



普通高等教育“十二五”规划教材（高职高专教育）

大学生职业发展与就业指导

（第二版）

DAXUESHENG ZHIYE FAZHAN YU JIUYE ZHIDAO

刘珍杰 叶 岚 主 编

李治华 徐 昌 文建秀 副主编



中国电力出版社
CHINA ELECTRIC POWER PRESS





普通高等教育“十二五”规划教材（高职高专教育）

大学生职业发展与就业指导

（第二版）

DAXUESHENG ZHIYE FAZHAN YU JIUYE ZHIDAO

主 编	刘珍杰	叶 岚		
副主编	李治华	徐 昌	文建秀	
编 写	辛晓亚	蒲晓湘	向晓蜜	肖 永
	蔡 峰	宗 伟	周光其	
主 审	周一平			



中国电力出版社
CHINA ELECTRIC POWER PRESS

内 容 提 要

本书为普通高等教育“十二五”规划教材（高职高专教育）。该教材具有以下特点：一，以高职高专教育特点和学生特点为基础，梳理出高职高专学生职业发展与就业指导分阶段的重点任务；二，教材内容丰富，案例实用，通俗易懂，注重理论与实际相结合，按照用人单位招聘学生的整个过程设计出一整套实用的就业求职实训模块；三，突破以往相类似教材只注重理论讲解的局限，实现了高职高专理实一体化的先进教育理念。

本书可作为高职高专院校、成人高校和本科院校举办的二级职业技术学院、民办高校公共基础课程大学生就业指导课程的教材，也可供从事学生毕业指导工作的老师以及社会相关人员参考使用。

图书在版编目（CIP）数据

大学生职业发展与就业指导 / 刘珍杰, 叶岚主编. —2 版.
北京: 中国电力出版社, 2012.7

普通高等教育“十二五”规划教材. 高职高专教育
ISBN 978-7-5123-3303-1

I. ①大… II. ①刘… ②叶… III. ①大学生—职业
选择—高等职业教育—教材 IV. ①G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2012）第 162681 号

中国电力出版社出版、发行

（北京市东城区北京站西街 19 号 100005 <http://www.cepp.sgcc.com.cn>）

汇鑫印务有限公司印刷

各地新华书店经售

*

2009 年 8 月第一版

2012 年 8 月第二版 2012 年 8 月北京第四次印刷

787 毫米×1092 毫米 16 开本 16.5 印张 402 千字

定价 29.50 元

敬告读者

本书封底贴有防伪标签，刮开涂层可查询真伪
本书如有印装质量问题，我社发行部负责退换

版 权 专 有 翻 印 必 究

目 录

第一章 建设强有力的职业规划力	1
第一节 职业与就业	1
第二节 职业理想	27
第三节 职业生涯规划	33
第二章 构建自身核心的求职营销力	63
第一节 求职准备	64
第二节 就业信息的收集和处理	83
第三节 求职材料制作与投递	99
第四节 求职途径与技巧	113
第五节 面试	120
第三章 提升全方位的就业保护力	132
第一节 职业道德与职业素质	133
第二节 就业程序	174
第三节 就业的法律法规保护	183
第四章 大学生自主创业教育	207
第一节 大学生自主创业概述	207
第二节 大学生自主创业准备	212
第三节 创业计划书的编制	226
第五章 大学生就业指导实训	238
实训任务一 个人形象设计	239
实训任务二 就业信息的收集处理	241
实训任务三 制订个人求职计划	242
实训任务四 模拟面试	245
实训任务五 求职体验	247
实训任务六 就业协议的签署	250
附录 面试重点提示	252
参考文献	257
后记	258

第一章 建设强有力的职业规划力

【学习目标】

通过本章的学习，能认识、分析高职高专学生当前就业形势，能理解职业发展与就业指导的任务，能分析个人自我就业的意愿，能理解大学生学习就业指导的意义；掌握养成职业理想的途径和方法，掌握处理职业理想和职场现实矛盾的方法；了解影响职业生涯规划的因素、步骤和方法；掌握职业生涯发展的技巧与步骤，掌握职业生涯成功的评价体系。



【引导案例】

据报道，重庆某高校学生就业率连续几年超过95%。据了解，该校取得如此骄人业绩的原因主要有两个，一个是对外多方联系用人单位，大力开拓就业市场；另一个就是对内加强学生职业发展与就业指导工作，提高学生就业求职竞争力。从2003年开始，该校在毕业生中开展了针对性、实用性较强的就业指导教育，内容涉及职业生涯规划、求职营销和就业保护等方面；2006年又编写了《大学生职业发展与就业指导》等专门教材，设立相关的必修课、选修课和系列职业发展与就业指导辅导讲座。这一系列就业指导教育的步步落实，提高了学生的生涯管理能力和就业能力，支撑、促进了该校数年较高的学生就业率。



