

退役运动员二次职业生涯设计方法研究

郑 婕, 林群勋
(厦门大学体育部, 福建 厦门 361005)

摘要: 职业生涯设计是西方人力资源管理理论中一个重要的组成部分, 目前已经引起广泛的重视和应用。对于现役和将要退役的运动员来说, 竞技运动生涯可以作为职业生涯的储备期, 为二次就业奠定良好的体力和心理基础。试图为退役运动员出路问题提供思路, 使他们在运用科学的、有效的充满竞争又强调个性、尊重个人的时代以适合人性的职业生涯设计方法应对外界变化, 保证自身的持续发展。

关键词: 运动员; 职业生涯; 二次就业

中图分类号: G80-05 **文献标识码:** A **文章编号:** 1001-9154(2005)01-0029-03

Research on the Method of the 2nd Professional Career Design for the Retired Sportsmen

ZHENG Jie et al

(P. E. Department, Xiamen University, Xiamen 361005)

Abstract The professional career design was an important part of the theory of western human resource administration, which had been regarded as importance and be put in practice extensively. Sport career of sportsmen was regarded as their preprofessional career and gave them a good body and mental base. The sportsmen who were in service or planned to retired must attach importance to their past experience in order to make their professional career design for looking for their 2nd jobs. This study tried to provide a thought to sportsmen with resolving their occupation, and help them to have a good development.

Key words sportsmen; professional career; 2nd occupation

CLC number: G80-05 **Document code:** A **Article ID:** 1001-9154(2005)01-0029-03

退役运动员出路问题关系到中国竞技体育的可持续发展, 目前, 各级体育管理部门都在想方设法尽力妥善解决退役运动员再就业问题。在特殊转型期的社会现状中, 体育部门已不能按原来的计划经济模式解决这一难题。本文初步研究了运动员职业和生涯的阶段性问题, 尤其是退役运动员在再就业的定位上应面对和注意的问题, 以期为运动员顺利完成转型提供一定的理论依据, 避免步入二次就业的尴尬和困境。

1 退役运动员职业生涯阶段划分及职业生涯设计

1.1 职业生涯概念及其阶段划分 职业生涯(CAREER)简单地说, 就是一个人的职业经历^[1]。具体地讲, 职业生涯是以心理开发、生理开发、智力开发、技能开发、伦理开发等人的潜能开发为基础, 以工作内

容的确定和变化, 工作业绩的评价, 工资待遇、职称、职务的变动为标志, 以满足需求为目标的工作经历和内心体验的经历。职业生涯是人一生中最重要的历程, 是追求自我实现的重要人生阶段, 对人生价值起着决定性作用。

根据职业发展进程, 每个人的职业生涯大致可分为职业准备期、职业选择期、职业适应期、职业稳定期和职业结束期五个阶段^[2]。

职业准备期: 是形成了较为明确的职业意向后, 从事职业的心理、知识和体能准备及以后等待就业的时期。每一个择业者都有着选择一份理想职业的愿望和要求, 运动员的运动生涯本身就是下一个目标的准备期, 它起码为下一个职业储备了体能与勇于竞争、敢于拼搏、勇攀高峰的心理品质。这一点正是现阶段一般在校学生缺乏的。

第一作者简介: 郑婕(1962-), 女, 副教授, 北京体育大学在读博士研究生。主要研究方向: 体育人文社会学。

收稿日期: 2004-10-25

职业选择期:是在职业准备的基础上实际选择职业的时期,也是由潜在的劳动者变为现实的劳动者的关键时期。职业的选择不仅仅是择业者个人挑选职业的过程,同时也是社会挑选劳动者的过程,只有个人与社会成功结合、相互认可,职业选择才算结束。

职业适应期:踏上职业岗位,必然有一个适应的过程,完成从一个择业者到一个职业工作者的角色转变。要尽快适应新的角色,新的工作环境、工作方式,树立良好的第一印象,建立和谐的人际关系。这一过程一般需要半年左右的时间。

