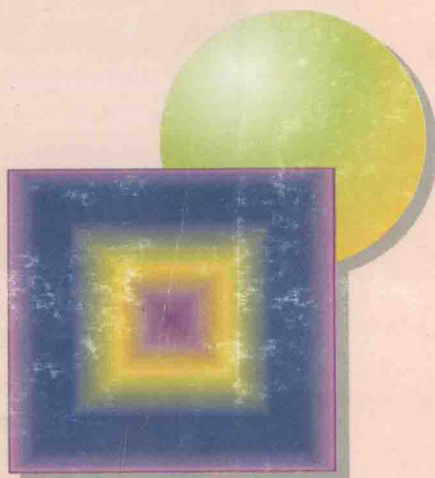


现代职业教育丛书
云南现代职业教育中心

实用职业指导与就业训练

主编 柳君芳



云南科技出版社

现代职业教育丛书

云南现代职业教育中心

用职业指导与就业训练

现代职业教育丛书编写委员会

主任委员 李永廷

副主任委员 刘中坚 夜佳声 吴庄虞

委员 (以姓氏笔划为序)

王议祥 王金生 孙志专

刘中坚 苏正兴 李宏廷

吴庄虞 武艳萍 沈慧仙

夜佳声

云南科技出版社

责任编辑:肖 娅

封面设计:夏 华

责任校对:唐坤红

实用职业指导与就业训练

柳君芳 主编

云南科技出版社出版发行(昆明市书林街 100 号)

昆明富春实业公司印刷厂印装

开本:787×1092 1/32 印张:7.375 字数:200 千

1998 年 8 月第 1 版 1999 年 3 月第 2 次印刷

印数:10001—20000 册

ISBN7-5416-1188-3/Z·216 定价:10.00 元

凡在本社出版图书,请与承印厂联系

《实用职业指导与就业训练》

主 编 柳君芳
编 著 柳君芳 姚裕群 朱启臻
蒋乃平 柏 莉

前 言

江总书记在党的十五大报告中指出,要把“经济建设真正转移到依靠科技进步和提高劳动者素质的轨道上来”。这就为职业教育提出了新的更高的要求。

传统教育重知识,培养的是知识型人才;而现代社会用人则知识、能力和良好的品德并重,因此,实行教学改革的总目标,就是要培养大批的能力型人才。

教学改革是一项复杂的系统工程,包括诸多环节,课程与教材是整个系统工程中的关键环节。它既是教育思想的物化,又是开展教学活动的依据,像演出中的剧本一样重要。正如国家教育部职教司刘来泉司长所说:“按照专业建设的要求,建立新的课程体系和与之相配套的教材系列是我国职业教育教学改革的核心”。

编写委员会和编著者们,正是为了抓住这个“关键”和“核心”,编写这套“现代职业教育丛书”的。先期出版五本:《实用职业指导与就业训练》、《实用心理素质训练》、《实用口才艺术训练》、《实用社交礼仪技能训练》、《实用思维方法训练》。

我们的编写原则是:体现能力本位的教育思想和新时期的培养目标。二者是统一的,落脚点都是培养能力型人才。所谓能力,从职业的角度说,包括专业能力和综合能力。综合能力,亦称关键能力或通用能力,如分析和解决实际问题的能力,信息接受和处理能力,经营管理能力,不断学习的能力,心

理承受能力等。我们的这五本书,就是要通过“就业学”、“心理学”、“口才学”、“社交学”、“逻辑学”的应用,培养学生的求职能力、耐挫折能力、语言交际能力、社会交往能力和创新思维能力。这些都是关键能力,又是当前职校学生最缺乏的能力。

《实用职业指导与就业训练》是“丛书”的第一本。

随着市场经济的发展,教育改革不断深入,绝大部分各级各类大、中专学校的学生,国家不再包分配,只能走自己谋职业的路。面对这种新情况,学校如何指导在校学生建立良好的新职业观念,以适应市场对就业人员的要求,就显得非常迫切和重要。可以说,哪个学校在这方面做得好,它的学生就会更受用人单位欢迎。本书就是针对这一需要而编写的。

职业指导是随着市场经济的发展而出现的一门课程,在国外已有近百年的历史了,在当今的德国等一些西方发达国家,职业指导课已作为一门初中生的必修课。近几年,我国也在部分中学里试着开设职业指导课程。1996年第八届全国人民代表大会常务委员会第十九次会议通过了《中华人民共和国职业教育法》,其中第四条就规定对受教育者“进行职业指导,全面提高受教育者的素质”。职业教育法公布两年了,但适宜于中等职业学校使用的教科书却寥寥无几,且编写不是很理想。为此,编委会约请国内一批在职业指导方面有研究的专家来共同编写一本有较高质量的职业指导教科书,供中专、技校、职高学生选用,我们得到了柳君芳、姚裕群、朱启臻、蒋乃平、柏莉等几位专家的大力支持。这些专家除在理论上对职业指导有较深研究外,还在实践上讲授过这门课程或亲自指导过学生求职。因此,理论研究成果和实践经验都非

