



◆第一讲：**绪论**

◆第二讲：**职业兴趣探索与发展**

◆第三讲：**职业能力探索与提升**

◆第四讲：**价值观澄清与职业选择**

◆第五讲：**职业世界探索及生涯人物访谈**

◆第六讲：**目标与时间管理**

◆第七讲：**生涯规划管理**



课程大纲

第五讲——职业世界探索及生涯人物访谈





问题

这些是否经常盘旋在各位的脑袋里？



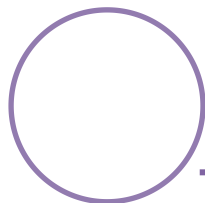
1. 大学毕业后，我是该直接工作还是继续读书？
2. 我对专业不感兴趣，是否该转专业？
3. 学完我们的专业之后，未来我都可以从事哪些职业？
4. 作为女生，未来求职、职业发展中是否真的会遇到多于男生的困难？
5. 我是否可以考虑在大学期间有一次创业经历？



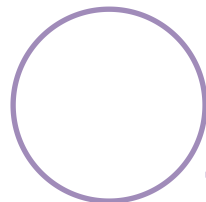
*



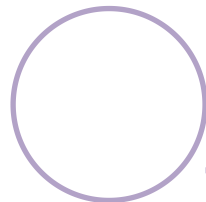
思考



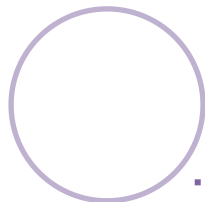
1. 以上问题有几个在你的脑袋里盘旋过？



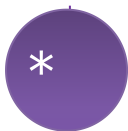
2. 如果思考这些问题的答案，猜想答案该是怎样的？



3. 如果咨询，什么样的人可以给出答案？



4. 如果真有人告诉你答案，我们会坚信么？





启发点1

这些问题都不是一个小问题。对它们的回答通常需要根据自身情况搜集很多信息才能解决。

1) 用人单位在招聘人才的时候是如何考虑的？

毕业后该工作
还是该读书？



*



启发点1

这些问题都不是一个小问题。对它们的回答通常需要根据自身情况搜集很多信息才能解决。

毕业后该工作
还是该读本？



- 1) 用人单位在招聘人才的时候是如何考虑的？
- 2) 不同学历的学生去了各种类型的企业中都会具体去做哪些工作？未来的职业发展是否有不同？公司提供的各种机会如培训、出国等是否会有不同？
- 3) 起薪分别是怎样的？



启发点1

2102年毕业生调查问卷中起薪调查结果

项目 (千元/月)	本科学历			硕士学历			博士学历		
	2010届	2011届	2012届	2010届	2011届	2012届	2010届	2011届	2012届
1-2	22.59%	3.73%	2.42%	0.44%	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%
2-3	51.67%	47.39%	29.84%	19.73%	3.06%	4.10%	0.53%	0.00%	0.00%
3-4	18.07%	32.46%	41.53%	40.58%	32.31%	20.49%	12.17%	1.71%	2.61%
4-5	5.30%	11.19%	18.95%	24.39%	31.00%	25.82%	20.63%	9.40%	8.70%
5-6	1.38%	4.48%	6.05%	8.65%	17.90%	28.69%	24.87%	31.62%	13.04%
6-7	0.39%	0.75%	1.21%	4.88%	10.48%	15.57%	19.58%	20.51%	20.00%
7-8	0.39%	0.00%	0.00%	0.89%	3.93%	3.69%	9.52%	12.82%	14.78%
8及以上	0.20%	0.00%	0.00%	0.44%	1.31%	1.64%	12.70%	23.93%	40.87%
平均水平	2649.3	3175.37	3500.00	3914.8	4674.67	4987.71	5801.6	6551.28	7082.61

*

——《某大学用人单位调查报告》（2012年）



启发点1

这些问题都不是一个小问题。对它们的回答通常需要根据自身情况搜集很多信息才能解决。

毕业后该工作
还是该读本？



*

- 1) 用人单位在招聘人才的时候是如何考虑的？
- 2) 不同学历的学生去了各种类型的企业中都会具体去做哪些工作？未来的职业发展是否有不同？公司提供的各种机会如培训、出国等是否会有不同？
- 3) 起薪分别是怎样的？
- 4) 各类企业对员工晋职晋升是否有学历要求？如在职期间想继续深造，各类企业都有怎样的政策？
- 5) （如果家庭经济不甚宽裕）目前，各类高校对研究生的学费、奖励情况是如何的？是否可能读研期间尽量少花家里的钱？
- 6) （如果已经知道有可能可以到研究所读研）到研究所读研和在学校读研会有什么不同？未来就业是否会有不同？

.....



