

第一章 就业形势与政策

迈入 21 世纪,高校毕业生的就业问题日趋凸显,且成为社会热点问题。大学生的就业问题不仅关系到毕业生本人、家庭,也关系到高校的声誉,更关系到整个高等教育的健康发展。高校的层次和专业结构不合理成为一项重大阻碍。高校毕业生就业关系到社会安定稳定,关系到高校的长远发展。面对当前大学生日趋严重的就业形势,就业指导的作用也日益突出。

第一节 大学毕业生就业现状和形势

随着国家经济体制的改革,计划经济体制已逐渐过渡到社会主义市场经济体制。近年来,我国大学毕业生人数逐年攀升,进而出现就业严峻的残酷现状。中国就业市场供大于求的矛盾,短期内不会得到缓解,这是一个不争的事实。高校毕业生是我国宝贵的人才资源,是社会科学发展的生力军,高校毕业生就业仍然是就业工作的首要任务,也关系到社会安定稳定。



图文
2017 年大学生
就业形势分析

一、结构性矛盾依然突出

有关部门统计结果表明,受过高等教育的人口在我国劳动者队伍中所占的比重也就是 5% 左右,高校扩招并不是造成大学生就业难的主要因素。一方面,不少学校在扩招中采取规模化办学路线,选择办学成本低、容易开办的专业作为扩大招生的突破口,这造成一些专业设置泛滥,人才培养和社会需求严重失衡。另一方面,部分高校的专业设置落后于产业结构的调整,专业和课程设置具有较大的盲目性,如人文、社科专业等,使得部分高校毕业生难以适应社会生产发展的需要。

二、企业就业吸纳能力不强

中小型企业 and 非公有制企业本身的发展需要人才,需要大量的大学毕业生,但它们提供的工资待遇偏低,发展空间较小,部分企业用工不规范,对大学生的吸引力较小。随着经济结构的调整,第一产业将有越来越多的剩余劳动力需要转移,第二产业的一些传统行业吸纳就业人员的能力减弱,第三产业吸纳就业虽有较大潜力,但是进一步发展还需克服困难,努力开拓。

三、需求量和入职要求成为矛盾体

就经济发展背景而言,就业需求量小,具体表现在两个方面:一是中国经济增长率有所降低,加上国际经济持续低迷,导致总体就业需求下降;二是经济结构调整滞后以及外部经济冲击,导致部分行业就业需求降低。

此外,目前部分工作岗位入职门槛高,如法学、教育学或管理学类专业相关的岗位,入职要求较高。法学专业毕业生需要考到律师证才能从事相关工作;教育学专业学生入职当教师,需要经过笔试、面试和试讲三关;管理类专业学生则是学习内容过于理论化,与用人单位的实际需求有所脱节。需求量和求职要求高成为一组矛盾体。

四、大学生的择业取向和意愿单一化

大部分高校毕业生倾向于到政府机关、事业单位、世界 500 强企业和外资企业工作。我国城乡之间经济发展不平衡,经济越发达就业机会就越多,发展的空间也越大,也导致高校的毕业生倾向于在经济发达的省市择业,如广东、上海、北京、福建等地,却不愿意到经济欠发达的地区及偏远地区工作,从而导致在地区方面择业的不均衡。“先就业后择业”的就业观念未能深入高校毕业生的内心。

第二节 大学生就业政策

就业是民生之本。要贯彻劳动者自主就业、市场调节就业、政府促进就业和鼓励创业的方针,实施就业优先战略和更加积极的就业政策。通过对就业进行指导、介绍和培训等服务来使劳动者尽快通过市场完成就业。在大学生就业形势仍然十分严峻的情况下,必须把高校毕业生的就业工作摆在首位。

一、国家政策的大力支持

为了解决大学生就业困境,中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《关于引导和鼓励高校毕业生面向基层就业的意见》(中办发〔2005〕18号)的通知,在通知中指出,要进一步完善鼓励高校毕业生到西部地区和艰苦边远地区就业的优惠政策;要积极鼓励、支持高校毕业生到基层自主创业和灵活就业;要大力支持各类中小企业和非公有制单位聘用高校毕业生;要探索建立高校毕业生就业见习制度;要逐步实行省级以上党政机关从具有 2 年以上基层工作经历的高校毕业生中考录公务员的办法;要加大选调应届优秀高校毕业生到基层锻炼的工作力度;要实施高校毕业生到农村服务计划;要大力推广高校毕业生进村、进社区工作;要加大财政支持高校毕业生面向基层就业的力度;要为西部地区和艰苦边远地区基层单位适当增加周转编制;要实行面向基层就业的定向招生制度,认真做好高校毕业生就业信息服务工作;要面向基层经济社会发展需要,进一步深化高等教育改革;要加强对高校毕业生面向基层就业工作的领导;要积极统筹实施“三支一扶”计划、选调生、村干部计划、志愿服务计划、服务社区计划,以及基层农村中小学、乡镇卫生院紧缺人才补充计划。积极宣传好、落实好国家和省里制定的各项就业政策,做好服务期满毕业生的就业服务工作,确保优惠政策落实到位,形成毕业生面向基层和生产一线就业的良好氛围。

二、鼓励人才的合理流动

随着我国出台取消城市增容费、出省费、出系统费和其他不合法、不合理的收费政策,完善未就业高校毕业生的有关政策,档案管理机构对保管其档案免收服务费。学校可根据本人意愿,将其户口转至入学前户籍所在地或两年内继续保留在原就读的高校,待找到工作单

位后,将户口迁至工作单位所在地。例如,如有高校毕业生在2年内仍未落实就业工作,则其在校户籍及档案将被学校、档案管理机构或人才管理中心迁回其入学前户籍所在地。例如,福建省委、福建省人力资源和社会保障厅从2017年开始执行引进紧缺人才和高层次人才的相关政策,并且将该政策落实到福建各地区,为福建省各地输送紧缺人才。政策支持的主体内容包括如下几项:

(1) 引进人才符合福建省引进高层次人才(A、B、C类)条件的,可在落地前后申报,确认后给予25万~200万元安家补助,经认定符合《福州市创业创新人才住房保障办法(试行)》的,享受购买90~160平方米人才公寓和45万~80万元购房补贴。

(2) 引进人才符合工科类青年专业人才支持条件的,按照税前支付薪酬50%~80%给予企业聘用补助。

(3) 引进人才符合我省年度紧缺急需人才引进指导目录条件的,按规定给予生活津贴和住房补助。

(4) “985工程”“211工程”等高校、境外著名大学、国家级研究机构全日制硕士研究生、博士研究生来福州市工作,与企业签订3年以上劳动合同,经认定符合福州市紧缺急需人才的,落地1年后分别按硕士每人3万元、博士每人5万元分期给予人才奖励。

(5) 经认定的企业各类高层次人才,其年缴纳工薪个人所得税不低于3万元的,按其上一年度所缴工薪个人所得税市级留成部分的50%予以奖励,奖励期5年。可向当地人力资源和社会保障部门及当地团组织咨询,当地人力资源和社会保障部门是就业见习的组织实施单位。

