

# 职业生涯规划与管理

主讲人：吴先金

2012.2

# 目 录

- 第一章 概论
- 第二章 职业生涯环境
- 第三章 职业生涯规划
- 第四章 职业生涯选择
- 第五章 职业素质培养

# 目 录

第六章	职业生涯途径
第七章	职业生涯发展
第八章	人际沟通管理
第九章	职业生涯评估
第十章	职业生涯咨询

# 第一章 概 论

# 学习目标

1. 理解职业、职业生涯、职业生涯设计、职业生涯管理等概念
2. 理解为什么要学习职业生涯设计与管理

# 第一节 职业生涯的基本概念

# 两兄弟爬楼的小故事

一对兄弟家住在80层。他们旅行回来，却发现大楼停电了！兄弟俩背着大包小裹非常发愁，俩人商量决定无论如何也得回家，于是开始爬楼。

爬到20层时，他们觉得累了。哥哥说：“包太重了，不如就放在这里，等来电后坐电梯来拿。”于是，他们把行李放下，轻松些，继续向上爬。

但好景不长，到了40层，两人实在太累了。想到只爬了一半，两人开始互相埋怨，指责对方不注意大楼的停电公告，才会落得如此下场。他们边吵边爬楼，就这样一路爬到了60层。

到了60层，他们累得连吵架的力气也没有了。弟弟对哥哥说：“咱们不要吵了，爬完它吧。”于是他们默默的继续爬楼，终于到了家门口。

站在80层的楼梯口，兄弟俩互相望了望，想起了一件事：钥匙忘在20层，还在背包里……

# 讨论：故事蕴含的人生道理

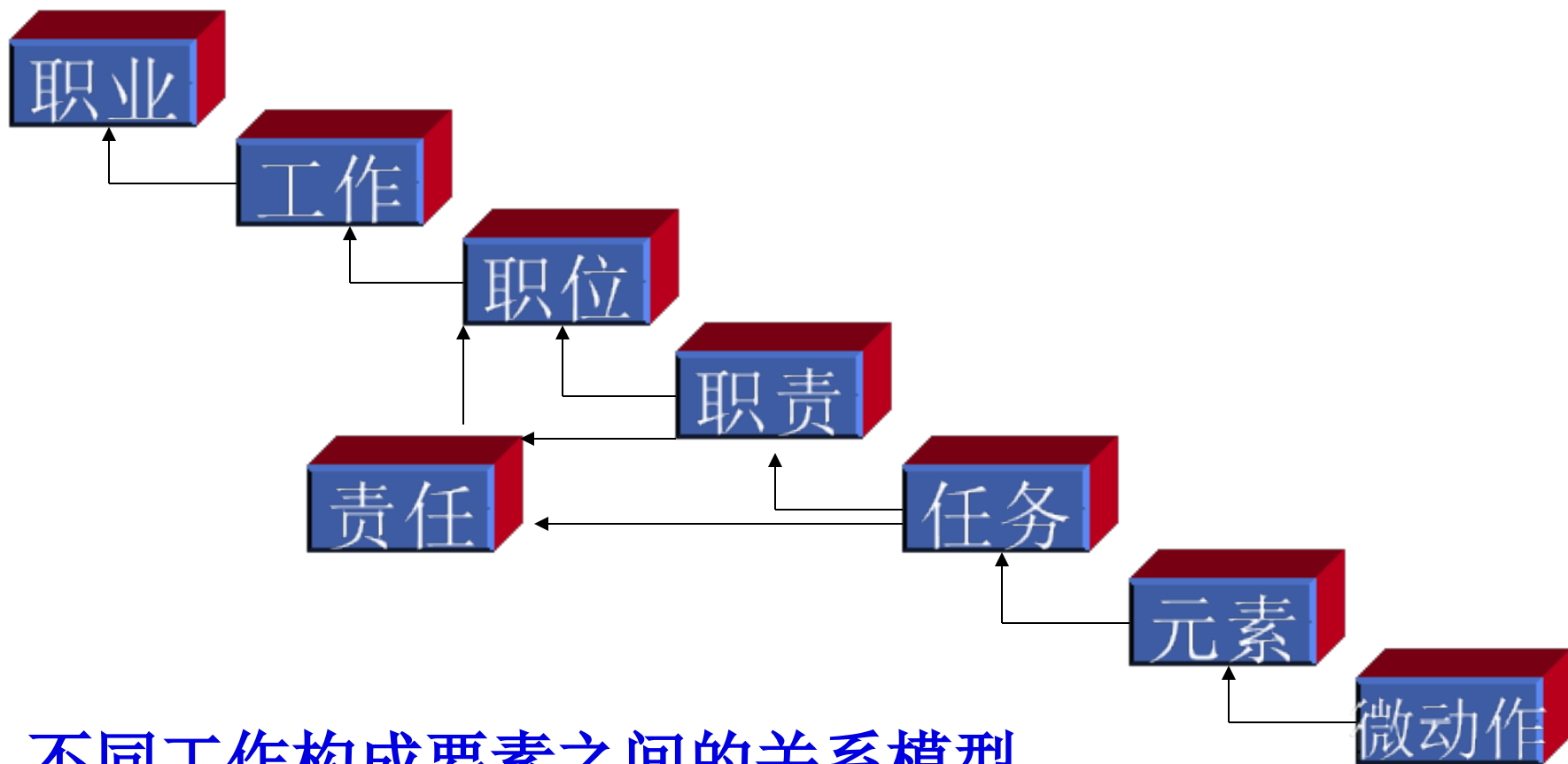
有人说，这个故事其实就是反映了我们的人生：

- 20岁之前，我们活在家人、老师的期望之下，背负着很多的压力、包袱，自己也不够成熟、能力不足，因此步履难免不稳。
- 20岁之后，离开了众人的压力，卸下了包袱，开始全力以赴地追求自己的梦想，就这样愉快地过了20年。
- 到了40岁，发现青春已逝，不免产生许多遗憾和追悔，于是开始遗憾这个、惋惜那个、抱怨这个、嫉恨那个，就这样在抱怨中度过了20年。
- 到了60岁，发现人生已所剩不多，于是告诉自己不要在抱怨了，就珍惜剩下的日子吧！于是默默地走完了自己的余年。
- 到了生命的尽头，才想起自己好象有什么事情没有完成。原来，我们所有的梦想都留在了20岁的青春岁月。