启发点2



- 学会分析问题
- 学会利用各种途径搜索各类信息
- 学会分析和利用信息

*



游戏:职规擂台赛

小组讨论



在考虑个人未来的就业、职业选择、生涯发展时，你特别想知道哪些信息？你觉得当你了解到哪些信息后，就会相对容易做出理智的决定？

小组PK



*



五个环境：

社会环境

行业环境

职业环境

企业环境

职位环境

*



社会环境分析

经济分析

- a) 经济现状；
- b) 经济发展趋势；

政治分析

- c) 包括政治地位、政治环境、政治资源以及政治事件的比较分析；

文化分析

- d) 包括文化地位、文化氛围、文化资源以及文化设施的综合分析；

人才分析

- e) 包括人才总体需求状况及人才竞争力状况的统计分析；



*



行业环境分析

行业基本情况

- ✓ 这个行业基本处于什么阶段？
- ✓ 行业对生活和社会的作用及发展前景、趋势？
- ✓ 行业的细分领域有哪些？各个领域的比重如何？

国内外行业发展现状

- ✓ 国内外最著名的业内公司有哪些？
- ✓ 各大公司所占市场份额如何？
- ✓ 各公司之间的竞争情况如何？

人才结构及需求分析

- ✓ 行业的人力资源需求状况及趋势；
- ✓ 从事行业需要具有的通用素质和资格证书；
- ✓ 有哪些标杆人物；

行业发展前景

- ✓ 行业发展的增长点在哪些领域？
- ✓ 未来受到世界经济发展尤其是国家经济、政治发展的影响会是怎样的？

*



职业环境分析

- （专业/欲就职领域）的职业种类都有哪些？
- 各职业的工作内容、工作要求、发展前景、要求技能、薪酬待遇等

提供资源：

《中华人民共和国职业分类大典》

JobSoSo(www.jobso.com)





