

# 就业

Jiuye zeye chuangye

择业创业

zeye chuangye

孙兴和 编著



兰州大学出版社



## 作者介绍

孙兴和, 1956年8月出生, 甘肃静宁人。1982年毕业于西北师范大学数学系, 理学学士, 数学高级讲师, 特级教师, 甘肃省数学学科带头人。曾应邀参加国家数学课程标准研制工作。现任平凉师范学校招生就业办公室主任, 并从事职业指导教学工作。

# 就业 择业 创业

*Jiuye zeye chuangye*

孙兴和 编著

兰州大学出版社

## 图书在版编目 ( C I P ) 数据

就业 择业 创业 / 孙兴和编著. —兰州: 兰州  
大学出版社, 2010. 12  
ISBN 978-7-311-03630-0

I. ①就… II. ①孙… III. ①职业选择—青年读物  
IV. ①C913. 2-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第230734号

责任编辑 钟 静

封面设计 王 根

---

书 名	就业 择业 创业
作 者	孙兴和 编著
出版发行	兰州大学出版社 (地址: 兰州市天水南路 222 号 730000)
电 话	0931-8912613 (总编办公室) 0931-8617156 (营销中心) 0931-8914298 (读者服务部)
网 址	<a href="http://www.onbook.com.cn">http://www.onbook.com.cn</a>
电子信箱	press@lzu.edu.cn
印 刷	甘肃欧亚印刷有限公司
开 本	880 毫米×1230 毫米 1/32
印 张	9
字 数	240 千
版 次	2010 年 12 月第 1 版
印 次	2010 年 12 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-311-03630-0
定 价	25.00 元

---

(图书若有破损、缺页、掉页可随时与本社联系)

# 前 言

我想做什么？

我能做什么？

我在做什么？

这三个问题可以称为人生三坐标，它将伴随你走过一生。你的人生轨迹就是建立在这个三维坐标系中的一条曲线。孩提时代，这三个坐标变量的影响虽然朦朦胧胧，时有时无，时弱时强，带有很大的随意性、模仿性、不确定性，但是它却通过日常玩耍、学习、生活直接地体现出来。随着你由童年、少年进入青年，人生轨迹曲线将会渐渐具有某种规律，形成一种比较稳定的倾向。特别是在青年后期，这种倾向更加稳定。当然，并非所有人都如此。通过学习、生活以及就业、择业、创业过程的不断调适，每个人的人生曲线都会发生很大的变化。对一些人来说，这种变化是正向的，他们找到了自己的发展方向，并且沿着这个方向坚持不懈的努力，终于取得了成功，活出了一个绚丽的人生。但对另一些人来说，这种变化是负向的，他们容易被各种因素所左右，受从众心理、攀比心理等因素的影响，或到什么山头唱什么歌，或站在这山望见那山高，或“悔不该”不离口，不能正确处理学习与职业，就业与择业、创业之间的关系，没有使自己的聪明才智得到应有的发挥。对社会来说，没有人尽其才，对自己来说，没有实现人生价值。

谁不在生活的激流中扬起生命的风帆，谁就会被搁浅在时代的岸边。诚如此言，然而，扬不扬生命的风帆，这只是个人态度的问题，如何扬起，怎样扬起，却是个科学规划的问题，这就是职业指导的主要任务。毛泽东曾经说过，无产阶级要在认识客

观世界的同时认识主观世界，要在改造客观世界的同时改造主观世界。就认识世界来说，从宏观方面讲，人类已经跨过了太阳系，但是，面对无边无际的宇宙，仍然存在着一个又一个永远解不尽的谜，永无尽头；就微观方面说，我们对于自身的认识，也存在着一个又一个永远解不开的谜，也是永远不会到头。对于物质的我，是这样，对于意识的我，又何尝不是如此。只有通过不断的自我认识、自我调整、自我完善，才有可能通过就业、择业、创业三部曲，最大限度地实现自己的人生价值。

对职业指导及其教育问题的思考与研究在国外已经进行了很长时间，在我国也已经开始研究与探索，但在我市还是个全新的问题。我们必须清醒地认识到：随着我国工业化进程的加快，全球经济一体化的形成，学校教育与就业之间、学生学习与职业选择之间的关系日益密切。政府促进就业、市场调节就业、个人自主就业的市场就业方针打破了传统的统包统分的就业格局，唤起了学生参与职业选择和社会生活的主体意识。但是，由于缺乏系统的职业知识教育和指导，不少学生在个人择业与岗位择人的双向选择过程中无所适从，具有很大的盲目性。如何使学生“面向现代化，面向世界，面向未来”，在激烈的竞争中首先解决生存问题，做好就业，然后，根据自己的兴趣、能力等个性特征，做好择业，并尽可能地进行创业，完成职业三部曲：就业、择业、创业，完成从生存性职业到理想职业、从理想职业到职业理想的转变，实现自己的远大抱负，职业指导课的开设，将有助于学生在这方面的提高。

