

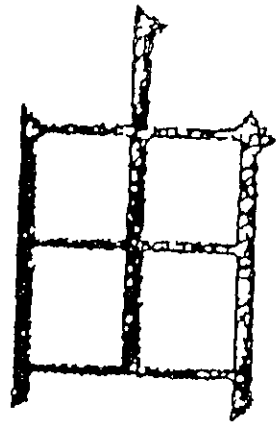
白領人如何規畫生涯？

人生幾何！怎可把酒當歌？

如果你想傲視同儕，
如果你想前途「無量」，
那麼；

請合計一下自己往後的路吧！
「生涯規劃」是現代白領人不可或缺的，
除非你想前途「無亮」。

文/王選昌 圖/湯 姆



於我國經濟發展所帶給全民日漸增多的財富，使得愈來愈多的白領階級除去追求經濟報酬外，開始體會到馬斯洛（A.H.Maslow）人性需求理論中所謂自我實現需求（Need of Self Actualization）真正含義。我們都知道經濟報酬增加到某一程度後，其邊際效益自會開始遞減，但自我實現的需求却因其多元化及層次性的不同，而始終激勵著白領王國的子民，豪情奮發、持續向前。

何謂生涯規劃？

不過，人生最多百歲，如想以人生幾何的歲月，能夠實現雄心壯志，自我生涯規劃（Career Planning）實具自我實現的真正推動力。

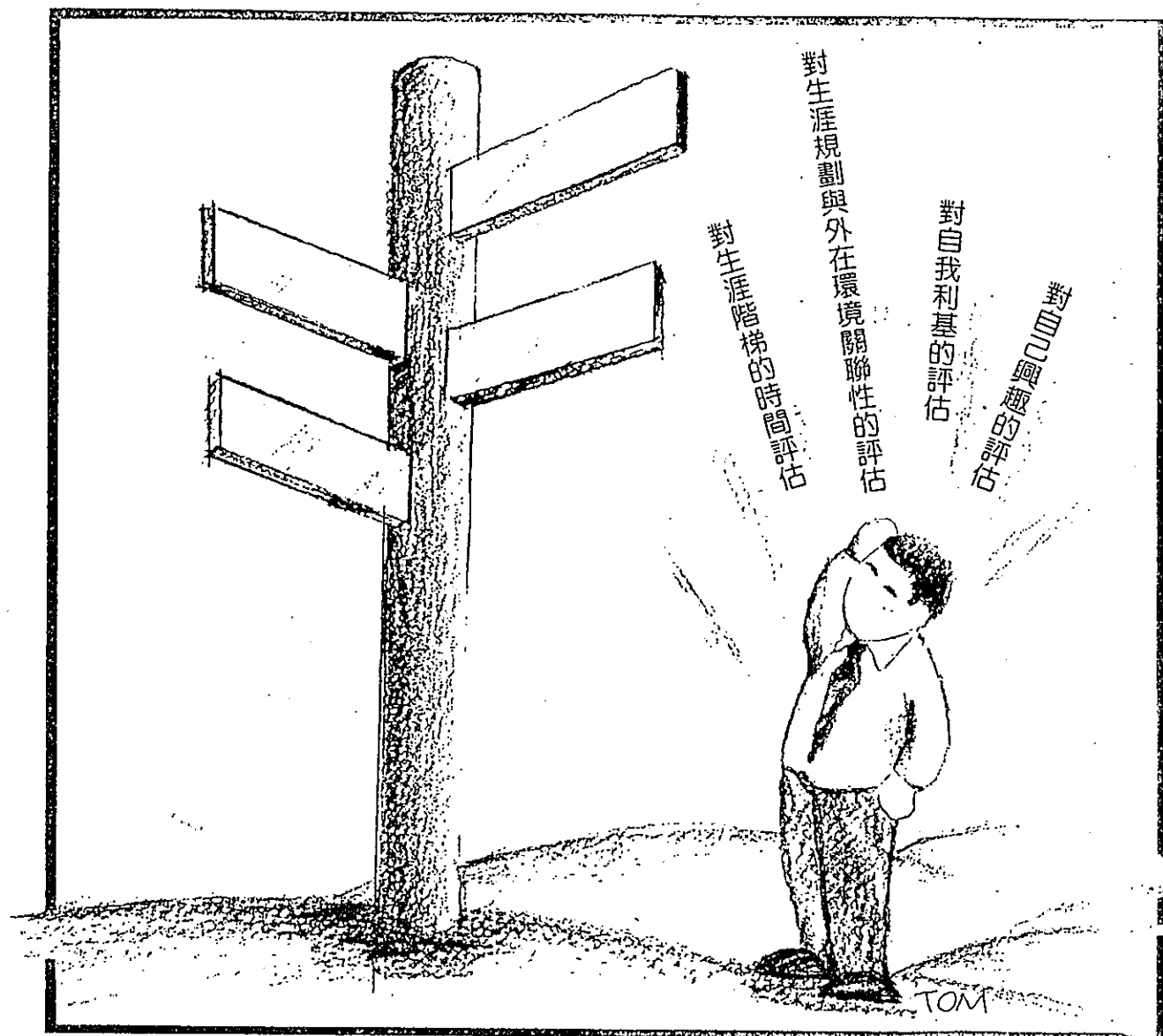
所謂生涯規劃，簡言之是在評估個人興趣、能力及生涯機會，設定自我生涯目標，然後透過自我潛力的發揮以及工作組織體之配合與發展，達到階段性及終身生涯目標；目標可能是某項職位、事業、作品、學位或公益等。

