

息 颖 刘晓青 主编 张晓君 主审

就业指导

JIUYE
ZHIDAO



化学工业出版社

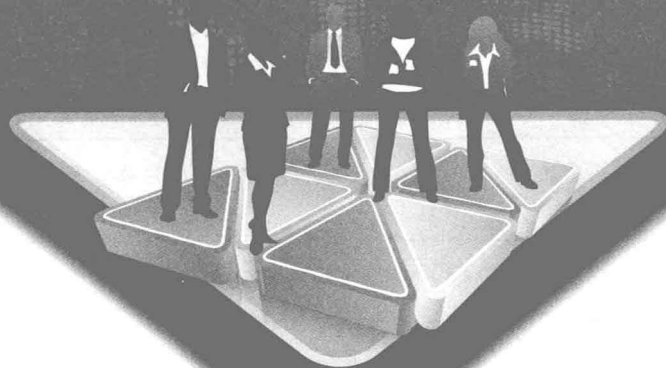
息 颖

晓君

主审

就业指导

JIUYE
ZHIDAO



山西人民出版社

本书通过理论与实训两部分内容,为即将就业的学生提供了就业形势分析、职场礼仪、安全教育、就业创业等基本内容,还特别设置了心海导航、人生启迪、知识解读、实操空间、案例故事和教学训练等环节,旨在帮助学生树立职业意识、注重职业道德、培养职业素质、形成职业能力,指导其顺利就业。同时书中还收录了国家部分有关职业教育和劳动就业的法律、法规,为增强法制观念、成功就业提供更加全面的知识保障。

本书可作为职业技术教育院校就业指导教材,也可作为就业指导工作人员及其他择业人员的培训教材和自学参考书。

图书在版编目(CIP)数据

就业指导/息颖,刘晓青主编. —北京:化学工业出版社, 2012.3

ISBN 978-7-122-13324-3

I. 就… II. ①息…②刘… III. 职业选择-教材
IV. C913.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 015459 号

责任编辑:宋 薇
责任校对:陈 静

装帧设计:张 辉

出版发行:化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印 装:化学工业出版社印刷厂
850mm×1168mm 1/32 印张6 $\frac{3}{4}$ 字数175千字
2012年4月北京第1版第1次印刷

购书咨询:010-64518888(传真:010-64519686)

售后服务:010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书,如有缺损质量问题,本社销售中心负责调换。

定 价:20.00 元

版权所有 违者必究

就业指导

前言

当前,中等职业学校毕业生就业难已经成为热点问题。为了加强和改进中等职业学校职业道德教育与就业指导,也为了帮助中等职业学校学生能够更好地就业,教育部要求各中等职业学校开设职业指导课程。本书的编写旨在帮助学生树立职业意识、注重职业道德、培养职业素质、形成职业能力,指导其顺利就业。职业学校担负着让无业者有业、有业者精业、精业者立业的责任,对接受职业技术教育的学生进行职业目标、职业理想、职业定位、职业心理、职业素养、求职技巧及相关政策法规教育,引导学生正确择业,成功就业,为企业培养并输送生产、建设、管理等一线的技能型人才是教育工作者的责任和义务。为此,编者在改进职业学校就业指导课教学工作,进一步增强就业指导课教学针对性、实效性、技能性的基础上,以内容新、实用性强、可操作性好为原则,结合多年教学和就业指导实践经验编写了本书。

全书分为理论、实训两部分,书中除了为学生提供就业形势分析、职场礼仪、安全教育、就业创业等基本内容外,还开设了心海导航、人生启迪、知识解读、实操空间、案例故事、教学训练等内容,供同学们进一步深入学习,扩大就业知识面。书中收录了国家部分有关职业教育和劳动就业的法规、法律,希望能对同学们增强法制观念、成功就业产生积极的影响。

本书由息颖、刘晓青主编,张晓君主审。第一单元、第八单元由刘晓青编写,第二单元、第三单元由王岩松编写,第四单元

由张绍红编写，第五单元、第七单元、实训空间由息颖编写，第六单元由姜昊升、刘晓青编写。

本书可作为职业技术教育院校就业指导教材，也可作为就业指导工作人员及其他择业人员的培训教材和自学参考书。本书在编写过程中参阅了大量相关资料，谨向本书编写过程中给予支持和帮助的有关部门和有关人员表示诚挚的谢意。