我想做什么：你的职业理想是什么？你的人生价值是什么？

我能做什么：你的兴趣、性格、能力等个性品质适合做什么工作？你所在的环境能够给你提供什么机会？你有可能做什么工作？

我在做什么：你的义务是什么？环境赋予你的责任和对你的期待是什么？你自己现在应该做什么？你现在在做什么？你的所作所为与你的理想、能力是否一致？

随着社会的变化、个体的发展，“我想做什么”、“我能做什

么”、“我在做什么”在不断地变化着。当然，最理想的境界是三个指标的一致，即“我想做什么”、“我能做什么”、“我在做什么”三者一致。“我想做什么”与“我能做什么”如果不一致，应该根据“我能做什么”，对“我想做什么”加以调适，也可以根据“我想做什么”，对“我能做什么”进行改进。如果“我在做什么”与前两者发生矛盾时，应该多从自身考虑问题，不要荒废学业，根据自己的理想和个性品质，进行持之以恒的努力，从而达到理想的结果。

凡正常人，不可能没有职业，职前的学习是为了日后所从事的职业。所以在人生三坐标中，职业是当然的坐标原点，不论就业、择业还是创业，都以职业为归宿，故就业、择业、创业均属于职业的范畴。本书将人生三坐标又细化为职业理想、职业道德、职业性格、职业兴趣、职业能力、职业礼仪、职业选择、职业设计八个问题。职业理想多属于“我想做什么”的范畴，职业道德、职业性格、职业兴趣、职业能力、职业礼仪多属于“我能做什么”的范畴，职业选择、职业设计多属于“我在做什么”的范畴；但是又不尽然，事实上每个问题都包含“我在做什么”的成分，而“我在做什么”通过积累，由量变引起质变，又构成了“我能做什么”的新的要素，形成对“我想做什么”的影响。正所谓你中有我，我中有你，生生不息，变化无穷。在数学里，三坐标将欧氏空间分成八个卦限，本书的三坐标也将职业指导分成了八个问题，有些牵强附会，但也不是全无道理，为了形式上的一致，权且为之吧。

# 目 录

前 言 .....	(1)
第一章 职业理想 .....	(1)
第一节 职业 .....	(1)
一、职业 .....	(1)
二、职业的发展趋势 .....	(5)
第二节 理想与职业理想 .....	(18)
一、理想 .....	(18)
二、职业理想 .....	(27)
第二章 职业道德 .....	(36)
第一节 道德与职业道德 .....	(36)
一、道德 .....	(36)
二、职业道德 .....	(45)
第二节 职业道德的树立和培养 .....	(61)
一、在日常生活中培养 .....	(61)
二、在专业学习中训练 .....	(62)
三、在社会实践中体验 .....	(64)
四、在自我修养中提高 .....	(67)
五、在职业活动中强化 .....	(69)
第三章 职业性格 .....	(71)
第一节 性格 .....	(71)
一、性格 .....	(71)
二、性格的形成 .....	(77)
三、性格的表现 .....	(82)

第二节	职业性格 .....	(88)
一、	职业性格 .....	(88)
二、	所学专业相关职业群对职业性格的要求 ..	(90)
三、	职业性格的形成 .....	(90)
* 四、	情绪的调适与控制 .....	(95)
第四章	职业兴趣 .....	(104)
第一节	兴趣与职业兴趣 .....	(104)
一、	兴趣 .....	(104)
二、	职业兴趣 .....	(110)
第二节	职业兴趣的分类及培养 .....	(118)
一、	职业兴趣的分类 .....	(118)
二、	职业对从业者的兴趣要求 .....	(121)
三、	职业兴趣的培养 .....	(123)
第五章	职业能力 .....	(127)
第一节	职业素质与职业能力 .....	(127)
一、	职业素质 .....	(127)
二、	职业能力 .....	(132)
第二节	职业能力的培养 .....	(139)
一、	不同职业类型及岗位对职业能力的要求 ..	(139)
二、	职业能力的培养 .....	(141)
* 第三节	职业能力的测定——霍兰德职业倾向测验量表 .....	(146)
第六章	职业礼仪 .....	(164)
第一节	人际沟通与人际关系 .....	(164)
一、	人际沟通 .....	(164)
二、	人际关系 .....	(173)
第二节	职业礼仪 .....	(181)
一、	职业礼仪 .....	(181)