三、自主创业优惠政策增强

财政部、国家发展改革委《关于对从事个体经营的下岗失业人员和高校毕业生实行收费优惠政策的通知》(财综〔2006〕7号)指出,高校毕业生从事个体经营的,且在工商部门注册登记日期在其毕业后2年以内,自其在工商部门登记注册起3年内免交有关登记类、证照类和管理类收费(5个部门12项目),但是要出示毕业证书作为主要依据。以福建省大学生的自主创业为例,福建省下发的《关于进一步扶持高校毕业生自主创业的意见》还明确表示,对按照要求完成培训任务的省级培训基地,可由省财政每年给予3万元补贴。高校毕业生参加创业培训,可享受政府提供的创业培训补贴和创业服务。

四、就业服务活动多样化

各级劳动保障部门要做好高校毕业生毕业半年后未就业且要求就业人员的失业登记工作,并为他们开展就业服务活动,内容有:

(1) 制订求职计划。

(2) 组织见习活动,见习期不超过1年,落实见习补贴,免费提供必要的劳动保障服务和就业指导服务。

(3) 组织创业培训、开业指导、咨询服务、后续扶持等“一条龙”服务。

(4) 技能培训和鉴定。

(5) 小额贷款。

(6) 岗位技能对接(帮就业岗位进院校、送技能人才进企业)。

(7) 整顿市场秩序,维护高校毕业生的合法权益(合同、报酬)。

(8)《关于贯彻落实中共中央办公厅、国务院办公厅引导鼓励高校毕业生面向基层就业意见的通知》(以下简称《通知》)(劳社部发〔2005〕21号)指出,参加企业养老保险,今后考录或招聘国家机关事业单位,其缴费年限与工龄可合并计算,若在机关事业单位就业后转到企业工龄可视同保龄。《中华人民共和国残疾人保障法》规定,残疾人劳动就业,实行集中与分散相结合的就业方针,国家对残疾人福利性企事业组织和残疾人个体劳动者,实行税收减免政策,并在生产、经营、技术、资金、物资、场地等方面给予扶持。机关、团体、企事业组织、城乡集体经济组织,应当按一定比例安排残疾人就业,并为其选择适当的工种和岗位,具体比例由各省、自治区、直辖市人民政府具体规定。对于申请从事个体工商业的残疾人,有关部门应当优先核发营业执照,并在场地、信贷等方面给予照顾;对于从事各类劳动活动的农村残疾人,有关部门应当在生产服务、技术指导、农用物资供应、农副产品收购和信贷等方面,给予支持。

五、高等教育自主办学

要根本解决大学生就业难的问题,就必须着力落实和扩大学校的办学自主权,让大学办出个性和特色,提高人才培养质量,形成高等教育和社会经济发展的良性循环。只有大学形成本校的办学特色,才能避免千校一面、千生一面,才能根据社会需求的变动,调节学科、专业、课程的设置,改革人才培养模式。

大学生还需要进一步调整就业观念,更加放开眼界、迈开脚步,到更大的地域范围、行业范围和单位性质范围放飞梦想。同时,当前的条件下,确实存在很多现实的困难和障碍限制了大学毕业生到更大范围就业,如城乡差距、区域差距、发展环境、工资待遇、家庭影响等。我们需要建立一系列能够激励大学生到中小城市、到基层、到中小企业就业的政策和机制。

思考题

- (1) 通过对目前就业形势的了解,你打算在学习过程中做出哪些改变?
- (2) 针对大学毕业生的优惠政策有哪些?你将如何打算?
- (3) 根据你所学,谈谈高校大学生就业的现状。

第二章 就业认知与职业

就业是民生之本,大学生的就业又是重中之重。大学生的职业选择是由大学生到职业人生转变的重要环节,这对大学生自身的职业发展至关重要。目前,大学生应加强就业培训,提高就业意识,避免在职业生涯规划中存在知识盲点。因此,大学生对职业知识的系统认知和了解刻不容缓。

第一节 职业的分类与特征

2017年出现了许多关于职业青年的新词汇,许多青年为了打拼事业独自在外乡生活,成为“空巢青年”;许多青年也因为毕业后的历练与思考,迅速成长,成为行业或者单位的佼佼者与“领头羊”,这样的职业青年擅长多项工作,他们又有了一种新的称呼“斜杠青年”。但不论是“空巢青年”还是“斜杠青年”,他们在最初都面临着职业的选择与界定。



微课
职业的含义与
特点

一、职业的概念

职业是参与社会分工,是一种谋生手段,是通过正常且合理的渠道来创造物质财富和精神财富,从中获取适当的报酬来满足自己各方面的需要。职业是一种社会劳动的工作岗位,是人们从事有收入的、相对稳定的社会劳动,是一个人社会地位的一般性表现,也是一个人的权利、义务和职责。

学海拾萃 >>>>>

八类行业 你我挑选

2015年7月29日,由人社部、国家质检总局和国家统计局牵头成立的国家职业分类大典修订工作委员会审议、表决通过并颁布了新修订的2015版《中华人民共和国职业分类大典》(以下简称《职业分类大典》)。《职业分类大典》的职业分类结构为8个大类、75个中类、434个小类、1481个职业。与1999年版(含2005年版、2006年版、2007年增补本)相比,维持8个大类,增加9个中类和21个小类,减少205个职业,取消了342个“其他”余类职业。

1999年版《职业分类大典》将我国职业分为8个大类、66个中类、413个小类、2028个职业。

第一大类:国家机关、党群组织、企业、事业单位负责人(其中包括5个中类、16个小类、25个职业);

第二大类:专业技术人员(其中包括14个中类、115个小类、440个职业);

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、53个职业);

第四大类:商业、服务业人员(其中包括8个中类、43个小类、197个职业);

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、135个职业);
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、1176个职业);

第七大类:军人(其中包括1个中类、1个小类、1个职业);

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个职业)。

新版《职业分类大典》将我国职业分为8个大类、75个中类、434个小类、1481个职业。

2015年最新版《职业分类大典》国家职业分类大全:

第一大类名称修订为“党的机关、国家机关、群众团体和社会组织、企事业单位负责人”,其职业分类修订参照我国政治制度与管理体制现状,对具有决策和管理权的社会职业依组织类型、职责范围的层次和业务相似性、工作的复杂程度和所承担的职责大小等进行划分与归类。修订后的第一大类包括6个中类、15个小类、23个职业。与1999年版相比,增加1个中类,减少1个小类、2个职业,并对部分类别名称和职业描述进行了调整。

第二大类名称为“专业技术人员”,维持原大类名称不变,其职业分类修订除遵循职业分类的一般原则和技术规范外,还着重考量职业的专业化、社会化和国际化水平。修订后的第二大类包括11个中类、120个小类、451个职业。与1999年版相比,减少3个中类,增加5个小类、11个职业。

第三大类名称为“办事人员和有关人员”,维持原大类名称不变,其职业分类修订主要依据我国公共管理与社会组织中从业者的实际业态进行。修订后的第三大类强化其公共管理、企事业管理等领域行政业务、行政事务属性,包括3个中类、9个小类、25个职业。与1999年版相比,减少1个中类、3个小类、28个职业。

第四大类名称修订为“社会生产服务和生活服务人员”,其职业分类修订主要参照国民经济行业分类以及我国服务业发展现状,特别关注新兴服务业的社会职业发展,主要按照服务属性归并职业。修订后的第四大类包括15个中类、93个小类、278个职业。与1999年版相比,增加7个中类、50个小类、81个职业。

