES:细菌学家、心理学家、化学专家、地质专家、地理物理学专家、纺织技术专家、医院药店剂师、工业药剂师、药房营业员。

IEC:质量检验技术员、地质学技师、工程师、法官、图书馆技术辅助员、计算机操作员、医院听诊员、家禽检查员。

IRA:地理学家、地质学家、水文学家、矿物学家、古生物学家、石油专家、地震学者、声学物理学家、原子和分子物理学家、电学和磁学物理学家、气象学家、设计审核员、人口统计学家、数学统计学家、外科医生、城市规划家、气象员。

ISR:流体物理学家、等离子体物理学家、农业科学家、动物学家、食品科学家、园艺学家、植物学家、细菌学家、解剖学家、动物病理学家、作物病理学家、药物学家、生物化学家、生物物理学家、细胞生物学家、临床化学家、遗传学家、分子生物学家、质量控制工程师、地理学家、兽医、放射治疗技师。

IRE:化验员、化学工程师、纺织工程师、食品技师、渔业技术专家、材料测试工程师、电气工程师、土木工程师、地质工程师、电力工程师、口腔科医生、牙科医生。

IRC:飞机领航员、飞行员、生理实验室技师、文献检查员、农业技术专家、动植物技术专家、生物技师、油管检查员、工商业规划者、矿藏安全检查员、纺织品检验员、照相机修理者、工程技师、设计计算机程序者、工具设计者、仪器维修工。

