



中等职业教育规划教材

走向社会的桥梁 —— 就业指导

ZOUXIANG SHEHUI DE QIAOLIANG
J I U Y E Z H I D A O

潘洁 主编



化学工业出版社

中等职业教育规划教材

走向社会的桥梁 —— 就业指导

ZOUXIANG SHEHUI DE QIAOLIANG
J I U Y E Z H I D A O

潘洁 主编



化学工业出版社

北京

本教材由长期从事学生就业推荐和实习管理的一线教师编写,从现在中职学生就业前景入手,围绕着指导学生从树立正确的择业观念,到求职前准备以及准备简历,求职面试以及适应新工作到最终的自我完善、创业等几部分进行充分展开。其中包含大量实际案例和工作心得。本书通俗易懂,具有针对性,并根据教学内容,设定了大量的教学活动,充分体现“让学生在感悟中成长,在体验中学习”。

本书适用于中等职业学校学生,也可供广大读者学习参考。

图书在版编目(CIP)数据

走向社会的桥梁——就业指导/潘洁主编. —北京:
化学工业出版社, 2007.7

中等职业教育规划教材

ISBN 978-7-122-00682-0

I. 走… II. 潘… III. 职业选择—专业学校—教材
IV. G717.38

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第091414号

责任编辑:王文峡

文字编辑:李仙华

责任校对:李林

装帧设计:尹琳琳

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)

印刷:北京云浩印刷有限责任公司

装订:天津市前程装订厂

720mm×1000mm 1/16 印张13¼ 字数251千字 2007年8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



前言

就业指导是中等职业学校学生职业指导的基础课程,也可以用于就业和再就业的培训课程。为适应“职业教育就是就业教育”这一新的定位,在学校教育阶段就应针对性地提高学生对行业、企业和社会的认识,在学生就业前做好就业准备,让学生走向社会时不陌生,能够与社会零距离接轨。

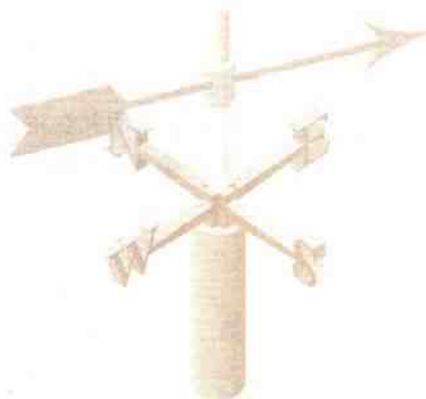
本书从企业、社会实际出发,创设了大量的实际工作情境,用大量的案例教会学生如何应对就业面试以及将来工作岗位中出现的问題,以“能力本位”为出发点,教会学生解决问题的方法,解决问题的能力。本书通俗易懂,并根据教学内容,设定了大量的教学活动,充分体现“让学生在感悟中成长,在体验中学习”。

本书由国家级重点学校、北京市现代化标志性中等职业学校——昌平职业学校就业指导办公室的教师编写。共六章,由潘洁主编,吴亚芹顾问,其中第一章由朱厚峰、张爱军编写,第二章由沈鹤玲编写,第三章由崔忠民编写,第四章由满艳玲编写,第五章由潘洁编写,第六章由王志芳编写。

