

辽宁省高等学校就业与创业指导系列教材

高职版

高职高专生 职业发展与 就业创业概论

辽宁省教育厅 组编



大连理工大学出版社

辽宁省高等学校就业与创业指导系列教材

高职高专生职业发展与 就业创业概论

辽宁省教育厅 组编

大连理工大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

高职高专生职业发展与就业创业概论/辽宁省教育厅
组编. —大连:大连理工大学出版社, 2008. 7
(辽宁省高等学校就业与创业指导系列教材)
ISBN 978-7-5611-4313-1

I. 高… II. 辽… III. 高等学校:技术学校—毕业生—
就业—教材 IV. G717.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 108745 号

大连理工大学出版社出版

地址:大连市软件园路 80 号 邮政编码:116023

发行:0411-84708842 邮购:0411-84703636 传真:0411-84701466

E-mail:dlutp@dlutp.cn URL: <http://www.dlutp.cn>

大连天正华延彩色印刷有限公司印刷 大连理工大学出版社发行

幅面尺寸:148mm×210mm	印张:8.25	字数:206 千字
2008 年 7 月第 1 版	2008 年 7 月第 1 次印刷	

责任编辑:汪会武

责任校对:齐 跃

封面设计:宋 蕾

ISBN 978-7-5611-4313-1

定 价:18.00 元

辽宁省高等学校就业与创业指导系列教材

编审委员会

主 任 魏小鹏 李树森 周浩波 何晓淳 王燕玲 张建华
曲建武

副主任 刘 铸 刘万芳 范 龙

委 员 (按姓氏笔画为序)

丁立义	丁立群	于泽勇	于 萍	马西宾	马忠祥
马荣华	马廉科	尹万昀	尹 琦	王之东	王日升
王 东	王巨斌	王 军	王宪明	王 洋	王秋波
王海滨	王 萍	王鸿鹏	王 辉	王新伟	邓滨雁
邓 飏	付宝森	付 勇	冯立宁	冯伟恩	冯忠宇
卢红军	史广政	宁将军	田 一	田 伟	田 宏
由胜梅	白文龙	白晓英	石锦江	全新宇	关丽珍
刘志坚	刘 彦	刘春彦	刘振义	刘桂荣	刘淑艳
刘景刚	刘献文	刘 慧	吕政阳	孙永新	孙忠华
曲宁宁	朱英杰	江 远	严万山	宋玉明	宋志海
张 会	张 红	张志宏	张宗仕	张明健	张剑锋
张 勇	张洪峰	张 哲	张 瑾	时建伟	李广宏
李龙飞	李军华	李宏林	李国斌	李宝光	李海琼
李 萍	李景昌	李 颖	李 巍	杜 凌	杨玉凯
杨 兵	苏德祥	陈秋鹏	周日新	周长茂	周洪轩
宝艳红	岩 磊	武春福	罗宝英	苑学智	郑 虹
姚 江	姜 维	查永林	胡兰新	胡立洲	赵 兵
赵沈英	赵忠伟	赵 毅	郝宝华	倪吉同	徐 凯
徐凯楠	徐国公	耿立卿	郭 钢	高 云	崔明华
康 伟	曹英慧	梁旭光	梁 茵	银国涛	柳永华
谢晨曦	鲁凤宇	鲁 焱	魏佳杰		

《高职高专生职业发展与就业创业概论》

编委会

主 任 何晓淳

副主任 刘 铸 刘万芳 范 龙 丁立群 刘淑艳 李海琼
张 哲 杨玉凯 张志宏 鲁凤宇 丁立义 刘献文

委 员 (按姓氏笔画为序)

于 萍	马西宾	马廉科	王之东	王日升	王巨斌
王宪明	王 洋	王 萍	王鸿鹏	邓滨雁	冯立宁
冯伟恩	卢红军	田 宏	由胜梅	白晓英	关丽珍
刘志坚	刘振义	刘桂荣	宋玉明	宋志海	张 会
张宗仕	张剑锋	张洪峰	张 瑾	李广宏	李龙飞
李国斌	李景昌	李 颖	苏德祥	陈秋鹏	周日新
宝艳红	罗宝英	苑学智	胡兰新	胡立洲	赵 兵
赵沈英	郝宝华	徐国公	郭 钢	崔明华	康 伟
曹英慧	柳永华	魏佳杰			