由于编者水平有限，书中若有不妥之处，敬请专家和读者指正。

编者

2012 年 1 月

就业指导

目 录

第一部分 就业常识

第一单元 就业形势	4
第一节 就业形势分析	4
第二节 就业前景展望	8
第三节 就业途径探索	11
第四节 正确应对当前的就业形势	14
第二单元 中职生就业常见心理问题分析及对策	20
第一节 中职毕业生就业常见的心理障碍分析和心理误区	20
第二节 解决中职毕业生就业心理问题的对策	26
第三节 中职毕业生择业的正确心态	28
第四节 对中职生就业的几点建议	32
第三单元 中职生应该具备的职业素养	38
第一节 职业素养的概念及构成	38
第二节 重视职业素养的提高	41
第三节 职业道德以及职业道德的基本规范	43
第四节 爱岗敬业是最重要的职业素养	48
第四单元 职场礼仪	54
第一节 关于礼仪	55
第二节 修饰礼仪	58
第三节 仪容仪态	60

第四节	面试礼仪	65
第五节	企业员工日常行为规范	68
第六节	礼仪综合实训模拟及礼仪常规教育	71
第五单元	安全教育	78
第一节	安全的基本概念	78
第二节	中专学校的安全知识	79
第三节	学校与企业零对接安全教育	82
第四节	化工企业各专业安全操作规程及常见可燃 物质的燃点	83
第六单元	求职技巧	90
第一节	求职资料	91
第二节	求职准备	99
第三节	求职技巧	102
第四节	巧对考官	105
第七单元	创新能力创业教育	111
第一节	创业者需要培养创新能力	111
第二节	增强创新意识, 提倡创新精神	113
第三节	创业者应具备的心理素质	114
第四节	在校期间的创业准备	118
第五节	实现创业构想	122
第六节	中专生创业案例	126
第八单元	政策法规	128
第一节	我国现行的就业政策	128
第二节	我国现行的就业制度	136
第三节	《中华人民共和国劳动法》部分条款	139

第二部分 实训空间

教学训练项目 1	就业与职业发展	152
教学训练项目 2	劳动关系与权益保护	156

教学训练项目 3	工作责任意识训练	162
教学训练项目 4	沟通能力训练	169
教学训练项目 5	团队合作意识训练	173
教学训练项目 6	个人形象设计	183
教学训练项目 7	撰写求职简历	187
教学训练项目 8	体验求职面试	190
教学训练项目 9	制定求职计划	195
教学训练项目 10	掌握求职途径	200
教学训练项目 11	个人创业条件分析	205

就业指导

引言

开启充满职业希望的人生，
刚刚迈进中等职业学校大门的你，梦想过未来吗？
青年时代是多梦的时代，
这梦是多彩的梦，是编织未来的梦，是走向社会的梦。
每个人都希望美好的梦想能成为现实，
《就业指导》会让你找到美梦成真的途径，
帮助你开启充满希望的人生，
它不仅能帮助你就业成功，
还可能成为你终身难舍的伙伴。

怎样选择专业？怎样准备就业？怎样掌握专业技能就业？是今天每一个中职学生都无法回避的重要人生课题。

通过就业指导学习训练，做好充分的心理准备，了解职业指导训练的目标、形式及基本要求，增强接受训练的意识，为就业奠定必要的基础。



第一部分 就业常识

就业指导

第一单元 就业形势

破解中职学生就业疑惑，规划学生职业人生
毕业生就业期望与现实就业岗位之间差距依然较大
就业市场还有待完善
学习了解掌握国家就业政策和地方就业政策的纲要

第一节 就业形势分析



案例故事

学财会的售货员

心海导航

小雨的父母收入微薄，她想早点挣钱，让父母生活得好一些。成绩优秀的她，决定放弃对口升学，要求参加实习、直接就业。

小雨学财会专业，却被安排在一家公司家电部当实习售货员。工作不好找，她面对现实，希望通过努力能成为正式员工。她上班时虚心向老售货员学习，下班后又看资料、又找内行请教，把不同品牌的家电特点和保养方法弄得一清二楚。由于小雨善于捕捉客户的心理，每次都能让他们满意而归，业务量直线上升。她学过财会知识，不但用在为顾客介绍家电性能价格比上，还在小组结算时也有用武之地，公司领导对小雨十分赞赏。实习结束时，小雨被评为优秀实习生，并被择优录用，签订了正式劳动合同。当她把每月领到的工资和奖金交给爸爸妈妈时，看到他们脸上的笑容，她心里甜滋滋的。

过了两年，公司的主管会计生病，出纳升任会计。公司领导找小

雨谈话，让她接任出纳。小雨喜出望外，十分忘我地投入新岗位，业务上井井有条，与会计配合得十分默契，当选为公司“优秀员工”。公司领导到她的母校，感谢学校为公司输送了一名好职工。