第五大类名称修订为“农、林、牧、渔业生产及辅助人员”,其职业分类修订以农、林、牧、渔业生产环境、生产技术和产业结构的变化,现代农业生产领域中生产技术应用、生产分工与合作的现状为依据,参照国民经济行业分类进行。修订后的第五大类包括6个中类、24个小类、52个职业。与1999年版相比,中类维持不变,减少6个小类、83个职业。

第六大类名称修订为“生产制造及有关人员”,其职业分类修订按照国民经济行业分类以及生产制造业发展态势,以工艺技术、工具设备、主要原材料、产品用途和服务与技能等级水平的相似性进行。修订后的第六大类包括32个中类、171个小类、650个职业。与1999年版相比,增加5个中类,减少24小类、526个职业。

第七大类名称为“军人”,沿用1999年版《职业分类大典》的做法,维持原大类名称及内容表述不变。

第八大类名称为“不便分类的其他从业人员”,沿用1999年版《职业分类大典》做法,维持原大类名称及内容表述不变。

二、职业的特征

职业具有以下几个特征:

（一）产业性

目前,世界各国通常把各种产业划分为三大类:第一产业、第二产业和第三产业。

（二）行业性

行业是根据生产工作单位所生产的物品或提供服务的不同而划分的,它是按企业、事业单位、机关团体和个体从业人员所从事的生产或其他社会经济活动性质来分类的。

（三）层次性

现实生活中由于对从业素质要求不同及人们对职业的看法或舆论评价不同,不同职业就有了层次之分。

（四）组群性

像科学研究人员的领域包含哲学、社会学、经济学、医学等一样,无论以何种依据来划分职业都带有组群特点。

（五）时空性

随着社会的发展和进步,职业变化迅速,在旧的职业逐渐消失、新职业不断出现的同时,同一职业的活动内容和方式也会发生变化,所以有些职业具有明显的时代性,不同时代有不同的热门职业。

三、职业的功能

职业的功能如下:

（一）个人角度

从个人角度看,职业具有以下功能:

- （1）个人经济收入的来源。
- （2）促进个性发展的手段。当个人从事的职业能使个人的特长、兴趣得到充分发挥时,也就促进了个性的充分发展。
- （3）个人在社会劳动中从事具体劳动的体现,个人贡献社会的途径。
- （4）个人获得名誉、权力、地位的来源。

（二）社会角度

从社会角度看,职业具有以下功能:

- （1）职业存在和职业活动构成了人类的社会存在和社会活动。
- （2）职业劳动创造社会财富,为社会的存在和发展奠定物质基础。
- （3）职业分工是构成社会经济制度运行的主体。
- （4）职业是维持社会稳定、实现社会控制的手段。
- （5）职业的运动,如职业结构的变化、职业层次间矛盾的解决,也是推动社会进步的一种动力。

四、职业体系

（一）职业与工种、岗位之间的关系

职业是具有一定特征的社会工作类型,它是一种或一组特定工作的统称。我们以往经



微课
职业的功能

常使用“工种”“岗位”等概念来形容它,实质上就是将职业按不同需要或要求进行的具体划分。一个职业一般包括一个或几个工种,一个工种又包括一个或几个岗位。所以,职业与工种、岗位之间是一个包含和被包含的关系,其间有着密切的内在联系。

(二) 职业与行业、产业之间的关系

1. 职业所反映的是不同劳动者所从事的不同种类的社会劳动

任何一种职业都可以归属于国民经济中某一产业的某一行业,职业类别也是以产业、行业类型为基础来划分的。因此,由各种各样的职业所构成的职业体系是由国民经济中产业、行业与职业三个层次构成的。

2. 产业是国民经济活动的最基本的类型

产业结构不仅是国民经济结构的基本形式,而且也是职业体系的基石。按照目前国际上通用的有关产业结构的分类方法,我国将国民经济划分为三大产业。

第一产业包括农业、林业、渔业、畜牧业。广义上讲,农业包括采集、种植、狩猎、捕鱼、畜牧。农业部门的职业,包括农林牧渔劳动者、管理人员、专业技术人员、技术工人等。

第二产业指广义的工业,包括采掘业、制造业、自来水业、电力、蒸汽、热水、煤气和建筑业等。

工业在国民经济中起着主导作用。随着生产的发展和科学技术的进步,一方面使工业部门越分越细,新的工业部门不断出现,如电子工业从机械工业中分离出来,高分子合成工业从石油、化学工业中分离出来;另一方面,也使工业部门之间的生产联系和交换关系更加复杂起来。工业生产部门之间必须保持一定的比例关系,才能使整个工业协调发展。

第三产业是指广义的服务业,包括四大部分:流通部门,如商业、饮食业、交通运输业、邮政电信通信业、物资供销和仓储业等;服务部门,如金融、保险、房地产业、公用事业、居民服务业、旅游业和咨询服务业等;科教文卫体育部门,如教育、文化、广播电视事业,科学研究事业,卫生、体育和社会福利事业等;机关团体,如国家机关、党群组织和社会团体等。

各种各样的产业、行业和职业,是随着社会分工的发展而变化的。随着科学技术和生产社会化的高度发展,经济结构和生产行业的变化也日益加快,不断产生新的职业,淘汰过时的职业。各种职业对从业者的素质要求也不断提高和变化。面对这种变化,要求每个从业者加强学习和训练,不断充实和更新自己的知识,不断增强自身的素质和技能,以顺应经济和技术发展的趋势。

第二节 如何进行职业选择

大学生的职业选择是由大学生到职业人转变的重要环节,这对大学生自身的职业发展至关重要。

一、选择职业的影响因素

大学生对选择职业还缺乏足够的认识,有些大学生在选择职业时就是按个人意愿来选择;有些大学生不顾自身素质和条件,一味追求社会地位高、待遇好、能满足自我实现需求的职业,提出过高的择业要求,结果导致个人职业选择失败。大学生在选择职业时必须清楚自

己的奋斗目标是什么,要成为一个什么样的人以及实现这一目标需要什么样的知识结构、能力条件、性格特征等,这样才能正确择业。关注大学生就业问题,首先要了解大学生职业选择的影响因素,这对促进大学生顺利就业无疑十分重要。职业选择涉及诸多因素,其中最基本的有以下几个方面:

(一) 兴趣

大学生在进行职业选择的时候,一定要先想好自己喜欢哪种职业,或者是对哪种职业比较感兴趣。如果你是一个喜欢竞争、敢于冒险、善于交际、精力充沛、自信的人,那么你可以选择经理、企业家、商人、政府官员等工作;如果你喜欢从事为他人服务和教育他人的工作,那么你可以选择教师、行政人员、医生等职业;如果你喜欢以各种艺术形式的创作来表现自己的才能,实现自身价值,那么你可以选择文学、艺术方面的评论员、编辑、作者、主持人、设计师等职业。