本教材在编写过程中吴亚芹进行了指导并审稿,此外得到了化学工业出版社的多方指导和昌平职业学校领导的支持与鼓励,在此一并表示感谢。

由于编者水平有限,加之时间仓促,书中难免有不妥之处,敬请专家和读者批评指正。

编者
2007年5月





目 录



第一章 绪论

001

- 一、就业指导课的目的和意义 002
- 二、就业指导课程的主要内容 006
- 三、当前就业趋势分析 006



第二章 职业道德

009

- 第一节 道德与职业道德 010
 - 一、道德的内涵 010
 - 二、道德是做人的根本 010
 - 三、职业道德的内涵和特征 011
 - 四、社会主义市场经济对职业道德的正面影响 011
- 第二节 良好职业道德的意义 012
 - 一、职业道德与企业的发展 012
 - 二、职业道德与个人自身的发展 014
 - 三、成功的人往往都有较高的职业道德 016
- 第三节 文明礼貌 019
 - 一、文明礼貌是从业人员的基本素质 019
 - 二、文明礼貌是塑造企业形象的需要 022
 - 三、文明礼貌的具体要求 024
- 第四节 爱岗敬业 033
 - 一、爱岗敬业是中华民族传统美德和现代企业精神 033
 - 二、爱岗敬业与职业选择 035
 - 三、爱岗敬业的具体要求 037
- 第五节 诚实守信 048
 - 一、市场经济是信用经济 048

二、诚实守信对为人处世至关重要	052
三、诚实守信的具体要求	055



第三章 求职前的准备

069

第一节 做好求职前准备的必要性	070
一、常见的求职受挫原因	072
二、调整心态,认真准备	075
第二节 自我分析	082
一、性格能力分析	082
二、职业能力分析	087
第三节 就业前进行准备的方法与策略	092
一、知识准备	092
二、生理准备	097
三、心理准备	099



第四章 简历与面试

107

第一节 简历	108
一、认识简历的重要性	108
二、求职简历的撰写	109
三、制作求职简历小窍门	117
第二节 面试	121
一、面试前的准备工作	122
二、面试时的着装艺术	122
三、面试礼仪	124
四、面试的基本模式	126
五、面试实战技巧	126
六、面试危机与化解技巧	137
七、面试时如何有效表述事例	141



第五章 适应新工作

151

第一节 全新的第一天	152
一、设计着装	152
二、提前到岗	154
三、进入角色	155
第二节 处理好人际关系	158
一、“好人缘儿”才能好办事	158
二、制约人际关系的一些因素	159
三、有效地与同事合作	163
第三节 面对上级	167
一、忠实地执行指示	167
二、学会工作方法	168
三、学会与领导沟通	169