【简评】

从引导案例可以看出该校之所以能够保持较高的就业率，其中，一个重要的原因就是该校重视学生的职业生涯规划管理能力和就业能力的提高。职业生涯规划力建设、求职营销力建设和就业保护力建设的有效开展，对提升学生的职业生涯规划管理能力和就业能力是非常有意义的。

第一节 职业与就业

一、职业与职业发展

（一）职业

1. 职业的定义

从广义的职业范畴来看，职业是指个人在社会生活中所从事的作为主要生活来源的工作。而从狭义的职业范畴来看，职业是人们为了谋生和发展而从事的相对稳定的、有收入的专门类别的社会劳动，即人们所获得的一系列社会位置。它是人们的生活方式、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、权力、职责、地位的一

般性表征。

从生活的角度讲，职业是劳动者获得的社会角色，劳动者因此而为社会承担一定的义务和责任并得到社会的承认，实现社会控制，维持社会运转和创造社会财富；从个人的角度讲，职业则是劳动者“扮演”的社会角色，通过劳动获得稳定、合法的收入，维持生活，参与社会活动，发挥个人潜能为社会做贡献。这也是职业这种特定的社会活动区别于其他社会活动的主要特点。

2. 职业的要素

根据职业的定义，职业一般由以下几个要素构成。

(1) 职业名称：职业的符号特征，它一般是由社会通用的称谓来命名，如医生、教师等。

(2) 职业主体：从事一定社会分工的劳动者，必须具有承担该职业活动所需要的资格和能力。

(3) 职业客体：职业活动的工作对象、内容、劳动方式和场所等。

(4) 职业报酬：通过职业活动所取得的各种报酬。

(5) 职业技术：劳动者在从事职业活动中所运用的自然技术、社会技术和思维技术的总和。

职业的要素体现了职业是社会与个人、整体与个体的联系纽带，社会整体依靠个体通过职业活动来推动和实现发展目标，个体则通过职业活动对整体做出贡献，并索取一定的回报以维持生活。整个社会因众多的职业分工和劳动者的工作而构成人类共同生活的基本结构。

3. 职业的特性

职业的特性反映了劳动者在长期的实践活动中所形成的与其他形式的社会活动相区别的本质属性。

(1) 社会性。每一种职业都体现了社会分工的细化，体现了对社会生产和社会进步的积极作用。社会成员在一定的社会职业岗位上为社会整体贡献力量，社会整体也以全体成员的劳动成果作为积累而获得持续的发展和进步。职业使每个以个体存在的劳动者获得了社会身份，得到了社会的承认。所以，职业的社会性反映出不同的职业承担着不同的社会责任，每个职业人都应当了解自己承担的职业角色，完成自己的使命。

(2) 经济性。个人通过职业活动获得一定的经济收入或报酬，这是职业的经济特性。劳动者在承担职业岗位职责并完成工作任务的过程中要索取报酬，获得收入。一方面，这是社会、企业及用人单位对劳动者付出劳动的回报和代价；另一方面，劳动者以此维持家庭生活，这是保持整个社会稳定的基础。正是职业的经济特性使职业与每个人密切相关。

(3) 技术性。职业的技术性体现了职业的专业色彩，一个人无论从事何种职业都必须具备该职业所需要的专业知识和技术。自职业诞生之日起，社会上就不存在没有技术的职业。任何一个职业岗位都有相应的职业要求，能胜任和承担岗位的人，除了达到该岗位的职业道德、责任义务、服务要求外，至少要达到持证上岗的技术水平，所以有些职业必须经过较长时间的专业知识或技术上的培训才能胜任。比如，大部分工作岗位对学历证书、职业资格证书、专业技术考核证书、上岗培训合格证书、专业工作年限等都有具体的规定，只有达到起点要求才能上岗。作为高职毕业生要十分清楚所从事或准备从事的职业对自己提出了什么要求、能否胜任、怎样才能达到胜任资格。

(4) 群体性。职业的群体性从形式上表现为一定数量的劳动者所形成的职业活动，而实

质上体现的是一定数量的劳动者所从事的不同工序、工艺流程表现出的协作关系，以及由此产生的人际关系。从事统一工作性质的劳动者会形成语言、习惯、利益、目的等方面的共同特征，从而使群体成员不断产生群体认同感。任何成熟的职业，都有自己的专业术语，都有自己的行话。这些专业术语的发明，使沟通更加便捷明了，协作更加准确默契。作为告之学生对职业群体特性的了解能够更有效地实现就业和进一步的职业生涯的发展。

(5) 规范性。职业的规范性有以下方面含义：劳动者所从事的职业活动必须符合国家法律规定和社会伦理道德准则。在我国，某些人所从事的活动尽管具有以上各种职业特征，例如，有组织的非法加工生产、贩毒等，但是这些带有职业特性的活动的目的和内容不符合国家的法律规定，或有悖于社会伦理道德的准则要求，因而这些社会群体活动并不属于正当职业范畴。劳动者本身应遵守法律、法规。例如，某些职业的从业者应持证上岗，某些职业的从业者在操作过程中需遵守特定的法律、法规等。