CRI:簿记员、会计、计时员、铸造机操作工、打字员、按键操作工、复印机操作工。

CRS:仓库保管员、档案管理员、缝纫工、讲述员、收款人。

CRE:标价员、实验室工作者、缝纫工、讲述员、收款人。

CIS: 记账员、顾客服务员、报刊发行员、土地测量员、保险公司职员、会计师、估价员、统计员、邮政检查员、外贸检查员。

CIE: 打字员、统计员、支票记录员、订货员、校对员、办公室工作人员。

CIR: 校对员、工程职员、海底电报员、检修计划员、发报员。

CSE: 接待员、通信员、电话接线员、卖票员、旅馆服务员、私入职员、商学教师、旅游办事员。

CSR: 运货代理商、铁路职员、交通检查员、办公室通信员。

CSI: 簿记员、出纳员、银行财务职员。

CSA: 秘书、图书管理员、办公室办事员。

CER: 邮递员、数据处理员、航空邮件检查员。

CEI: 推销员、经济分析家。

CES: 银行会计、记账员、法人秘书、速记员、法院报告人。

ECI: 银行行长、审记员、信用管理员、地产管理员、商业管理员。

ECS: 信用办事员、保险人员、各类进货员、海关服务经理、售货员、购买员、会计。

ERI: 建筑物管理员、工业工程师、农场管理员、护士长、农业经营管理人。

ERS: 仓库管理员、房屋管理员、货栈监督管理员。

ERC: 邮政局长、渔船船长、机械操作领班、木工领班、瓦工领班、驾驶员领班。

EIR: 科学、技术和有关出版物的管理员。

EIC: 专利代理人、鉴定人、运输服务员、检查员、安全检查员、废品收购人员。

EIS: 警官、侦察员、交通检查员、安全咨询员、合同管理者。

EAS: 法官、律师、公证人。

EAR: 展览室管理员、舞台管理员、播音员、驯兽员。

ESC: 理发师、裁判员、政府行政管理、财政管理员、工程管理员、职业病防治人员、售货员、商业经理、办公室主任、人事负责人、调度员。

ESR: 家具售货员、书店售货员、公共汽车驾驶员、日用商业售货员、护士长、自然科学和工程的行政管理人。

ESI: 博物馆管理员、技术服务咨询员、饮食业经理、地区安全服务管理员、技术服务咨询者、超级市场管理员、零售商品店店员、批发商、出租汽车服务站调度。

ESA: 博物院馆长、报刊管理员、音乐器材售货员、广告商、售画营业员、导游、(轮船或班机上的)事务长、飞机上的服务员、船员、法官、律师。

ASE: 戏剧导演、舞蹈教师、广告撰稿人、报刊专栏作者、记者、演员、英语翻译。

ASI: 音乐教师、乐器教师、美术教师、管弦乐指挥、合唱队指挥、歌星、演奏家、哲学家、作家、广告经理、时装模特。

AER: 新闻摄影师、电视摄像师、艺术指导、录音指导、丑角演员、魔术师、木偶戏演员、骑士。

AEI:音乐指挥、舞台指导、电影导演。

AES:行歌手、舞蹈演员、电影导演、广播节目主持人、舞蹈教师、口技表演者、喜剧演员、模特。

AIS:画家、剧作家、编辑、评论家、时装艺术大师、新闻摄影师、男演员、作家。

AIE:工匠、皮衣设计师、工业产品设计师、剪影艺术家、复制雕刻品大师。

AIR:建筑师、画家、摄影师、绘图员、环境美化工、雕刻家、包装设计师、陶器设计师、绣花工、漫画工。

SEC:社会活动家、退伍军人服务管理员、工商会事务代表、教育咨询者、宿舍管理员、旅馆经理、饮食服务管理员。

SER:体育教练、游泳指导。

SEI:大学校长、学院院长、医院行政管理员、历史学家、家政经济学家、职业学校教师、资料员。

SEA:娱乐活动管理员、国外服务办事员、社会服务助理、一般咨询者、宗教教育工作者。

SCE:部长助理、福利机构职员、生产协调人、环境卫生管理人员、戏院经理、餐馆经理、售票员。

SRI:外科医师助手、医院服务员。

SRE:体育教师、职业病治疗者、体育教练、专业运动员、房管员、儿童家庭教师、警察、引座员、传达员、保姆。

SRC:护理员、护理助理、医院勤杂工、理发师、学校儿童服务人员。

SIA:社会学家、心理咨询师、学校心理学家、政治科学家、大学或学院的系主任、大学或学院的教育学教师、大学农业教师、大学工程和建筑课程的教师、大学法律教师、大学数学教师、大学医学教师、大学物理教师、大学社会科学教师、大学生命科学教师、研究生助教、成人教育教师。

SIE:营养学家、饮食学家、海关检查员、安全检查员、税务稽查员、校长。

SIC:绘图员、兽医助手、诊所助理、体检检查员、监督缓刑犯的工作人员、娱乐指导者、咨询人员、社会科学教师。

SER:理疗员、救护队工作人员、手足病医生、职业病治疗助手。

SCA:理发师、指甲修剪师、包装艺术家、美容师、整容专家、发型设计师。

SAE:听觉病治疗者、演讲矫正者。

SAZ:图书馆管理员、小学教师、幼儿园教师、学前儿童教师、中学教师、学校护士、牙科助理人、飞行指导员。

### (二) 适岗成才

在当前激烈竞争的就业环境下,要想顺利就业,必须适应市场需求,了解职业要求,及时

调整自己的状态。

成才,即是成长为有用之人。对于单位来说,选择合适的人才是最好的需求。今天的企业在选用人才的时候往往通过适岗能力测试来选取合适的人才,这是人力资源管理的一种方式,通过检测一个人对某个岗位或工种的相关技术、方法的掌握程度,来分析其是否适合该岗位或工种。

## 第三节 职业生涯选择与职业发展理论

### 一、职业选择匹配理论

#### (一) 罗伊的人格发展理论

罗伊的基本观点:早年经验会增强或削弱个人高层次的需求,进而影响职业生涯发展,特别强调早期经验对以后选择行为的影响。这一理论主要有三大发展关系:

##### 1. 需求满足

罗伊认为需求的满足形态及程度与个人早期经验息息相关,“如果需求获得满足,就不会变成无意识的动力来源;如果高层次的需求(如自我实现、审美)不能获得满足,则这种需求将会消失而且不再发展;如果低层次的需求未获得满足,将驱使人们去满足此类需求来维持生存,而间接地妨碍了高层次需求的发展;如果需求的满足受到延迟,就会无意识地驱动人去满足这些需求,而延迟其他的需求。”

##### 2. 亲子关系

罗伊认为需求满足的发展与个人早期的家庭气氛及成年后的职业选择有密切的关系。如个体成长过程中,父母是接纳还是拒绝,家中气氛是温暖还是冷漠的,父母对其行为是自由放任还是保守严厉,这些都反映在个人所做的职业选择上。

(1) 关心子女型。包括过度保护和过度要求两种情况。多半满足子女的生理需求,有条件地满足心理需求。

(2) 逃避型。包括拒绝和忽视两种情况。只能满足孩子的生理需求,忽略心理上的需求。

(3) 接纳型。包括“爱的接纳”和“不明确的接纳”两种情况。前一种不仅能满足孩子的各种需求,而且会支持子女发展的独立性。后一种则采取自由放纵任其发展的态度。

### 3. 亲子关系与职业选择

在亲子关系与职业选择中罗伊又分为以下三大类型：

第一型关心子女型中的过度保护型父母，会毫无保留地满足子女的生理需求，却不见得满足子女对爱和自尊的需求，即使这些需求都能得到满足，子女的行为未必表现出社会认可的行为。所以，这类子女日后显示出较多的人际关系不良倾向，而且不是出自防御的心理机制。过度要求型的父母，对子女需求的满足往往附加某些条件，也就是当子女表现出顺从的行为，或表现出父母认可的成就行为时，其生理需求和爱的需求才会被满足。所以，这类儿童虽然也有强烈的人际关系不良倾向，但有时有一种潜意识的防卫作用，害怕无法从人群里得到较高层次的需求的满足。