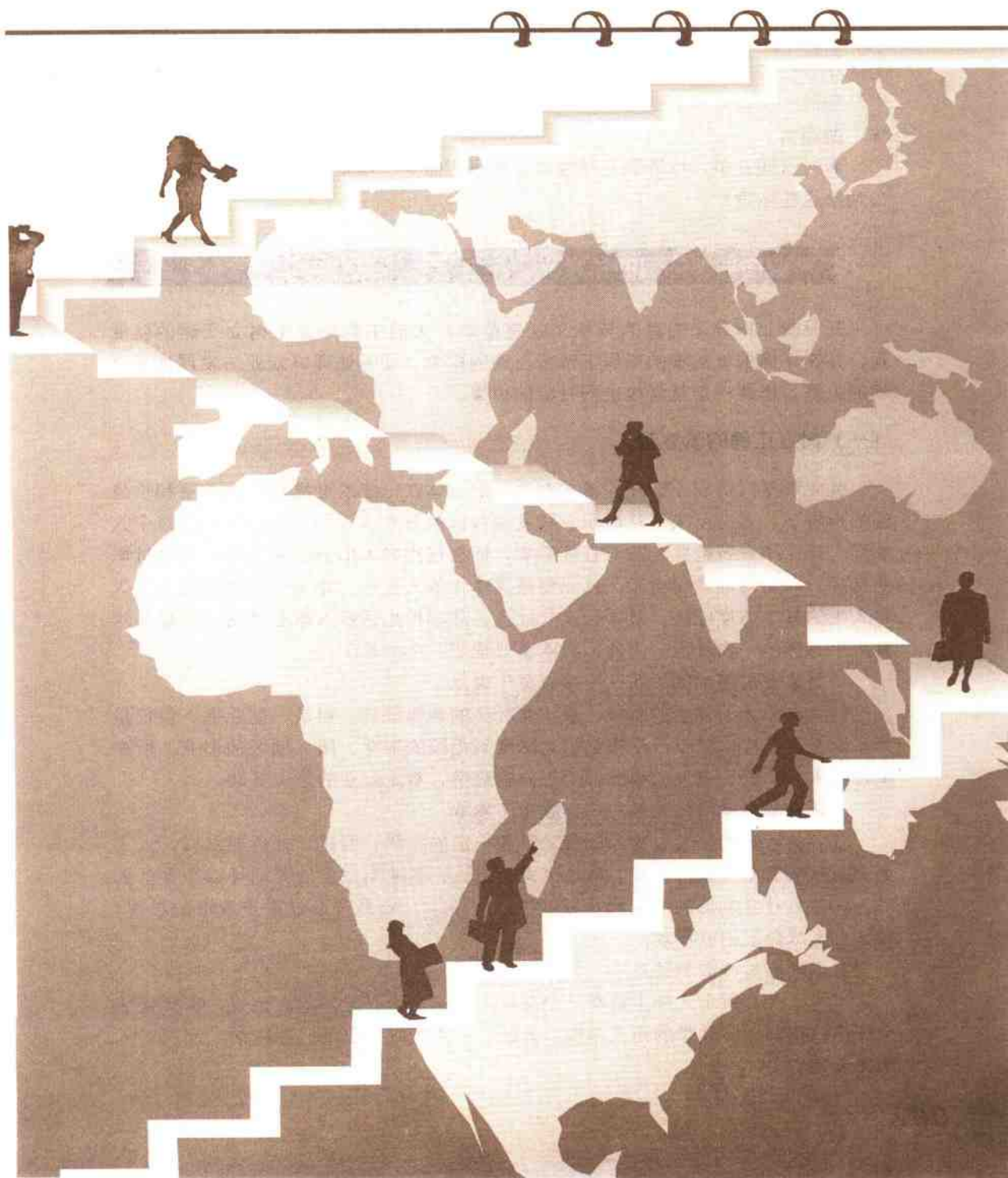
第六章 迎接新机遇

175

第一节 正确认识跳槽	176
一、什么时候可以考虑跳槽	176
二、怎样跳槽	178
三、新工作一定更好吗	183
四、跳槽后，如何与旧公司相处	184
五、如何写辞职书	186
第二节 稳定的工作对人生的意义	189
一、什么是工作	189
二、工作态度	190
三、稳定工作的意义	192
四、从工作中获得乐趣的方法	193
第三节 在工作中不断调整目标	193
一、辞职，真的很轻松吗	194
二、关注与辞职有关的7种心理	196
三、是越跳越高还是自毁前程	197
四、轻易跳槽未必活	198
参考文献	205



第一章 绪 论





“就业难”已成为近年来社会的一个流行词。现在，不论是高学力的拥有者还是掌握一技之长的一线工人，都面临着不同程度的就业压力。中职中专学生进入社会的第一步就要面对就业高竞争的态势，不只是同一个起跑线上、同等学力的毕业生参与这场竞争，甚至连一些大学、大专学力的毕业生也放低了姿态，参与到同一个等级的就业竞争中来，有些地区出现了大学生与中职学生“抢工作”的局面。

面对这些竞争，中等职业学校毕业生是否做好了准备？应该用什么样的心态去迎接这些竞争？

一、就业指导课的目的和意义

开设就业指导课的目的与意义就是帮助广大的中职毕业生树立正确的就业观，并在正确的就业观的指导下选择正确的职业，同时处理好就业与发展成才之间的关系，搭建一个从学校走向社会的桥梁。

（一）树立正确的就业观

就业观是指对职业选择的基本看法，是个体在一定的世界观、人生观和价值观念的指导下，对自己未来从事职业和发展目标的基本认识和态度。就业观对个人求职、择业和进行就业准备有直接影响，能直接指导人们的职业选择，并通过职业选择、职业活动体现出来。就业观是具体化的人生观，是每个有劳动能力的人对人生的基本态度问题。从学校走向社会，从学校生活步入职业生活，无疑是对其人生态度的一次考验。为此，要着重处理好三个关系。