职业除了以上特性外，还具有时代性、多样性和稳定性。

(二) 职业的意义

法国启蒙思想家卢梭认为：“选择职业是人生大事，因为职业决定了一个人的未来。”

(1) 职业是人的生存方式。一般而言，无论是男是女，不论年长还是年少，不论家庭背景、教育程度、个人志向如何，在人的一生中，都要遇到职业问题。在一个人漫长的一生中，有着长达三四十年的职业生涯；在进入职业之前的十几年、二十几年，其学习经历和生活经历与未来的职业预期有一定联系；年老退休以后的生活，也与以前的职业关系甚大。因此，可以说职业是关系着每一个社会成员一生的重大问题，是人的一种重要生存方式。

(2) 职业是人的社会角色。在人类社会产生以后，有了劳动的分工，也就产生了种种职业。社会越发展，职业种类也就越多。可以说，职业是一个有着广泛内容的博大精深的领域。人，一般都在某种职业岗位上工作，这就使每个人都成了“职业”这个社会劳动大机器中的一个部件，受到社会方方面面的影响，又在社会的运转中扮演一个特定的职业角色：工人、厂长、工程师、自由职业者、演员、导演、教师、军官等。

(3) 职业是关系各方面的大事。职业，是一种重要的社会现象，在人类社会的各个层面中都有其重要性。从个人的角度看，职业是一个人的生存方式，是其生活的物质基础，同时也是个人从事社会活动的主要领域。职业是关系家庭状况的大事。从家庭的角度看，职业是需要做出重大选择的事情，甚至是家庭得以建立和维系的重要因素。人们说“男怕入错行，女怕嫁错郎”。前者即是职业问题；后者所嫁的“郎”，除了人品、个性等因素外，无疑也有丈夫的职业好坏问题。因为，“郎”的不同职业，可以带给家庭不同收入、不同名誉地位、不同社会关系、不同的资源，从而影响家庭的组合模式和总体利益，也带来夫妻关系的不同。在现代社会，女性从“锅台”旁解放走向社会，同样有着择业问题。因此，“女”也有怕入错“行”的问题。家庭关系的另外一个内容，是代际关系。为人父母，都希望子女有前途、有成就，所谓前途和成就，也就是后代在职业方面的成功。解决好夫妻双方、父子两辈的职业选择、发展、晋升、调动等问题，在自己所热爱的岗位、热衷的领域工作，是任何一个家庭都关心的重大问题。职业是关系社会局面的大事。从全社会的角度看，职业是构成社会存在的基础，及构成社会运行的一种具体方式，也是构成社会成员的阶层划分与社会地位归宿。职业，涉及人们从事社会生活的动力；涉及人的社会关系；涉及社会的矛盾和冲突；涉及社会财富和利益的分配；涉及一个社会的平等与效率选择。

(4) 职业造就人的命运。人们都有着对好际遇和好命运的渴望，但是人们的际遇和“命运”，往往是难以符合一己之见和自身的渴望的。即使人们为自身的前途已经做出了努力，但外部因素却不是自己能够改变的；在遇到种种不顺心的事情时，许多人就强调自己的“命运”不可知，以至求签拜神、皈依宗教，甚至相信邪教异说以此获得解脱。事实上，命运问题不是一个纯哲学的问题，不是一个抽象的社会心理问题，而是一个实实在在的如何看待人的社会存在——特别是如何看待自己的社会存在与相应的社会生活态度问题。大学生毕业后融入社会，需要寻找工作岗位，即职业社会化。所谓职业社会化，就是一个人走上社会，寻求到一定的职业岗位并在这个岗位上工作，适应职业、适应工作环境（物质环境与人际环境），在社会中找到自己的合适位置。从这个意义上说，人的职业生涯造就了人的命运。

(5) 职业体现人与人之间的社会关系。职业实质上实现了劳动者与生产资料的结合，体现着人与人的社会关系。人们通过职业活动不仅满足了自身的需要，而且通过各自劳动成果的交换，满足了彼此的需要。因此，职业及职业活动对于个人和社会都有非常重要的意义。对个人而言，职业生活是人生的重要组成部分，职业问题解决得好坏，对个人一生能否顺利发展具有重要的意义。职业活动为人们提供物质生活的基本条件，是人们赖以生存的手段，是个人收入的主要来源。生产劳动是人类社会发展中最重要活动，而人们的职业和生产与劳动是紧密相连的，这是因为人们总是通过一定形式的职业来进行劳动，以获取生存和发展所必需的生活资料，维持个人和家庭生活的基本需要。在现实生活中人们从事职业活动是为了取得一定的报酬，职业活动区别于其他活动的重要标志就是，职业是以获取经济收入、取得报酬为目的的。而人们在职业活动中取得个人经济利益的同时也为社会创造了财富，实现了社会物质财富和精神财富的积累。因此，职业是经济性和社会性的统一。职业能满足人们的精神需要，促进个性的健康发展。在马斯洛的人的需求层次里，人的需要要有五个层次，即生理的需要、安全的需要、社交的需要、尊重的需要和自我实现的需要，后三种需要为精神需要。职业是个人获得名誉、地位、权利及友谊、交往等精神需要的重要来源。同时，在人们按照一定的社会规范从事特定的职业时，由于各种职业都有不同于其他职业的活动内容和形式，必然对从业者的生理和心理产生重大影响。当这种工作能够使个人的才能得到发挥、个性得到不断发展与完善时，就成为促进个性健康发展的捷径。而随着才能的逐步提高，人们自我实现的需要也得到满足。对社会而言，职业和职业活动构成了人类社会生活，是社会存在和发展的基础。其具体表现为：职业的存在及活动本身就构成人类社会的一项丰富内容；职业劳动生产出社会物质财富和精神财富，构成了社会发展的基础；职业分工及劳动构成社会经济制度及其运行的主要组成部分；职业的活动和转换可能成为社会发展的动力；职业是维持社会稳定、实现“安居乐业”的基本手段。