人生启迪 求职时要实事求是，要正视就业难的严峻形势。只要是个有心人，每一段职业经历，都是人生的积累，都是在为发展目标的实现付出努力。

一、知识解读

1. 就业形势

就业形势一般指：毕业生当年全国和毕业生所在地区总的劳动工作岗位和毕业生人数的基本情况。这些基本情况一般由国家相关权威机构统计后通过新闻媒体向社会公布。

2. 就业结构性矛盾

所谓结构性矛盾是指劳动力供给与需求不相匹配的矛盾。一方面，一些传统的产业和行业富余人员过多，就业岗位不足；另一方面，一些新兴产业、行业对劳动力的需求不断增加，但未就业人员中大部分人由于技能、素质或行业观念的原因，又难以满足这些新的领域对劳动力的需求，因而使这些产业和行业的发展受到了制约。

二、就业形势

随着社会主义市场经济体制的建立和不断完善，经济体制改革的不断深入，经济和产业结构的调整，我国的就业结构发生了巨大变迁。党和政府历来对就业和再就业工作给予高度重视和积极的政策支持，始终将促进就业和再就业作为国民经济和社会发展的战略性任务。通过多方努力和各项政策的支持，这项工作收到了一定成效。在劳动力总量增加较多、就业压力很大的情况下，保持了就业形势的基本稳定。

但是，据国家发改委官方网站消息，相当长的一段时间内，我国的城乡新增劳动力供给总量巨大，但经济增长的就业弹性较低，劳动力需求难以大幅增长，劳动力总量仍然供过于求。就业

的结构性矛盾随着经济结构调整和产业升级的推进而日益突出，增加了就业工作的难度。所以，就业形势依然严峻，就业领域面临很多突出问题。

（一）我国就业领域当前存在的问题

1. 劳动力供大于求，压力进一步加大

在全球经济衰退的背景下，更大范围的企业进入结构调整时期，用人需求减少，排放劳动力增加，不仅国有企业，包括基层机关、事业单位改革，也将向市场释放大量的劳动力。根据统计，我国城乡每年新成长劳动力约 2000 万人，城镇每年新增劳动力 1000 万人，加上下岗失业人员和其他富余和剩余转移人员，平均每年需安排就业人口 2500 万。从劳动力需求看，按照经济增长保持 8%~9% 的速度，每年新增 800 万~900 万就业岗位，加上补充自然减员，可安排 1200 万人左右，年度劳动力供大于求的缺口将在 1300 万人左右。

据《辽沈晚报》报道，近日沈阳市人力资源市场公布 2011 年 1 月职业供求状况分析，在所求职人员中，新成长失业青年和应届高校毕业生成成为沈阳市人力资源市场求职的主力军。专家建议，对他们加大就业指导力度的同时，还应使他们自身转变观念。

2. 就业结构性矛盾突出

第一，无技能和低技能的劳动力严重过剩，中高等技能的劳动力明显不足。而大量失业和待业人员中，主要是低技能和无技能者。

第二，由于经济发展水平的限制，广大中西部、中小城市的劳动力在本地选择就业的机会较少，逐年积累，就业压力越来越大。

第三，传统产业和国有企业就业的容量逐年减少，下岗职工增多，而这些下岗职工或者由于年龄偏大，或者由于职业技能较低，转岗困难，难以在新兴产业寻找就业岗位。然而，非公有制经济在不同地区发展缓慢，又影响了其吸收劳动力就业的能力。

3. 农村劳动力供大于求趋势加剧

中国作为一个工业化、城市化过程中的农业国，农村结存了

数以亿计的剩余劳动力，每年约有 800 万人向城镇转移，就业任务十分艰巨。

4. 就业格局发生非稳定性的重大变化

自谋职业者大量增加，灵活就业成为重要方式。包括微型企业就业，用人单位雇用的临时工、小时工、季节工、劳务工以及自由职业者在内的灵活就业在整个就业格局中几乎占据半壁江山。这虽然解决了很大一部分劳动者的生活来源问题，对平抑失业率，保持就业局势乃至社会局势的稳定产生了一定作用，但是这种就业格局变化对劳动者的生活影响也是非常深刻的。这种转变致使他们生活在现有的制度、政策之外，他们之中很多人的收入以及基本权益得不到保证，处于低质量的就业状态，劳动者自己不认为已经实现就业，有所谓的“隐性就业”问题。当然，“隐性就业”也是就业。

