

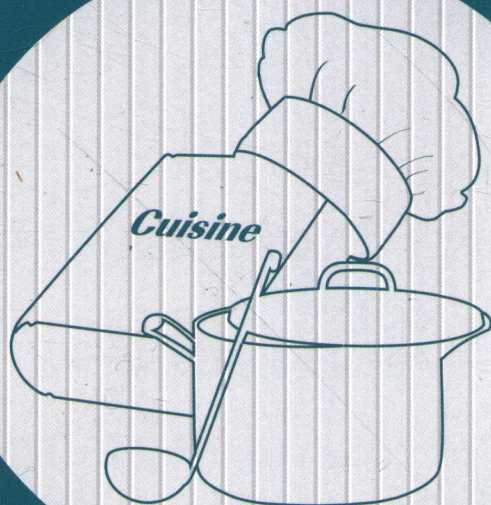


中等职业学校中餐烹饪与营养膳食专业教材

烹饪专业职业素养 与就业指导

PENGRÉN ZHUANYE ZHIYE SUYANG
YU JIUYE ZHIDAO

朱长征 段晓艳◎主编



中国轻工业出版社

全国百佳图书出版单位



中等职业学校中餐烹饪与营养膳食专业教材

烹饪专业职业素养 与就业指导

朱长征 段晓艳◎主 编
李茂华◎副主编



图书在版编目 (CIP) 数据

烹饪专业职业素养与就业指导 / 朱长征, 段晓艳主编. —北京:
中国轻工业出版社, 2016.8
中等职业学校中餐烹饪与营养膳食专业教材
ISBN 978-7-5184-0981-5

I. ①烹… II. ①朱… ②段… III. ①烹饪—中等专业学校—
教材 IV. ①TS972.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第129750号

策划编辑: 史祖福

加工编辑: 方朋飞

责任编辑: 史祖福 曾 娅

责任终审: 劳国强

封面设计: 锋尚设计

版式设计: 锋尚设计

责任校对: 吴大鹏

责任监印: 张 可

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 三河市万龙印装有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2016年8月第1版第1次印刷

开 本: 787×1092 1/16 印张: 7.75

字 数: 178千字

书 号: ISBN 978-7-5184-0981-5 定价: 20.00元

邮购电话: 010-65241695 传真: 65128352

发行电话: 010-85119835 85119793 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

160163J3X101ZBW

当前,我国经济发展进入新常态,党中央提出了协调推进“四个全面”的战略布局。新的发展形势对职业教育发展提出了新的更高要求。为了更好地适应全国中等职业技术学校烹饪职业素养与就业指导的教学要求,中国轻工业出版社组织有关学校的职业教育研究人员、一线教师和行业专家,编写了中等职业技术学校烹饪专业《烹饪专业职业素养与就业指导》教材。

本教材的主要内容有:道德与职业道德、职业与职业素养、烹饪、烹饪职业与烹饪职业素养、烹饪专业的职业个性、烹饪专业就业与创业共5个模块。

本教材在编写工作中主要体现以下几个方面的思路。

第一,坚持以能力为本位,重视实践能力的培养,突出职业技术教育特色。根据烹饪专业毕业生所从事职业的实际需要,合理确定学生应具备的综合职业素养,对教材内容的深度、难度进行把握。同时,加强实践性教学内容,以满足企业对人才的需求。

第二,根据餐饮行业发展,尽可能多地在教材中充实新理念、新知识、新方法等方面的内容,力求使教材具有鲜明的时代特征。同时,在教材编写过程中,严格贯彻国家有关职业素养标准的要求。为人民服务是职业道德素养的核心,每一个从业者无论从事哪一种职业,都是社会主义现代化建设的重要组成部分,都是在为人民服务。同时,从业者要正确处理国家、集体与个人的关系,这也是评价一个从业者个人行为品质的基本标准。

第三,努力贯彻国家关于职业资格证书与学业证书并重、职业资格证书制度与国家就业制度相衔接的政策精神,力求使教材内容涵盖有关国家职业标准(中级)的知识和技能要求。

第四,在教材编写模式方面,采用模块式结构,尽可能使用图片、实物照片或案例把知识和内容生动地展示出来,力求给学生营造一个更加直观的认知环境。同时,针对相关知识点,设计了很多贴近工作和生活的导入或互动性训练等,意在拓展学生思维和知识面,引导学生自主学习,提高综合素质。