综上所述，职业参与社会分工，利用专门知识和技能，为社会创造物质财富、精神财富，获取合理报酬作为物质生活来源，并满足精神需求。它是对人们的生活方式、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、义务和职责，是一个人的社会地位的一般性表征。

（三）职业的特点与作用

1. 职业的特点

职业是个人在社会中所从事的作为主要生活来源的工作。职业具有如下特点：

(1) 职业与社会分工的关系极为密切。马克思指出：“每一种职业都是社会分工中的一定

部门”，职业随着社会分工的产生而出现，随着社会分工的发展而变迁。

(2) 职业具有明显的经济性和连续性。所谓职业的经济性是说人们从事职业活动会获得经济收入即报酬。所谓职业活动的连续性是指——一个人在较长时间内进行某种活动，并通过这项活动较稳定地获得一定的经济收入或报酬。

(3) 职业具有知识性和技术性。在社会生活中不难发现，要从事某些职业，必须经过较长时间专门的知识学习或技术培训。从事这些职业活动的职业者，需要具备特殊的知识和技术。某些职业活动所需要的知识和技术比较容易掌握，而有一些职业活动的知识和技术不易掌握。有的职业活动的知识和技术必须在特定的学校、培训机构里获得，有的却可以在家庭、在就业实践中获得等。

(4) 职业具有规范性。从事职业活动必须遵从一定的规范，即职业规范，它是社会规范的重要组成部分。社会规范是一个社会或社会群体的成员们所共有的行为规则 and 标准，包括法律条文、组织规章、道德规范、社会风俗、习惯及各种禁忌等。职业规范主要包括人们在就业活动中应遵守的各种操作规则及办事章程，职业道德规范和职业活动中养成的种种习惯。这些职业规范或以法律、法规，或以组织章程和有关条约、守则的方式体现出来，或只是一些约定俗成非正式的规范。无论职业规范是以什么方式体现，也不管就业者主要遵从哪一类职业规范，任何职业活动都不是无行为准则可寻的，职业活动总要受一定职业规范的约束。

(5) 职业具有差异性。职业的领域非常宽广，种类繁多。我国古代就有“三百六十行”之说，现代职业更是成千上万，并且不断分化出新的职业，每一种职业都需要特定的知识和技能。只有符合了这些特定的要求，才能胜任所从事的职业。即使同一种职业，也有层次之分。例如，高校老师有助教、讲师、副教授、教授之分。

(6) 职业具有历史性。每一种职业的含义不是一成不变的。随着社会生产力和劳动分工不断发展，在特定的社会历史发展阶段，职业的性质和内容是有一定差别的。不同时期会出现不同的职业，相同名称的职业在不同的时期会有不同的内容，某些职业甚至发生了根本性的变化。例如，以前在法院做记录的叫书记员，使用的工具是纸和笔；现在做记录的叫速录员，使用的工具是速录机。

2. 职业的作用

没有社会分工就不可能出现职业和职业活动，没有职业也不能实现人与生产资料的有机结合。对每一个劳动者来说，职业的作用主要体现在三个方面：

(1) 职业是人们谋生的手段。职业生活是构成人生的重要组成部分，人们的职业生活首先表现在必须通过参加社会劳动来获取生存必需的生活资料，人类社会的生存与发展都是基于劳动创造实现的，没有社会每个人的劳动创造，也就没有人类社会今日的进步与发展。在现实社会中，劳动的目的是为了取得一定的报酬来作为生活资料的来源，人们通过参加一定职业岗位的劳动，来换取劳动报酬，满足谋生的需要，并积累个人的财富。在我国社会主义制度下，实行“按劳分配”原则，每个劳动者参加职业劳动的数量与质量，将决定其财富的多少。