一是事业与谋生的关系——事业重于谋生

就业作为人们谋生的手段，是人类社会的普遍现象。但是，就业绝不仅仅是为了谋生，而应该把自己从事的职业融合到祖国的事业、所在地区的事业、所在单位的事业中去，激发为事业努力工作的热情，奠定就业的坚实基础。

二是奉献与索取的关系——奉献重于索取

就业就意味着要通过自己的劳动获取一定的报酬。但是，社会要发展，人人都有对社会做出奉献的责任。从这个意义上讲，就业岗位上的劳动可以衡量个人对人民、对社会创造的价值和贡献的大小。所以，应具有奉献重于索取的思想，并逐步形成自己的就业观。

三是发展与眼前的关系——发展重于眼前

走向社会，每个人都企望有一个高起点，这是可以理解的。但是，现实生活又往往没有那么多理想的用人单位。为此，不能把眼睛仅仅盯在眼前，而要对未来充满信心。



总之,一个人的就业观可以折射出这个人的世界观、人生观。从这个意义上来说,就业观是具体化了的世界观和人生观。每个人都希望毕业后能找到理想的职业,但从中国目前的实际情况看,由于生产力发展水平还比较低,各地的经济发展也不平衡,地区之间、城乡之间在生活方式、工作环境、劳动报酬等方面都存在着较大的差异,因此,个人的愿望不可能都得到满足。另一方面,由于自主择业将就业的主动权在很大程度上交到了个人手中,就业的主动性增强。在这种情况下,不少同学对毕业后何去何从反而没有了主见。这就要求同学们能够正确认识社会、正确认识自己、树立正确的人生观。

(1) 树立国家和人民的利益高于一切的思想。职业活动既是人们为社会服务的途径,同时又是人们谋生的手段。就业观不同的人,二者的比重是迥然不同的。一个具有崇高理想的人,总是把造福人类、造福社会作为自己奋斗的根本目标。

爱迪生说:“我的人生哲学是工作,我要揭开自然的奥秘,并以此为人类造福。我们在世的短暂的一生中,我不知道还有什么比这种服务更好的了”。瑞典著名化学家诺贝尔曾豪迈地宣称:“我是世界的公民,应为人类而生”。他终生实践自己的诺言,造福人类,造福社会,这是一切品德高尚、功勋卓著的人们工作的根本目的。

作为跨世纪的青年一代,更应确立崇高的职业理想,把个人的理想融入到祖国和人民的共同理想中去,立志将所学知识报效祖国,为祖国和人民的利益无私奉献。

(2) 把个人愿望和社会需要结合起来,统筹考虑。“人的本质是一切社会关系的总和”,在社会历史过程中,个人不可能完全自由地实现自己的意志和愿望。国家代表着全体社会成员的共同利益,为了这个共同利益,个人的活动必须服从社会的安排。只有这样,才能形成合力,推动社会向前发展。

(3) 把为社会做贡献与实现自我价值有机结合起来。一个人有没有价值,能不能实现自己的价值,关键在于对社会有没有贡献。当一个人的思想和行为对社会有积极的作用和意义时,才具有价值。自我价值是由社会决定的。个人在社会上作用的大小,贡献的多少,要看其劳动成果得到社会承认的多少。自我价值只有在它所属的集体的价值实现后才能实现,这是因为人的价值是通过个人和集体的关系表现出来的,个人在集体中的影响是衡量个人价值的尺度。国家鼓励提倡毕业生到生产经营的一线去,面向基层,面向乡镇企业,因为那里急需各类专业人才,毕业生在那里可以大显身手,实现自己的人生价值。

(二) 进行正确的职业选择

职业选择是指求职者根据自己的职业意向、职业兴趣、职业能力以及个性特点,社会需要等,在众多的职业岗位中选择适合自己的职业岗位的过程。它包括



两个方面的含义：一方面是就业者对用人单位的选择；另一方面是用人单位对就业者的选择。可见，职业选择是一种双向的选择，任何绝对意义上的单向选择，都不能构成职业与劳动者的最优化、最有效的结合。