企业环境分析

企业性质、组织架构、企业文化、
人员结构、人员流动情况等

管理型特征因素

所属主管部门及行业、业务范围、发展
阶段、发展规模、业内排名等

发展型特征因素

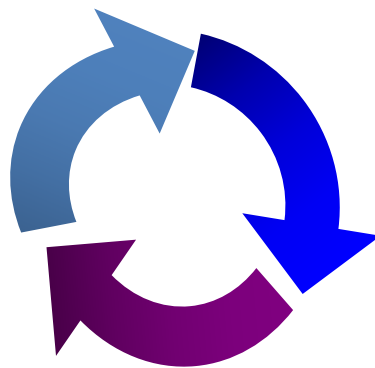
*



职位环境分析

做

工作内容：工作对象、工作任务、工作职责
工作强度：工作时间、工作方式、工作量
工作环境：物理环境、人文化经
工作控制：直接上司、监督与管理、绩效考核



入

入职机会：如招聘人数、招聘政策、用工制度、雇佣方式

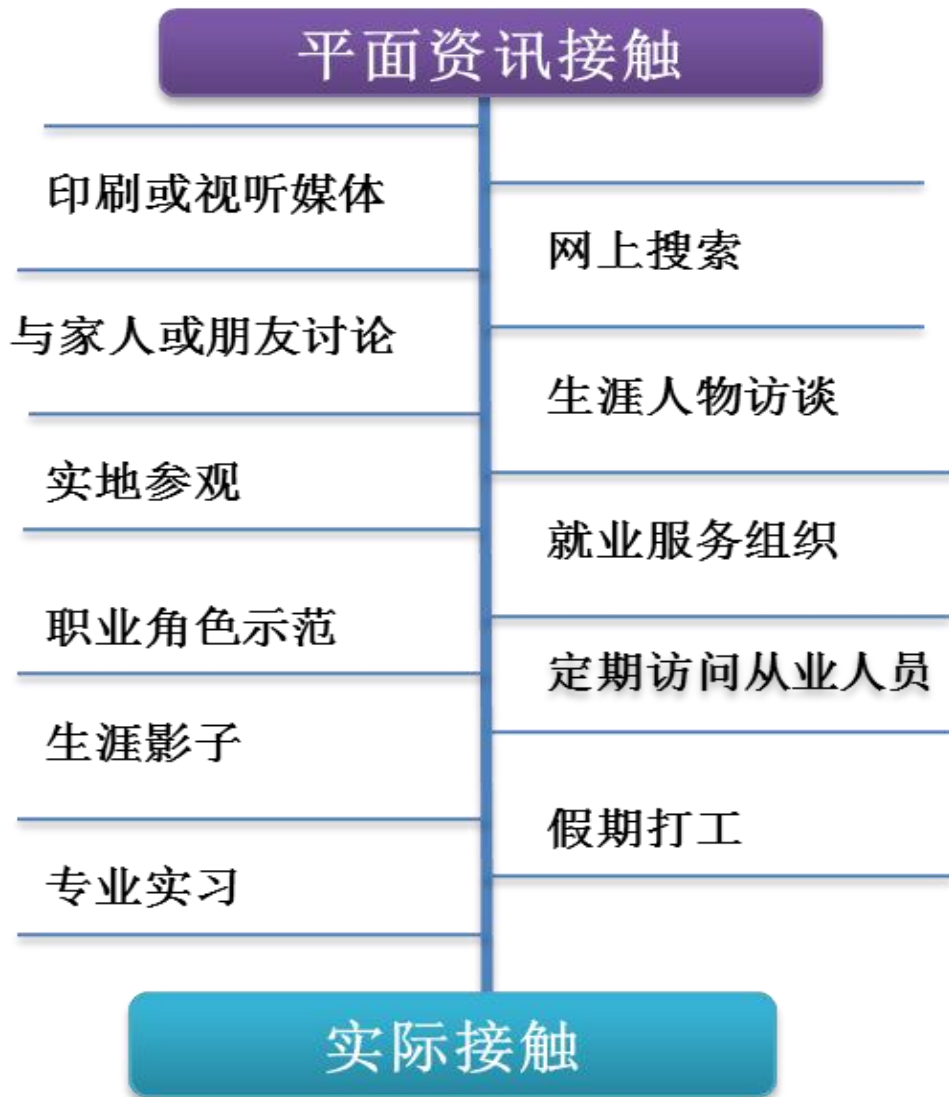
得

薪酬福利：工资、奖金、津贴、福利等
个人发展：培训进修机会、晋升空间与机会、职业变通情况
社会资源：人际关系资源、社会地位等
工作满意度：公平感、成就感、自我实现

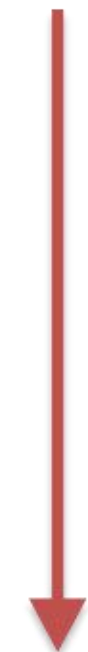
*



职业信息搜索的途径



近



远



*



职业信息搜索的途径

常用途径

1. 印刷和视听媒体

各行业：如《CHO
首席人才官》、
《程序员》

期刊：各学科、各
行业

杂志：如《中国大
学生就业》

各类知识型书刊、
视听媒体

图书：职场小说如
《杜拉拉升职记》、
名人传记

视频：名人讲座等

电视节目：众多访谈类、对
话类节目如对话、杨澜访谈
录、上班那点事儿、一虎一
席谈、头脑风暴、波士堂、
财富故事会、天天向上.....

*



职业信息搜索的途径

常用途径

2. 网上搜索

各大搜索引擎

学信就业网：<http://job.chsi.com.cn>（企业专访、行业聚焦等内容）

中文职业搜索引擎：<http://www.jobsoso.com/>

人才网站：如智联招聘（<http://www.zhaopin.com/>）中华英才（<http://www.chinahr.com/>）

前程无忧（<http://www.51job.com/>）

大学生求职网站：如大街网（<http://job.dajie.com/>）应届生（<http://job.dajie.com/>）

HiAll（<http://www.hiall.com.cn/>）

各大公司网站

考研类：如中国研究生招生信息网（<http://www.yz.chsi.com.cn>）考研教育网（<http://www.cnedu.cn>）

考研论坛（<http://bbs.kaoyan.com>）

留学类：如留学网（<http://www.liuxue.com.cn>）太傻留学网（<http://abroad.taisha.org>）

.....