本书由河南省郑州市商业技师学院朱长征、段晓艳担任主编,由开封技师学院李茂华担任副主编,参与本书编写的人员有河南省郑州市商业技师学院尹贺伟、尹涛、王凤琴、张东、房四辈、闪文房、亢庄庄。

本教材既可供中等职业技术学校烹饪专业使用,也可作为烹饪行业从业人员的培训教材。

由于编者水平有限,书中难免存在疏漏错误之处,恳请专家、同行及广大读者批评指正。

编者

2016年1月

模块 1

道德与职业道德

项目一 道德概述 / 3

任务 1 道德概念 / 3

任务 2 道德的功能和作用 / 7

项目二 职业道德 / 9

任务 1 职业道德概念 / 9

任务 2 职业道德的特点和作用 / 13

模块 2

职业与职业素养

项目一 职业与素质 / 19

任务 1 职业 / 19

任务 2 素质 / 22

项目二 职业素养 / 24

任务 1 职业素养的构成 / 24

任务 2 职业素养的培养 / 29

模块 3

烹饪、烹饪职业与烹饪职业素养

项目一 烹饪与烹饪职业、烹饪职业素养 / 34

任务 1 什么是烹饪 / 34

任务 2 烹饪职业 / 37

任务 3 烹饪职业素养 / 39

项目二 烹饪职业教育的发展历程 / 47

任务 1 中国烹饪职业教育发展的时期 / 47

任务 2 烹饪职业教育的一般特征 / 49

任务 3 烹饪职业教育的现状及发展趋势 / 51

项目三 烹饪专业课程中素质教育的必要性 / 55

任务 1 素质教育是适应时代发展要求的教育 / 55

任务 2 素质教育是学生全面发展的需要 / 56

任务 3 素质教育是当前餐饮业的需要 / 58

模块 4

项目四 烹饪职业素养要求 / 60

任务 1 培养厨艺与厨德意识 / 60

任务 2 提高厨师的社会能力 / 62

任务 3 厨房人员的素质要求 / 63

烹饪专业的职业个性

项目一 烹饪职业兴趣 / 69

任务 1 职业兴趣 / 69

任务 2 烹饪职业对从业者兴趣的要求 / 74

项目二 烹饪职业性格 / 76

任务 1 职业性格 / 76

任务 2 职业性格的类型 / 77

任务 3 烹饪职业对从业者职业性格的要求 / 78

模块 5

烹饪专业就业与创业

项目一 烹饪职业就业形势与就业必备素质 / 83

任务 1 烹饪专业就业形势分析 / 83

任务 2 烹饪专业学生就业的必备素质分析 / 86

项目二 烹饪专业学生实习就业准备 / 87

任务 1 实习就业的心理准备 / 87

任务 2 实习就业的心理调适 / 91

任务 3 烹饪专业学生就业准备 / 93

项目三 就业与创业指导 / 99

任务 1 制定职业规划 / 99

任务 2 树立创业意识 / 102

任务 3 自主创业准备 / 104

附录 中华人民共和国劳动法 / 106

参考文献 / 118

模块

1

道德与职业道德

◎ 知识目标

1. 掌握道德的定义、功能和作用。
2. 熟悉职业道德的定义。
3. 掌握职业道德的特点和作用。

◎ 能力目标

通过对生活中正反两方面事例的分析，说明职业道德行为养成对个人成长和事业发展的重要作用，并使学生自觉地加强训练，培养良好的职业道德习惯。

模块导入

“道德”一词，在汉语中可追溯到先秦思想家老子所著的《道德经》一书。老子说：“道生之，德畜之，物形之，势成之。是以万物莫不尊道，而贵德。道之尊，德之贵，夫莫之命而常自然。”其中“道”指自然运行与人世共通的真理；而“德”是指人世的德性、品行、王道。在当时“道”与“德”是两个概念，并无“道德”一词。“道德”二字连用始于荀子《劝学》篇：“故学至乎礼而止矣，夫是之谓道德之极”。可见，“道”是人关于世界的看法，应属于世界观的范畴。

① 职业道德具有适用范围的有限性

每种职业都担负着一种特定的职业责任和职业义务。由于各种职业的职业责任和义务不同，从而形成了各自特定的职业道德的具体规范。

② 职业道德具有发展的历史继承性

由于职业具有不断发展和世代延续的特征，不仅其技术世代延续，其管理员工的方法、与服务对象打交道的方法，也有一定历史继承性。如“有教无类”“学而不厌，诲人不倦”，从古至今始终是教师的职业道德。