# 一、职业、职业生涯的概念

**职业**是指一组相似的工作集合。



## 生涯

舒伯：指一个人在一生中所扮演的角色的综合及结果。

## 职业生涯

罗斯威尔：人一生中与工作相关的活动、行为、态度、价值观、愿望的有机整体。

### 施恩：内职业生涯 和 外职业生涯

▣外职业生涯：经历一种职业的过程，包括招聘、培训、晋升、解雇、退休等各个阶段。

▣内职业生涯：注重所取得的成功或满足主观感情以及工作事务与家庭义务、个人休闲等其他需求的平衡。

## **职业生涯定义：**

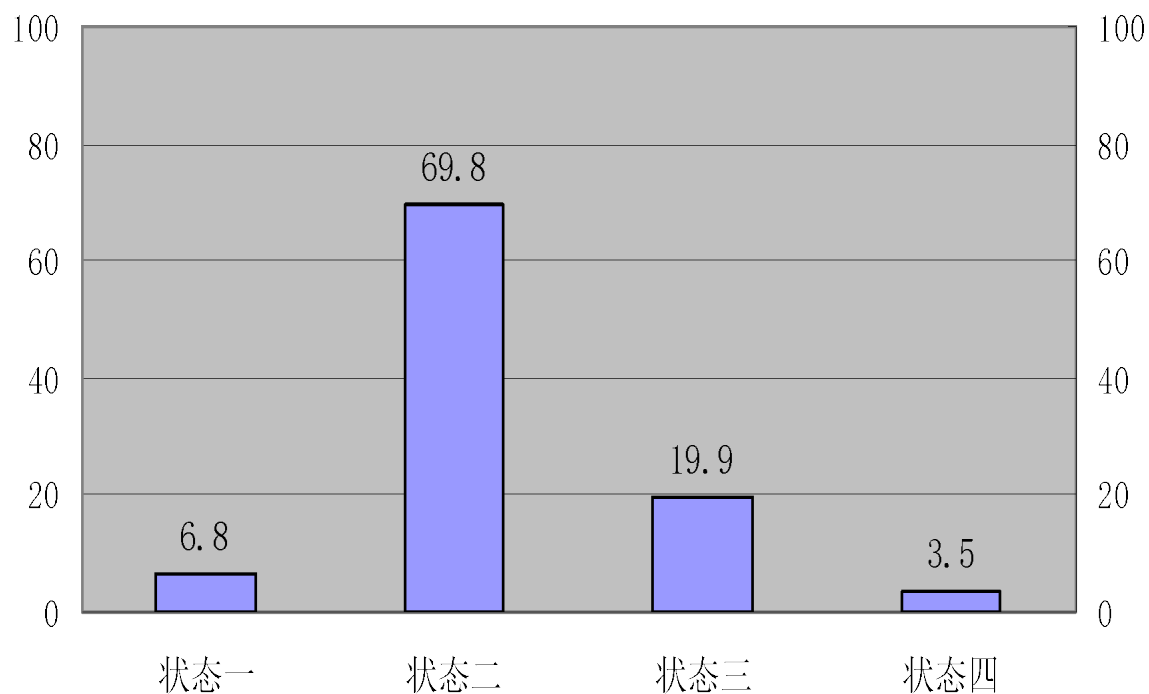
**狭义概念**是指一个人一生中担负的职业或工作职务的发展道路。

**广义概念**是指从职业能力的获得、职业兴趣的培养、职业选择、职业履行，直至最后完全退出职业劳动的完整职业发展过程。

**职业生涯规划（规划）**是指个人（在组织的指导下）根据职业环境的发展，对个人素质的发展、个人职业定位、职业道路选择、职业生涯规划发展进行的系列安排。

**职业生涯规划管理**是指个人（在组织的指导下）根据职业环境的变化，对个人职业生涯进行设计、履行、评估、反馈、控制的过程。

# 当代大学生对职业规划的认知



状态一：毫无概念

状态二：了解一点

状态三：比较熟悉

状态四：深入了解

**结果：76.6%的大学生对“如何规划自己的职业生涯”毫无头绪或仅有初步了解！**

# 大学生职业选择的误区

- 从众心理/羊群效应
- 经验至上论和信心过度
- 先入为主
- 安于现状
- 总想证明过去的决策是正确的
- 寻求支持
- 形式决定答案

# 几个生涯发展小故事

## □孔子的人生阶段规划

- 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。

## □卡耐基的人生阶段划分

- 变化的二十岁，充实的三十岁，成熟的四十岁，秋暮的五十岁。

## □比尔·拉福的职业发展

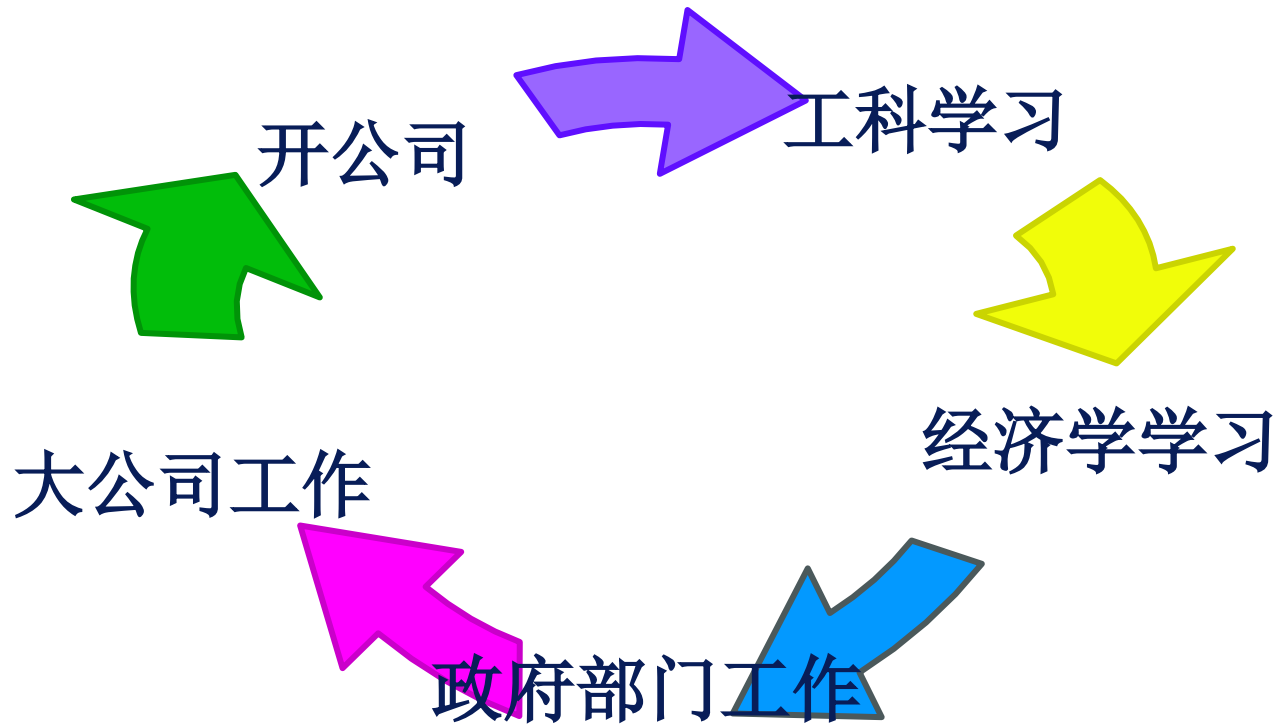