*



职业信息搜索的途径

搜索技巧介绍

+：用加号把两个关键词连成一对时，只有同时满足这两个关键词的匹配才有效，而只满足其中一项的将被排除。

-：如果两个关键词之间用减号连接，那么其含意为包含第一个关键词，但结果中不含有第二个关键词。

()：当两个关键词用另外一种操作符号连在一起，而又想把它们列为一组，就可以对这两个词加上圆括号。

*****：可代替所有的数字及字母，用来检索那些变形的拼写词或不能确定的一个关键字。

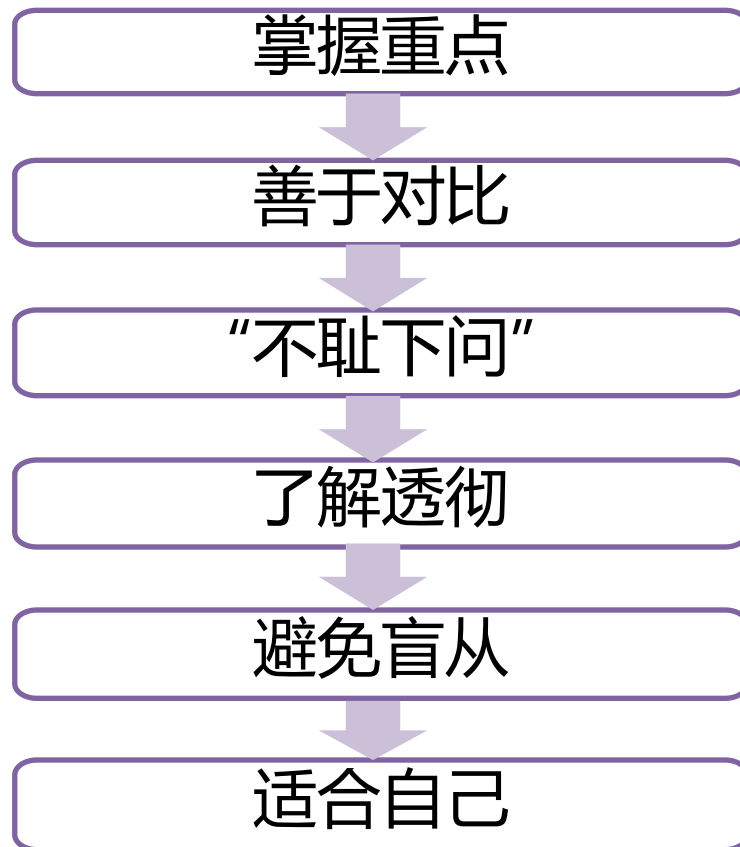
""：用双引号括起来的词表示要精确匹配，不包括演变形式。

*



信息处理与利用

信息
筛选与
分析

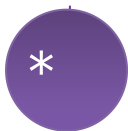


*



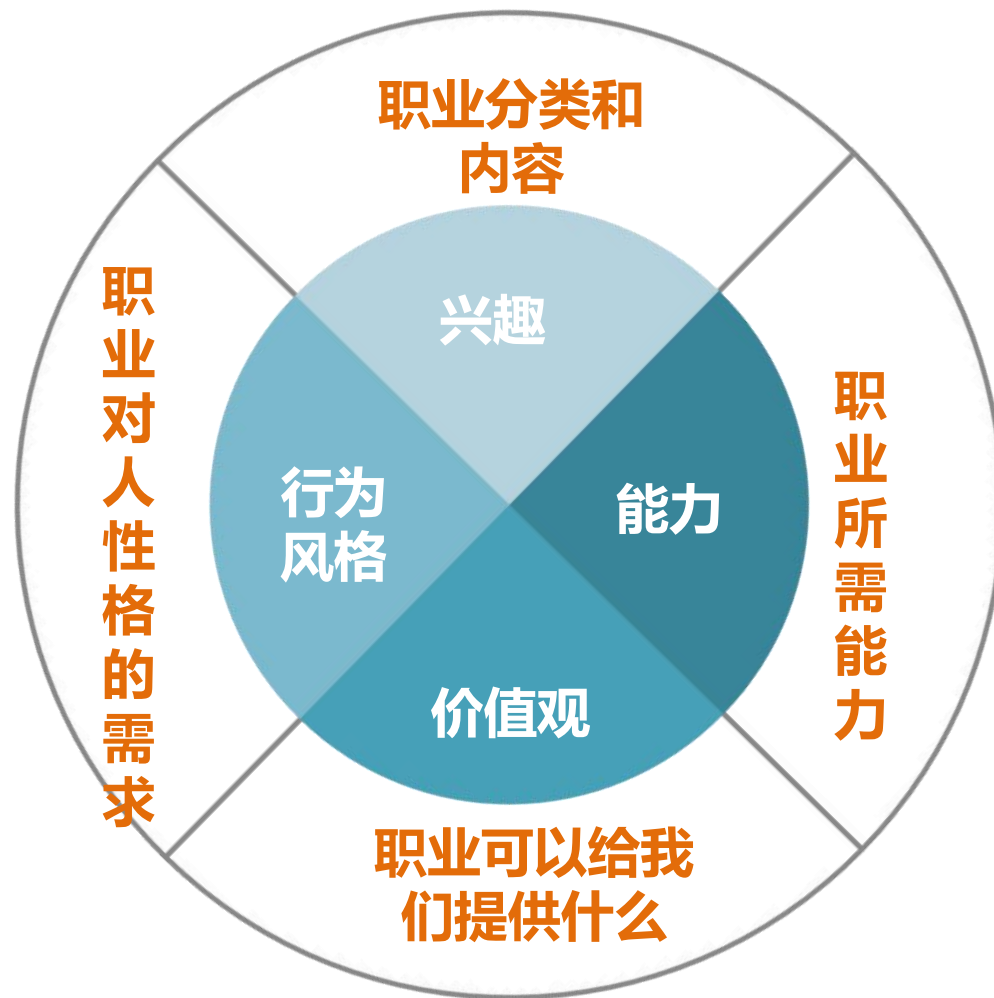
信息处理与利用

信
息
利
用





信息处理与利用



*



生涯人物访谈

生涯人物访谈，是通过与一定数量的职场人士（通常是自己感兴趣的职业从业者）会谈而获取关于一个行业、职业和单位“内部”信息的一种职业探索活动。





活动：生涯人物访问直通车

- ◆做生涯人物访谈前需要做哪些方面的准备？
- ◆找到合适的生涯人物的途径都有哪些（至少20种）？
- ◆小组内角色扮演：如何致电生涯人物，请其接受邀请？
如遭拒绝，该怎么办？
- ◆如何设计访谈提纲？如何提问？