③ 职业道德表达形式多种多样

由于各种职业道德的要求都较为具体、细致，因此其表达形式多种多样。

④ 职业道德兼有强烈的纪律性

纪律也是一种行为规范，但它是介于法律和道德之间的一种特殊的规范。它既要求人们能自觉遵守，又带有一定的强制性。就前者而言，它具有道德色彩；就后者而言，又带有一定的法律色彩。就是说，一方面遵守纪律是一种美德，另一方面，遵守纪律又带有强制性，具有法令的要求。每个从业人员，不论从事哪种职业，在职业活动中都要遵守道德。如教师要遵守教书育人、为人师表的职业道德。医生要遵守救死扶伤的职业道德等。职业道德不仅是从业人员在职业活动中的行为标准和要求，而且是本行业对社会所承担的道德责任和义务。职业道德是社会道德在职业生活中的具体化。

项目一 道德概述

我们每个人都处于各种复杂的联系之中，例如，在家里我们要处理好与父母、兄弟姐妹的关系；在学校我们要处理好师生关系、同学关系；在单位我们要处理好上下级关系、同事关系，等等。如何处理这些关系，用什么样的态度来对待各种关系中出现的矛盾，这就涉及道德问题。良好社会道德风尚的形成，需要全体公民共同努力。作为 21 世纪的年轻人，我们要加强思想道德修养，牢固树立社会主义荣辱观，做一个知荣辱、讲道德的人，做一个守法纪、讲诚信的人，为构建社会主义和谐社会做出应有的贡献。

任务 1 道德概念

一、道德的概念和本质

（一）什么是道德

道德是日常生活中最常见的社会标准，它存在于人们的公共活动、职业活动和家庭活动的一切领域之中，如乐于助人、尊老爱幼等。购物及乘坐公共汽车排队、不随地吐痰等也属于道德的范畴。为了维护和调整人们之间的利益关系，对道德问题的思考，是许多思想家所特别关心的。公元前 6 世纪的大思想家、大教育家孔子在《论语》中集中论述了在当时社会中人与人之间的道德范畴、道德原则和各种行为规范。

那么，什么是道德呢？道德是人类社会生活中所特有的，由相关经济关系所决定的，依靠内心信念、传统习惯和社会舆论所维系的，并以善恶进行评价的一类社会现象，是调整人与人、人与自然、人与社会之间关系的一种特殊的行为规范。道德，渗透社会关系的各个方面，道德规范也相应地表现在社会的各个不同领域，一个社会拥有的道德规范是大量的、多

方面的和多层次的。比如人们常说：“师”要有师德，“官”要有官德，“商”要有商德。

（二）道德的本质

道德作为人类特有的现象是怎样产生的呢？从古至今无数伦理学家对此作了探讨。马克思主义认为，道德作为一种社会现象，其产生有多方面的条件，经历了一个漫长的历史过程。

首先，社会关系的形成是道德赖以产生的客观条件。在劳动或从事生产活动的同时，人与人之间形成了一定的关系，也就是我们常说的社会关系，道德是这种关系的产物。孤立的个人是不存在什么道德问题的，只有人生活在社会中，和周围的人形成了人与人、人与社会的关系，才会产生道德。

其次，人类自我意识的形成和发展，是道德产生的主观条件。道德观念的产生，是与人们的物质生产活动、彼此交往以及语言交织在一起的，并不是说有了人就有了道德。自我意识的产生，标志着人把自身同动物区别开来，只有当人们意识到自己作为社会成员与其他动物的根本区别，意识到自己同他人或集体的不同利益关系以及产生了调节利益矛盾的迫切要求，才有可能产生道德。

再次，劳动实践是道德产生的动因。道德产生所需要的主客观条件是统一于劳动实践的，劳动在人类社会的形成过程中起到了决定性的作用。劳动创造了人和人类社会，劳动是人类道德起源的第一个历史前提。如果没有劳动，也就不需要调整人类社会行为的原则和规范，不会有道德的产生和发展。

最后，社会分工和私有制的出现使道德的产生从可能转化为现实。社会分工使原有的社会关系变得复杂起来，面对这个复杂的社会关系，人们对道德有了更高的渴求。私有制的出现，使人们明确意识到人与人之间那种原始的统一被无情地打碎了，而社会要向前发展，也就要求有新的与之相适应的原则和规范来调整这种社会关系。至此，道德才在社会的发展与人的自身发展中从可能转化为现实。