生涯規劃大體上係針對個人而言，在個人進入組織體後，該組織體應根據其組織的人力需求，對員工的生涯規劃作生涯管理（Career Management），使員工個人成長目標及組織的人力需求目標相結合。本文重點在生涯規劃。

生涯規劃在國內漸受重視是最近幾年的事。這不僅是由白領階級的朋友們追求自我實現的結果，亦是國內組織體因了解員工生涯管理對企業成長重要性的影響所致。

生涯規劃應從兩方面來看：一是對自我的評估，一是設定目標及步驟。所謂自我評估可分為：

一、對自己興趣的評估：一個人做自己最有興趣的工作方可樂在工作中；祇有樂在工作中，工作才可得心應手，勞而不疲，工作才會有較佳的工作績效。許多朋友在作生涯規劃時，忽視自己興趣之所



在，完全依勞動市場或經濟報酬做導向，勉強從事，自無完成工作所需的那份衝勁與鬥志；為了報酬而強忍硬撐導致在工作中度日如年。如此不獨影響工作績效，更是自我折磨，遑論自我實現的追求。

把握階梯性目標

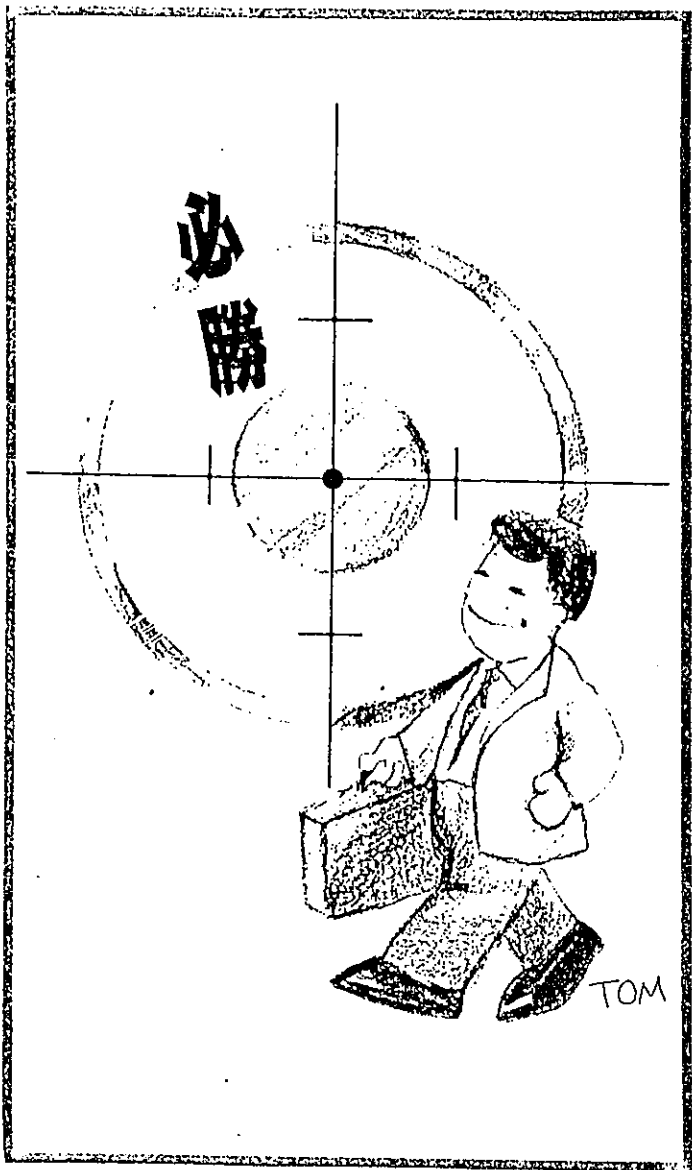
二、對自我利基 (Niche) 的評估：生涯規劃並非製造一座空中樓閣，而是要具體可行，其基本方式亦如企業經營之投資分析，先要檢討自己具備的條件在那裡，如此所規劃的生涯方有可行性，亦會減少生涯的「投資風險」。自我利基的評估包括自己知識、能力、專業、個性、可動用的資源、以往的經驗等。生涯規劃所需要的利基並不一定自己本身全有，亦為企業經營所需價值鏈 (Value Chain) 一樣，不可能也沒有必要樣樣均具備，但應評估生涯規劃中所需而自己缺乏、但可動用其他的資源、以補不足。此種資源包括財務、人際關係、物質、時間等。