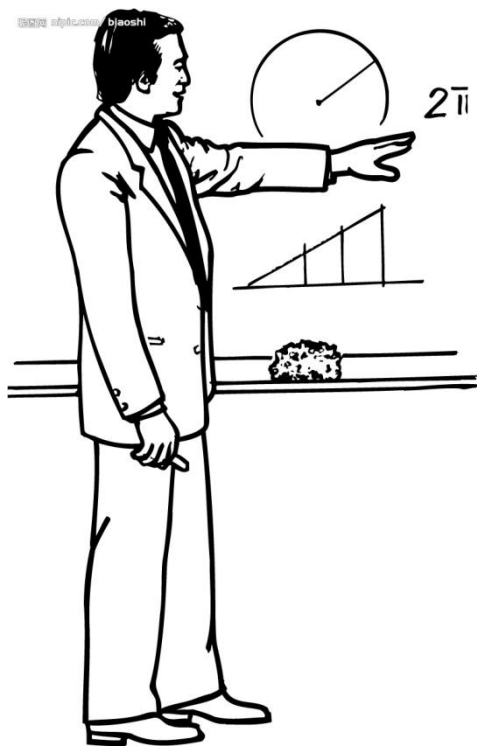




活动：生涯人物访问直通车

(1) 做生涯人物访谈前需要做哪些方面的准备？

A. 确定访谈目的



形形色色的大学老师



*



活动：生涯人物访问直通车

(1) 做生涯人物访谈前需要做哪些方面的准备？

B. 搜寻生涯人物

- ✓ 列出未来想从事的3-5个职业，然后在每个职业领域寻找3位以上的职业人士作为访谈对象。
- ✓ 除此之外，生涯人物最好满足如下几个条件：
 - 1) 每个职业领域的人物选择最好结构合理
 - 2) 最好选择自己比较欣赏，至少在工作岗位上表现优秀的人士进行访谈
 - 3) 如个人目标较为明确，则尽力搜寻与目标最为接近的人士，以期借鉴性最大化。

*



活动：生涯人物访问直通车

(1) 做生涯人物访谈前需要做哪些方面的准备？

C. 搜集访谈人物及其背景信息

个人基本情况
及其履历
(学习和工作经历)

所在企业、职业、行业
在国内外的的发展状况及前
景等

*



活动：生涯人物访问直通车

(1) 做生涯人物访谈前需要做哪些方面的准备？

D . 电话邀请并预约时间地点

E . 列出访谈提纲

F . 小组分工

*



活动：生涯人物访问直通车

(1) 做生涯人物访谈前需要做哪些方面的准备？

G . 物资准备：如录音录像设备

策划书

心态

文明礼仪

*



活动：生涯人物访问直通车

2) 找到生涯人物的途径

人物： 父母、亲人、老师、朋友

资源： 微博、论坛、企业主页、各类信息发布平台

广而告之： QQ的个人签名、微博、人人网

其他途径：

名家讲坛、职业论坛；
社会实践、实习、兼职；
俱乐部、论坛活动、行业协会；
校友会、就业指导服务中心、教务处
参加学校各种比赛
学生会外联部
招聘会现场、宣讲会现场、企业对外推广
活动、学术会议、休闲娱乐场所；
登门拜访；

*



活动：生涯人物访问直通车

3) 如何致电生涯人物，请其接受邀请

- 介绍自己，说明找到他的途径、访谈目的、访谈所需时间（通常20-30分钟）等
- 要做好准备：被拒绝是正常的
- 诚恳非常重要！
- 面带微笑，以“成人”的方式和对方沟通。
- 以滚雪球的方式拓展自己的职业认知领域。

