

秘书生涯各阶段的工作 PDF转换可能丢失图片或格式，建议
阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/57/2021_2022__E7_A7_98_E4_B9_A6_E7_94_9F_E6_c39_57304.htm 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，对更好地从事自己的职业，实现确立的人生目标，非常重要。职业生涯阶段如何划分，各国专家学者有不同的划分理论和方法，主要可分为按年龄层次划分、按专业层次划分和按管理层次划分三种类型。我国从事职业生涯规划研究的人事人才科学研究所副研究员罗双平认为：以年龄为依据，每十年作为一个阶段比较合适，即二十岁至三十岁为一个阶段，三十岁至四十岁为一个阶段，依次类推。我们每个人都要经历这几个阶段，那么你现在该做些什么呢？罗双平谈了他的看法，供读者朋友参考。

二十岁至三十岁：走好第一步 这一阶段的主要特征，是从学校走上工作岗位，是人生事业发展的起点。如何起步，直接关系到今后的成败。这一阶段的主要任务之一，就是选择职业。在充分做好自我分析和内外环境分析的基础上，选择适合自己的职业，设定人生目标，制定人生计划。再一个任务，就是要树立自己良好的形象。年轻人步入职业世界，表现如何，对未来的发展影响极大。有些年轻人，特别是刚毕业的大学生，总认为自己有知识，有文化，到单位工作后不屑于做零星小事，不能给同事们留下良好的印象，这对一个年轻人的发展而言，可以说是一个危机。还有一个重要任务，就是要坚持学习。根据日本科学家研究发现，人一生工作所需的知识，90%是工作后学习的。这个数据足以说

明参加工作后学习的重要性。三十岁至四十岁：不可忽视修订目标 这个时期是一个人风华正茂之时，是充分展现自己才能、获得晋升、事业得到迅速发展之时。此时的任务，除发奋努力，展示才能，拓展事业以外，对很多人来说，还有一个调整职业、修订目标的任务。人到30多岁，应当对自己、对环境有了更清楚的了解。看一看自己选择的职业、所选择的生涯路线、所确定的人生目标是否符合现实，如有出入，应尽快调整。四十岁至五十岁：及时充电 这一阶段，是人生的收获季节，也是事业上获得成功的人大显身手的时期。对于到了这个年龄仍一无所得、事业无成的人应深刻反省一下原因何在？重点在自身上找原因，对环境因素也要做客观分析，切勿将一切原因都归咎于外界因素，他人之过。只有正确认识自己，找出客观原因，才能解决人生发展的困阻，把握今后的努力方向。此阶段的另一个任务是继续充电。很多人在此阶段都会遇到知识更新问题，特别是近年来科学技术高速发展，知识更新的周期日趋缩短，如不及时充电，将难以满足工作需要，甚至影响事业的发展。五十岁至六十岁：做好晚年生涯规划 此阶段是人生的转折期，无论是在事业上继续发展，还是准备退休，都面临转折问题。由于医学的进步，生活水平的提高，很多人此时乃至以后的十几年，都能身体健康，照样工作，所以做好晚年生涯规划十分重要。日本的职工一般是45岁时，开始做晚年生涯规划；美国是50岁时做晚年生涯规划。我国的职工按退休年龄提前5年做晚年生涯规划即可。主要内容应包括以下几个方面：一是确定退化后的二三十年内，你准备干点什么事情，然后根据目标，制定行动方案；二是学习退休后的工作技能，最好是在退休前

三年开始着手学习；三是了解退休后再就业的有关政策；四是寻找工作机会。目前我国已有离退休人员的人才职业介绍所，可提前与这些部门联系，取得他们的帮助。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问

www.100test.com