人类最初的道德以风俗习惯等形式表现出来。随着社会生产力的发展和社会生产活动的日益复杂化、多样化，特别是随着人类文明时代的开始，道德逐渐从风俗习惯中分化出来，成为一种特殊的行为规范。

二、道德的特征

（一）道德具有特殊的规范性

道德与哲学、艺术规范一样，都属于上层建筑，但它与后两者也有很大不同。

道德与哲学、艺术相比，它们的存在方式是不同的。哲学是以规范和普遍规律的方式存在的；艺术是以具体的形象方式存在的；而道德是以各种规范的方式存在的，道德就是由各种各样的规则组成的规范体系。

（二）道德具有渗透社会生活的广泛性

从纵向看，道德贯穿于人类社会发展的各种形式。道德萌芽于原始社会，形成于奴隶社会，并在封建社会、资本主义与社会主义社会得到发展与进步，将来进入共产主义社会，国家消亡，但道德不仅不会消亡，可能还要进一步加强，由阶级道德变成人类共同的道德；从横向来看，道德存在于社会生活的各个领域、各种社会关系中。大到经济领域、政治领域、文化卫生领域，小到人们的衣、食、住、行。在面对各种关系，如父子、同事、上下级、师生等关系时，必须遵循一定原则和规范，其中也有道德的问题。

（三）道德具有发展的历史继承性

道德与其他上层建筑一样具有发展的一面，又有与历史相联系、相承接的一面。

首先，各个时代的道德中有一些共同的东西，就是在长期社会发展中形成的各个阶级都遵守的道德准则。如“孝敬父母”“尊敬师长”“勿偷盗”等道德规范。

其次，不同的社会发展时代，不同阶级的道德，也有一些可以继承的内容。在封建社会中，民族英雄的爱国主义精神，以天下为己任的品德，如岳飞的“精忠报国”；包公、海瑞等清官的廉洁奉公、刚正不阿的品德；范仲淹的“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的豪迈胸怀，这些对现代的道德建设都有一定的借鉴意义。

再次，历史上一些思想家的道德修养理论和道德实践方式，对于后代的道德修养和实践有启发作用。例如，孔子为教育他的弟子提出的“三人行，必有我师焉”的学习要求；曾子提出“吾日三省吾身，为人谋而不忠乎？与朋友交而不信乎？传不习乎？”的自律要求及标准，对后人进行品德修养，

就具有启发作用，值得继承与发扬。

（四）道德具有精神内容和实践内容的统一性

马克思曾把人类把握世界的方式分为四种，即科学理论的、艺术的、宗教的和实践精神的。道德是社会意识，是一种思想关系，它是一种精神。但道德作为精神又不同于科学、艺术等其他精神，而是以指导行为为目的，以形成人们正确的行为方式为内容的精神，因此它又是实践的。道德区别于其他社会意识的根本特征就在于它是一种实践精神，道德存在于人们的意识之中，又表现在人们的现实生活之中，它通过人们处理各种复杂的社会关系表现出来。

（五）道德在阶级社会具有阶级性

在原始社会，人们为了生存而共同征服自然，此时，人们的道德观念基本上是一致的。进入阶级社会后，统治阶级为了维护他们的统治，制定了多种规范，如政治规范、法律规范、纪律规范、经济规范、道德规范等，他们用这些规范制约被统治阶级的行为。道德就成为一定社会、一定阶级提出的，处理人与人、人与社会之间的各种关系的一种特殊行为。因此，会存在农民的道德与地主阶级的道德不同的现象。



知识拓展

公民道德建设实施纲要

中共中央2001年9月20日印发《公民道德建设实施纲要》，大力倡导二十字的基本道德规范：“爱国守法、明礼诚信、团结友善、勤俭自强、敬业奉献”。

在政治稳定、经济繁荣的大背景下，精神文明建设同样在迅速地发展。提高人民的文明素质、道德修养已经不仅仅局限于舆论宣传和形式，而是步入了实质性的实施阶段。弘扬中华民族优良文化、继承中华民族传统美德、褒奖正气、谴责邪恶、崇尚高雅、摒弃陋俗，这些蕴含着传统与现代文明精神实质的思想正悄然回到人们的心中，在这片古老的大地上逐渐生根发芽。

任务2 道德的功能和作用

一、道德的功能

道德的功能，是指道德作为社会意识的特殊形式对于社会发展所具有的
功效与能力。道德功能集中表现为，它是处理个人与他人、人与社会之间的
关系的行为规范及实现自我完善的一种重要精神力量。在道德的功能系统中
主要有以下几点。