*

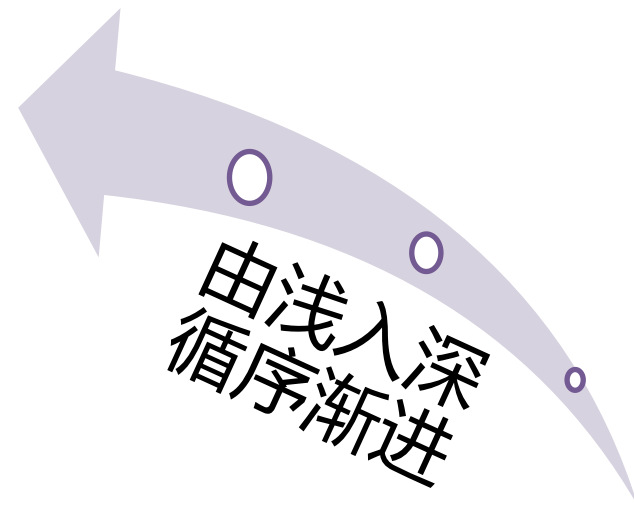


活动：生涯人物访问直通车

4) 如何设计访谈提纲？如何提问？

A . 职业资讯方面：涉及工作性质、内容、工作环境、所需学历、技能、薪酬范围、福利、工作时间、晋职晋升机会、企业组织文化、未来发展前景等。

B . 个人生涯经验方面：个人教育或培训背景、投入该职业的选择、决策等过程、工作心得、对工作的看法、未来规划和对学生的建议等。



*



活动：生涯人物访问直通车

提醒

- A．提前了解信息。
- B．对隐私问题，如薪酬等，问其所在行业或职业的平均水平。
- C．把握开放性问题 and 封闭式问题的度。
- D．根据访谈人物的成长、教育、工作背景等分析借鉴性。
- E．生涯人物过度偏离访谈目的时，要适时、适当提醒。
- F．征求生涯人物的意见，视情况对谈话进行录音、书面记录。
- G．结束当天表示感谢，日后与其保持良好关系。