职业选择对个人而言，是挑选就业岗位的过程，即个人基于不同职业的不同看法，出于不同的兴趣爱好，结合自身条件，对职业岗位做出选择。一般说来，个人选择职业时需考虑的因素有职业的社会地位、劳动报酬、福利待遇、工作环境、工作条件及工作地点、个人的才能和特长、兴趣爱好等。这些因素对每个选择职业的具体个人来说，不可能面面俱到，各人情况不同，考虑的重点也各不相同。

职业与人生紧密相连，职业选择的好与坏、正确与否，直接影响着劳动者积极性的发挥，甚至对劳动者的整个职业生活都会产生重要影响。一个人能否为国家、社会做出贡献，个人生活是否幸福，在很大程度上取决于他的职业选择。作为一名中职学生，遵循职业选择原则，做好职业选择，无论对社会还是对个人，都具有十分重要的意义。

1. 正确选择职业应遵循的原则

(1) 客观性原则。是指职业选择必须从客观实际出发。一是从中职学生自身的实际出发，将个人的职业意愿和自身的素质、能力结合起来，对自己所拥有的知识、能力、技能及个性等特点要有充分的了解，并认真评价个人职业意愿的可行性，判断自己能否胜任某种职业或某种工作。二是对职业岗位空缺与需求的可能性做出客观的分析。在进行职业选择时，必须考虑社会职业岗位的需要，而不能只考虑自己的主观意愿。

(2) 主动性原则。是指应克服消极等待的心理，积极主动地创造就业条件，参与就业竞争，捕捉就业机会，自主创业，在职业岗位上发挥才能，为社会做出贡献，实现自身价值。

(3) 协同性原则。是指在职业选择时，要处理好社会需要与个人需要的关系，正确地处理好个人、集体、国家三者之间的利益关系，把个人利益和社会需要协调、统一起来。中职学生不应过分强调个人的职业理想和利益，而要努力地把自己的职业理想与社会需要结合起来，主动地服从社会需要，把社会需要看成是择业的主要依据，把个人的理想自觉地统一到国家和社会的需要中去。另外中职学生的就业大都由学校统一就业机构安排完成，在进行择业时也要兼顾到学校的整体利益。

(4) 比较性原则。包括两个方面。一是个人条件和岗位要求的比较。要比较一下自己对岗位的适应能力和岗位对自己的需要是否协调一致。二是职业与职业之间的横向比较。在职业选择初期，人们的职业兴趣往往比较广泛，不仅仅局限在某一职业的选择上，这就使择业者面临如何选取适合自己的职业的问题。通过

比较,就能较好地从中选择出一个较适合自己,而自己又能胜任的职业。

(5) 主次性原则。人们在选择职业时往往受到很多因素的影响。其中有客观的因素,也有主观的因素;有合理的因素,也有不合理的因素。在选择职业时,不可能各种因素都得到满足。因此,必须分析哪些是主要因素,哪些是次要因素,哪些是客观因素,哪些是主观因素,要分清主次,抓住主要的、现实的、合理的因素。如果在选择职业时死抱着一些次要的、不切实际的条件不放,将会丧失很多就业机会,甚至难以就业。

2. 正确选择职业的重要意义

(1) 有利于实现个人与职业岗位的优化组合。职业岗位要求的多样性与个人自身特点的差异性,决定了只有经过双向选择,才能使劳动者与职业岗位获得优化组合,即劳动者得到最合适的职业岗位,岗位得到最合适的劳动者。否则,不具备某一职业岗位特定要求的劳动者在职业选择的过程中,就必然会被这一职业岗位拒之门外。当然,人们一般也不会自身条件与某一职业特定要求悬殊太大的情况下,去谋求这一职业。随着经济形势、企业形势和个人就业意识的变化和发展,个人在职业生活中,也有可能通过职业的再选择,不断优化其与职业岗位的组织,提高对职业的适应性,做到人尽其才。