(二) 能力

能力是指从事某项工作的能力。能力有一般能力和特殊能力之分。而一般能力,主要是指一个人的智力、记忆力、注意力、观察力、思维能力等。一个人职业的发展与能力之间有着一定的直接关系,能力是决定一个人能否进入职业的前提条件,同时,也是一个人能否胜任这份工作的主观条件。当一个人需要工作时,无论从事什么样的工作,都需要一定的能力作为先决条件。如果不具备从事某种工作的能力,就很难适应工作岗位的要求,从业者的工作能力是选择职业的关键因素。因此大学生在进行职业选择时,一定要对自己的工作能力水平做一个正确的分析,必须分析衡量自身的能力是否与职位相匹配,了解自己究竟具有什么样的能力,然后根据分析的结果找一个适合自己的工作岗位。



微课
能力

学海拾萃 >>>>>

最高理想从来不超过当时的力所能及

人的一生当中,要从事各种各样的生产活动和社会活动,就必须具备多种能力与之相匹配。例如,一个性格内向的人,不善言辞和交际,但对工作认真细致,从不马虎,如果你让他去从事推销员、导游、广播节目的主持人、律师、公关等工作,那么他恐怕很难胜任这些工作,但是如果让他从事会计、保管员、统计人员、邮递员、记账员、图书管理员等工作,也许他就会做得很出色。一个人的能力不同,对职业选择也就会有差异。德国伟大的作家歌德曾经说过:“在我平生每一个发展阶段或时期,我的最高理想从来不超过我当时的力所能及。”因此,大学生进行职业选择时,了解自身的能力倾向以及不同的职业对能力的要求,对合理地进行职业选择具有重要的意义。

(三) 岗位

选择一个合适的工作岗位,对于一个即将进入社会的大学毕业生来说,是需要慎重考虑的一件大事。在社会分工越来越细的情况下,职业分类越来越细化,按照整个社会生产任务的不同被分解为成千上万种既有区别又有联系的职业,并且每一种职业都可以提供一定量工作岗位。所以,可供选择的工作岗位是大学生进行职业选择的前提。因此,在当前市场经济条件下,大学生求职要善于去挖掘岗位、去寻找岗位、去发现岗位,不能再等再靠了。



微课
气质与职业

(四) 气质

气质是一种心理活动特征,它不以活动内容和目的为转移,是一种能够通过心理活动所表现出来的强度、速度、灵活性、指向性等方面的稳定的心理特征。具有某种气质特征的人,常常会在不同内容的活动中表现出同样方式的心理活动特点。因此,在求职择业时必须正确认识自己的气质类型。

学海拾萃 >>>>>

气质没有好坏

人的气质差异是先天形成的,受神经系统活动过程的特性所制约。比如,有的孩子刚一出生时,最先表现出来的差异就是气质差异,有些孩子爱哭爱闹,有些孩子平稳安静。气质是人的天性,并无好坏之分,不同气质特征的从业者跟工作岗位对人的气质要求是相对应的,某种气质的人可能适合于多种不同的岗位。任何一种职业对从业者的气质特点都有特定的要求,而且有的职业要求很高,如医生、实验员等,如果你是一个粗心大意的人,那绝对是不适宜的。

(五) 信息

信息是求职者不可缺少的一个重要环节,它是职业选择的前提和依据,职业信息的主要内容包括职业的需求和供给、工作条件、工作责任、工作环境、工作前景、薪酬、工作地点、福利待遇等。求职者如果能获得大量的职业信息,掌握的信息量越大、越全面,那么就比别人拥有更大的主动权,也有助于求职者选择更合适的职业。如果你的信息闭塞,那就会盲目地找工作,缺乏针对性,往往会产生事倍功半的结果。

学海拾萃 >>>>>

职业选择实质上就是“人业互择”

职业选择实质上就是“人业互择”,也就是说,大学毕业生可以有自己的主观选择,选择自己需要或者想要从事的职业,这就是人对职业的选择。另外,职业也可以选择大学生,就是某个职业某大学毕业生能够胜任,或者是某个职业只适合某种专业的大学毕业生,这就是一种客观的选择。只有“人业互择”基本一致的时候,才能产生最大的社会效益和经济效益。



微课
职业选择理论

二、选择职业的一般性原则

职业选择是个人正式步入社会的第一步,同时也是作为一个社会新人步入社会生活的新起点,是每个人的人生所必不可少的一个重要环节。选择正确的职业将会使个人的职业生涯变得妙趣横生,同时也是实现人生价值的关键所在。

(一) 择世所需

择世所需,即要考虑到社会的需求,任何一个职业的产生、发展、衰退、消亡都是由社会需要的变化引起的。因此,大学生在进行职业选择的时候,不仅要服从社会需要的就

业理念,还要了解当前社会职业的需求状况,然后把自己的职业要求和社会经济发展的需要紧密联系起来,不要一味地追求眼前的热门职业,这样可能导致长远职业选择的失误。

(二) 择己所长

择己所长,即要符合自身的客观现实,在人才市场的就业竞争中,各种职业都对从业者有一定的要求,大学生必须学会在与竞争者的比较中认清自己的长处和短处,也就是竞争的优势和劣势。因此,在选择职业时,应对每种职业及其对从业者的素质有所了解,然后在这个基础上按照“择己所长,扬长避短”的原则来选择职业。

(三) 擅长鉴别

一般来讲,从事每个职业所需的各类条件是有主次之分的,每个人在进行职业定向时也需要从多方面因素考虑。在多数情况下,当劳动者个人的各项综合素质符合从事某种职业的主要条件,并且这种职业又具有能满足劳动者职业理想和职业生涯规划的主要因素时,职业选择容易获得成功。因此,劳动者个人素质上的某些不足可以在工作中不断改进,而所从事的职业中不符合个人理想的次要因素也可以通过符合个人理想的主要因素的实现得以弥补,从而改善自身的综合素质,以此来提高各方面能力。

(四) 用武之地

职业生活是每个从业者的人生中最重要的部分之一,是个人成长和个性发展的重要因素之一。在择业时,除了考虑以上三个原则外,也要考虑即将从事的职业能否使自己的才华得到施展,能否促进自身素质的全面发展。

第三节 就业的主要形式

劳动力和其他生产要素之间的不同结合形式决定了就业的具体形式。

(1) 按城乡划分:自从1958年《中华人民共和国户口登记条例》开始实行以来,我国就业就有城镇就业和乡村就业之分。

(2) 按产业划分:产业是国民经济活动的最基本类型,产业结构不仅是国民经济结构的基本形式,而且也是职业体系的基石。因此就业可以分为第一产业就业、第二产业就业和第三产业就业。

(3) 按灵活和稳定程度划分:灵活就业是指一般无固定场所、无固定雇主和服务对象、无固定劳动关系、无稳定收入、无社会保障的小规模经营的就业形式。灵活就业形式可划分为非全日制就业、短期就业、派遣就业、季节就业、待命就业、兼职就业、远程就业、承包就业、独立就业、自营就业、家庭就业11种。此外,国外通常把短期就业、派遣就业、季节就业、待命就业4种就业形式统称为临时就业,而且这4种就业形式中都存在全日制和非全日制两种工时制度。

(4) 按劳动力利用的饱满程度划分:可分为充分就业和不充分就业。充分就业是指愿意并有能力工作的劳动年龄男子与妇女能够得到有报酬的、自由选择的、生产性就业的就业水平;不充分就业是指有就业愿望和能力的劳动年龄男子和妇女不能充分得到有报酬的、自己选择的、生产性就业的就业水平。不充分就业是劳动力资源利用不充分的表现,可以看作隐性失业。