二、基本的职业礼仪介绍 .....	(185)
* 三、《弟子规》中“礼仪”选译 .....	(199)
<b>第七章 职业选择</b> .....	(202)
<b>第一节 《中华人民共和国劳动法》解读</b> .....	(202)
一、劳动者的权利和义务 .....	(202)
二、劳动合同 .....	(203)
三、工作时间和休息休假 .....	(206)
四、工资、社会保险和福利 .....	(207)
五、劳动安全卫生 .....	(208)
六、女职工和未成年工特殊保护 .....	(209)
七、劳动争议 .....	(209)
<b>第二节 《中华人民共和国就业促进法》解读</b> .....	(210)
一、就业工作的地位 .....	(211)
二、促进就业工作的原则 .....	(213)
三、完善市场就业机制 .....	(214)
四、促进就业工作体系 .....	(216)
<b>第三节 树立正确的择业观</b> .....	(218)
一、树立正确的就业观 .....	(219)
二、树立正确的立业观 .....	(221)
三、树立正确的创业观 .....	(222)
<b>第五节 择业的方法和技巧</b> .....	(225)
一、求职准备 .....	(225)
二、善于推销自己 .....	(226)
三、面试 .....	(227)
四、笔试 .....	(229)
五、协议的签订 .....	(230)
六、就业陷阱 .....	(231)

第八章 职业生涯规划 .....	(237)
第一节 职业生涯规划 .....	(237)
一、职业生涯规划 .....	(237)
二、职业生涯规划的任务和作用 .....	(245)
第二节 职业生涯规划的内容及步骤 .....	(251)
一、职业生涯规划的内容 .....	(251)
二、职业生涯规划步骤 .....	(254)
第三节 职业理想的实现 .....	(259)
一、培养自己的情商 .....	(261)
二、先就业再择业 .....	(263)
三、从理想职业到职业理想 .....	(264)
附 录 .....	(267)
职业设计案例	
不怕做不到，就怕想不到 .....	(267)
创业案例	
甘肃省返乡创业带头人高兰银和平凉新世纪集团	
.....	(270)
编 后 .....	(277)

---

注：本书标 \* 内容为阅读材料

# 第一章 职业理想

## 第一节 职业

### 一、职业

职业就是人们为了生存和发展而从事的相对稳定、有经济收入、属于专门类别的社会劳动，职业是人的生活方式、经济状况、文化水平、行为模式、思想情操的综合反映，也是一个人的权利、义务、职责以及社会地位的一般性表征。

通俗地说，职业就是人们所说的工作岗位。从社会的角度来看，职业是劳动者的社会角色，劳动者获得职业意味着他为社会承担了一定的义务，同时也获得了参与社会分配的权利。义务和权利是双向的，二者不能偏废。义务感使人们对社会尽职尽责，正是在全体社会成员的努力下，社会才日新月异地向前发展。社会发展的同时，不断地提供着无穷无尽的财富，正是这些财富，才使得社会成员有一定的生活基础，享受着物质文明和精神文明的成果，不断增强着为社会发展作贡献的义务感、成就感、幸福感。

#### （一）职业的特点

##### 1. 基础性

职业是从业者谋生的手段，从业者靠职业取得经济收入，是社会生活的基础。

##### 2. 社会性

除了一些老弱病残者，每一个成年人在社会上都有自己的职业。有些人可能短期内没有职业，即所谓的“失业”，但是，一旦

“失业”问题解决，也就意味着有了职业。这里，着重谈一下下岗职工和农民工的社会性问题。

下岗职工。下岗职工是特指在我国内地原企业已没有工作岗位，但没有与原企业解除劳动关系，有就业要求，尚未就业的人员。我国出现职工大量下岗的现象，是计划经济向市场经济转轨的必然反映，是我国经济发展多年积累的诸多深层次矛盾的综合结果，也是改革和发展过程中不可逾越的阶段。没有这个过程，国有企业就无法摆脱困难，更无法建立现代企业制度。从长远来看，随着改革深入、科技进步和经济结构的调整，劳动力的相应调整与流动依然会经常发生，这也是不以人们的意志为转移的客观现实。据统计，1998年至2000年，我国国有企业共有下岗职工2137万人。20世纪90年代中后期，下岗职工问题作为一种社会经济现象开始凸显，并且引起社会各方面的广泛关注。国家及各级政府通过扩大就业岗位、降低失业率、优化创业环境，促进创业，带动就业，实施就业援助，解决就业困难人员的就业难题，强化职业培训，提高劳动者素质及就业能力等途径，有效地解决了下岗工人的生活、工作问题。