主 编 何晓淳 范 龙 刘 铸 刘万芳

副主编 杨玉凯 丁立义 李海琼 李 颖 宋志海 王宪明
刘桂荣

编 委 (按姓氏笔画为序)

丁立义	丁立群	王巨斌	王宪明	田 一	白广申
白 玲	白晓英	刘万芳	刘 虹	刘桂荣	刘淑艳
刘景芳	刘 铸	闫 锋	何晓淳	宋志海	张 会
张志宏	张宗仕	张剑峰	张 哲	张 爽	李 旭
李海琼	李 颖	杨玉凯	陈 森	罗宝英	范 龙
洪 澎	唐延臣	徐国公	鲁凤宇	鲁 焱	

序

“大学生就业,不仅是一个孩子的成长问题,更是千万个家庭的希望所在,要像对待自己的孩子那样悉心关怀毕业生,采取多种有效措施帮助他们迈好人生的第一步”。这是鲁昕副省长代表省政府在2008年全省普通高校毕业生就业工作会议上的一段讲话,既是对全省高校从事毕业生就业工作者的工作要求,也凝聚着千万个家庭的殷切希望。高等职业教育培养的是高素质技能型人才,他们同样肩负着建设和谐社会和现代化强国的重任。高职高专毕业生能否树立正确的择业观、能否顺利就业、能否尽快适应工作岗位的基本要求,已成为社会各界广为关注的焦点。为此,加强毕业生就业指导服务成为各级政府和教育工作者的神圣职责和光荣使命。省教育厅在总结前几年工作的基础上,组织专家编写了这本适合高职高专生职业发展与就业创业的指导教材。本书主要体现以下特点:

一、这是一本着力为高职高专学生“量身打造”的教材

本书的定位:为高职高专学生编写的全程化就业指导教材,这也是编写本教材的指导思想。

在编写之前,省教育厅组织全省26所高校,开展了“大学生就业指导与求职意向问卷调查”活动。调查内容包括大学生对就业指导的认知状况和了解情况、获取就业指导知识的渠道、最想了解的就就业指导知识等,发放问卷5000余份,回收4100份。调查发现:所有学生一致认为,就业指导非常重要;就业指导课程是他们获取相关知识的主要渠道;他们非常希望从入学到毕业得到全程化的就业指导;他们非常需要一本有针对性、案例丰富、信息量大的专业指导教材。

这本教材从内容、形式到语言都遵循以学生为本、满足读者要

求、努力贴近学生实际的原则,语言通俗易懂、形式独特新颖、内容丰富充实、结构完整顺畅,紧紧结合高职高专学生群体的特点,引入大量实用、经典、新颖的案例和资料,加入模拟训练,使理论与实践相结合,帮助毕业生提高就业竞争力,顺利就业,减轻家庭和社会的压力,开启就业成功之门。

二、这是一本为适应新的就业形势而编写的就业指导教材

为适应毕业生总量不断加大和大学生职业素质、求职能力及创业意识有待提高的实际情况,2007年末,教育部下发了教学[2007]24号文件,要求高校在新形势下切实提高就业指导服务水平,大力加强就业指导课程教材建设,突出教材的科学性、系统性、针对性和操作性。随后,教育部办公厅印发了《大学生职业发展与就业指导课程教学基本要求》,明确要求高校要开设就业指导课,并就课程性质、课程内容、教学方法提出了总体要求。

2008年6月,省教育厅下发了辽教发[2008]59号文件,明确规定省内各高校要按照“全程化、全员化、专业化、信息化”要求,加强就业指导工作,分年级开设就业指导课程,总课时不少于38学时。

这本教材是按照国家和我省课程教学基本要求,结合辽宁就业新形势而编写的,包括职业规划、就业指导、创业教育三个部分,涵盖职业基础知识、职业生涯规划、就业形势、求职应聘、就业权益保护、职业适应与职业发展、自主创业准备及创业实务八个方面的内容,贯穿了大学生从入学到毕业的就业指导和创业教育全过程。全书在内容设计上遵循高职高专生的就业心理发展规律,是一本基本符合教学规律和学习规律,充分体现科学性和系统性的教材。

