



教育部职业教育与成人教育司推荐教材
五年制高等职业教育文化基础课程教学用书

高职学生 就业与创业教程

李家华 黄天贵 主 编



高等教育出版社

教育部职业教育与成人教育司推荐教材
五年制高等职业教育文化基础课程教学用书

高职学生 就业与创业教程

李家华 黄天贵 主编
陈立思 刘淑玲 主审

高等教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

高职学生就业与创业教程/李家华,黄天贵主编.

北京:高等教育出版社,2005.5(2006重印)

ISBN 7-04-016841-3

I. 高... II. ①李...②黄... 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(2005)第 021944 号

策划编辑	张东英	责任编辑	杨 鸣	封面设计	王 隼
责任绘图	黄建英	版式设计	马静如	责任校对	杨雪莲
责任印制	韩 刚				

出版发行	高等教育出版社	购书热线	010-58581118
社 址	北京市西城区德外大街 4 号	免费咨询	800-810-0598
邮政编码	100011	网 址	http://www.hep.edu.cn
总 机	010-58581000		http://www.hep.com.cn
经 销	蓝色畅想图书发行有限公司	网上订购	http://www.landaco.com
印 刷	北京汇林印务有限公司	畅想教育	http://www.widedu.com
开 本	880×1230 1/32	版 次	2005 年 5 月第 1 版
印 张	10	印 次	2006 年 11 月第 1 次印刷
字 数	280 000	定 价	12.00 元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

物料号 16841-00

编写委员会名单

主编：李家华 黄天贵

编委：（按姓氏笔画为序）

王 琪 吉文林 任 远

李家华 金爱国 高建侠

黄天贵 曹培之 詹三瑞

写给老师和同学的话

尊敬的老师、亲爱的同学：

当您选择并打开这本《高职学生就业与创业教程》时，作为编写者，我们希望与您有更多的沟通，以便更好地通过本教材，促进高职学生就业指导课教学质量的提高。

曾经有一位大学生说：“我憋着一股劲儿去考虑求职就业，下决心非要搞出个名堂来。但是，我不知道我该做什么？应该积累什么？毕业时，我明白了，但是已经晚了。”有一位从事大学生就业指导的教师说：“大学生仅仅用毕业前的一点时间去构想未来发展，并找到一份理想的工作，在就业压力如此之大的今天，是不可能的。”

多年来，大学生就业的实践告诉我们：就业指导是让学生了解职业、准备职业、选择职业、适应职业和转换职业的科学。大学生的有效就业是一个渐进的过程，它是大学生多年准备和努力的结果。高年级的大学生需要就业指导，刚入学的新生更需要就业指导。如果不早做准备，在大学期间没有形成一个明确的职业生涯规划 and 择业目标，到了要毕业时，就会感到很茫然，也难以找到理想的工作。

因此，高职学生就业指导课的开设和教材的编写力求做到：

一、把大学生就业指导贯穿大学生学习的全过程，实现对学生s的全程就业指导

高等职业教育是我国高等教育体系的重要组成部分，也是我国职业教育体系的重要组成部分。近几年来，我国高等职业教育呈现出了前所未有的发展势头，高等职业院校数、在校生数和毕业生人数持续增长，其规模已占普通高等教育的 1/2 左右。随着我国高等职业教育的快速发展，高职学生的就业工作引起了全社会的极大关注。教育部周济部长在 2004 年全国高职院校就业工作会议上的讲话中强调：“毕业生就业是‘一把手’工程，各省市的教育厅长和分管副厅长，以及高职院校

校党委书记和院校长要亲自挂帅,要把毕业生就业作为关系学校发展的头等大事来抓。”“要提高认识,统一思想,进一步增强做好高职毕业生就业工作的责任感和紧迫感。”可见,做好高职学生就业与创业指导工作,意义重大,十分迫切。《高职学生就业与创业教程》正是在这一背景下组织编写的。