农民工。农民工是指中国内地进城从事非农工作，却未改变身份的农民。农民工有农村户口，有承包土地，但离开户籍所在地，主要从事体力要求较高的土木建筑、城市清洁和环境保护、绿化育苗等工种和居民家政等工作。农民工向往城市，希望在城市工作，同时也为城市建设作出了巨大的贡献，但他们没有城市户口，不享受城市社会保障。国务院指出，农民工面临的问题十分突出，主要是：工资水平偏低，被拖欠现象严重；劳动时间长；安全条件差；缺乏社会保障，职业病和工伤事故多等。农民工在接受培训、就业、子女上学、生活居住等方面也存在诸多困难，经济、政治、文化权益得不到有效保障，这些问题引发了不少社会矛盾。农业劳动力向非农产业和城镇转移，是世界各国工业化、城镇化的普遍趋势，也是农业现代化的必然结果。我国农村劳动力数量众多，在工

业化、城镇化加快发展的阶段，越来越多的富余劳动力将逐渐转移出来，解决农民工问题是建设中国特色社会主义的战略任务。2010年国际劳动节前夕，有消息称，目前中国农民工总数已近2.3亿，政府将积极促进中小城市解决农民工户籍问题，将放宽中小城市、小城镇落户条件，促进符合条件的农民工在城镇落户并享有与当地城镇居民同等的权益。国家将把农民工工作列入未来五年国民经济和社会发展规划中，进一步在劳动报酬、户籍、培训、子女教育、精神生活等方面保障农民工权益。有关部门将加强农民工工资支付监控，积极建立欠薪应急周转金制度，实行高危行业农民工经过培训持证上岗制度，以适应社会转型的要求。

### 3. 规范性

各个职业有其自身的特点，要求不尽相同，每一种职业都有特定的职业规范。例如《机械行业职业技能技术操作标准规范》、《化工行业十大工种技术操作规范与国家职业标准》、工程建设行业《职业健康安全管理体系规范》、《公务员法》、《教师法》等。

### 4. 时代性

新技术革命的兴起，使得社会生产的技术基础由机械化向自动化、信息化方向发展。1956年在美国历史上第一次出现了从事技术、管理和事务工作的白领工人数字超过蓝领工人的现象，信息业产值占国民生产总值的60%以上。在工业化程度较高的国家，由于自动化技术的发展和广泛运用，职业的更新与流动加快，据统计，在1950—1966年的16年时间里，大约有8000多种职业从西方劳动力市场上消失了，同时又出现6000多个新的职业工种，“经合组织”国家的职员平均每5年要更换一次工作。美国的职工平均每人一生职业流动12次，在16岁到65岁的美国人中，有36%处于“实际的”职业转移或“期待中”的职业状态。由此可见，现代职业结构随着技术的不断更新呈现出极强的时代性的特点。

随着时代的发展，总有一些旧的职业被淘汰，如“更夫”、

“轿夫”，这些曾经的职业现在只能在文学作品中才能看到，再过若干年，恐怕也只有专门的学者才能知道它。随着科学技术的进步，总有一些新的职业产生，进入 21 世纪以来，国家劳动和社会保障部又向社会发布了一批新的职业。这批新职业是会展策划师、商务策划师、数字视频（DV）策划制作师、景观设计师、模具设计师、家具设计师、建筑模型设计师、客户服务管理师、宠物健康护理员、动画绘制员等。这些新职业基本上都集中在现代服务业，主要职能是管理、策划创意、设计和制作。这些新职业不仅要求从业人员有较高的理论知识素养，而且要求有较强的动手能力，属于高技能人才中的知识技能型人才。

### 5. 多样性

联合国在 1958 年颁发的《国家标准职业分类》中，将职业分为 9 个大类，83 个中类，284 个小类，1506 个细类。1999 年，我国劳动和社会保障部在《中华人民共和国职业分类大典》中，将我国职业分为 8 大类，66 个中类，413 个小类，1838 个细类。

#### （二）职业的作用

职业无论对个人生存发展还是对社会发展都具有十分重要的作用。

##### 1. 职业是劳动者谋生的手段

社会的分工不同，决定着职业岗位的不同，而职业岗位的不同，又导致了劳动的复杂程度不同。由于市场调节和人为因素诸如政策的原因，劳动者所获报酬也就不同，而劳动者的报酬是本人甚至家庭生活的主要来源。作为中职生，在上学阶段，国家为我们投入了大量的人力、物力、财力，毋庸讳言，我们的家庭也为我们的学习在经济上作出了很大的付出。中职教育，实际上就是就业教育，中职生毕业后，大部分人就要走上工作岗位。我们要依靠自身的努力，获得工作，自食其力，报答父母，报答社会。