职业稳定期:是相对稳定地从事职业工作的时期。是个人的职业生活能力处于最旺盛的时期,是创造业绩、成就事业的黄金时期。

职业结束期:由于年龄或身体状况的原因,逐渐丧失职业能力或职业兴趣,从而结束职业生活过程的时期。

1.2 职业生涯设计的概念及其目的 职业生涯设计是指个人结合自身情况、当前的机遇和制约因素,为自己确立职业方向、职业目标,选择职业道路,确定教育计划、发展计划,为实现职业生涯目标而确定行动时间和行动方案。在职业生涯设计中,家庭、单位、社会环境对个人职业生涯的影响有一定的作用,但发展的原动力是个人自身,另外个性化也是职业生涯设计需考虑的需重要因素。

职业生涯设计的目的^[3]是帮助个人真正了解自己,并且进一步详估内外在环境的优劣与限制,在“衡外情,量己力”的情形下设计出合理可行的生涯发展方向。目前市场竞争激烈,机构改革迅猛,组织变化快速。在面临生涯抉择的时候,一定要掌握竞争优势,弄清周围环境变动趋势,把握稍纵即逝的机会,发挥个人的潜能,实现预定目标。

2 退役运动员职业生涯设计的步骤

职业生涯设计大致可分为五个步骤:即自我评估、机会评估、明确目标、择业策略和职业评估。

2.1 自我评估 自我评估就是客观准确地评价自己^[4]。自我评估包括一些心理测验和一些自我评价练习,以了解自己的兴趣、特长、性格、学识、技能、智商、情商、思维方式、道德水平以及社会中的自我等。换句话说,什么对你最重要,是家庭、社会名声、事业还是金钱?有何特长?除了你现在所从事的运动专项,还有什么兴趣所在。退役运动员应该正确地认识和评价自己,比如与同龄人相比基础文化知识较少,数、理、

化较差,写作与外语能力较弱,但社会活动能力强、独立性强,吃苦耐劳的品质优,勇于拼搏的意志坚等。自我评估有利于确定自己的价值观、资质以及行为取向,明确自己的优势和劣势。对自我评价越客观,越能做好职业生涯设计。

2.2 机会评估 机会评估就是对选择职业生涯的时机进行评估。职业生涯机会的评估,主要是评估各种环境因素对自己职业生涯发展的影响。环境因素评估主要包括组织环境(如组织结构)、政治环境(如政策、法规、制度等)、社会环境、经济环境。如了解体育作为社会文化的组成部分,其地位随着人们生活水平的不断提高而逐渐进入了百姓家庭。社会对不同专项的体育人才需求逐年增加,体育产业化范围更加扩大,各专项俱乐部和综合性锻炼场所逐年增多,私人教练、健康顾问的需求量迅速猛增等等。所以,在制定个人的职业生涯设计时,分析环境发展变化的情况,自己与环境的关系,自己在这个环境中的地位,环境对自己提出的要求以及环境对自己有利的条件与不利的条件是很重要的。只有对这些环境因素充分了解,才能在复杂的环境中避害趋利,使职业生涯设计具有实际意义。

2.3 明确目标 目标应分为长远目标和阶段目标。在确定长远目标时要立足现实、慎重选择、全面考虑,使之既有现实性又有前瞻性。而阶段目标则是在一定时期内为实现长远规划而制定的短期目标,在特定时段内对人的影响更直接。完成阶段性目标,是为个人长远目标的实现迈出的关键一步。根据自己的具体情况及特点,运动员应明确自己的职业理想与追求目标,因为明确的目标可以成为追求成就的推动力、鞭策力,有利于排除干扰、集中精力实现奋斗目标。目标的设定要以自己的最佳才能、最优性格、最大兴趣、最有利的环境等信息为依据。

2.4 择业策略 择业策略是指为实现职业目标而采取的一系列行动计划。在职业生涯设计中,择业策略较之前面三个步骤更加具体,具有较强的现实性和可操作性。根据单位性质、聘用人员岗位的不同,运动员在求职择业过程中应充分展示自己的专长,运用恰当的策略来达到自己的目的,主要考虑以下几个因素:

2.4.1 从客观现实出发,考虑个人意愿同社会需要之间的关系 要认真了解社会需要,认识自己的素质特点,分析个人与社会的最佳结合点。

2.4.2 比较鉴别 将职业对人的要求具体化,如从事体育教师职业要有较强的语言表达能力、组织能力、为人师表、关心爱护学生等条件,以此与(下转第 34 页)