(2) 职业促进人的个性发展。职业活动对人的个性发展起着十分重要的影响作用。职业活动是按照一定的社会要求和内在规律运行的，每种职业都有其独特的活动方式，对从业者在生理和心理等方面都有特定的要求。人们通过参加职业活动逐步形成并不断发展与完善自我的个性，随着从业时间的增加，个人的智力、体力、知识与技能水平都有充分的发展与提

高，从中满足自我实现的需要。

（3）职业是劳动者为社会做贡献的有效途径。职业的本质是劳动力与生产资料的结合，它体现着人与人之间的社会关系。人们的职业劳动在为个人获得生活资料的同时，也为社会创造了财富。现代社会的劳动者有着十分明显的分工，一个人只能从事某种具体的劳动，不可能同时从事直接生产其所需的全部生活资料的各种劳动，只有通过各自劳动成果的交流，才能满足彼此的需要。在这种平等的相互交换劳动成果的过程中，既体现出为他人服务的程度，又衡量出对社会和国家所做贡献的大小。

（四）职业的分类

（1）按劳动的性质和层次分类。按脑力劳动和体力劳动的性质、层次进行分类，可将工作人员分为蓝领工作人员、白领工作人员和金领工作人员三类。蓝领是指以实际动手能力为判定标准，具有丰富的操作经验，高超的操作技能，能够传授操作技巧的人才。白领是指受过良好的教育，因出色的工作技能而被老板聘用，懂得把自己打扮得体，工作上能独当一面的人才。他们面对无常的世事显得更加达观，处理问题的方式也更趋得当。金领是指受过良好的教育，有丰富的工作经验、经营策划能力、专门技能和一定的社会关系资源，是社会的精英。他们不一定拥有生产资料所有权，但拥有一个公司或企业最重要的技术和经营权。

（2）按心理的个别差异进行分类。美国著名的职业指导专家约翰·L·霍兰德创立的人格与职业类型匹配理论，把人格类型划分为六种，即现实型、研究型、艺术型、社会型、管理型和常规型。这六种人格的职业个性特点如下。

现实型的人习惯于发现目标、创造目标和任务。遵守纪律，喜欢安定，感情较为贫乏，社交能力较差，洞察力不够敏锐。他们喜欢操纵工具、机器，能适应客观自然和具有明确任务，重视物质的实际的收益。这种性格的人比较适合进行有明确要求和一定技巧，能按一定程序进行运作的工作。如木匠、铁匠、钳工、车工、汽车司机、家用电器维修人员等。

研究型的人好奇心强，喜欢运用智力分析与综合、抽象与概括、假设与推理的独立定向的科学研究，他们乐于选择利用智力从事开拓性的工作。他们适合于需要观察和科学分析的创造性活动，需要探索精神的科学研究和实验工作，如自然科学家、图书馆技师、计算机程序编制者、电子技术工作人员等。

艺术型的人具有丰富的想象力和创造力，善于运用表现技巧来抒发自己的感情，常常利用情感、自觉与想象来开创艺术形式或创造艺术品。他们适合从事非系统的、自由的、要求利用感情的、靠直觉来欣赏、领会的或创造艺术形式的职业。主要适合于艺术创作方面的职业。如管弦乐队指挥、音乐教师、编辑、作家和评论家等。

社会型的人助人为乐，喜欢社会交，关心社会问题，愿为别人服务，爱抛头露面，易于与他人合作，重视友谊，责任心强。适合于要求理解他人行为，缓和他人行为的工作，如教师、医生、护士、社会工作者、咨询服务人员等。

管理型的人自信心强，交往广泛，精力旺盛，善于表达自己的意见。在工作中能起关键作用和促进作用，喜欢担任领导角色，具有管理能力。适合从事那些需要超强能量，高度热忱，不怕冒险，需要有开创精神的包括管理、销售等方面的职业，如厂长、经理、机关办事人员、销售员、保险公司工作人员等。

常规型的人有耐心，有良好的自制力，愿意做循规蹈矩、有条有理、系统性强的工作。

倾向于稳定、有序的工作环境。适合于从事对众多信息进行加工后整理的工作，担负按一定要求、比较单调而有程序化的职业，能较好地完成任务，通常在各主管部门主管日常事务的办公室工作，如办公室办事员、会计、审计、收发员、秘书、统计、档案管理等职业。

(3) 1982年，国家统计局、国家标准总局、国务院人口普查办公室公布《职业分类标准》，依据从业人员所从事的同一性进行分类，我国的职业分为8个大类、64个中类、301个小类。8个大类：第一类，国家机关、党群组织、企事业单位负责人；第二类，各类专业技术人员；第三类，办事人员及其相关人员；第四类，商业工作人员；第五类，服务性工作人员；第六类，从事农、林、牧、渔业的劳动者；第七类，生产运输工人和部分体力劳动者；第八类，不便分类的其他劳动者。