*



活动：生涯人物访问直通车

启发点

1

职业世界探索是一直需要做的事情。

2

职业世界探索可经历由普遍撒网到逐步聚焦的过程。

3

职业世界探索结果如何与个人能力有很大关系。

4

让自己做到最好，也是搜集信息的一种途径。

*



课堂小结

职业环境分析

社会环境

职业环境

行业环境

企业环境

职位环境

*

职业世界探索



生涯人物访谈



作业

1. 分析如若个人想继续深造（国内或国外），都需要调查了解哪些信息，以便做出一个好的选择和决策。
2. 小组生涯人物访谈至少3个。



*



答辩时间和顺序

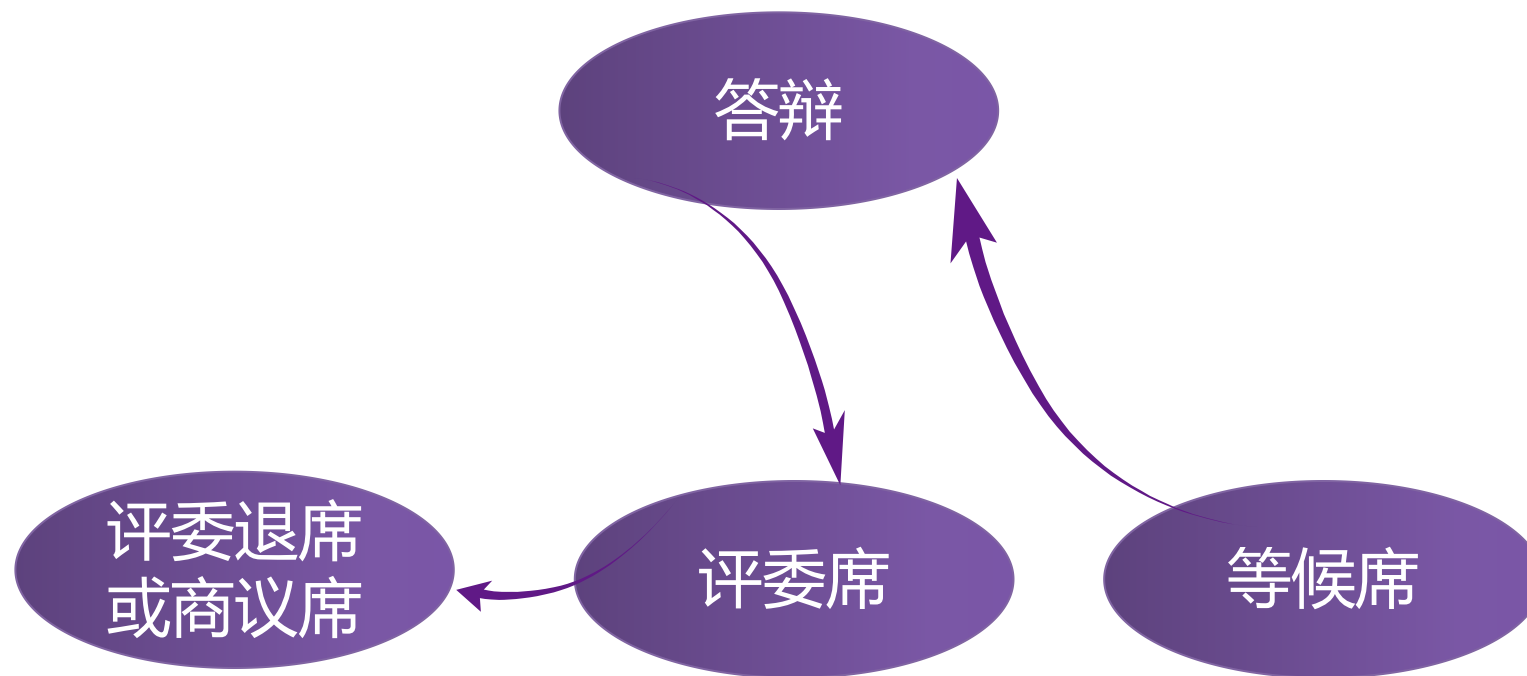
时间：陈述5分钟+回答问题2分钟

顺序：抽签决定，每组顺次做下一组评委团

*



答辩流程



*



评委团职责

计时

- 陈述到4分半钟时提醒，5分钟时停止；
- 回答问题1分半钟时提醒。

提问

- 就陈述内容提出2个问题，可指定同学回答（也可不指定，陈述同学不能回答问题）。

评分并写评语

- 评委团商议后就访谈环节、汇报环节、团队合作进行打分。
- 给出答辩小组分数，并写评语。

*



生涯人物访谈答辩评分表与评分细则

答辩组：_____组 评委团组：_____组 评审团团长签名：_____

评审项目	评分标准及分数			打分	评语
	评审标准		满分		
访谈环节 (40分)	访谈对象代表性	要求本专业领域分别工作1-2年、3-5年、5年以上的三名对象，不符合酌情扣分。	10		
	访谈方式深入度	现场访谈满分，电话或网络访谈酌情扣分。	10		
	访谈问题针对性	能够针对访谈目的和访谈对象设计问题，问题涵盖职业入门条件、工作实况、所得所感等。	10		
	访谈结果有效性	访谈结果对于职业生涯规划有启发意义。	10		
汇报环节 (40分)	ppt或视频制作	根据ppt完整性、概括度和精美度打分。	10		
	汇报内容完整性	包括访谈对象介绍、访谈问答呈现、收获与反思、团队分工等部分。	10		
	汇报人表达力	要求陈述清晰，条理分明，重点突出。	10		
	回答问题表现	要求回答问题切中要点，实事求是。	10		
团队合作 (20分)	小组成员参与度	团队成员全体参与，未全体参与者酌情扣分。	10		
	小组成员分工	要求分工合理，访谈前准备、访谈过程、后期制作、现场汇报等一系列环节能够体现团队凝聚力。	10		
总分 (100分)					

*



评审细则

- 1、访谈对象代表性：要求本专业领域分别工作1-2年、3-5年、5年以上的三名对象，不符合酌情扣分。
- 2、访谈方式深入度：现场访谈满分，电话或网络访谈酌情扣分。
- 3、访谈问题针对性：能够针对访谈目的和访谈对象设计问题，问题涵盖职业入门条件、工作实况、所得所感等。
- 4、访谈结果有效性：访谈结果对于职业生涯规划有启发意义。

● （一）访谈环节

- 1、ppt或视频制作：根据ppt完整性、概括度和精美度打分。
- 2、汇报内容完整性：包括访谈对象介绍、访谈问答呈现、收获与反思、团队分工等部分。
- 3、汇报人表达力：要求陈述清晰，条理分明，重点突出。
- 4、回答问题表现：要求回答问题切中要点，实事求是。