常丰富。由他们参与编写的这本书,反映了该领域的最新成果,达到了国内一流水平。书中渗透了这样的思想:贯彻国家教育方针,坚持社会主义发展方向,对学生进行职业道德教育,传授职业知识,进行职业指导,加强就业训练,全面提高学生的职业素质,培养学生新的职业观念,帮助学生掌握求职的技巧,学会主动谋生的手段,内涵是很丰富的,有如一座含量很高的富矿,可以根据需要进行开采。只要认真学习,不仅对现在的求职就业,就是对人整个的职业生涯都大有裨益。这一点,相信读者在阅读中会体会到的。

本书初稿写成后,受到国内多家出版社的关注,认为是一本职业教育的好教材。但愿这本书能像出版界人士预料的那样,深受学生和老师们们的欢迎。

我们的工作还得到了国家教育部职教司、云南省教委职教处有关领导的热情关怀和积极支持,在此一并致谢。

李永延

1998年8月8日于北京

目 录

第一章 职业指导概述

第一节	什么是职业指导	(1)
第二节	为什么要学习职业指导	(6)
第三节	职业指导的功能	(9)
第四节	职业指导的内容	(16)
第五节	怎样学好职业指导	(21)

第二章 职业与生涯设计

第一节	职业与人生	(24)
第二节	职业 单位 行业	(30)
第三节	职业生涯与设计	(47)
第四节	职业生涯中的关键——职业选择	(50)

第三章 职业资格与就业制度改革

第一节	职业资格	(59)
第二节	社会人才需求	(66)
第三节	中等职业学校毕业生就业制度改革	(77)

第四章 就业体制与就业形势

第一节	就业的社会大环境——市场经济体制	(92)
第二节	企业、事业、机关单位的用人制度	(96)

第三节	劳动就业的服务	(107)
第四节	我国的就业形势	(113)

第五章 求职途径与操作

第一节	求职原则与策略	(123)
第二节	信息与求职	(131)
第三节	求职信函与启事	(141)
第四节	应试	(153)

第六章 职业适应与工作技巧

第一节	调整心理准备	(169)
第二节	缩短试用期	(176)
第三节	做有效的工作者	(180)
第四节	创业意识与成才之路	(186)

第七章 劳动法的实施

第一节	我国劳动法的实施	(199)
第二节	劳动法与经济发展的关系	(208)
第三节	劳动者的权利和义务	(215)

第一章 职业指导概述

第一节 什么是职业指导

人生充满了选择，然而职业选择是人生的最重要的选择之一。这不仅因为职业活动占据了人生的最宝贵时间，而且因为在职业岗位上所取得的成就体现了一个人一生的主要创造，是人生价值的主要体现。从这种意义上讲，选择职业就是选择自己的未来。那么我们应该选择什么样的职业，又该怎样选择自己的职业呢？这就要借助职业指导。

一、职业指导的由来

职业指导实际上是与职业分工同时存在的，但作为一门科学，不过有百年的历史。一般认为，职业指导产生于本世纪初的美国，职业的高度分化和失业者的大量存在是职业指导产生的两个直接原因。我们知道，在西欧封建社会，封建领主占有土地，农民依附于封建领主，耕种封建庄园的一份土地，除向领主交纳繁重的地租和承担各种封建义务外，还要制造自己所需要的一切，每个庄园都是一个自给自足的独立经济单位。此时社会分工还比较简单，职业尚处在未分化阶段。新职业的大规模产生，开始于18世纪的产业革命。蒸汽机和其他各种机器的发明与使用，引起了职业结构的革命性变化。产业革命首先是从纺织业开始的，很快就推动了机械制造业、煤炭业、冶金业、交通运输业的大发展，机械的使用，化学在工农业生产中的应用，铁路的通行，汽船的行驶，电报的发明，使成百上千的职业产生

了。19世纪发生的第二次工业革命，以电力的广泛应用为特点，使世界跨入了电器时代，发电机、电动机、电灯、电话、电车如雨后春笋般涌现出来。内燃机的发明，不仅促进了机械工业的发展，而且为汽车、拖拉机、飞机的发明创造了条件。人工染料、化肥、新的酸碱生产方法为现代化学工业打下了基础。这样，一系列新的职业随着新技术的广泛应用被创造出来。在客观上增加了人们选择职业的机会，为职业指导的产生提供了客观的物质基础。