三、對生涯規劃與外在環境關聯性的評估：自我生涯規劃雖然是根據對自我的評估，但一己的生涯難以不受外在環境所影響及衝擊。因為政治環境、經濟環境、生涯機會，都與自我生涯規劃息息相關。在作生涯規劃時，將此種因素與自我生涯規劃的關聯性進行評估，以免造成規劃雖佳，却執行困難。

四、對生涯階梯的時間評估：生涯規劃有其階梯性目標。每一目標完成，其所需時間應加以妥善區隔，將每一階梯性所需時間成本與其階梯性目標評估是否「值回票價」，以免花費過多時間成本，卻僅換取較低階梯目標。時間資源不僅重要而且無可替代，在作生涯規劃時應審慎評估，否則浪費時間資源後，仍無法達到某一目標，屆時悔之晚矣！

鎖定目標全力以赴

其次談談生涯規劃中另一方面，亦就是設定目標



及步驟。

設定目標應分為階段性目標和終極目標。所謂階段性目標可分為中期目標及年度目標。中期目標通常可以五年為一單位；年度目標在指某一年度內應完成或達到的目標。不論中或短期目標，一旦經由前述評估方式確定後，應努力精進，每年結束時，檢討結果、進展、方向，以便規劃成修訂下年度開始的中短期目標，週而復始，其最後目的在達成長程或終極目標。

關於設定目標及步驟，對白領王國裡朋友們有以下幾點建議：

一、與他人諮詢：經由上述評估後所訂之生涯規劃，係根據一己之角度所訂定，其可行性並非完全肯定；實應與對自己較了解之師長、親友、同學作

諮詢，以增強所規劃之目標具有「最佳可能」。因為至親好友的冷眼旁觀，畢竟對以「自我為中心」的你了解可能更為透徹，他們所提的意見，應具有相當程度的參考價值。

二、全力以赴：生涯規劃後之目標，一旦設定，應全力以赴，勉力完成，不可自我原諒，自我寬容。如此，方可完成預設之目標。如遭遇小的挫折，立即改變生涯規劃，實為不智。挫折與打擊為成長過程中必付的代價，不可因之而懷憂喪志。但生涯規劃所設定之目標亦非永不改變，因為在作中長期規劃時，難以完全預見將來，不可能凡事都如期而發生。小挫折固應咬牙挺胸，昂然而過，但如遭遇重大事故，明知不可為，亦不必過份堅持，以免枉費心力。不過何謂小挫折，何謂大事故，當事

者白領諸君應自我拿捏，以確定自我走向。

知其先後則近道矣

三、不斷進修：不斷進修為達成目標的必要條件。我們都知道追求知識是終身事業，永無止境。我們經常看到許多青年朋友，在離開學校後，整日忙於工作，追求名利，而疏與書本接觸。就長期而言，可說是自我生命與智慧的透支。

我們必須了解知識與生涯規劃的不可分性，即使終日忙碌，仍應抽暇與書本為友，使自我的脚步與知識的脈動走在平行線上不能脫節。白領階級朋友們的工作壓力和人際關係的需要通常相當繁重，但每週仍應訂定二至三個晚上為讀書日，排除一切誘因，走進書的天地。不過，進修並不是博覽羣書，而是根據生涯規劃的目標，排定優先秩序，以免時間資源未能充分運用。

四、排定步驟：為了完成每一生涯規劃的目標，我白領王國的同胞們必須採取某些行動，而每一行動所需的時間、知識、技能，以及其他資源均應依其完成先後、重要程度以確定其所需先後步驟。或以線性及網狀路線，繪製成圖，以便於達成生涯規劃目標時，能「知其先後，則近道矣」！

近年來，由於政治和經濟社會的變遷，不單改變了生產結構和生活方式，更改變了許多人的價值觀。不獨政府與企業，必須調整觀念，重新定位，選擇策略；我白領階級更應體察社會的變遷，對於自己的未來做全新的規劃。不過在作生涯規劃時，不管在做自我評估，或目標的設定，既不應自我膨脹，亦不可好高騖遠。更不可抱著時下流行的所謂「打拚才會贏」的心理，企盼天下皆輸我獨贏的全勝觀念；而應實質地在評估自己，安於平凡地設定目標，然後一步一脚印，自低而高，全力以赴，自會達到自我實現的需求。（作者為精策管理顧問公司總經理）