思考题

- (1) 职业选择的影响因素有哪些？如何提高职业选择的质量？
- (2) 大学生就业主要有哪些形式？你将如何选择就业形式？
- (3) 如何应对严峻的大学生就业问题？如何能够让你更好地就业？

第三章 职业生涯规划

人的一生中,会有快乐、成功和幸福,也会有崎岖、失败和不幸。职业,在人的一生中占据着重要位置,职业生涯是人一生当中重要的一段生涯。职业生涯规划起源于1908年的美国,有“职业指导之父”之称的帕森斯针对大量年轻人失业的情况,首次提出“职业指导”的概念,到了20世纪五六十年代,舒伯等人又提出“生涯”的概念,并将生涯的过程视为从出生到死亡。

第一节 职业生涯规划概述

职业生涯的理论20世纪90年代中期才传入我国。虽然,大多数父母在子女很小时就会替子女“规划”未来,利用周末或假期为子女报钢琴、书法等兴趣班,但此“兴趣”并非孩子真正的“兴趣”,这种规划不是职业生涯规划。

一、职业生涯规划的含义

关于职业生涯规划(career planning),尽管不同的学者对它从不同的角度进行了界定,但总体来讲,它是个人根据自身的兴趣、特点、能力,结合周围环境,确定个人奋斗目标,并为实现这一目标做出的一系列的安排。换言之,职业生涯规划就是,你以后想从事什么样的职业,希望达到什么样的成就,怎样通过你的学习和工作达到你的目标。职业生涯规划是实现理想的重要途径,是对个人前景的展望,是个人品牌塑造的过程。职业生涯规划可分为长期规划、中期规划和短期规划。



微课
职业生涯规划
的含义

学海拾萃 >>>>>

坚持梦想 终放光芒

2013年4月22日,周杰伦走进北京大学百周年纪念讲堂,做了《我们的梦想与坚持》的演讲,有一句话感动了很多人,他说:“如果有一天你们累了,听到《简单爱》会觉得温暖,那我就没有白白在你们的青春里经过……”周杰伦出身于一个普通的教师家庭,但他的音乐席卷了整个华语地区,他是流行乐坛的巨星。

成功的路上绝对没有偶然。纵观周杰伦的职业培养期,有三点特别引人注目。一是对音乐的热爱和投入。在音乐世界里,他忘却了父母离异、成绩不好等所有青春期的常见烦恼,自信、健康地成长。二是高中时代选择读音乐班,这是一个很重要的职业生涯规划。在职业培养期,他选择了发展自己的天赋,没有被“大而全”的教育模式平庸化。三是在餐厅当侍应生期间,坚持听歌、练琴、写歌,他明智地选择了先就业再择业,先养活自己,慢慢培养自己的能力,等待在最高平台展示的机会。

二、职业生涯的几个发展阶段

一个人的职业生涯,贯穿一生,是一个漫长的过程,科学地将其划分为不同的阶段,明确每个阶段的特征和任务,做好规划,对更好地选择自己的职业、实现自己的人生理想至关重要。不同的学者对阶段划分不同,下面主要介绍三种常见的职业生涯阶段理论。

(一) 美国生涯发展大师萨珀的理论

美国生涯发展大师萨珀(Super)将职业生涯发展划分为成长、探索、建立、维持和衰退五个阶段。

1. 成长阶段(0~14岁)

成长阶段属于认知阶段。在这个阶段,孩童开始发展自我概念,学会以各种不同的方式来表达自己的需要,且经过对现实世界不断地尝试,修饰自己的角色。这个阶段发展的任务是:发展自我形象,发展对工作世界的正确态度,并了解工作的意义。

2. 探索阶段(14~25岁)

探索阶段属于学习打基础的阶段。该阶段的青少年,通过学校的活动、社团休闲活动、打零工等机会,对自我能力及角色、职业做了一番探索,因此选择职业时有较大弹性。这个阶段发展的任务是:使职业偏好逐渐具体化、特定化并实现职业偏好。

3. 建立阶段(25~44岁)

建立阶段属于选择、安置阶段。由于经过上一阶段的尝试,不合适者会谋求变迁或做其他探索,因此该阶段较能确定在整个事业生涯中属于自己的职位,并在31~40岁开始考虑如何保住该职位并固定下来。这个阶段发展的任务是:统整、稳固并求上进。

4. 维持阶段(45~65岁)

维持阶段属于升迁和专精阶段。个体仍希望继续维持属于自己的工作职位,同时会面对新的人员的挑战。这一阶段发展的任务是维持既有成就与地位。

5. 衰退阶段(65岁以上)

衰退阶段属于退休阶段。由于生理及心理机能日渐衰退,个体不得不面对现实,从积极参与到隐退。这一阶段往往注重发展新的角色,寻求不同方式以替代和满足需求。

(二) 美国组织行为学家霍尔的三阶段职业生涯发展理论

美国组织行为学家霍尔(Hall)的三阶段职业生涯发展理论如下:

1. 职业生涯早期的任务需求

职业生涯早期的任务需求主要是培养行动技能或某一专门技能,培养创造和创新的能力;社会情绪需求是支持、自主、处理竞争感受。

2. 职业生涯中期的任务需求

职业生涯中期的任务需求是培养训练和教育他人的能力,更新训练和技术的整合,转换需要新技能的工作,培养对工作和组织的宽广视野;社会情绪需求是表达中年感受,重新思考自我,减少自我放纵或者是恶性竞争,支持并设法解决中期职业生涯的压力。

3. 职业生涯后期的任务需求

职业生涯后期的任务需求主要是角色的转变,从实际掌权者逐渐转变为提供智慧、指导

和咨询,顾问的角色,开始参与组织外的活动,重新建立自我并准备退休;社会情绪需求是整个个人的经验和智慧,提供给别人参考,接受个人特定的生命旅程,逐渐离开组织。

(三) 我国的职业生涯理论

根据我国实际,我国专家把职业生涯划分为职业准备期、职业选择期、职业适应期、职业稳定期、职业衰退期五个阶段。

1. 职业准备期

职业准备期多为 24 岁之前。这个时期的主要任务为知识储备,在学习学业的基础上对社会做一些了解。越过这一阶段过早地进入职业生涯,是不可取的。

2. 职业选择期

职业选择期多发生在 24~27 岁,走上社会,选择了第一份相对稳定的工作作为事业发展的起点。这个时期的主要任务为充分认识自我和分析环境,设定人生目标,制订职业生涯规划。

3. 职业适应期

职业适应期在 27~32 岁,为进入工作岗位的头 5 年。这个时期的主要任务为学会如何做事,学会与人相处,学会有目的、有方向地学习,学会如何被同事和环境接受。

4. 职业稳定期

职业稳定期应在 32~45 岁。这是职业生涯中发展自我、成就事业的宝贵时期。这个时期的主要任务是适时调整和修正自己的职业目标,以达到事业高峰。

5. 职业衰退期

职业衰退期多为 45 岁以后,这是事业收获和享受人生的时期。

三、职业生涯规划的特征

职业生涯规划具有以下几个特征:

(一) 独一性

职业生涯规划是根据自身特质和所处的外部环境来制订的,具有独一性特征。这是因为,个人的家庭环境、教育水平、经历不同,会造成性格、兴趣、能力等的差异,根据这些因素设计出来的职业生涯规划是独一的、适合个体的。世界上没有两片相同的叶子,职业生涯规划也是如此,对于个体来讲,它是独一的。

(二) 预期性

所谓“规划”,就是提前安排。职业生涯规划并不是不着边际地幻想,而是在综合个人内外等各方面因素的基础上做出的有计划的、预期性的自我安排和设计,是对未来职业生涯和职业目标的预测。

(三) 发展性

所谓“计划赶不上变化”,随着周围环境的变化、接触不同的事物和自身思想不断成熟,职业生涯规划应有弹性,必须适时调整,以使自己的职业生涯规划达到最优、最适合自己的。职业生涯规划是不断发展、不断变化的。

（四）持续性

人的职业生涯是一个渐进、变化、持续的过程，职业生涯规划也应如此，应贯穿我们职业生涯的全过程，通过不断调整和持续安排，来完成我们的职业生涯目标。

四、职业生涯规划的意义



微课
大学生进行职业
生涯规划的
意义

职业生涯规划的意义有以下几个：

（一）帮助人们明确未来奋斗目标

俗话说：“凡事预则立，不预则废。”如果没有职业生涯规划，犹如走路没有方向，人就容易走弯路，浪费许多宝贵的时光；而制订了科学的职业生涯规划，能帮助人们明确自己的奋斗目标，明确奋斗的方向感，使自己的才能得到充分发挥，同时也有助于我们有条不紊、根据轻重缓急来有效安排日常工作，提高工作和学习效率。

（二）帮助人们认清形势和提高效率

职业生涯规划的制订要综合各方面因素。一份好的、科学的职业生涯规划，会引导人们评估个人目标和现实之间的差距，帮助人们认清社会形势和社会现实；同时，一旦职业生涯出现挫折，由于早有规划，也不至于慌乱，职业生涯规划会使人们运用科学的方法，采取可行的步骤与措施，提高职业成功概率。

（三）有利于个性发展和提升个人素质

人们在进行职业生涯规划时，必须对自己进行评估，正确认识自身的个性特质，综合优、劣势等，从而确定职业生涯目标。在竞争激烈的现代社会，一个人越清楚了解自身的资源与优势，明白如何根据个人的核心优势去制订未来发展道路，即职业生涯规划，那么他必然离成功越近。在充分认识自我后确定的职业生涯规划，能帮助你提前预见困难和障碍，做好应对的心理准备，可以提高抗压受挫能力，同时会帮助你重新定位自己，最大限度地发挥自身潜能，使优势得到进一步发展。

（四）提高个体需要层次

美国著名人本心理学家马斯洛提出需求层次理论，指出人的需要像阶梯一样由低到高，按层次逐级递升，即生理需要→安全需要→社交需要→尊重需要→自我实现的需要。

人的大部分人生需求都要通过职业生涯来满足。职业生涯，不但可以满足人基本的生理需要和安全需要，而且可以通过个人自身潜能的发挥，满足社交、尊重和自我实现的需要。相对而言，人的综合素质越高，精神需求就越高，对职业生涯的期望也就越大。通过科学、合理地规划职业生涯，就会使我们的快乐最大化，提高我们的需要层次。

五、职业生涯规划的原则

正确的职业生涯规划能使一个人朝成功之路迈进，而不正确的职业生涯规划有可能使一个人误入歧途。为了正确地制订职业生涯规划，人们必须遵循一些原则。职业生涯规划应遵循的主要原则有：

（一）客观原则

职业生涯规划的客观原则表现在，不同的人适应不同的行业和岗位，进行职业生涯规划时必须客观地认识自我和评价自我。要通过科学的方法和手段，对自己的职业兴趣、气质、

性格、能力等进行全面认识,清楚自己的优势与特长、劣势与不足,客观地了解自身性格与职业的匹配,才能有助于找到合适的工作。例如,一个安静、内向、敏感、不善言辞的人,去从事销售工作,他一定感觉无所适从;一个充满创造力、想象力、自由不羁的人,去从事办公室坐班工作,他一定浑身不适;还有些人,因为某些工作看起来光鲜亮丽所以从事它,在实际工作中,却发现它与想象的很不一样,或者根本不喜欢它、驾驭不了它。客观地认识和评估自我显然是制订职业生涯规划的基础。

职业生涯规划的客观原则还表现在,要基于社会需求和现实形势,对行业现状和发展前景有比较深入的了解。当一个人的就业意愿得不到社会和现实的满足时,要适时地调整。

(二) 主动原则

只有积极主动的人才能在瞬息万变的竞争环境中赢得成功,只有善于展示自己的人才能在工作中获得真正的机会。

人们在进行职业生涯规划时也应如此,要主动出击,为自己负责,表现在通过各种手段和渠道主动地学习,完善自我,提高自己的素质,在就业前掌握一定的职业技能,并充分收集、利用身边资源,为此后在职业竞争中获得成功打下基础。积极主动,表现了人一种向上、进取、乐观的生活态度,是个人创造机遇、把握自己命运的一种方式。

学海拾萃 >>>>

职业生涯规划中的主动原则

(1) 主动学习:包括主动学习专业基础知识,掌握专业技能;主动向成功人士或有经验的人学习,积累先进经验;主动参加各种职业技能培训,为就业创造专业、职业素质条件。

(2) 主动就业:包括主动参与职业岗位竞争,主动与用人单位进行联系,积极推荐自己;主动寻求各方帮助,多方面开拓门路;主动开拓就业岗位等。

(3) 积极准备就业:包括主动地了解人才供求信息,积累各种行业知识,以备未来的职业选择;主动准备好求职信,主动做好面试与形象等方面的准备。

(三) 主次原则

职业生涯规划的主次原则要求我们在进行职业生涯规划时,要抓住主要的、现实的、合理的条件,抛弃次要的、幻想的、过分要求的因素,不要“捡了芝麻丢了西瓜”。这是因为死抱着那些次要的、不切实际的条件不放,要求面面俱到,过于追求完美,会丧失很多就业机会,甚至错过真正的好职业。

人的职业选择是一个取舍的过程,职业生涯规划更是如此。在现实生活中,摆在人们面前的职业选择很多,但没有一个是十全十美的,如果我们不能权衡利弊,搞不清楚什么是主、什么是次,忽视本该重视的,而重视本该忽视的,那么终将本末倒置,使职业生涯规划误入歧途,不能达到应有的效果。

(四) 长期性原则

林书豪是大家非常熟悉和喜欢的美国职业篮球运动员。这个篮球小子的经历并非一帆风顺,在周围人并不看好、不断被篮球教练拒绝、遭受种族歧视的情况下,他依然坚持了下来,用自己的行动证明了那句话:追求永恒的快乐,而不是输赢的快乐!