(4) 1999年5月颁布的《中华人民共和国职业分类大典》，将我国职业分为8大类，66中类，413小类和1838个细类，细类也称为最小类别，亦即职业。8个大类：第一类，国家机关、党群组织、企事业单位负责人，其中包括5中类，16小类和25个细类；第二类，各类专业技术人员，其中包括14中类，114小类和379个细类；第三类，办事人员和有关人员，其中包括4中类，12小类和45个细类；第四类，商业、服务业人员，其中包括8中类，43小类和147个细类；第五类，农、林、牧、渔、水利业生产人员，其中包括27中类，195小类和121个细类；第六类，生产、运输设备操作人员及有关人员，其中包括5中类，16小类和1119个细类；第七类，军人，其中包括1中类，1小类和1个细类；第八类，不便分类的其他从业人员，其中包括1中类，1小类和1个细类。

(五) 新型职业不断产生

近年来，我国产业结构的优化带动了职业结构发生变化，随着科技和生产力水平的提高，一批与之相适应的新职业、新工种也应运而生。我国劳动和社会保障部自2004年8月建立新职业信息发布制度以来，已经发布了十一批共100多个新职业。这些新职业将收入《中国职业大典》。新职业信息发布已经成为我国一项长期的制度。

首批发布了九个新职业：形象设计师、锁具修理工、呼叫服务员、水生哺乳动物驯养师、汽车模型工、水产养殖质量管理员、汽车加气站操作工、牛肉分级员、首饰设计制作员。

第二批发布的新职业：商务策划师、会展策划师、数字视频(DV)策划制作师、景观设计师、模具设计师、建筑模型设计制作员、家具设计师、客户服务管理师、宠物健康护理员、动画绘制员、品酒师、演出经纪人、产品造型设计师。

第三批发布的新职业：信用管理师、黄金投资分析师、企业文化师、智能楼宇管理师、房地产策划师、网络编辑员、广告设计师、物流师、理财规划师。

第四批发布的新职业：从事营养指导、营养与食品安全知识传播的公共营养师、健康管理师、芳香保健师(SPA)、宠物医师、医疗救护员、计算机软件产品检验员、水产品质量检验员、农业技术指导员、激光头制造工、小风电利用工、紧急救助员。

第五批发布的新职业：室内环境治理员、水域环境养护保洁员、花艺环境设计师、印前制作员、礼仪主持人、数字视频合成师、集成电路测试员、网络课件设计师、霓虹灯制作员和计算机乐谱制作师。

第六批发布的新职业：数控机床装调维修工、体育经纪人、木材防腐师、照明设计师、安全防范设计评估师、咖啡师、调香师、陶瓷工艺师、陶瓷产品设计师、皮具设计师、糖果工艺师、地毯设计师、调查分析师、肥料配方师。还有职业信息分析师、玩具设计师、家用

纺织品设计师、微水电利用工等。

第七批公布的新职业：可编程序控制系统设计师、轮胎翻修工、品牌管理师、医学设备管理师、农作物种子加工员、报关员、机场运行指挥员、社会文化指导员、宠物驯导师、房地产经纪入、酿酒师、鞋类设计师。还有外汇投资分析师、汽车影音师、福利彩票销售员等。

第八批公布的新职业：会展设计师、珠宝首饰评估师、创业咨询师、手语翻译员、灾害信息员、孤残儿童护理员、城轨接触网检修工、数控程序员、合成材料测试员、室内装饰装修质量检验员。

第九批发布的新职业：衡器装配调试工、汽车玻璃维修工、工程机械修理工、安全防范系统安装维护员、助听器验配师、豆制品工艺师、化妆品配方师、纺织面料设计师、生殖健康咨询师和婚姻家庭咨询师。

第十批发布的新职业：色彩搭配师、厨政管理师、乳品评鉴师、品酒师、坚果炒货工艺师、电子音乐制作师、游泳救生员、劳动关系协调员、安全评价师、玻璃分析检验员。

第十一批发布的新职业：动车组司机、动车组机械师、燃气轮机运行值班员、加氢精制工、干法熄焦工、带温带压堵漏工、设备点检员、燃气具安装维修工。

劳动保障部建立新职业信息发布制度以来，新职业一经确立将被列入《中华人民共和国职业分类大典》。

（六）职业发展指导的内容

1. 职业定位

职业定位有两层含义，一是确定你自己是谁，你适合做什么工作；二是告诉别人你是谁，你擅长做什么工作。人的职业生涯是有限的，国家与企业都有定位和长期的发展计划，而个人往往忽略了定位，在发展中带有盲目性。在早期职业市场不完善的情况下，机会很多，而现在职业市场已经逐步成熟，在机会越来越难抓的今天，为自己定位找到正确的发展路线就刻不容缓了。职业定位是自我定位和社会定位两者的统一，它代表了如下五层意思。

第一，就是从事“最有工作满足感”的职业，就是每天享受工作，而不是每天厌烦上班、对从事的工作感到厌倦甚至痛苦。

第二，就是从事“进步和发展最快”的职业，最能发挥自己的性格和天赋优势，是职业发展的最佳路径。

第三，就是从事“一生长期发展”的职业，能取得一生职业生涯长期的成功，而不是依赖某个偶然机会的短时间内的成功。对有些人来说，适合的职业意味着对他是最好的职业，不是唯一可以做的职业；对于另一部分人来说，适合的职业可能意味着是唯一能够持续发展的职业，不适合的职业很难持续发展下去。