(2) 有利于充分发挥个人的积极性、提高劳动生产率。一般而言,当择业者选择了与自己的爱好、兴趣、能力、气质、性格等基本一致的职业岗位时,才能更有利于个人才能的发挥,从而取得较好的社会效益和经济效益,为社会做出较大的贡献,才能把工作不仅仅看成是谋生的手段,而看成是自我价值实现的途径;反之,一个人如果对自己的工作缺乏兴趣,用非所长,那么,他的才能就会受到压抑,其工作积极性也难以得到调动,也就会影响劳动生产率的提高。

中职毕业生是初次就业者,对许多方面不熟悉、不了解,甚至十分陌生,因此在就业过程中会遇到许多困难。有些学生对自己不能客观评价而往往自视过高,主观期望值偏高,看问题易片面性、绝对化和理想化等。在人才已经进入市场的今天,接受正确的就业指导,在正确的人生价值观、良好的道德准则和行为规范基础上选择职业并获得成功,无疑是十分必要的。

(三) 关注自身的发展与成才

求发展、求成才是人们普遍共同的美好愿望,一个人对社会贡献如何,个人生活方式将怎样,特别是能否发展好、成才快,同他毕业后迈向社会的这一步关系重大。当选择能与自己的兴趣、能力和特长相吻合的职业时,就能精神饱满、奋发努力、快速发展、茁壮成长。人生的诀窍就是经营长处。在人生的坐标系里,一个人如果站错了位置,用他的短处而不是长处来谋生的话,那是非常可怕



的，他可能会在卑微和失意中沉沦。在选择职业时同样也是这个道理，人们无须考虑这个职业能带来多大利益，能不能使自己成名，而应该选择最能使自己全力以赴的职业，应该选择最能使自身的品格和长处得到充分发展的职业。

微软公司总裁比尔·盖茨的最高文凭是中学，因为在哈佛大学他没有读完就经营自己的电脑公司去了。他是世界上及早发现自己的长处，并果断地去经营自己长处的人，其结果是使自己成为世界首富。

经营自己的长处能给个人的人生增值，经营自己的短处会使个人的人生贬值。如果选择不当，在人生道路上会出现种种曲折甚至坎坷，影响当前的发展和未来的前途，富兰克林说的“宝贝放错了地方便是废物”就是这个意思。因此，通过接受就业指导，会帮助找到一个比较适合自己的工作岗位，心情舒畅、信心百倍地走向社会，为将来的发展和成才创造条件、打下基础。

二

就业指导课程的主要内容

这门课程主要有三方面的内容。一是帮助广大的中职毕业生了解当前国家有关就业的方针政策、社会对人才的需求情况以及人才需求的地区分布，使大家能够按照方针政策进行有效的择业，避免做无用功；二是帮助大家熟悉择业程序及有关的注意事项，掌握有关的应聘技巧；三是帮助大家树立正确的就业观与进行正确的择业。

三

当前就业趋势分析

在分析当前所面临的就业趋势前，先阅读下面两份调查报告。

（一）2006 年大学生就业状况总结

2006 年 7 月 16 日，由共青团中央学校部、北京大学公共政策研究所合作完成的“2006 年中国大学生就业状况调查”结果公布，该调查涉及的样本包括全国近百所高校的 6000 多名大学本科毕业生。

〔签约〕 调查结果显示，截至 5 月底，2006 届本科毕业生中已签约和已有意向但未签约的占 49.81%，不想马上就业的占 15.02%，而没有找到工作的比例为 27.25%。北京高校生已签约和已有意向但还没有签约的比例达到了 60.37%。

〔薪酬〕 调查结果显示，在薪酬预期上，有六成以上（66.10%）的大学生将月收入定位在 1000~2000 元，甚至还有 1.58% 的学生愿意“零工资”就业。而在调查中，77.3% 的用人单位却认为大学生仍存在期望过高的现象，主要表现



在薪酬、地域、个人发展机会和要求专业对口等方面。其中,在就业地区的选择方面,大学生“重东部、轻西部”,“重大城市、轻中小城市和农村”的想法仍没有得到明显改观。

〔方式〕 调查结果显示,长期以来人们一直讳言人际关系网络对于用人环境的影响,但此次调查显示,人际关系网络仍是大学生进入就业市场、寻找就业机会的理想途径。有 41.61% 的学生认为,通过家庭和个人社会关系、托熟人是最有效的求职途径。