进入20世纪以后，因为机械代替手工劳动越来越普遍，许多人不能适应这种发展变化的需要，职业指导的观念逐渐为人们所接受。经济和社会的需要，普及教育的兴起，职业技术教育的产生与发展，使大中学校的学生越来越多，规模越来越大，毕业生能否在产业后备大军十分庞大的情况下迅速找到职业，成了教育界十分担心的问题。面对资本主义劳动市场，各类学校特别是高等学校和职业学校，只得想办法使自己的毕业生能适应劳动市场的要求，以便学校能生存、发展下去。而职业指导恰恰是适应劳动力市场要求和与社会沟通的最好途径，这使得职业指导首先在一些学校产生。1906年，波士顿商业学校便把就业机会的教育纳入教学内容，后来又扩大为职业咨询。同年许多学校都开展了职业指导工作，其中波士顿大学教授帕森斯的贡献最为突出。他看到大学生毕业后找职业茫无所从，于是就从事帮助失业人员有效地选择职业的工作。在他的倡导下，1908年成立了世界上第一个职业指导机构——波士顿地方就业局，专门从事职业咨询工作，成为职业指导产生的标志。帕森斯为第一任局长，他因此被誉为“职业指导之父”。同年他出版了《职业选择》一书，提出了选择职业的三条原则：第一，要清楚地了解自己的态度、能力、兴趣和其他特性；第二，了解事业成功所需要的知识，不同职业岗位的优势、机会和前途；第三，力争达到上述两个条件的平衡。

第二次世界大战以后，随着世界经济的恢复和发展，职业指导作为充分利用人力资源、发挥人的才能的重要手段，引起了人们的广泛

重视。美国、英国、法国、德国、日本、前苏联、加拿大等国都把职业指导作为教育的重要组成部分，建立了专门的职业指导机构，开展了职业指导工作。

职业指导引入我国是 20 世纪初，其中教育部门的职业指导是以清华学校为代表，社会职业指导当属中华职业教育社。1916 年清华学校为了指导学生择业，发起了职业演讲活动，指导学生填写工作志愿，并预测就业趋势，为学生确定专业方向提供科学依据。中华职业教育社以“使无业者有业，使有业者敬业”为宗旨，大力提倡和推行职业指导。1919 年在其主办的《教育与职业》杂志第 15 期上出版了职业指导专号。并设立了职业指导的专门机构，编辑、翻译有关职业指导的书籍，举办职业指导活动。我国的早期的职业指导倡导者，花了很大的力气，想了很多办法，使中国的职业指导从无到有，为我们提供了许多宝贵的经验。

解放后，众所周知的原因，职业指导失去了它应有的地位，成为一个被人遗忘的角落。职业指导机构不复存在，任何一所学校都没有职业指导课程，也没有职业指导书籍，就连“职业指导”“职业选择”等名词也很少见了。国家采取生产资料配给制、城乡劳动力分流以及低工资、高就业的政策来稳定就业局面，采取干部下放，知识青年上山下乡等措施，缓解城镇就业压力，使我国的劳动制度失去了活力。改革开放以后，随着我国所有制结构、产业结构和就业制度的改革，职业指导又被重新提到日程上来。80 年代中期深圳大学率先成立了就业指导中心，为大学生开设就业辅导课，创办就业辅导报，设置就业信息专栏，组织用人单位和毕业生的供需见面会，为毕业生提供就业服务。同期，北京、上海、广州等地的部分普通中学和职业中学也开展了职业指导的实验和推广工作，并取得了较大的进展，先后出版了不少介绍和研究职业指导的著作。如北京农业大学出版的《择业指导概论》，浙江人民教育出版社出版的《中学生职业指导读本》，《职业指导的理论研究与实践》，《中学的职业指导》，《职业分类介绍》，人

民教育出版社出版的《当代青年择业指南》、《中学职业指导教育概论》，首都师范大学出版的《职业指导理论与方法》等，同时有许多有关的著作及各类教材陆续出版。1994年，国家教委正式颁发了《普通中学职业指导纲要》，确定了中学职业指导的地位。1994年，劳动部发布《关于职业指导办法的通知》，从而推动了劳动部门所属就业服务机构职业指导工作的开展。目前，从普通中学到职业中学到高等院校，从用人单位到劳动部门对职业指导工作的重视都达到了前所未有的程度，预示着我国职业指导工作进入了一个新的阶段。