第四，就是从事“最成功”的职业，能最大程度地发挥自己的潜力，在这个职业上能发展到很高的层次，能取得自己可以获得的最大的成功。

第五，就是从事“最有竞争优势”的职业，与其他人竞争时有最重要的优势——性格和天赋优势。因为即使一个人有专业的优势或经验的优势，大家都从事同样的工作一段时间后，有性格和天赋优势的人进步更快，在知识和技能上会逐步赶上并超过仅仅有专业优势或经验优势的。

职场生涯中走过弯路固然会增强自己的抗击打能力，但如果弯路走多了，快步走在“职业阳关道”上的时间还能剩下多少呢？所以，定位就显得尤为重要，要经常看看自己是否已

经走歪，偏离航向了。



【思考案例】

金某，某大学 2009 届电子专业毕业。曾想出国留学，因英语口语考试不合格，与留学擦肩而过。于是他开始四处寻找工作，也曾在网上投递了多份简历，大都是应聘电子技术工程师之类的岗位。但由于缺乏工作经验，很少有面试的机会。一家销售公司给予了他面试机会，但因专业不对口，又无销售工作经验，结果又以失败而告终。后来他进了一家朋友开的公司工作，主要从事简单的计算机操作。但干了几个月，他觉得长此以往，不仅对自己的职业发展相当不利，而且 3 年的所学将付诸东流，心理的彷徨和迷惘使他迷失了求职的方向。看着金某不知所措的样子，学校职业指导教师耐心地加以引导和点拨。经过几次职业指导，成功地推荐他到某电子公司参加职业见习。通过一个月的实习，他不仅了解了企业的文化和背景，还学到了书本上没有的知识和技能，心境也豁然开朗。



【问题】

大学生的职业定位是不是一次就能得以完成呢？

2. 职业选择

职业选择是职业发展中一个非常重要的环节，职业选择正确与否，将直接关系到人生事业的成败。据统计，在选错职业的人当中，有 80% 的人在事业上是失败者。影响职业选择的主要因素是职业倾向性、能力倾向性、气质类型和性格类型。因此，职业选择主要是要做好职业与性格、兴趣、能力、气质、个性等的匹配，使不同类型的人都能找到适合自己发展的职业道路。比如，外向型的人适宜做销售人员、记者、管理人员等，而内向型的人适宜做专业技术人员、财务人员、办公室职员等；愿与物打交道的人适宜做工程人员、制造人员等，而喜欢与人打交道的人适宜做服务员、导游人员、公关人员等。

(1) 职业倾向与职业选择。职业倾向即“想干某事”的倾向，由于每个人的兴趣爱好不一样，所以其职业倾向也会有所差异。不同的职业倾向适宜做不同的职业选择，如果对某种职业不感兴趣，那么任何人都不可能在职业活动中表现出积极投入的态度，当然事业成功的可能性也就会很小。

(2) 能力倾向与职业选择。能力是个人顺利完成活动的个性心理特征，是影响活动效果的基本因素。能力可分为一般能力和特殊能力。一般能力即人们通常所说的智力，包括注意力、观察力、记忆力、思维力和想象力等。特殊能力是指从事某项专业活动的的能力，即人们通常所说的特长，如计算能力、音乐能力、语言表达能力、空间判断能力、动作协调能力等。能力倾向即“能干某事”的倾向，是指个人能力在不同领域里的表现情况，也就是说在某些领域里能力表现突出，而在另一些领域里能力表现低下。认识个人的能力倾向，对于职业选择来说意义重大。作为任何个人，都应优先在自己的优势领域里选择职业。比如，想象力丰富，长于空间思维和数学能力，而人际能力较差的人，就应坚定地选择技术性的职业，而不应受周围环境和世俗观念的影响，走经商或从政的路子。同样，对于社会上任何一种职业而言，对从业者的能力也都有一定的要求。比如，对会计、出纳、统计等职业，从业者必须有

较强的计算能力；对于工程、建筑及服装设计等职业的从业者要具备较好的空间判断能力；对于飞行员、外科医生、运动员、舞蹈演员等职业的从业者则要具备眼与手的协调能力，而对于教师、律师、导游员、售货员等职业的从业者来说，较强的语言表达能力是必不可少的。