第二型逃避型父母教养下，无论是拒绝还是忽视，儿童需求满足的经验都是痛苦的，不论生理或是心理都有缺陷，更谈不上高层次的满足。所以，这类孩子日后很怕与人相处，宁可在自己的岗位上，靠自己的努力得到高层次需求的满足。

第三型接纳型家庭氛围大体是温暖的。在温暖、民主气氛下长大的孩子，各类层次的需求都不会缺乏，长大后也能做独立的选择。因此，父母的教养态度对孩子的职业的选择有重要的影响力，应该让孩子从小去发展自己的能力倾向及职业兴趣，这样他们对终身的择业及志向才有正确的观念及选择能力，也愿意承担选择后的责任。

### (二) 霍兰德的职业个性理论

根据霍兰德的理论，列出以下六种人格类型的共同特点、性格特点和典型职业这三方面来帮助理解。

#### 1. 艺术型(A)

(1)共同特点：有创造力，乐于创造新颖、与众不同的成果，渴望表现自己的个性，实现自身的价值。做事理想化，追求完美，不重实际。具有一定的艺术才能和个性。善于表达、怀旧、心态较为复杂。

(2)性格特点：有创造性，非传统的，敏感，容易情绪化，较冲动，不服从指挥。

(3)典型职业：喜欢的工作要求具备艺术修养、创造力、表达能力和直觉，并将其用于语言、行为、声音、颜色和形式的审美、思索和感受，具备相应的能力。不善于事务性工作。例如，艺术方面(演员、导演、艺术设计师、雕刻家、建筑师、摄影家、广告制作人)，音乐方面(歌唱家、作曲家、乐队指挥)，文学方面(小说家、诗人、剧作家)。

#### 2. 企业型(E)

(1)共同特征：追求权力、权威和物质财富，具有领导才能。喜欢竞争、敢冒风险、有野心。为人务实，习惯以利益得失、权力、地位、金钱等来衡量做事的价值，做事有较强的目的性。

(2)性格特点:善辩、精力旺盛、独断、乐观、自信、好交际、机敏、有支配愿望。

(3)典型职业:喜欢要求具备经营、管理、劝服、监督和领导才能,以实现机构、政治、社会及经济目标的工作,并具备相应的能力。例如,项目经理、销售人员,营销管理人员、政府官员、企业领导、法官、律师。

### 3. 调研型(I)

(1)共同特点:思想家而非实干家,抽象思维能力强,求知欲强,肯动脑,善思考,不愿动手。喜欢独立的和富有创造性的工作。知识渊博,有学识才能,不善于领导他人。考虑问题理性,做事喜欢精确,喜欢逻辑分析和推理,不断探讨未知的领域。

(2)性格特点:坚持性强,有韧性,喜欢钻研。为人好奇,独立性强。

(3)典型职业:喜欢智力的、抽象的、分析的、独立的定向任务,要求具备智力或分析才能,并将其用于观察、估测、衡量、形成理论、最终解决问题的工作,并具备相应的能力。例如,科学研究人员、教师、工程师、电脑编程人员、医生、系统分析员。

### 4. 社会型(S)

(1)共同特点:喜欢与人交往、不断结交新的朋友、善言谈、愿意教导别人。关心社会问题、渴望发挥自己的社会作用。寻求广泛的人际关系,比较看重社会义务和社会道德。

(2)性格特点:为人友好、热情、善解人意、乐于助人。

(3)典型职业:喜欢要求与人打交道的工作,能够不断结交新的朋友,从事提供信息、启迪、帮助、培训、开发或治疗等事务,并具备相应的能力。例如,教育工作者(教师、教育行政人员),社会工作者(咨询人员、公关人员)。

### 5. 常规型(C)

(1)共同特点:尊重权威和规章制度,喜欢按计划办事,细心、有条理,习惯接受他人的指挥和领导,自己不谋求领导职务。喜欢关注实际和细节情况,通常较为谨慎和保守,缺乏创造性,不喜欢冒险和竞争,富有自我牺牲精神。

(2)性格特点:有责任心、依赖性强、高效率、稳重踏实、细致、有耐心。

(3)典型职业:喜欢要求注意细节、精确度、有系统有条理,具有记录、归档、据特定要求或程序组织数据和文字信息的职业,并具备相应的能力。例如,秘书、办公室人员、记事员、会计、行政助理、图书馆管理员、出纳员、打字员、投资分析员。

### 6. 实际型(R)

(1)共同特点:愿意使用工具从事操作性工作,动手能力强,做事手脚灵活,动作协调。偏好于具体任务,不善言辞,做事保守,较为谦虚。缺乏社交能力,通常喜欢独立做事。

(2)性格特点:感觉迟钝、不讲究、谦逊、踏实稳重、诚实可靠。

(3)典型职业:喜欢使用工具、机器,需要基本操作技能的工作。要求具备机械方面才

能、体力,或对从事与物件、机器、工具、运动器材、植物、动物相关的职业有兴趣,并具备相应的能力。例如,技术性职业(计算机硬件人员、摄影师、制图员、机械装配工),技能性职业(木工、厨师、技工、修理工、农民、一般劳动)。