● （二）汇报环节

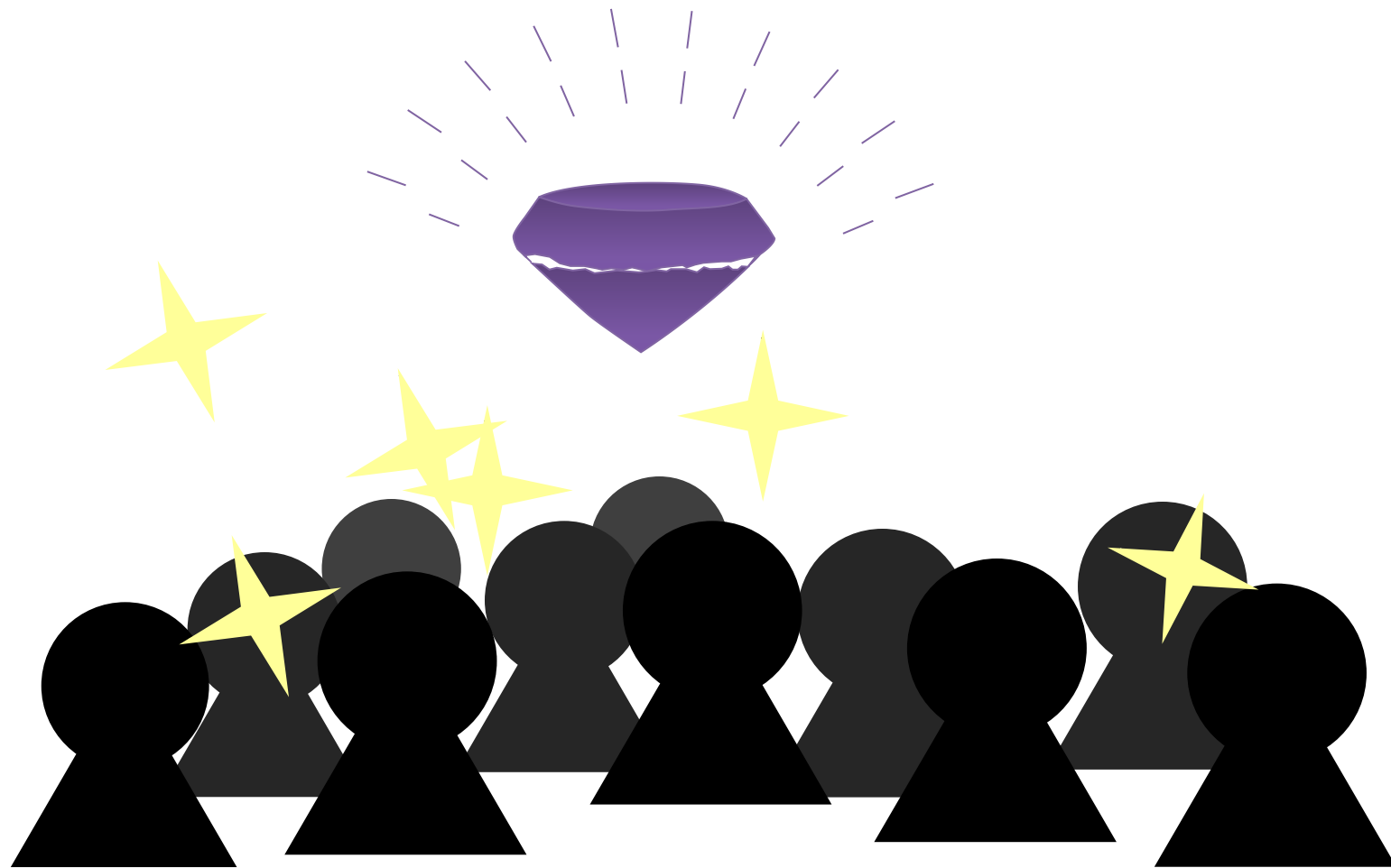
- 1、团队成员参与度：团队成员全体参与，未全体参与者酌情扣分。
- 2、团队分工：要求分工合理，访谈前准备、访谈过程、后期制作、现场汇报等一系列环节能够体现团队凝聚力。

● （三）团队协作

*



答辩进行时.....





老师点评

(一) 访谈环节

- 访谈对象代表性
- 访谈方式深入度
- 访谈问题针对性
- 访谈结果有效性

(三) 团队协作

- 团队成员参与度
- 团队分工

(二) 汇报环节

- ppt或视频制作
- 汇报内容完整性
- 汇报人表达力
- 回答问题表现

(四) 注重团队合作、沟通协调、语言表达、信息处理等胜任素质的培养与锻炼



*

谢谢！



Make the change



课后推荐

图书：

《中华人民共和国职业分类大典》

职场小说如《杜拉拉升职记》

名人传记

杂志如《中国大学生就业》

各行业期刊如《CHO首席人才官》、
《程序员》

电视节目：

对话、杨澜访谈录、上班那点事儿、
一虎一席谈、头脑风暴、波士堂、
财富故事会、天天向上

*





课后推荐

各大搜索引擎

学信就业网：<http://job.chsi.com.cn>（企业专访、行业聚焦等内容）

中文职业搜索引擎：<http://www.jobsoso.com/>

人才网站：如智联招聘（<http://www.zhaopin.com/>）中华英才（<http://www.chinahr.com/>）

前程无忧（<http://www.51job.com/>）

大学生求职网站：如大街网（<http://job.dajie.com/>）应届生（<http://job.dajie.com/>）

HiAll（<http://www.hiall.com.cn/>）

各大公司网站

考研类：如中国研究生招生信息网（<http://www.yz.chsi.com.cn>）考研教育网（<http://www.cnedu.cn>）

考研论坛（<http://bbs.kaoyan.com>）

留学类：如留学网（<http://www.liuxue.com.cn>）太傻留学网（<http://abroad.taisha.org>）

.....

*

谢谢！



Make the change