〔企业〕 报告中显示,有 77.3% 的用人单位认为大学生存在期望值过高的情形,主要表现在薪酬、地域、个人发展机会、职位要求、行业要求、假期要求和要求专业对口等方面。

〔问题〕 接受问卷调查的大学生普遍认为,缺乏工作经验成为就业最大的门槛。有 59.1% 的用人单位认为当前大学的课程设置不合理,其中 50% 的用人单位明确提出,当前大学的课程设置不合理,制约了大学生就业。

〔态度〕 调查结果显示,64.09% 的大学生认为,在大学期间要更重视自身能力的全面培养和调整个人心态,而 27.14% 的大学生则以降低择业标准作为解决就业问题的方法。即使在经历了求职过程中的一些挫折后,也有高达 76% 的学生认为“找工作的过程是一次必要的人生历练,可以丰富人生经验并使自己更成熟”。

（二）月薪条件盖过本科生

昨日,某省财经学校举行 2007 届毕业生招聘会。在该招聘会上,一家用人单位开出了 2500 元的月薪招聘中职毕业生,待遇可与本科毕业生媲美。

试用期月薪 1500 元,转正后月薪不低于 2500 元,包食宿。在昨日的招聘会上,来自佛山的一家用人单位开出的待遇吸引了不少毕业生。一名正在等待面试的女生说:“一般来说,中职毕业生的月薪都在 1000 元左右,这样的待遇比一些本科毕业生还高,所以一定要试试。”待遇虽高,门槛也不低,该企业在现场对应聘者进行了全英文面试,令一些学生知难而退。

从以上两篇报道中可以看出,近几年的就业形势依然严峻,妥善解决国有企业下岗失业人员历史遗留问题的任务仍然很重,新成长劳动力已进入高峰期,特别是高校毕业生明年增量更多、压力更大,整个就业市场需求岗位的总体状况相对趋紧。中职学生应该能够对比分析出来以下几点。

(1) 中职学生只要把握好心态,掌握一技之长,顺利找到适合的工作不是一件困难的事情,在部分专业与岗位上甚至可以超过大学生;

(2) 中职学生面临的竞争对手越来越多,部分大学生已经放下了架子,降低门槛进入到与中职学生同等竞争的状态;

(3) 接受就业指导,顺利地拿到第一份就业合同非常重要。



课后作业

请以班级为单位 5~8 人分成一组，做好分工。组织一次关于“高学力是否好就业”的辩论赛。



第二章 职业道德





第一节

道德与职业道德



学习目标

通过本节学习，明白什么是道德以及职业道德，深刻认识职业道德的重要性。



一、道德的内涵

学习职业道德，首先碰到的就是“道德”二字。那么，什么是道德呢？

请思考并举例回答这个问题。

道德，就是一定社会、一定阶级向人们提出的处理人和人之间、个人和社会、个人与自然之间各种关系的一种特殊的行为规范。比如，社会主义社会在处理公共道德关系时，要求人们文明礼貌、助人为乐、爱护公物、遵纪守法、保护环境；在处理家庭关系时，要求人们尊老爱幼、男女平等、夫妻和睦、勤俭持家、邻里团结等。从某种意义上可以说，道德就是讲人的行为“应该”怎样和“不应该”怎样的问题。

二、道德是做人的根本

人生在世，最重要的有两件事：一是学做人，二是学做事。

每个人从上学起，就开始学做事了。学习各种课程，也是为将来做事打基础。在当前现实生活中，许多人比较重视学做事，而对学做人则有所忽视。目前，不少家长对自己孩子学知识、学技能等十分关心，这对孩子将来做事是十分必要的，特别是对孩子学好先进的科学技术，对科技兴国、科教强国至关重要。但是，他们在教孩子学知识、技能的同时，却往往忽视对孩子道德人格的培养。这不能不引起社会的极大关注。

即使是一些成年人，也存在对做事比较认真，而对做人不大关心的问题。有