职业生涯规划不是百米冲刺,而是马拉松。在职业生涯中,一定要从长远来考虑,着眼于大方向,同时规划一定要明确、全面,保持连贯,考虑到可变因素,视具体情况予以修正;切不可半途而废。有了长期性原则,职业生涯规划就会变得清晰起来,最终使进行职业生涯规划的人走向成功。

六、职业生涯规划简单步骤

职业生涯规划简单步骤如下:

(一) 知己——自我分析

首先要认识自己、了解自己。分析的内容包括性格、兴趣爱好、能力、价值观、思维方式、智商、情商、身体状况、学识技能、专长等。对自己有个全面的了解,才能对自己适合的职业和职业生涯目标有一个合理的抉择。很多成功人士的经验告诉我们,如果你充分了解自身,根据自身的长处选择职业,就可以将自己的优势发挥得淋漓尽致;反之,即使你耗费了九牛二虎之力,也是难以补拙。

(二) 知彼——生涯机会评估

每个人都处在一定的环境中,离开了环境,人便无法生存与发展。生涯机会评估主要是评估各种环境因素对自己职业生涯发展的影响。在制订个人职业生涯规划时,要充分考虑环境因素,认真评估环境的特点、自己在环境中的地位、环境的有利或不利条件。只有这样,才能够避害趋利,更好地完成个人职业生涯规划。环境因素评估一般包括:政治环境、社会环境、经济环境、家庭环境。

职业生涯规划中,常用的分析法是 SWOT 分析法。S 代表优势 strengths,即要清晰地知道自己的优势是什么;W 代表弱势 weaknesses,即更要清晰地知道自己的短处是什么;O 代表机会 opportunities,即分析机会因素;T 代表风险 threats,即分析存在的风险。

(三) 职业生涯目标和路线的设定

充分认识自己、评估了环境因素后,就可以对个人的职业生涯目标和路线进行设定。

目标是行动的导航灯,有了目标,便有了人生奋斗的方向。一个人事业的成败,很大程度上取决于有无正确、适当的目标。目标的设定取决于自身最佳才能、最大兴趣、最有利环境等。职业生涯目标按时间分,可分为终身目标、长期目标、中期目标和短期目标。

选择了职业生涯目标后,就可以选择从什么方向来实现自己的目标,即职业生涯规划路线的设定。职业生涯规划路线的设定主要考虑三个方面:我想往哪一路线发展,我能往哪一路线发展,我可以往哪一路线发展。

(四) 职业生涯策略的实施

在职业生涯目标确定、职业生涯路线选择以后,行动的落实便成了关键因素。职业生涯策略的实施,指通过参加各种理论学习和实践活动,积累知识,提高素质。

(五) 职业生涯规划反馈与修正

随着周围环境的变化、接触不同的事物和自身思想不断成熟,职业生涯规划必须适时调整。调整规划并非要放弃自己的追求,而是让自己的规划更适应社会,更适应现实,更适合自己的。在我们的职业生涯中,当出现各种与预期不一样的结果时,多问问自己:下一步我要做什么,下一步我该怎么做,通过不断地调整和修正,使自己的职业生涯规划最优、最切合

实际。

第二节 大学生职业生涯规划

一个人选择什么样的生活,是由自己决定的,要想拥有成功的职业生涯,实现自己的人生价值,就应该科学规划自己的职业生涯。目前,我国的职业生涯规划主要集中在高等教育阶段。对于大学生而言,他们正处于生理上的黄金时期,他们充满活力,精力旺盛,对未来充满憧憬,但又缺乏社会经验,同时他们也面临着时代的变革,由服从分配到自主择业,从“天之骄子”到“天之焦子”。对于当代大学生来说,职业规划越早越好,读大学的第一天起,他们就需要对自己的职业生涯进行计划、准备和尝试。

一、大学生职业生涯规划的含义

大学生职业生涯规划是指学生在大学期间进行系统的职业生涯规划的过程。它包括大学期间的学习规划、职业规划、爱情规划和生活规划,职业生涯规划有无及好坏直接影响到大学期间的学习生活质量,更直接影响到求职就业甚至未来职业生涯的成败。

学海拾萃 >>>>>

起点不重要 终点靠自己

林某是一名名牌大学的毕业生。在读研究生期间,他进入某500强公司打杂,做的都是清洁工的活儿,擦桌子、打扫厕所等,但他却毫无怨言。有一次,工作人员与他交谈时,才发现他原来是个在读研究生,于是问他有些整理文件的杂活儿愿不愿做,他二话没说就接了下来。由于他工作出色、勤奋刻苦,别人给他的任务越来越多,越来越信任他。等到林某毕业,便成了这家公司的正式员工。回顾这一段经历,林某说:“人,必须要有自己的判断,找到一条适合自己的道路,然后坚持走下去。”

二、当代大学生职业选择中存在的问题

当代大学生职业选择中存在的问题主要有以下几个:

(一) 期望值偏高

面对节节攀升的毕业生人数,社会能够提供的就业机会并没有像毕业生人数那样出现跳跃式的增幅,毕业即失业的大学生人数逐年增加。但大部分家长和大学生的择业观念仍然停留在精英教育阶段的较高定位,认为上了大学就应该成为白领,坐办公室,领高薪,希望高投入可以获得高回报;同时由于我国当代家庭教育理念的偏差,使得他们害怕吃苦,追求物质享受,不少大学生只盯住“三大”(大城市、大企业、大机关)“三高”(高收入、高福利、高地位)单位,很少有人主动愿意去欠发达地区。

(二) 抗压受挫能力差

抗压能力指的是在外界压力下处理事务的能力。对于当代大学生来说,他们在父母、家庭的庇护下,过着“衣来伸手,饭来张口”的生活,刮风了有人帮忙挡风,下雨了有人帮忙遮

雨,从未独立处理过事情。而他们的择业期望值又普遍偏高,缺乏实践经验,加之心理准备不足,在求职过程中稍微遇到挫折和失败,就容易产生焦虑、偏激甚至抑郁的心理。

(三) 择业凭感觉且依赖性强

绝大多数中国学生从小只知道学习书本知识,很少有时间思索自己的兴趣爱好,对社会也缺乏必要的了解,而大多数中国家长包办孩子的一切,导致很多人不能正确处理职业发展问题,在择业时大多凭感觉、依赖他人,轻易、频繁跳槽。具体表现在:职业选择时,注重主观感受,凭直觉和主观感受做出判断;没有主见,依赖父母、老师、朋友的意见来进行自己的职业选择。

三、大学生进行职业生涯规划的意义

大学生进行职业生涯规划的意义如下:

(一) 帮助大学生确定职业发展目标

规划自己的职业生涯,可以对职业目标和实施策略了然于心。职业生涯规划犹如给了大学生一个看得见的射击靶,使他们能够通过职业生涯规划,找到适合的职业;同时还对大学生起到内在的激励作用,使大学生产生学习、实践的动力,激发大学生为实现自己的目标而不断进取。

(二) 培养大学生独立意识和能力

在就业的十字路口,很多大学生茫然无措,不知何去何从。这是因为,很多大学生缺乏主动、独立择业的意识和能力。选择职业究竟是该听自己的,还是听家人的?选择职业究竟是为了自己,还是为了家人?高薪、高待遇的职业就是最好的,还是适合自己的才是最好的?