（一）道德的认识功能

道德是人们把握客观世界的重要方式，它在人们的社会实践和认识进展
中产生，进而又来指导人们的实践和认识。

（二）道德的沟通和调节功能

道德在人的社会交往中的传播和影响，使人们彼此认同，彼此理解，从
而增进彼此之间的情感交流和行为呼应。由于人们的行为受各种因素的影响，
个人与个人、个人与社会之间不可避免地会产生这样那样的矛盾。这诸多矛
盾要以多种手段来调节，由于道德的调节具有自律和社会成本最低的特点，
因而发挥着不可替代的作用。

（三）道德的教育感化功能

道德的“教化”功能就是通过说理、评价、事实感化、榜样示范和舆论
导向等具体方式，化社会道德规范为人们的德行，化“他律”为“自律”。

道德的上述功能一般来说是同时起作用的，而不是孤立地表现的。因
此，道德在社会生活中的功能是不容忽视的。

二、道德的作用

道德功能的发挥和实现所产生的社会影响及实际效果，就是道德的社会
作用。道德的社会作用是道德的各种功能在具体的社会历史条件下的实现，
它的具体作用表现在如下几个方面。

首先，道德能够影响经济基础的形成、巩固和发展。任何道德都是用自

己的标准来评价一定的社会经济关系和社会经济状况的合理性，否定危害它的社会关系的思想和行为，使经济基础得到巩固和发展。我们所倡导的社会主义道德，正是建立在社会主义基础上，为促进社会主义现代化建设的发展和共产主义远大目标的实现而服务。

其次，道德是影响社会生产力发展的一种重要的精神力量。社会的发展，主要是社会生产力的发展，劳动者是生产力各种要素中最积极、最革命、最具能动性的重要因素，是进行社会物质生产的主体。人们的道德面貌影响着人们的生产积极性。这是因为，道德在实现其社会作用的过程中，必须首先转化为人们的内在力量，然后以此为依据来调整人们的社会行为。所以，作为人们行动的一种动力，道德也就间接地对社会生产的发展起着促进或阻碍作用。

再次，道德是构成社会主义和谐社会的重要基础。社会和谐是中国特色社会主义的本质属性，道德建设是促进社会和谐的精神基石。一个社会能否和谐，一个国家能否长治久安，很大程度上取决于全体社会成员的思想道德素质，因为道德通过调整人们之间的关系来维护社会秩序和稳定。没有良好的社会道德风尚，就无法构成社会主义和谐社会。

项目二 职业道德

职业道德是随着社会分工的发展,并出现相对固定的职业集团时产生的。人们的职业生活实践是职业道德产生的基础。在原始社会末期,由于生产和交换的发展,出现了农业、手工业、畜牧业等职业分工,职业道德开始萌芽。进入阶级社会以后,又出现了商业、政治、军事、教育、医疗等职业。在一定社会的经济关系基础上,这些特定的职业不但要求人们具备特定的知识和技能,而且要求人们具备特定的道德观念、情感和品质。社会主义的职业道德是适应社会主义物质文明和精神文明建设的需要,在共产主义道德原则的指导下,批判地继承了历史上优秀的职业道德传统的基础上发展起来的。由于社会主义的各行各业没有高低贵贱之分,在职业内部的从业人员之间、不同职业之间以及职业集团与社会之间没有根本的利害冲突,因此,不同职业的人们可以形成共同的要求和道德理想,树立热爱本职工作的责任感和荣誉感。

任务1 职业道德概念

职业道德,就是同人们的职业活动紧密联系的由职业特点所要求的道德准则、道德情操与道德品质的总和,它既是本职人员在职业活动中的行为标准和要求,同时又是其对社会所负的道德责任与义务。职业道德是所有从业人员在职业活动中应该遵循的行为准则,涵盖了从业人员与服务对象、职业与职工、职业与职业之间的关系。随着现代社会分工的发展和专业化程度的增强,市场竞争日趋激烈,整个社会对从业人员职业观念、职业态度、职业技能、职业纪律和职业作风的要求越来越高。

在社会主义社会,由于职业活动逐步成为最基本的实践形式,所以职业道德也就成为了社会主义道德极其重要的部分。从总体上看,职业道德包括职业理想、职业责任、职业态度、职业纪律、职业荣誉五个方面。