（二）当前毕业生就业存在的突出问题

1. 毕业生求职队伍迅速扩大

近年来，我国大中专院校逐年扩招，毕业生每年呈现大规模攀升的发展趋势。所以，毕业生数量增加了，就业岗位、就业机会、就业空间相对就会有所改变。

2. 需求的结构性矛盾突出

各学科专业、院校、层次之间需求不平衡。从近几年就业状况看，理工科专业需求量大于文科专业；重点院校好于普通学校；中、高职学生就业呈稳步上升趋势，本科生趋于稳定。用人单位对于高学历的热衷程度有所下降，而是更看重学生的责任心、上进心、事业心和职业素养以及实战能力。

3. 社会对毕业生素质的要求逐渐提高

一般说来，用人单位对毕业生的素质要求主要体现在以下几个方面：

（1）更加注重毕业生的个人品德素养。德才兼备、品学兼优成为许多用人单位的招聘标准之一。毕业生的诚信程度、吃苦耐劳的精神、事业心和责任感、良好的团队意识和过硬的心理素质

已成为是否录用的重要条件。

(2) 更加注重毕业生的专业水平和知识结构。要求毕业生具备扎实的专业基础知识和较广的知识面。

(3) 更加注重毕业生的社会经历和工作经验。现在很多学生在校期间就积极参与各种社会活动,提高自己的交际能力和领导能力,使自己在投身工作后能够独当一面;在假期他们主动寻找单位进行专业或非专业实习,增加自己的社会经历,在他们向招聘单位应聘时,无疑增加了成功的砝码。

(4) 更加注重毕业生的实际应用能力。如今社会用人单位对人才的消费采取更加务实的态度,对毕业生的技能和实际应用能力有了更高的要求。拥有各种技能等级考试证书的实用性人才越来越受到用人单位的青睐。

(5) 更加注重毕业生的创新精神和团队协作精神。创新是一个民族的灵魂,也是一个企业的灵魂。团队协作精神是一个企业发展的动力。用人单位当然希望富于创新、集体观念强的人才,相反思维保守、集体观念淡薄的人是不受欢迎的。

(6) 在全球金融危机的形势下,很多用人单位都更加看重求职者的情商。“越是面临逆境,越考验一个人的承重能力”。“抗挫折能力要强”成为用人单位现在选拔人才时最看重的。

第二节 就业前景展望



案例故事 善于自我推销的“姐妹俩”

心海导航

学文秘的慧慧和玲玲,都爱笑、爱跳,是班上的活跃分子,平时的关系也很好,像一对亲姐妹。慧慧英语拔尖,玲玲善于电脑操作,不但拿到了学校规定的职业资格证书,还考取了其它证书。一个当上了班里的学习委员,一个在学生会负责宣传。

毕业时有家知名度很高的公司来学校招聘,看了档案和照片后,慧慧和玲玲落选了。她俩看着好机会就要错失,勇敢地敲响了面试办

公室的门。慧慧用英语向人事部经理问候，根据事先对该公司的了解，简洁地表达了对公司的向往。玲玲拿出多种证书和学生会的宣传工作总结，经允许后展现了自己的歌唱才艺。经理欣赏完走过来和她们握手说：“我代表公司欢迎你们。”

人生启迪 要敢于推销自己，善于展示优势。但推销要有真才实学，只有在学生时代努力学习，提高自己，才能在推销自己时有信心，获得一份理想的工作。

一、知识解读

1. 就业观念

就业观念是指一个人对未来职业的认知、评价和价值体验，一旦为实践所证实，被他人或社会认可，就会在他的头脑中强化，成为一种较为固定的看法和态度，即形成一种新的就业观念。就业观念对毕业生择业具有导向和推动作用。纵观改革开放 30 年，我国青年就业观念的演变大致经历了三个阶段，即服从分配、走向开放、自主择业。就业与发展的变迁，说明了青年就业的三个趋势：自主化——主体性越来越强；务实化——政治色彩淡化；多元化——选择面越来越宽。

2. 就业能力

就业能力是指从业者适应行业岗位的能力。包括知识结构、沟通能力、心理承受能力、适应能力、应变能力、服务意识、创新和解决问题的能力、团队精神以及职业操守和商业道德等多方面。

二、就业前景展望

我国劳动力资源丰富，就业压力大，长期以来，党和政府采取了一系列重大战略部署和具体措施推动和促进就业工作，使我国就业状况保持基本稳定。尽管当前处在金融危机形势下，但世界正在日新月异变化着，中国也正在发生广泛而深刻的变革，这是不争的事实。困难前所未有的，机遇也前所未有的。我们必须用战略的眼光把握时机，才能在未来各行各业的职场上做到游刃有余。