职业生涯规划可以帮助大学生更好地了解自己,了解自己所面对的外部世界,在客观、准确地分析了自我、环境等因素后,依照自己的职业期望和兴趣,凭借自身能力,独立自主地制订一个既符合自己特点,又满足社会需要,同时又能够实现的目标。

(三) 提升大学生应对竞争的能力

当今社会到处充满着激烈的竞争。物竞天择,优胜劣汰,适者生存。要想在激烈的竞争中脱颖而出并保持立于不败之地,必须设计好自己的职业生涯规划,做到心中有数,不打无准备之仗。职业生涯规划就像一座灯塔,有了清晰的认识与明确的目标之后,我们前进的道路上就会少些阻碍,为成功打下基础。

四、大学生进行职业生涯规划的基本要求

很多人把大学比喻成“象牙塔”,我觉得与其说大学是一片圣土,还不如说大学是一个舞台,是一个人生大舞台,是一个属于自己的舞台。在这个舞台上,你既是导演,也是演员,要怎么导怎么演,都由你说了算!每个大学生,从踏入校门的那一天起就应该知道,要想在大学这个大舞台好好施展自己的才华,好好表现自己,不让年华虚度,首先要写好剧本,进行职业生涯规划。大学生进行职业生涯规划,需要注意以下几方面要求:

(一) 必须符合时代和社会发展的需要

在规划职业生涯时要根据社会需求,把握社会动向。这是因为,进行职业生涯规划,必须处于一定的环境中,即处于社会这个大环境中,大学生在进行职业生涯规划时,只有认清

事实,把握时代脉搏,适应社会发展需要,才能成为真正的有用之才,才能真正实现自身的价值。

(二) 必须与学习相结合

知识的积累是成才的基础和必要条件。在大学阶段,大学生的学习不仅仅是课堂内的所学,除了要掌握宽厚的基础知识和精深的专业知识外,还要博览群书,多方面涉猎,拓宽专业知识面,掌握或了解与本专业相关、相近的若干专业知识和技术,以便触类旁通、游刃有余。

(三) 必须与提高自身综合修养相结合

这里的修养包括知识修养、品德修养和身体修养等。一个人的修养,体现一个人的魅力。一个人如果满腹经纶、才华横溢,但品行不佳,身体状况差,那么这个人也是无用之人。现在用人单位越来越注重一个人的修养素质,大学生在进行职业生涯规划时,除了要提高知识修养外,还要注意修身养性,增强身体素质,促进身心健康。

品德修养具体表现在:忠于自己的事业,用心做事,谦卑待人,勤勤恳恳,诚实守信,等等;身体修养着重要从这几个方面引起注意:生活习惯、生活节奏、清洁、饮食、服饰、起居、运动。

五、大学四年职业生涯规划实施策略

有人曾经这样形容大学四年:“大一,不知道自己不知道;大二,知道自己不知道;大三,不知道自己知道;大四,知道自己知道。”大学四年,每个学年的学习重点和自身成长特点不同,如果大学四年有了具体可行的规划,那么大学生在学习时就会有自己的方向,不会“不知道”、茫然地混日子了。大学四年的职业生涯规划异常重要与关键。

学海拾萃 >>>>>

大学四年 不一样的精彩

第一年:小雏新生

怀着希望和憧憬,你们进入大一,开始你们的大学生活。大学,对你们来说,是新鲜和陌生的。作为 Freshman,你们要全面审视自己,挖掘自己的潜力。

第二年:雏燕初飞

你们已经适应大学生活,对自己所学专业有了一定了解。大二,是获取知识的黄金时期。进入大二的你们,要注重提高自身综合素质,为你们将来的职业选择加码。

第三年:羽翼渐丰

大三,是大学重要的时期,决定你们是否在就业时能给自己交一份满意的答卷,给人留下一份印象深刻的简历。

第四年:展翅翱翔

进入大四,你们将面对从大学校园到社会或者更高一级学习的转变,将检验你们在大学期间所学的知识、技能。

六、大学之道,在于学习

有了合理的职业生涯规划,学习变得尤为重要。每一个大学生都应当掌握以下七项内容:

(一) 学习基础知识,掌握自修之道

内在的知识准备不可缺少。初入大学,不管是学习什么专业,一定要记住,数学、英语、计算机,这三门课是大学里的基础课程,只有把基础知识学习好,才能进一步学习更高深的知识。

学海拾萃 >>>>>

不抱怨地学习

曾经有同学抱怨,学校在课程安排上不合理;老师教得不好,讲得太快,上完课就消失得“无影无踪”。没错,上中学时,老师会一遍又一遍地重复上课内容,而到了大学,老师只会充当引路人的角色,学生必须在课前认真预习,课堂上对照老师的讲解弥补自己认识和理解上的不足,课后自我消化课堂知识,大学生必须学会自我学习,独立思考。大学,更多的是要求“理解”知识。所以,在进入大学时,务必掌握自修之道。

(二) 培养兴趣爱好,开阔自身视野

一个人的兴趣爱好,可能对其一生都有很大影响,甚至决定一个人的职业选择和事业上的成就。例如,某些艺术家、运动员、科学家,在童年时期就对相应的艺术、体育、科学活动产生兴趣爱好,并显露出这方面的才能。

兴趣爱好是环境影响和后天培养的结果。兴趣爱好的培养,要靠不断尝试、不断参加实践活动、开阔自身视野来完成。

(三) 参与集体活动,学会积极主动

初入大学,面对新环境,新生除了学习知识外,还需要注意尽快融入新集体,参与集体活动。参与集体活动,不但会尽快消除初到新环境的孤独感,在新集体中感受到关爱、乐趣,而且会让个人的才能、才华、特长得以施展,得到他人肯定,增加自信心,实现自我价值。当然,在集体活动中,切忌“等待”,而应“主动”,主动帮助同学、服务同学,主动展示自我、表现自我,主动与同学、集体成员打成一片。

(四) 学习为人处世,开拓人际关系

美国哈佛大学行为学家皮鲁克斯曾说过:“做人是做事的开始,做事是做人的结果。”成事之人往往都有一颗谦虚谨慎的心。进入大学,一定要学会与老师、同学处理好关系,只有这样,才能保证进入社会后,能自如地与同事、客户、上司打交道,让自己的工作更舒心,保证自己的工作有一个大的进步空间。

(五) 理性对待爱情,做到慎重自重

校园爱情是大学生活中重要的一课。恋爱问题如果处理得当,可以促进大学生的发展,使大学生学习努力,成绩上升;而如果处理不当,则有可能分散精力、情绪波动、浪费时间、成绩下降。所以,一定要理性对待爱情。

(六) 提高动手能力,做到实践贯通

21 世纪,人们对人才的要求越来越高,要求既能讲出科学道理,又能动手干出样子。实践出真知,“读万卷书,不如行万里路”,动手能力对大学生尤为重要。大学生可充分利用实习、社会实践、勤工俭学的机会提高自己的动手能力。

(七) 分清轻重缓急,做时间的主人

大学生要学会合理安排自己的时间,做时间的主人。要学会分清轻重缓急,始终做最重要的事、最急的事。只有这样,才能在有限的的时间里,做更多有价值的事,取得更大的成就。

 **思考题**

- (1) 找一个同伴,按 SWOT 法互相分析就业形势。
- (2) 请根据个人情况,完成一篇不少于 2 000 字的职业生涯规划书。