以外,对于那些对技巧性、灵活性、协调性要求很高的项目,如隔网对抗项目中的网球,难美项目中的艺术体操,格斗对抗性项目中的击剑等,发挥我们民族传统个性本身所具有的重灵巧、智慧的特点,组织队伍,科学训练,迅速而稳定地提高竞技水平。而对于那些对身高、体重、绝对力量等素质要求较高的竞技项目,如田径、游泳、水上、自行车、足球、篮球等,一方面要在设金牌数量多的田径、游泳等大项上寻找其他竞技体育强国的薄弱环节作为我们的金牌增长点;另一方面也要依托辽阔的疆域、雄厚的人口资源,在广泛而科学选材的基础上,筛选出适宜于多个运动项目的具有优越的身体条件和竞技天赋的后备力量,进行多年科学系统的训练,以不断赶超世界先进水平。^[11]

参 考 文 献

[1] [2]刘毅.论民族个性特征及其与文化价值的关系[J].西

北师大学报,1994 31(5):88-89.

[3] [9]童昭岗,孙麒麟,周宁.人文体育—体育演绎的文化[M].北京:中国海关出版社,2002 62-63.

[4] [6]于涛.历史必然性与中西体育的分殊与融合[J].天津体育学院学报,1997 12(1):3.

[5] [7]席焕久.体育人类学[M].北京:北京体育大学出版社,2001:243-260.

[8]张忠利,宗文举.中西文化概论[M].天津:天津大学出版社,2002 267.

[10]李桂华.2008年奥运会金牌项目布局的研究[A].体育软科学研究成果汇编[C].北京:国家体育总局政策法规司,2003-01.

[11]田麦久.2001-2020年我国竞技运动水平发展目标定位及实施策略[A].2001年全国体育发展战略研讨会文集[C].北京:国家体育总局政策法规司,2001:96-105.

(上接第 30 页)个人素质进行对比,把与个人素质最接近的职业作为选择目标,然后在多种备选职业目标中进行比较,选出更合适、更符合自己的特长,经过努力能很快胜任,有发展前途的职业。

2.4.3 扬长避短 当职业与个人的理想、爱好、个性特点、专业特长最接近时,人的工作兴趣最浓,个人主观能动性最容易激发出来,因此,根据自己的能力所长择业,即是胜任工作的需要,也是发挥个人最大潜力,进行创造性劳动的需要。

2.5 职业评估 运动员走上新工作岗位后,经过一段时间的适应,逐渐熟悉掌握了本职工作,会发现在理想工作与现实工作之间存在的偏差。这需要通过职业评估来进行确定。工作是否与自己的择业目标相吻合;自己的工作能力、业务水平、所学专业、业余爱好是否与工作岗位的要求相一致;是否做到了“人职相配”,评估单位时不仅要看单位提供的工作条件、工资水平、福利待遇与同行业同类单位是否大致一样,更要注重单位的人事环境、人力资源管理水平、工作体制、管理机制、培训计划、奖惩制度、晋升制度、发展潜力等因素。这样一方面可作为修正自我职业目标的依据,另一方面,更可以作为个人下一轮职业生涯设计的重要参考依据。

3 结 论

总之,对每一个位运动员来说,二次择业应为未来

的成功奠定一个坚实的基础。所以必须从宏观上了解国家的就业政策,正确分析就业形势,认清就业工作的特点及存在的问题;微观上了解自己所从事的专业就业的基本情况,用人单位需求情况,掌握一定的就业技巧,做好心理准备、知识准备和技能准备,除此之外,退役运动员在职业生涯设计中应注意树立正确的职业理想,因为成功的含义因人而异。职业生涯的成功应在于其工作上的满足感和成就感;同时应转变就业观念,树立创业就业或先就业再择业后创业的新观念,扩大就业空间,拓宽就业渠道。

即将退役的运动员应适应时代发展退出历史舞台,进行职业调整和成功的职业生涯设计,及时调整阶段性目标,调整好前进的步伐,才能一步步接近并最终实现长远目标,体现人生价值。

参 考 文 献

[1]程社明.职业生涯的开发与管理[J].中外企业文化,2003(2).

[2]罗双平.职业生涯规划理论[J].职观漫谈,2001(3).

[3]郑耀洲.职业生涯规划与管理帮你设计未来[J].高等函授学报(哲学社会科学版),2001(4).

[4]曹嘉晖.规划好你的职业生涯[J].经济漫谈,2003(2).