三、这是一本凝聚全省就业指导专家集体智慧的教材

在成书之前,省教育厅组织省内高校近60名一线就业指导教师、专家召开数次研讨会,从学生的角度研究当代高职学生的就业心理,着手构建教材新的内容结构,设计教材的编排形式。

这本教材融合了每一名参编人员全新的就业工作理念和就业指导信息,他们分别从不同角度为全书谋划,提供了大量的素材,进行了多次的修改和完善,展现在同学们面前的这本教材是全省就业指导专家集体智慧的结晶。编写本书的最终目的是力争为高职高专毕

业生呈现一本实用性、针对性较强的就业指导教材,为毕业生顺利就业添砖加瓦,把握方向。

四、这是一本充分体现了创新理念的就业指导教材

本书首次划分为职业规划、就业指导和创业教育三篇,使全书结构更为清晰、合理,系统性、结构性更强。

为提高读者阅读兴趣,满足同学们的阅读爱好,开拓知识视野,本书共设置 33 个案例和 16 个资料,较 2007 年教材分别增加了 10 个案例和 16 个资料。案例均来自大学生身边,贴近学生实际,能够引起学生共鸣,且附专业点评,帮助学生获取成功经验,吸取失败教训。资料是为补充教材内容而设,目的是帮助学生开拓视野,增加教材的可读性。书中的案例和资料丰富、新颖,能够极大地调动学生的学习积极性和主动性,是学生课内外学习的重要内容;丰富了学生的就业创业知识,使学生学在其中、用在其中、乐在其中。同时,本书每章后增加模拟训练,激发学生兴趣,增强学习动机,突出与学生的互动,着力提高毕业生的实践能力,全面提升学生的职业素质和就业创业能力,促进毕业生全面发展。

此外,书中对国家新出台的《劳动合同法》、《就业促进法》、《劳动争议仲裁法》及其他相关法律法规,从专家的角度进行了科学解读,让大学生知法懂法,并学会用法律的武器维护自己的合法权益。

愿本书的出版,能帮助那些刚刚进入校门或者对未来感到迷茫的同学们,树立理想的人生目标,找到努力的职业方向,并为之不懈奋斗;帮助那些即将面临毕业,走向职场的同学们,找到自己事业的生长点,扬帆远航。