### (三) 弗鲁姆的择业动机理论

弗鲁姆将择业动机理论用来解释个人的职业选择行为。该理论的应用,即个人如何进行职业选择,分以下两步走:

第一步:确定择业动机。

(1)择业者的职业价值观;

(2)择业者对某项具体职业要求如兴趣、劳动条件、工资、职业声望等的评估。即:

$$\text{职业效价} = \text{职业价值观} \times \text{职业要素评估}。$$

职业概率是指择业者获得某项职业可能性的大小,通常主要取决于4个条件:

①某项职业的需求量。在其他条件一定的情况下,职业概率同职业需求量呈正相关。

②择业者的竞争能力,即择业者自身工作能力和求职就业能力,竞争力越强,获得职业的可能性越大。

③竞争系数是指谋求同一种职业的劳动者人数的多少。在其他条件一定的情况下,竞争系数越大,职业概率越小。

④其他随机因素。因此,

$$\text{职业概率} = \text{职业需求量} \times \text{竞争能力} \times \text{竞争系数} \times \text{随机性}。$$

第二步:比较择业动机,确定选择的职业。

择业者对几种目标职业进行价值评估并获取该项职业可能性的评价,最后对几种择业动机进行横向比较。择业动机是对职业的全面评估,一般多以择业动机分值高的职业作为自己的选择结果。职业的可能性越小,择业者选择这项职业的倾向也就越小。

## 二、职业生涯发展阶段理论

### (一) 金斯伯格:职业生涯三段论

美国著名职业指导专家金斯伯格(Eli-Ginzberg),对职业生涯的发展进行过长期研究,对于实践产生过广泛影响。1951年,金斯伯格出版《职业选择》一书,对青少年职业选择的过程与问题进行了深入的研究,提出了职业发展的幻想阶段、尝试阶段和现实阶段三个发展阶段,认为职业在个人生活中是一个连续的、长期的发展过程。

#### 1. 幻想期

幻想期是指处于11岁之前的儿童时期。儿童们对大千世界,特别是对于他们所看到或



接触到的各类职业,充满了新奇、好玩的感觉。此阶段职业需求的特点是:单纯凭自己的兴趣爱好,不考虑自身的条件、能力水平和社会需要与机遇,完全处于幻想之中。

### 2. 尝试期

尝试期是指11~17岁,这是由少年儿童向青年过渡的时期。从此时起,人们的生理和心理在迅速成长、发育和变化,有独立的意识,价值观念开始形成,知识和能力显著增长和增强,初步懂得社会生活和生活经验。

在职业需求上呈现出的特点主要体现为:有职业兴趣,并能客观地审视自身各方面的条件和能力;开始注意职业角色的社会地位、社会意义,以及社会对该职业的需要。但此时,由于长期处于学校学习,对社会、对职业的理解还不全面,对职业主要考虑的还是个人的兴趣,具有理想主义色彩。

此阶段分为兴趣阶段、能力阶段、价值观阶段和综合阶段四个子阶段。

(1) 兴趣子阶段。开始注意并培养其对某些职业的兴趣,期盼着将来从事某些职业。

(2) 能力子阶段。不仅仅考虑个人的兴趣,同时也注意到个人能力与职业的关系,注重衡量自己的能力,并积极参加各种相关的职业活动,以检验自己的能力。

(3) 价值观子阶段。个人的职业价值观逐步形成,能兼顾个人与社会的需要,以职业的价值性选择职业。

(4) 综合子阶段。将上述三个阶段的职业相关资料综合考虑,以正确判定未来的职业生涯发展方向。

### 3. 现实期

现实期是指17岁以后的青年阶段。这一阶段的青年即将步入社会劳动,能够客观地把自己的职业愿望或要求,同自己的主观条件、能力以及社会现实的职业需要紧密和协调起来,寻找合适于自己的职业角色。此阶段所需求的职业不再模糊不清,已经有具体的、现实的职业目标,表现出的最大特点是客观性、现实性、讲求实际。

此阶段分为试探阶段、具体化阶段和专业化阶段三个子阶段。

(1) 试探子阶段。根据尝试期的结果,进行各种试探活动,试探各种职业机会和进一步的选择。

(2) 具体化子阶段。根据试探阶段的经历,做进一步的选择,具体化职业目标。

(3) 专业化子阶段。依据自我选择的目标,做具体的就业准备。

金斯伯格的职业发展理论主要研究的是个人进入职业前的一段时期的职业观的变化及进入职业前的职业选择问题,对进入职业角色后如何调整与发展职业生涯研究得不够。

## (二) 格林豪斯:职业生涯五段论

格林豪斯将职业生涯分为以下五个阶段:

### 1. 职业准备

典型年龄段为 0~18 岁。主要任务是发展职业想象力,对职业进行评估和选择,接受必需的职业教育。

### 2. 进入组织

18~25 岁为进入组织阶段。主要任务是在一个理想的组织中获得一份工作,在获取足量信息的基础上,尽量选择一种合适的、较为满意的职业。

### 3. 职业生涯初期

处于此期的典型年龄段为 25~40 岁。学习职业技术,提高工作能力;了解和学习组织纪律和规范,逐步适应职业工作,适应和融入组织;为未来的职业成功做好准备,是该时期的主要任务。

### 4. 职业生涯中期

40~55 岁是职业生涯中期阶段。主要任务是:需要对早期职业生涯重新评估,强化或改变自己的职业理想;选定职业,努力工作,有所成就。

### 5. 职业生涯后期

从 55 岁直至退休为职业生涯的后期。继续保持已有职业成就,维护尊严,准备引退,是这一阶段的主要任务。

## (三) 施恩: 职业生涯周期论

美国的施恩教授立足于人生不同年龄段面临的问题和职业工作主要任务,将职业生涯分为以下 9 个阶段:

### 1. 成长、幻想、探索阶段

一般 0~21 岁处于这一职业发展阶段。主要任务如下:

(1) 发展和发现自己的需要和兴趣,发展和发现自己的能力和才干,为进行实际的职业选择打好基础。

(2) 学习职业方面的知识,寻找现实的角色模式,获取丰富的信息,发展和发现自己的价值观、动机和抱负,做出合理的受教育决策,将幼年的职业幻想变为可操作的现实。

(3) 接受教育和培训,开发工作世界所需要的基本习惯和技能。在这一阶段所充当的角色是学生、职业工作的候选人、申请者。

### 2. 查看工作世界

16~25 岁的人步入该阶段。首先,查看劳动力市场,谋取可能成为一种职业基础的第一项工作;其次,个人和雇主之间达成正式可行的契约,个人成为一个组织或一种职业的成

员,充当的角色主要是应聘者、新学员。

### 3. 基础培训

处于该阶段的年龄段 16~25 岁。与上一阶段不同,个人要担当实习生、新手的角色。也就是说,已经迈进职业或组织的大门。此时的主要任务一是了解、熟悉组织,接受组织文化,融入工作群体,尽快取得组织成员资格,成为一名有效的成员;二是适应日常的操作程序,应付工作。

### 4. 早期职业的正式成员资格

此阶段的年龄为 17~30 岁,取得组织新的正式成员资格。面临的主要任务如下:

- (1) 承担责任,成功地履行与第一次工作分配有关的任务。
- (2) 发展和展示自己的技能和专长,为提升或查看其他领域的横向职业成长打基础。
- (3) 根据自身才干和价值观,根据组织中的机会和约束,重估当初追求的职业,决定是否留在这个组织或职业中,或者在自己的需要、组织约束和机会之间寻找一种更好的配合。

### 5. 职业中期

处于职业中期的正式成员,年龄一般在 25 岁以上。主要任务如下:

- (1) 选定一项专业或查看管理部门。
- (2) 保持技术竞争力,在自己选择的专业或管理领域内继续学习,力争成为一名专家或职业能手。
- (3) 承担较大责任,确定自己的地位。
- (4) 开发个人的长期职业计划。

### 6. 职业中期危险阶段

处于这一阶段的是 35~45 岁者。主要任务如下:

- (1) 现实地估价自己的进步、职业抱负及个人前途。
- (2) 就接受现状或者争取看得见的前途做出具体选择。
- (3) 建立与他人的良师关系。

### 7. 职业后期

从 40 岁以后直到退休,可说是处于职业后期阶段,此时的职业状况或任务如下:

- (1) 成为一名良师,学会发挥影响,指导、指挥别人,对他人承担责任。
- (2) 扩大、发展、深化技能,或者提高才干,以担负更大范围、更重大的责任。
- (3) 如果求安稳,就此停滞,则要接受和正视自己影响力和挑战能力的下降。

### 8. 衰退和离职阶段

一般在 40 岁之后到退休期间,不同的人在不同的年龄会衰退或离职。此阶段主要的职

业任务如下：

- (1)学会接受权力、责任、地位的下降。
- (2)基于竞争力和进取心下降,要学会接受和发展新的角色。
- (3)评估自己的职业生涯,着手退休。

### 9.离开组织或职业退休

在失去工作或组织角色之后,面临两大问题或任务：

- (1)保持一种认同感,适应角色、生活方式和生活标准的急剧变化。
- (2)保持一种自我价值观,运用自己积累的经验 and 智慧,以各种资源角色,对他人进行传、帮、带。

需要指出的是,施恩虽然基本依照年龄增大顺序划分职业发展阶段,但并未囿于此,其阶段划分更多地根据职业状态、任务、职业行为的重要性。正如施恩教授划分职业周期阶段是依据职业状态和职业行为和发展过程的重要性,又因为每人经历某一职业阶段的年龄有别,所以,他只给出了大致的年龄跨度,并在各职业阶段上所示的年龄有所交叉。

## 本章习题

阅读以下案例,思考自己的读大学的意义是什么?在未来四年的日子里,你的大学应该怎样度过?