二、职业指导的涵义

早期的职业指导主要是提供职业信息，在分析职业和自身特性的基础上，帮助求职者选择适当的职业。由于当初的职业指导仅仅是在学生毕业时进行，所以也称就业指导或择业指导。它是把职业要求作为固定的尺度，并以这一尺度衡量人的适应性，从而把特定的人安置在某一特定的职业岗位上。这种职业指导的观念在30年代以后，明显暴露出存在的问题。突出表现在职业指导与教育相分离，仅仅是介绍职业，安置失业人员，具有慈善的性质，不能促进劳动者素质的广泛提高。特别是这种观念把注意力集中于特定职业，过早地规定了人的具体职业，既限制了人的职业选择范围，也不符合职业生活的具体情况和教育规律。随着职业指导实践的发展，人们发现包办式的职业指导效果并不理想，职业选择并不是人的特性与职业因素之间的简单匹配，其中，人的态度、职业价值观对职业选择也起着重要作用。职业方向的确定只能由择业者自己去完成，职业指导者的作用只是教育、引导，向择业者提供信息和决策参考。具体说，职业指导涵义的变化体现在以下三个方面：

第一，表现在时间上，职业指导由原来就业安置的短暂行为扩展到整个人生的职业指导活动。促成这一变化的一个重要原因是发展心理学的产生。发展心理学的研究成果表明，从儿童到成年，其职业意识、职业兴趣、职业能力等随着年龄、教育、阅历及环境的变化而不

断发展变化并逐渐成熟。因此不能用固定的眼光看待学生，职业指导应该是一个动态的教育过程。正是从这个意义上讲，有人也把职业指导称为“人生指导”或“生涯指导”。

第二，表现在空间上，职业指导突破了单一职业介绍的旧框架，扩展到社会生活的各个方面，渗透到教育活动的各个领域。特别是职业指导与教育的结合使职业指导发生了根本性的变化。首先它使职业指导的内容更广泛了，除了职业介绍、个性测验外，还包括职业意识、职业观念和求职择业能力的培养与训练。其次，它使职业指导的途径和方法多样化，授课、咨询、测验、参观和求职技能训练等广泛地应用于职业指导。职业指导活动也不再是少数专业人员的事，而逐渐成为社会、学校和家庭共同关心的问题。

第三，表现在职业目标上，由单一特定的职业转向较为广阔的职业领域。这首先是因为在职业选择面前，人不是被动地适应职业，而是不断地改变自己的某些活动特点，以主动的方式去适应职业。而且新技术的广泛应用，也大大增强了人们适应职业的范围。其次，职业的不断分化，也使人很难观测某一具体的职业。这就必然使职业指导着眼于广阔的职业领域，学生在职业准备阶段根据社会发展变化的情况，要不断调整自己，最后做出切合实际的选择。

因此，我们认为职业指导就是培养人的职业意识、职业品德和职业能力的教育过程，是帮助个人根据国家需要、职业要求和自身特点选择职业并适应职业的活动。职业指导的概念已不再局限于就业指导或求职择业指导，它几乎伴随人的一生。现代意义的职业指导至少应包括职业准备指导、职业选择指导、升学指导、就业指导、适应职业与转换职业指导、创业指导等方面。对职业中学来说，职业准备、选择职业与获得职业的指导尤为重要。

职业准备指导是培养人的职业素质的指导。职业准备的内容十分广泛，包括生理素质的准备、心理素质的准备、科学文化素质的准备和思想、道德、观念的准备。职业准备的指导并不是要教给学生具体

的科学知识和职业技能，那是各门具体学科的任务。职业指导的任务是在分析现代职业对从业人员素质要求的基础上，指出学生应具备哪些素质，每一类素质在职业活动中的地位和作用，以及提高自身素质的途径和方法，使学生在准备职业的过程中有较强的目的性和针对性。

职业选择指导也称职业定向指导，是帮助个人选择一个适合的职业范围的过程。正确的职业选择指导应建立在对个体差异的科学分析和正确判断的基础上，同时要了解职业特点、就业环境和社会心理因素。

获得职业的指导也称求职指导或就业指导，是指帮助学生寻找并获得职业岗位的过程。所包括的内容十分丰富，涉及到职业信息的收集方法、就业途径、就业政策、求职信及其他求职文件的撰写、面谈技巧等。