何晓强

2008 年 6 月

目录

职业规划篇

第一章 职业基础知识

2

第一节 职业基础知识 / 2

一、职业与职位 / 2

二、职业与行业 / 6

三、职业与专业 / 8

四、职业发展 / 10

案例 学管理,但老板不让我管事 / 12

资料 我国发布的 11 批共 114 个新职业 / 13

第二节 职业素质 / 14

一、职业基本素质 / 14

二、高职高专毕业生应具备的职业素质 / 15

三、高职高专毕业生应具备的知识结构和基本能力 / 17

案例 专业成绩优秀、专业对口是成功择业的有利条件 / 20

资料 职业化 / 21

模拟训练 / 22

第二章 职业生涯规划

23

第一节 职业生涯规划基础 / 23

一、职业生涯规划的意义 / 23

二、影响职业生 涯的因素 / 25

三、职业生涯发展阶段 / 26

案例 莫让岁月遗憾 / 28

第二节 个性特征对职业选择的影响 / 29

一、气质与职业选择 / 29

二、性格与职业选择 / 31

三、能力与职业选择 / 32

四、兴趣与职业选择 / 34

案例 改变性格,改变命运 / 36

第三节 职业生涯规划的制作与实施 / 37

一、自身条件分析 / 37

二、职业生涯发展环境分析 / 38

三、职业生涯规划路线选择 / 39

四、职业生涯规划目标的确定 / 39

五、职业生涯规划策略的制定和实施 / 40

六、评估与反馈 / 41

案例 心中有目标,行动有方向 / 42

资料 个人职业生涯规划书(样本) / 43

资料 目标与人生 / 45

模拟训练 / 46

就业指导篇

第三章 高职高专毕业生就业形势与就业途径

48

第一节 高职高专毕业生就业形势 / 48

一、全国高职高专毕业生就业形势分析 / 48

二、辽宁省高职高专毕业生就业形势分析 / 55

第二节 高职高专毕业生职业准入 / 60

一、职业资格准入制度 / 60

二、职业资格证书与学历证书的关系 / 63

三、职业资格的适应 / 64

资料 “资格”意味着什么? / 65

第三节 高职高专毕业生就业的主要途径 / 66

一、订单式培养 / 66

二、实习就业 / 67

三、项目就业 / 67

案例 条条大路通职场 / 69

资料 中国服务业潜力巨大 / 70

资料 三大产业范围划分 / 71

模拟训练 / 71

第四章 求职应聘

73

第一节 就业信息的获取及处理 / 73

一、就业信息的获取 / 73

二、就业信息的整理与使用 / 76

案例 求职不是撞运气 / 78

第二节 求职准备 / 79

一、在校期间的准备 / 79

二、求职材料的准备 / 79

资料 个人简历范例 / 82

资料 求职信范例 / 83

三、面试的准备 / 84

四、求职、面试的技巧 / 89

五、笔试的方式和技巧 / 93

资料 面试中的常见问题 / 94

第三节 就业心理调适 / 95

一、影响高职高专毕业生就业心理的因素 / 95

二、就业前的心理准备 / 96

三、择业过程中应具备的心理素质 / 97

四、常见的就业心理问题 / 98

五、就业心理调适方法 / 102

案例 忌优柔寡断 / 106

第五章 就业协议及就业中若干法律问题

108

第一节 《全国普通高等学校毕业生就业协议书》及其法律问题 / 108

一、就业协议书的内容 / 109

二、就业协议书的签订 / 111

三、就业协议争议的解决 / 115

案例 依据就业协议承担违约责任 / 116

第二节 劳动合同及其法律问题 / 118

一、劳动法的概念及特征 / 118

二、劳动者的权利和义务 / 119

三、劳动合同法 / 122

四、劳动争议处理制度 / 129

五、社会保险制度 / 131

案例 符合法律规定的服务期限应依法保护 / 133

第三节 毕业生就业权益及保护 / 134

一、毕业生就业的基本权利与义务 / 134

二、民法、劳动法及就业促进法与权益保护 / 136

三、毕业生就业过程中权益保护的途径 / 142

案例 不要轻易“掏腰包” / 143

模拟训练 / 144

第六章 职业适应与职业发展

145

第一节 角色转换与职业适应 / 145

一、学生角色与职业角色的转换 / 145

二、职业角色的适应 / 148

三、职业环境的适应 / 149

案例 初入职场,适应企业文化是关键 / 155

第二节 职业发展 / 156

一、制定一个切实可行的职业生涯规划 / 157

二、继续学习,不断提高业务水平和职业技能 / 157

三、管理时间,提高效率 / 158

四、管理情绪,提高情商 / 159

五、把握职业发展机遇 / 161

案例 职业发展需要“智商”，更需要“情商” / 162

资料 自我心理按摩 / 164

第三节 职业流动与职业的再选择 / 165

一、职业流动 / 165

二、职业再选择的基本原则 / 166