##### 2. 职业是劳动者实现自身价值的平台

人生三分之一以上的时光是在职业生活中度过的，人也许可以

没有完整的家庭生活，但不能没有职业，因为职业是从业人员参与社会活动、进行人际交往和实现人生价值的“桥梁”和“载体”。

通过职业，我们可以获得社会角色，得到社会的承认，为社会发展作出应有的贡献。通过职业，我们可以播撒理想的种子，浇灌智慧的花朵，收获希望的果实，最大限度地实现人生价值。

### 二、职业的发展趋势

#### (一) 职业的发展趋势

按照国民经济的产业结构划分，产业通常分为三大部门：第一产业、第二产业、第三产业。

##### 1. 第一产业包括农业、林业、畜牧业、渔业和水利业

第一产业是人们衣食的主要来源，是人类赖以生存的根本。目前，我国第一产业的结构正在加快调整的步伐，以农业为例，农业经济处于粗放经营、科技含量少和劳动生产率低的状态，提高农业的科技含量，尽快实现经济体制和经济增长方式的根本转变，大力发展生态农业、立体农业、高效农业、优质农业、高产农业是我国农业实现现代化的主要途径。

平凉市第一产业调整成果介绍。

林果产业。平凉市坚持用工业化思维谋划林果产业，拉长拉粗产业链条，不断提高产业效益。2009年第一季度，苹果直接出口2122吨，创汇157万美元，同比增长64%，其中向欧盟出口75吨，在全省率先实现了苹果直接出口欧盟国际高端市场零的突破。平凉市林业局与全球公认的欧盟认证机构瑞士通用公证行（SGS）通标标准技术服务有限公司（SGS-CSTC）达成协议，在2008年全市认证的中国良好农业规范（CHINA-GAP）示范基地的基础上，按照欧盟认证标准，在静宁治平、庄浪朱店、泾川飞云确定900亩全球良好农业规范（GLOBAL-GAP）认证基地，进行了大气、土壤、水质及果品安全等指标的检测，制定了部分管理体系文件，对三个基地进行了预审和培训管理人员，为平凉金果取得欧盟高端市场的准入证做了扎实工作。2009年4月26日，澳大利亚专家实地

考察了静宁、泾川两县苹果种植基地、加工包装厂有害生物防控和出口苹果检验检疫管理等工作，为平凉金果打入澳大利亚市场打下了坚实基础。

王亚鹏，系平凉师范 93 届毕业生，曾任静宁县深沟乡乡长，现任该乡党委书记。深沟乡距县城 67 公里，平均海拔 1700 多米，是静宁县西南部的一个山区乡，也是中南部贫困片带上的重点贫困乡之一，自然条件恶劣，工作条件艰苦。王亚鹏上任伊始，踏遍全乡的各个村落，对 8000 多位农民的所需、所盼、所愿进行深入调查，对产业结构调整进行认真研究。在反复踏勘调研的基础上，他集中集体智慧，确立了调整种植结构、发展果品主导产业和瓜菜特色产业以促进农民增收的思路。

4 年多来，从政府乡长到党委书记，王亚鹏带领广大干部群众，组织实施“引果上山进沟”工程，建设果园化乡镇，全乡栽植优质红富士苹果 1.76 万亩，建成南山、北山两个示范带，苹果种植总面积发展到 2.5 万亩，占耕地面积的 65.5%，川区人均 4.2 亩，山区人均 2.8 亩。他带领干部群众坚持不懈地走绿色路、建精细园、育优质果、打特色牌，每年推广果品提质增效技术 10 余项，建成丰产“万元园”4230 亩，最高亩产 1.2 万斤，每亩收入 2 万多元；每年在山地幼龄果园内套种地膜瓜菜 6000 多亩，间作洋芋 11000 多亩，每亩纯收入达 900 多元，全乡人均增收 700 元。

为了适应大力发展苹果产业的需要，短短 4 年间，深沟乡累计新修道路 6 条 76.5 公里，保证了道路畅通；新修标准化梯田 3142 亩，建成田间集雨水窖 2688 眼，户用沼气 860 户，改善了苹果种植环境；基本实现了道路网络化、林地梯田化、流域治理化和设施配套化。如今的深沟乡山绿了，水清了，路直了，村庄美了，群众富了。

草畜业。平凉市按照绿色、生态、可持续发展的要求，加快养殖小区建设步伐，转变畜牧业生产方式，截至 2009 年，已新建成标准化养殖小区 35 个，其中养牛小区 19 个，累计标准化养殖小