### 读大学的意义——一位大学生对大学的感悟

文/陈子昂

前言:此文献给那些在大学中正处于迷茫,不知何去何从的大学生们。希望通过阅读本文的内容,可以给广大大学生们一点启示。若是能让你们认识到如何更好地利用大学时光,提高自己的竞争力,找到一份理想的工作,就是本文最大的意义,也是对我本人最大的回报,在此我表示十分的感谢。

首先,我想问大家:你喜欢的是什么?在我高中毕业后,因为计算机能力比较突出,所以在不了解计算机实质性内容的前提下,草率地报了与计算机相关的专业。然后在计算机专业的学习上,却挖掘不出任何的激情和动力。于是,我迷茫了很久。所以,我希望可以用我的亲身经历来帮助各位尽可能地缩短这段迷茫期,从而找到自己的兴趣。

学习一份专业、从事一项工作,兴趣是最好的老师。假如做一份自己不喜欢的工作,此时就会烦躁,对任务感到乏味,这样的态度将会使工作出现漏洞,不能出色地完成任。因为他们根本还是跳不出“我是因为公司或者学校的命令而不得不做这件事,老实说还真痛

苦”这层含义。因此他们不但无法发奋图强,更无法涌出向上之心,这样一来便会在工作中想着如何偷懒或偷工减料了。相反地,在不改变性格的前提下,然后选择自己喜欢的事情做,这种人可以早一步学到技术,逐渐进步成功,即使在旁人的眼中看来既吃力又不讨好的工作,对他们来说也是甘之若饴,不久便能想到好办法渡过难关。就算有再多的逆势与危机袭来,也能保有足以跨越难关的热情与信念。生活的意义从做自己喜欢的事情当中衍生而出,所以希望大家可以做自己喜欢的事情,而不是别人让你做什么,或者别人在做什么自己就做什么,这才是人生的意义。

如果你是大二、大三甚至大四的学生的话,希望你认识到“路径依赖”和“沉默成本”这两个词。路径依赖:一旦人们做了某种选择,就好比走上了一条不归之路,惯性的力量会使这一选择不断自我强化,并让你轻易走不出去。因为背后都有对利益和所付出的成本的考虑。对个人而言,一旦人们做出选择以后会不断地投入精力、金钱及各种物资,即使哪天发现自己选择的道路不合适也不会轻易改变,因为这样会使得自己在前期的巨大投入变得一文不值,这在经济学上叫“沉没成本”。沉没成本是路径依赖的主要原因。不要想着你以前专业知识学得多么辛苦,专业技能多么扎实,如果找到自己喜欢的,并决定要往自己喜欢的方向前进的时候,那么就要学会放下。马云说过,要成功,就要有永不言弃的精神。在学会放弃的时候,才开始真正成长。说的就是这个意思。

大学生应该学会做职业生涯规划。可能会有人说形势处于不断变化中,今天的规划可能明天就过期。的确,运动是绝对的,静止是相对的。世界处于不断地改革中,情势正在不断地发生改变。但是我想说的是,职业生涯规划并不是一份详尽的、对生活的每一步都做得尽善尽美的规划,职业生涯规划的意义在于确认生活中的一个目标。当人们的生活有了明确的目标的时候,就能够将自己的行进速度和与目标之间的距离加以对照,人们行动的动机和对目标的渴望就能得到完善和加强,就能克服更多的困难、越过更多的障碍,努力实现目标。

在1953年,美国耶鲁大学对毕业的学生进行了一次有关人生目标的研究调查。在开始的时候,研究人员向参与调查的学生们问了这样一个问题:“你们有人生目标吗?”对于这个问题,只有10%的学生确认他们有目标。

然后,研究人员又问了学生第二个问题:“如果你们有目标,那么,你们是否把自己的目标写下来呢?”这次,总共只有3%的学生回答是肯定的。

20年后,耶鲁大学的研究人员在世界各地追访当年参与调查的学生,他们发现,当年白纸黑字把自己的人生目标写下来的那些人,无论从事业发展还是从生活水平上看,都远远超过了那些没有这样做的同龄人。这3%的人所拥有的财富居然超过了余下97%的人的总和。