三、职业再选择的技巧 / 168

案例 跳槽并不等于成功 / 171

模拟训练 / 172

创业教育篇

第七章 自主创业准备

174

第一节 自主创业概述 / 174

一、自主创业的时代背景、意义和特征 / 174

二、树立正确的创业观 / 179

案例 从海运部经理到民营企业家的 / 181

资料 您不妨试试 / 182

第二节 创业素质与创业能力 / 183

一、创业者应具备的基本素质 / 183

二、创业者应具备的基本能力 / 186

三、创业者基本素质与基本能力的培养 / 187

案例 青春在创业中闪光 / 190

资料 专家提出的七条创业忠告 / 191

第三节 自主创业准备 / 192

一、创业的自我甄别 / 192

二、创业心理准备 / 193

三、创业知识准备 / 194

四、创业风险 / 196

第四节 自主创业的环境 / 196

一、创办企业的法律规定 / 196

二、国家关于大学生自主创业的政策 / 198

三、辽宁省鼓励大学生自主创业的政策 / 200

案例 “朗为”创业之路 / 204

资料 不适合创业的 8 种人 / 205

模拟训练 / 206

第八章 创业实务指导

207

第一节 创业的一般过程 / 207

一、项目选择 / 207

二、撰写创业计划书 / 213

三、创业融资 / 215

四、申办企业的步骤及内容 / 222

五、申请创立新企业指南(以沈阳市为例) / 224

第二节 企业管理 / 225

一、企业规划管理 / 225

案例 “桥家人”服装有限公司基于品牌和市场的发展规划 / 227

二、创建优秀团队 / 229

案例 唐太宗的优秀团队 / 231

资料 酒与污水定律 / 232

三、企业战略管理 / 232

四、市场营销管理 / 234

五、公司财务管理 / 236

六、建立企业文化 / 237

案例 女大学生网上开店 / 240

模拟训练 / 240

参考文献

242

后 记

246

职业基础理论 第一章

职业规划篇



※ 职业基础知识

※ 职业生涯规划

第一章



第一章 职业基础知识

本章要点

本章作为全书和职业规划的开篇,首先阐述了职业的基础知识和职业素质的内涵,分析了职业、职位、行业、专业的特点,提出了高职高专毕业生应具备的职业素质、知识结构以及基本能力。旨在帮助高职高专毕业生树立正确的职业观念,明确大学学习的目的和意义。学好本章将为作好职业规划奠定基础。

第一节 职业基础知识

职业和每个人都有密切的关系,每个具有劳动能力的人都会在他的一生中从事一种或几种职业,都会有自己的职业生涯,并通过职业生涯实现自己的人生理想和价值,为家庭和社会作出贡献。高职高专毕业生都希望有一份理想的工作,这其中涉及专业、行业、职业、职位等内容。了解这些知识,可以帮助同学们规划职业生涯,实现学业—择业—职业—事业的顺利发展。

一、职业与职位

(一)职业

1. 职业的含义

职业是人们为了谋生和发展而从事的相对稳定的、获得相应经济收入或报酬的、专门类别的社会劳动,通常又称为工作或工作岗位。

位。因此,获得一份工作即从事一种职业,实际上是进行着维持生计、承担社会分工角色、发挥个性才能的一种持续的社会活动。

根据职业的上述含义可以看出,职业由三个基本要素构成:一是相对稳定的劳动;二是获得相应的报酬;三是得到社会的承认。

2. 职业的特性

(1)经济性。经济性是指人们通过从事职业活动取得一定的经济收入。职业与人们的生存需要直接相关,人们必须通过从事一定的职业活动获取自己生存的必要条件。

对于高职高专生来说,毕业就意味着具备了独立生存的基本能力,具备了成为一名“社会人”的基本条件。从毕业到就业是高职高专生独立生存的开始,是其以“社会人”身份进入社会的开始,而选择职业、从事职业活动将为新的生活奠定必要的经济基础。

职业的经济性将职业活动和个人出于兴趣爱好或出于某种责任感而从事的活动,如收集活动(集邮等)、社会公益活动(经常做义工等)区别开来。

(2)价值性。职业活动既是个人生存的需要,也是对他人的有利活动。只对自己有利而对他人不利的活动不能成为职业活动。对他人有利进而对组织、对社会有利,就是职业的价值性。

在现代社会中,职业活动对他人有利,要么是直接对所服务的顾客有利,如公司的销售服务员工作;要么是对组织中各个部门、各个成员相互合作开展工作有利,如办公室文秘的工作。尽管从事职业活动都是为了取得一定的经济收入,获得个人生存的经济基础,但这一定是服务的结果。认识不到这一点,就不能很好的开始自己的职业生涯,就可能在职场中走弯路。因此,同学们要记住,利己首先要利他。服务他人、服务组织、服务社会的能力越强,拥有的价值就越大。

(3)社会性。职业是个人与社会相结合的方式之一。个人与社会结合有许多方式。例如,家庭是一种社会结合方式,网络也是一种社会结合方式。职业是一种正式、稳定的社会结合方式,也是除家庭之外最重要的社会结合方式。

职业的社会性表明一个人从事职业活动必然要与他人联系,包