一、职业理想

每个人在走上工作岗位之前,心目中都有一个希望的职业,并且在可能的条件下,都对自己所要从事的工作进行了认真的比较和选择。在职业选择中,最为重要的是个人对职业要有正确的态度。不管是过去还是现在都存在职业选择问题。在旧社会,有相当多的人选择厨师这个职业,是出于生活所迫,从事这项工作可以混口饭吃,以温饱为出发点,能饱腹就是最基本的理想。现在,许多青年人把厨师作为职业,是出于对此行业的喜欢和热爱,在这种情况下,他学习的动力会更强、更持久。

有了高尚的职业理想,即使在平凡的工作中,也能做出巨大的贡献。雷锋是一名普通的战士,他并没有什么惊天动地的创造,他所做的工作都是平凡的,但在平凡的工作中,他始终以一个主人翁的态度对待每一件“小事”,在平凡的工作中表现了共产主义战士的伟大胸怀和高尚情操,把有限的生命投入到无限的为人民服务之中去,受到了人民的爱戴和尊敬(图1-1)。



图1-1 雷锋

二、职业责任

职业责任包括企业责任和劳动者责任两大方面。一个劳动者,只有他认识和理解了职业和人民赋予自己的光荣使命,具有高度的道德觉悟和高尚的道德境界,他才能够自觉履行职业职责。

我们的职工是企业的主人、国家的主人。但光荣的主人翁地位,是要在自己的工作实践中,以爱企业、爱国家的实际行动来体现的。有个别职工在自己“小家”里确实是当主人的,上街买东西几角几分也和商家讨价还价;买高档商品更是操心,生怕有问题,对商品挑了又挑,选了又选。但是,对于国家的财产就不那么操心了,这是值得人们深思的。厨师行业也是一样,不管你在什么岗位都有各自的工作职责,我们既要考虑企业的利益,又要照顾顾客的利益,肩上的担子不能发生倾斜,要公平地维护企业和顾客的正当权益。

三、职业态度

人的最本质的行为，就是有目的、自觉地进行劳动活动。这种活动，从人类社会生活一开始就存在，是人类社会生活的基础，对人类的发展起着决定性的作用。它不仅改变着人与自然的关系，而且也深刻影响着人类的社会生活，形成人们之间的道德关系，使人们对劳动的态度具有道德意义。

社会主义职业态度的最基本的要求，就是树立主人翁的劳动态度。最根本的原因就在于，劳动者是社会主义公有制经济的主人。社会主义的生产资料公有制实质上是联合起来的劳动者的共同所有制。首先，生产的最终目的是为了劳动者的个人需要；其次，整个生产过程是按照全体劳动者的共同意志，由联合起来的劳动者自己管理的；再次，全部劳动产品都属于联合起来的劳动者共同所有，按照他们的共同利益和意志进行分配，不存在剥削。然而，在现实工作中，有个别厨师没有认识到自己的主人翁地位，把劳动看成是给“别人”干活，有消极怠工、浪费原材料、破坏工具设备、甚至盗窃公共财物的行为。这些行为与社会主义的职业态度背道而驰，每一个劳动者必须树立主人翁的劳动态度和职业态度（图1-2）。

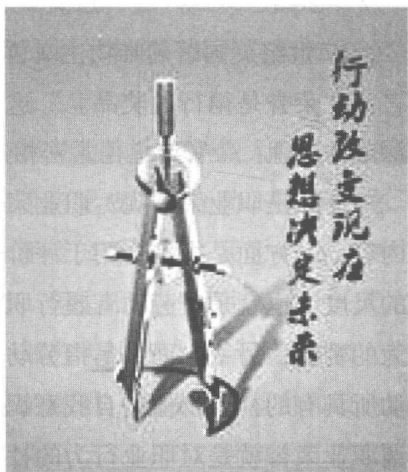


图1-2 职业态度

四、职业纪律

职业纪律是一种行业规范。它要求劳动者在职业生活中遵守秩序、执行命令和履行自己的职责，它是调整劳动者和他人、和企业、和社会，以及职业生活中局部与全局关系的重要方式。

社会主义职业纪律是广大劳动者在利益、信念、目标完全一致的基础上所形成的高度自觉的新型纪律。这种自觉的纪律是社会主义的法规性和道德性的统一。邱少云（1926—1952）中国人民志愿军一级英雄，1952年10月，为打击盘踞在上甘岭的美国军队，被选派参加潜伏部队，并担任了