这就证明了目标对于一个人发展的重要性。“不走弯路便是捷径”,这句话被广大企业

家所认同。而设立目标正是在漫漫人生道路上设立了一个方向,在同等行进速度的形势下,我们必然会比别人更快地到达我们人生理想的终点。

除此之外,做职业生涯规划还有一个很好的优点就是,你需要去对职业进行了解,对就业进行解剖。然后,你就会逼迫自己去了解很多职业发展的相关信息,从而更清楚自己的发展现状和更好地设立未来的前进目标。这都是百利而无一害的。

举个市场营销的例子,市场营销即所谓的销售,跑业务,学校学习的理论知识在就业的前期能派上用场的不到5%。对于企业来说招聘做销售的,任何专业都可以,当然我不否认专业对口拥有相当的竞争力,但最主要的,也就是应聘面试中最看重的,不是你的专业知识,而是你的综合能力。综合能力包括人际交往能力、谈判能力、良好的商务礼仪、适当的团队协作能力,等等。而那些学校所学能派上用场的5%的理论知识,只要你踏实肯干,完全可以在短时间内掌握。

当然,我没有否定学校所教授知识的重要性。那些知识固然重要,但是对于一个应聘基层岗位的大学毕业生来说,确实用处不大。经济学、管理学,是一个企业发展的核心,但那是等你到管理层时才能用得上的。对于一个基层的员工来说,拥有管理层的知识可以让你未来走得更远,但缺乏相关的综合能力,恐怕第一份工作会找得很艰难。

所以,如果对职业生涯规划进行彻底的了解,我们就会发现,学校给我们安排的课程在一定程度上阻碍了我们的发展。我本身的专业是信息科学与技术,然后在大二上半学期结束的时候会分方向,分为计算机科学与技术 and 电子信息科学与技术,在大二下半学期结束的时候,计算机科学与技术又被划分为软件工程和网络工程,其中电子信息科学与技术也被划分为电子电路和嵌入式工程。如果你以往的兴趣是软件工程,并且以后打算往软件开放方面发展,那么,我要很遗憾地告诉你,你在学习专业知识的同时,也会学习很多至今我还认为无用的课程,如大学物理、数字电子技术基础等。这些显然是电子信息科学与技术的专业课,那么为什么计算机科学与技术的学生必须学习呢?

此外,大学教育现在已经变得越来越普遍。此时你需要思考一个问题:在大学教育的框架下,我们如何在人群中脱颖而出?专业绩点4.0和专业绩点3.5相比,优势并不明显,专业的HR们也不舍看重大学的成绩绩点。那么,如何做到在人群中脱颖而出呢?我们要去研究企业所需要的人才,假如一家IT开发企业需要Oracle数据库专业人员,我们只需要将学习的重点从学校安排的课程转到Oracle数据库的学习和实践上便能提高我们的竞争力。大学的学习范围都是很泛的,如果你能摒弃那些大学物理、数字电子技术基础,甚至计算机导论、计算机网络等课程,在基本计算机知识达标的情况下,将全部的精力放在Oracle数据库的学习和实践上,在毕业后,你对这门科学的熟悉程度和实践操作能力必定会比其他大学生多出2~3倍,甚至更多。而企业需要的,也就是这种人才,能够一到企业就能够融入企业的工作中,企业无须花钱来培训你。此时,你就能脱颖而出了。

很多同学认为在大学,不担任学生干部就不算上进了(当然不包括那些懒散、无所事事的同学)。我想说这些同学很无知,请不要生气,原因如下:如果你要考公务员,做行政类的工作,那么我建议你去当学生干部,学生干部、党员、选调生、学校比赛的参与频率和获得奖项都是能够提高竞争能力的途径。但是如果你是纯技术路线,我奉劝你在大二的时候就不要再担任学生干部了,就算你的协调能力再好,分配能力优越,能够很有自信自己能把专业学习和干部工作都能做得很好。但就像我上面说的付出的时间越多,得到的成绩也就越大。但是怎么得到足够的时间以供我们付出呢?所以,鱼和熊掌不能兼得。并且学生干部经历对于纯技术路线的岗位并没有特别的优势可言。所以,在大一担任学生干部足矣,体验过了就好了。

还有,那些学校性、学院性的活动,在很大层面上,是为了丰富学生生活而开展的,使大学生生活不至于枯燥无味。动机是好的,但是我们是否能够在此类比赛上获得自己想要的锻炼,这就需要我们自己去判断了。很多学长们都说那些打杂性的干部工作,多做无益。确实,除了可以给自己练练肌肉,其他的基本上学习不到什么了。所以我建议大家选择性地参加比赛,不要为了综合考评而全部参加,也不要因为懒而什么都不参加,很大一部分比赛对于我们能力的提升是很有好处的。

那么大学需要培养的,除了专业知识外,还有哪些呢?