做好高职学生就业与创业指导工作,就要实现对学生s的全程就业指导。在《高职学生就业与创业教程》的使用中,我们主张从大学一年级开始,就要有计划地进行职业生涯规划的教学和训练,让学生较早地认识职业和准备职业。要通过就业指导课、专家报告会、就业信息网、日常咨询、社会实践、专业实习等方式,在学生大学学习生活的几年中,持续地进行就业指导和训练。具体说,在新生入学后,及早开设就业指导课,引导学生分析预测社会需要、行业发展情况,帮助学生认识和了解所学专业,稳定专业思想,尽快适应学校生活;要引导学生根据社会对专业人才素质的要求,提高自我评价能力,了解个人兴趣特长,推动学生进行职业生涯规划设计;要指导学生认清肩负的历史使命,珍惜时光,发奋学习,培养大学生的职业意识、市场意识、法制意识、竞争意识,全面提高自身素质,为将来的就业竞争创造条件;毕业前夕,更要为学生求职就业提供多方面、多形式的具体服务,提高学生掌握就业政策、获取就业信息、进行职业决策、从容应对面试、争取就业机会、顺利进入职场的能力。另外,还要依据职业岗位的特殊需要,指导学生弥补思想、知识、能力和心理上的不足,以缩短其走向社会后的适应时间,最终实现由学生到职业人的成功转变。

二、加强大学生就业指导的针对性,渗透基于案例分析的教学模式

高等职业教育与普通高等教育的根本区别主要在于人才培养目标不同,普通高等教育是培养学术型、工程型人才,高等职业教育是培养面向生产、建设、管理、服务第一线需要的“下得去、留得住、用得上”的技能性和技术性人才。因此,高职学生的就业与创业指导,既具有其他类型大学生就业与创业的一般要求,又有高职学生自己的特点。高职学生就业与创业只有准确定位,找准自己的就业、创业和发展的空间,

才能发挥自己的优势,有所作为。要做好高职学生就业与创业指导工作,必须有针对性的高职学生就业与创业实际需要的、符合高等职业教育特点和规律的就业与创业指导教材,《高职学生就业与创业教程》正是基于这一目标编写的。

大学生就业指导工作有自身的规律和特点,教材的基本建设必须建立在学生就业实际情况的基础上。《高职学生就业与创业教程》教材积极发现、采集和总结近年来大学生就业的实际案例,在编写体例上,从典型案例切入,突出案例教学,从理论和实践操作上给予指导,深入浅出,通俗易懂,并插入大量的求职创业的警句、提示和实例。

高校的就业指导贯穿于学生培养和就业的全过程,其内容是渐进的和连续的。同时,大学生就业指导要分阶段进行,且各个阶段的内容和要求有所侧重,前一阶段是后一阶段的基础。因此,作为课程建设,《高职学生就业与创业教程》通过案例切入,注意到学习的连续性与阶段性,普遍性与特殊性的不同需求。

三、突出大学生就业指导的实践性,构建起师生互动的教学平台

在大学生就业指导课的教学过程中,学生的参与程度是教学赖以进行的最重要基础,因此,要体现这门课的特点,有效地完成教学计划,就要特别考虑怎样才能得到学生的重视和接受,显然,传统的教学方式是不够的。《高职学生就业与创业教程》教材按照教育心理学的观点,努力构建服务互动教学的教材模式,有利于实现以学习者为中心的学习,使学生在教学中更多地依据问题进行主动学习、开放式学习和创造性学习。同时,互动平台还有利于指导学生进行深入的独立探索。

《高职学生就业与创业教程》教材强调“练”多于和重于“教”的设计体例,强调服务互动性教材模式具有的比较优势,其效果不仅在于调动学生的兴趣和积极性,主要还在于增加了教学的参与性、直观性、实践性和有用性。

《高职学生就业与创业教程》由中国青年政治学院和全国5所高等职业技术学院院校部分从事毕业生就业指导工作研究的专家和就业指导教师组成编委会,在认真研究高等职业教育的培养目标、人才培养模式、高职学生的就业与创业特点和社会需求状况的基础上编写。教材

紧密结合高职教育的特色和高职学生就业与创业的特点,在选材和结构上以适应高职学生的就业与创业的实际需要为着力点,每节都由三个模块组成,即案例精选、理论讲坛、实践园地。突出了针对性、指导性、实用性、操作性。

在《高职学生就业与创业教程》教材的使用中,我们建议教师 and 同学们努力尝试:

1. 在空间和时间上提供更大的自由度,推进打破时空的自主学习,使学生可以在个体和群体两个层次上找到平衡点,按活动方式可分为同步教学和异步教学。

2. 实现学生、老师和社会间的多向互动,即三种交互性:学生与教师的交互,学生与学生的交互,学生与社会资源的交互。

3. 在内容和形式上及时有效地补充和更新。大学生就业形势的变化和就业指导的发展都很快,需求越来越高。加强就业指导课的建设,从发展的角度看,就应该积极推进教学内容的更新和升级。为此,《高职学生就业与创业教程》教材鼓励教师和学生在学习中,根据需要进行内容和形式上及时有效地补充、更新和升级。

有一则校园广告展示了这样一幅画面:4盏灯从左到右依次排列,左边的一盏灯很明亮,右边的一盏灯则没有亮。这4盏灯中,每相邻的两盏间都有一段对话,它们影响着灯的明暗度。

第一盏灯后的对话是:“我有一个想法,想去做。”回答说:“可以做到吗?”第二盏灯变暗了一些。第二盏灯后的对话是:“我试试看。”回答说:“很难吧!”第三盏灯变得更昏暗了。第三盏灯后的对话是:“周围的人都不同意我去做。”回答说:“那就算了把!”第四盏灯熄灭了。

现实中,熄灭想法要比点燃想法容易得多。不少人因为怕灯会熄灭,索性就不去做。

我们在高职学生就业实践中有很多想法,但是真正把这些想法付诸于实践的却不多。为了能够帮助高职学生实现从学生到职业人的顺利转变,我们在就业实践中有些想法的时候就不要轻言放弃,而是要勇于去实践,在实践中要努力去坚持,因为在就业中,实践、坚持比想法更重要。

随着经济的发展和社会的进步,职业教育已成为“企业家眼中的教育”、“企业家手中的教育”、“企业家心中的教育”。职业院校的毕业生就业有优势、创业有本领、升学有希望、发展有基础。我们有信心把“灯”点得更亮。

愿我们编写的这本《高职学生就业与创业教程》教材,能为解决高职学生就业问题提供更多的、更积极的帮助。

编 者

2005 年 2 月

目 录

第一章	职业目标与职业生涯设计	1
第一节	职业目标及其确立的条件	1
	案例精选	1
	理论讲坛	3
	一、职业目标确定的客观条件	3
	二、职业目标确定的主观条件	9
	实践园地	12
第二节	树立正确的择业观	14
	案例精选	14
	理论讲坛	14
	一、择业观及其形成和发展	14
	二、高职学生择业面临的机遇和挑战	16
	三、高职学生应树立新的择业观	17
	实践园地	19
第三节	合理设计职业生涯	22
	案例精选	22
	理论讲坛	22
	一、职业生涯设计的定义和重要性	22
	二、影响职业生涯设计的因素	23
	三、职业生涯设计的步骤	25
	实践园地	27
第四节	为崇高职业理想而奋斗	35
	案例精选	35
	理论讲坛	36
	一、什么是职业理想	36

第二章
第一节

第二节

第三节

第四节

二、职业理想在人生中的作用	37
三、实现职业理想的途径	38
实践园地	39
高职学生求职择业的准备	41
高职学生择业的知识能力准备	41
案例精选	41
理论讲坛	42
一、优化知识结构	42
二、掌握科学的学习方法	44
三、必须具备的职业能力	46
四、获得能力的方法和途径	49
实践园地	50
高职学生择业的心理准备	53
案例精选	53
理论讲坛	55
一、高职毕业生应有的心理准备	55
二、正确认识自己	59
三、毕业生心理调适的方法	60
实践园地	61
高职学生择业的信息准备	64
案例精选	64
理论讲坛	65
一、就业信息的收集、筛选和利用	65
二、寻求发挥自我优势的职业	68
实践园地	69
高职学生择业的材料准备	70
案例精选	70
理论讲坛	70
一、个人简历——通往面试的护照	70
二、求职信——寻找工作的敲门砖	75

	实践园地	80
第三章	高职学生择业的程序与途径	83
第一节	择业程序与途径	83
	案例精选	83
	理论讲坛	84
	一、就业管理部门的一般工作程序	84
	二、高职学生自身的择业程序	86
	三、高职毕业生就业的类型、就业主要途径	91
	实践园地	95
第二节	充分了解用人单位情况	96
	案例精选	96
	理论讲坛	97
	一、了解用人单位的地理位置、工作性质、 待遇情况	97
	二、了解用人单位的一般要求和特殊要求	102
	三、了解用人单位的主要途径和方法	106
	实践园地	107
第三节	高职毕业生的求职导向	108
	案例精选	108
	理论讲坛	109
	一、高职学生如何寻求职业定位	109
	二、高职学生如何报考公务员	111
	三、大学生西部志愿者行动	116
	实践园地	119
第四章	高职学生求职的方法和技巧	121
第一节	学会自我“推销”	121
	案例精选	121
	理论讲坛	123
	一、自我推销及其要则	123
	二、自我推销的途径和方法	127