- 中学毕业时，拉福立志经商，但他大学并没有直接读贸易专业，而是选择了工科中最基础的机械制造。四年学习中他广泛接触其他课程，毕业后也没有立即扎进商海，而是攻读经济学硕士学位。在拿到硕士学位后，他报考了公务员，并且一干就是五年。之后，拉福辞去公职，去了通用公司熟悉商业业务。又经过两年，他才辞职创立拉福商贸公司，开始正式实施中学毕业时的梦想。



# 比尔·拉福的从商之路



# 比尔·拉福职业生涯设计



## 第一步，求工科基础知识（4年）

- 中学毕业，不去直接读贸易，而是工科中的最基础专业——机械制造。他的理由是：贸易必须具备一定的专业基础知识，而工业产品占据了贸易商品的大多数。不了解产品的性能、生产制造情况，很难保证贸易的收益。同时，读工业不仅掌握了专业基础知识，同时建立一套严谨求实的思维体系，训练推力分析能力。

## 第二步，攻读经济学硕士（3年）

- 其想法是深入了解经济学基本知识，深入了解经济规律，弄清商业活动的社会地位、作用，摸清影响商业活动的众多因素。他同时还对经济法律、微观经济活动的管理知识、会计和财务管理进行了广泛的涉猎。

### 第三步，加入公务员队伍（5年）

- 学业有成后，他并不急于进入商界，而是参加公务员考试，成为了一名普通的政府公务员，经过5年时间的历练，他从一名稚嫩的热血青年成长为老成持重、驾轻就熟的公务员，结识了大批各界人士，建起一套自己的牢固的关系网。

## 第四步，通用公司锻炼（2年）

- 政府工作结束之后，比尔·拉福完全具备了成功商人所需的各种素质，于是辞职下海，去了通用公司。在国际著名的通用公司进行锻炼，比尔·拉福不仅为实践所学的理论找到了一个强大平台，而且学习到了丰富的管理经验，完成了原始的资本积累。这也是大学生创业应该借鉴的地方，除了激情还应该考虑到更多的现实。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/846035202102010134>