能力上,拥有主动的分析能力和独立的思考能力,并且将教材上的知识和理论进行吸收,从而应用于社会实践的能力。读经济学最主要的是学习一种经济学的思维,学管理学主要是学管理学的思路。本科生和专科生最主要的区别在于,本科生在思想上扎根,专科生在技能上挖掘。若本科生和专科生都是学厨艺的,专科学习的第一节课就开始了教导如何做菜,开始实践性教学。而本科生,必定花一两年的时间来学习厨艺的历史、厨艺的简介、未来发展趋势等。目的就在于塑造思维,教导你如何创新、如何去分析一道菜里面的营养价值、如何去配色加香料。但是若论炒菜的技能水平,我想本科生和专科生能力差不多。但是本科生拥有的分析能力和独立思考能力将是一个决定薪酬高低的筹码。

在思维上,自主性学习,对自己学习的内容有所取舍,有一个比较明确的取舍标准,并用带有批判的眼光对教材和其他书籍中的观点加以学习。建立自己的一套学习的取舍标准,什么都学不如一门学精。10个10%并不是100%,而是0。很多人可能会说,我组织活动、策划、销售、人力资源都会一点,但是你是否拥有独立完成工作的能力?这也是评判企业要不要你的标准。

在人格上,拥有独立的人格,因为一个经过独立思考而坚持错误观点的人比一个不假思索而接受正确观点的人更值得肯定。真理往往掌握在少数人手里,而少数人必须服从多数人,到头来真理还是在多数人手里,人云亦云就是这样堆积起来的。第一个人说一番话,被第二个人听见,和他一起说,此时第三个人反对,而第四个人一看,一边有两个人而一边只有

一个人,便跟着那两个人一起说。可见人多口杂的那一方不一定都有自己的想法,许多是冲着那里人多去的。所以,在大学的时候,我们必须建立自己的价值观,不要认为人多的地方就是真理。此次的日本地震,震撼了许多人。然而在网站上,一边在笑着日本活该,因为日本曾经进行南京大屠杀,曾经侵略过中国,给中国带来惨痛的伤害;一边认为地震是天灾,天灾是人类的天敌,就算日本曾经严重地伤害过中国,但在天灾面前,我们应该援助他们,抱有一颗同理心。你对此次事件是如何看待的?对于书上的内容你全盘赞同还是用带有批判性的眼光去接纳,决定了你价值观的确立。

在行动上,要做一个思想深刻的人:第一,利用图书馆,多看有思想深度的书,如哲学、政治、历史、社会学等多个领域的书籍;第二,将自己的思想植根于现实的土壤,如参加有指导性的讲座,并且学会向周围人群学习。在专业学习的基础上,我建议大家尽可能地多看看哲学、政治、历史、社会学等多个领域的书籍。专业书籍可能看过就忘记了大部分,但这些课外书籍对于你价值观的确立,对于你人性修养的提升,是很有益处的。在确立目标后,我们要将目标的内容落到实处。当然,书籍只能确立你的价值观和看待世界的角度,并不能使你真正成长,真正的成长需要通过经历来丰富。积极寻找能够使自己成长的机遇,是在大学里面的一个很重要的话题。

谈谈考研和留学吧。21世纪,文凭越来越不重要了,能力越来越重要了;21世纪,大学生越来越多了,能力趋于平庸化了;21世纪,注定是那些有想法、有创意、有激情、有勇气将创意付诸实践的人的世纪。

如果你要考研,那么请你想清楚,考研后你的竞争力何在?如果只是看重一纸文凭,那尽快打消这个念头吧!在现代的企业中,90%的岗位要求的学历都在本科以下,再加上现在研究生泛滥,文凭变白纸,“研究生”这一虚名的竞争力已不复存在了。研究生,顾名思义,研究某一类科学的人才。读研究生的动机在于加强对某一科学理论水平的深度。对于学术界,是相当重要的。但如果你的目标是商界和政界,那么研究生的竞争力就弱得多了。我们很少能听到某某领导是什么某某专业的研究生、博士,也很少听到某某企业家是某某专业的研究生、博士。马云还是专科生呢,照样能够成立阿里巴巴,成为最令人敬佩的企业家之一。

现阶段企业对于工作经验比学历看得更重要,希望那些想要考研的人可以权衡下3年的研究生学习出来的理论水平和3年的工作经验,哪个分量重。况且,3年的研究生学生还需要父母赞助我们读研,若是你又荒废了3年,那这一选择的价值何在?

留学,目的在于学习语言,学习西方的文化传统,学习最先进的知识技能。如是抱着这三个方面的态度去留学,那么我强烈建议出国。如果只是要出国然后回国后拿着一个“海归”的头衔去混饭吃,那就打消这个念头吧。21世纪是注重能力的世纪,你能在国外提升自己的能力,那留学无可厚非。如果只是看着身边的同学、身边的朋友一个一个留学去了才想出国,那么请不要跟风,思考下自己为什么去留学。