以上三个方面互相依赖、相互制约，共同构成了职业中学职业指导的基本框架，缺少任何一个方面都是不完整的。

讨论与思考：什么是职业指导，其涵义体现在哪些方面？

第二节 为什么要学习职业指导

职业指导是适应社会主义市场经济的需要而产生的，它对市场经济条件下的人力资源配置、强化素质教育和个人的发展均有重要意义。

一、市场经济发展的要求

市场经济就是要通过市场机制使资源得到合理的配置，劳务市场作为社会主义市场的重要组成部分，其作用就是要自觉运用经济规律和市场机制合理配置人力资源，实现劳动者与职业岗位的最佳结合。而职业指导不仅是劳动力市场形成的重要基础，也是市场机制得以运

行的关键环节，它担负着毕业生就业市场的组织、运行的职责，负责汇集、处理、加工和传播职业信息，以及指导学生科学择业和顺利就业的重任。也就是说职业指导具有中介作用，是连接学校与用人单位的桥梁。首先，通过学习职业指导，学生可以获得各种职业信息，而掌握市场信息是适应市场经济的基础。这里的信息不仅指需要人的消息，而是包括了各种有关就业和职业方面的情况，如就业政策、就业机构、经济发展形式、国民经济发展计划、职业结构的调整 and 变化形式、劳动力市场供求状况以及职业对人的要求等，都是与学生准备择业和就业密切相关的职业信息。其次，通过学习职业指导可以获得参与就业竞争的知识、能力和技巧。在计划经济体制下，毕业生是通过国家计划分配到用人单位，而在市场条件下则是要靠毕业生自己的力量叩开用人单位的大门。这就要求学生除了具有良好的专业知识和专业技能外，还必须具备获得职业和适应职业的知识与技能。其三，获得现代就业观念和职业观念，特别要抛弃“一次选择定终身”的传统铁饭碗就业观念，树立在选择中求发展的就业观念。只有树立了现代观念的人才能适应现代社会，职业指导对诸如双向选择观察、竞争观念、风险观念、创业观念等现代观念的形成具有十分重要的作用。

二、就业制度改革的要求

统包统分的就业制度在新中国成立初期曾对保证国家重点建设对人才的需要起过积极的作用，但随着我国经济体制改革的不断深入，这种分配制度越来越不适应社会的发展。突出地表现在影响了人才的合理使用，把人当作与物同质的生产要素，使劳动者失去了选择职业的机会，进而人的主动性和创造性也受到了限制。地区间、产业间、行业间缺乏必要的人才流动，就业、保障、福利三位一体的体制进一步加剧了人们对统配模式的依赖性。一方面造成了人才的大量积压，另一方面社会急需人才的岗位又找不到合适的劳动者，出现“求职难”和“进人难”的两难并存现象。用非所学和人浮于事的现象普遍存在，造成了极大的人才浪费。1993年2月，中共中央、国务院颁布

了《中国教育改革和发展纲要》，明确指出：随着社会主义市场经济体制的建立和劳动人事制度的改革，我国的大部分毕业生将实行在国家方针政策指导下，通过劳动力市场，采取“自主择业”的方法。职业指导正是适应了这一需要而产生的。职业是各种各样的，人也是千差万别的，并不是任何人都能适合任何职业，不同种类、不同等级、不同复杂程度、不同劳动强度和不同职业环境的职业岗位，要求相应的不同类别的劳动者。对某些专门的职业岗位，具有专门技能的人才才能胜任。职业指导作为人力资源开发的重要措施，其作用突出表现在合理地配置人力资源。它可以根据社会需要的实际情况和人的特点，求得人与职业的合理匹配，做到事得其人，人适其事，人尽其才，才尽其用。这对提高人的主动性、创造性，最大限度地发挥人才的作用有重要意义。

三、教育改革的要求

由于我国教育体制的弊病，长期以来教育脱离社会需要的问题一直没有得到有效解决，突出表现在教育结构不合理、专业设置脱离实际、学生的能力结构和知识结构不能适应社会实际需要等方面。职业指导对教育的作用有助于这些问题的解决。首先，职业指导促进了教育与社会的结合。教育是人才的主要来源，用人单位是人才的主要去处，职业指导是来源与去路之间不可缺少的桥梁。职业指导既是学校向社会介绍人才、推荐人才的重要渠道，也是面向社会接受信息的一个窗口。其次，职业指导促进教育结构的调整。教育结构是教育过程中所培养的各种规格人才的比例。其中最主要的是教育程度结构和专业结构。由于社会对人才需求的广泛性和复杂性，教育所能提供的人才往往不能满足社会发展的需求。职业指导运用现代科学的研究方法对社会职业变动及其对人才的需求趋势进行综合分析，以促进教育结构的调整。其三，职业指导有助于教育质量的提高。社会的发展客观上要求教育培养出来的人能适应新的生产力，教育内容的丰富与更新，教学方法的变化与发展，新的专业和学科的不断涌现，都是在经