第二节

三、自我推销中应特别注意的问题	128
实践园地	131
面试技巧	132
案例精选	132
理论讲坛	134
一、面试的一般知识	134
二、面试准备	137
三、面试礼仪	138
四、面试技巧	139

第三节

实践园地	141
笔试应对	145
案例精选	145
理论讲坛	145
一、笔试的作用及种类	145
二、笔试的准备	147
三、笔试的方法	149
四、笔试的复习技巧	151
五、笔试的答题技巧	152

第五章

第一节

实践园地	154
高职学生创业精神的培养与自主创业	156
时代呼唤创业精神	156
案例精选	156
理论讲坛	157
一、创业精神是时代的灵魂	157
二、创业的内涵与创业意识的培养	161
三、立志创业,做和平时代的英雄	164

第二节

实践园地	165
创业的基本素质	167
案例精选	167
理论讲坛	167

第三节

一、创业者的基本素质	167
二、创业意识	168
三、创业心理品质	172
四、创业能力	175

实践园地	179
------------	-----

第六章

第一节

学会自主创业	181
案例精选	181
理论讲坛	182
一、选择创业目标	182
二、制定创业计划	183
三、实践创业构想	186
四、树立科学的创业观	188

实践园地	189
------------	-----

第二节

高职毕业生的权益保护	192
求职过程中的权益保护	192
案例精选	192
理论讲坛	194
一、高职毕业生择业的权利和义务	194
二、毕业生就业协议	198
三、勇敢地保护自己的合法权益	205

实践园地	211
------------	-----

劳动过程中的权益保护	213
案例精选	213
理论讲坛	214
一、劳动者的权利与义务	214
二、劳动合同	217
三、劳动争议及其处理	224

实践园地	227
------------	-----

第七章

第一节

迈好职业生活第一步	231
积极主动适应社会	231

第二节

案例精选	231
理论讲坛	232
一、努力缩短职业适应期	232
二、积极适应职业新环境	235
实践园地	241
在职业实践中提高职业道德水平	242
案例精选	242
理论讲坛	244
一、增强职业责任,遵守职业纪律	244
二、增强道德意识,自觉遵守职业道德规范	248
三、努力提高职业道德修养水平	251
实践园地	254

第三节

开拓未来,发奋成才	257
案例精选	257
理论讲坛	258
一、审时度势,在现实社会中寻找自己的方位	259
二、脚踏实地,在岗位上建功立业、成长成才	260
三、学海无涯,努力攀登人生高峰	262
实践园地	263

附录一

《中华人民共和国劳动法》(摘录)	265
------------------------	-----

附录二

《普通高等学校毕业生就业工作暂行规定》(摘录)	272
-------------------------------	-----

附录三

国务院办公厅转发教育部等部门《关于进一步 深化普通高等学校毕业生就业制度改革有关 问题意见的通知》(摘录)	
(国办发[2002]19号)	279

附录四

教育部、公安部、人事部、劳动保障部《关于切实做好 普通高等学校毕业生就业工作的通知》(摘录)	
(教学[2002]16号)	282

附录五

国务院办公厅发出《关于进一步做好 2004 年普通 高等学校毕业生就业工作的通知》(摘录)	
--	--

	(国办发[2004]35号)	284
附录六	教育部高校学生司制全国普通高等学校毕业生	
	就业协议书(样表)	286
附录七	北京市劳动和社会保障局监制劳动合同书(范本)	290
后 记		299

职业目标与职业生涯规划

要点提示

- 职业目标确定的主客观条件
- 高职学生择业面临的机遇与挑战
- 高职学生的择业观
- 职业生涯规划的内容、步骤
- 职业理想及其作用,怎样实现职业理想

第一节 职业目标及其确立的条件

案例精选

王英求职求学的故事

王英是四川大巴山农村的穷女孩。15岁以优异的成绩考上县高中,但是没钱交学费,她一边上学,一边卖油条挣学费,勉强维持到高中