所以，不论是企业、政府等用人单位在招聘录用人员时，还是个人在选择职业时，都应考虑到能力与职业的匹配问题。匹配不好，既影响单位的工作效率，也影响个人的职业发展。

(3) 气质类型与职业选择。气质是个人心理活动的稳定的动力特征。根据心理学家的研究和分析，气质一般分为四种类型，即多血质、黏液质、胆汁质和抑郁质。不同气质类型的人在生活和工作中会表现出不同的心理活动和行为方式。多血质的人活泼、好动，反应灵敏，喜欢与外人交往，能较快地适应环境的变换，但情绪不够稳定，兴趣和情趣容易变换；胆汁质的人精力旺盛、行动果断，但脾气急躁、容易冲动，心境变换剧烈；黏液质的人安静稳重、沉默寡言，显得庄重、情绪不易外露，有很强的自制能力，但不善随机应变；抑郁质的人行动迟缓、性格孤僻，善于观察他人不易觉察的细节，具有内向性。

(4) 性格类型与职业选择。性格是指个人在现实稳定态度和习惯化了的行为方式中所表现出来的个性心理特征，主要体现在态度、情绪、感知和意志等方面。性格和气质不同，它有明显的好坏之分。性格和职业如何进行匹配？简单地说，外向型的人适合从事与外界接触广泛的职业，如管理人员、政治家、营销人员、记者、律师等，而内向型的人更适合从事计划性强、与人打交道不多、比较稳定的职业，如技术员、会计师、打字员、资料管理员、办公室职员等。

3. 职业规划



【引导案例】

林小姐，杭州人，26岁，大专学历，中文专业，参加工作已4年多。刚毕业时，父母托关系把她安排到了一家报社做编辑。但由于文笔不好，工作成绩始终不行，压力越来越大的林小姐就辞职了。第二份工作是一家公司的文员，平时做一些打字之类的琐碎小事，学不到什么东西，于是林小姐又辞职了。后来她又找了几份工作，都和第二份工作差不多。目前林小姐在一家公司做经理秘书，对这份工作，林小姐还是比较满意的。

最近同学聚会，林小姐发现周围的老同学个个比自己混得好，有些已当上了经理。再看看自己，经理秘书虽听起来不错，但不过是吃青春饭，说不定哪天就失业了，所以林小姐想换一份稳定的工作。想来想去，除文员，经理秘书这些也想不出其他工作了。她的问题出在哪儿？



【简评】

林小姐之所以会面临她现在的尴尬局面，在很大程度上应该归结为她没有对自己的职业生涯进行一个适合自己的规划。我们从这个案例也可以明白，职业生涯规划对我们每一个人都非常重要，我们必须加以重视。

职业规划，即职业生涯规划（career planning），简称生涯规划，又叫职业生涯设计。是指个人与组织相结合，在对一个人职业生涯的主客观条件进行测定、分析、总结的基础上，

对自己的兴趣、爱好、能力、特点进行综合分析并权衡，结合时代特点，根据自己的职业倾向，确定其最佳的职业奋斗目标，并为实现这一目标做出行之有效的安排。生涯设计的目的绝不仅是帮助个人按照自己的资历条件找到一份合适的工作，达到与实现个人目标，更重要的是帮助个人真正了解自己，为自己定下事业大计，筹划未来，拟定一生的发展方向，根据主客观条件设计出合理且可行的职业生涯发展方向。

大学生首先要认识到生涯规划的重要意义，职业生涯活动将伴随我们的大半生，拥有成功的职业生涯才能实现完美人生。因此，职业生涯规划具有特别重要的意义。

第一，职业生涯规划可以发掘自我潜能，增强个人实力。

第二，职业生涯规划可以增强发展的目的性与计划性，提升成功的机会。

第三，职业生涯规划可以提升应对竞争的能力。

4. 职业资格证书

职业资格证书制度是劳动就业制度的一项重要内容，也是一种特殊形式的国家考试制度。它是指按照国家制定的职业技能标准或任职资格条件，通过政府认定的考核鉴定机构，对劳动者的技能水平或职业资格进行客观公正、科学规范的评价和鉴定，对合格者授予相应的国家职业资格证书。

职业资格证书是表明劳动者具有从事某一职业所必备的学识和技能的证明。它是劳动者求职、任职、开业的资格凭证，是用人单位招聘、录用劳动者的主要依据，也是境外就业、对外劳务合作人员办理技能水平公证的有效证件。

推行国家职业资格证书制度，是落实党中央、国务院提出的“科教兴国”战略方针的重要举措，也是我国人力资源开发的一项战略措施，同时还是贯彻《劳动法》、《职业教育法》的重要表现。

(1) 办理职业资格证书的程序。根据《职业技能鉴定规定》(劳部发[1993]134)的有关规定，办理职业资格证书的程序为：职业技能鉴定所(站)将考核合格人员名单报经当地职业技能鉴定指导中心审核，再报经同级劳动保障行政部门或行业部门劳动保障工作机构批准后，由职业技能鉴定指导中心按照国家规定的证书编码方案和填写格式要求统一办理证书，加盖职业技能鉴定机构专用印章，经同级劳动保障行政部门或行业部门劳动保障工作机构验印后，由职业技能鉴定所(站)送交本人。

(2) 职业资格等级。根据劳动和社会保障部规定，国家职业资格分为五个等级，从高到低依次为高级技师、技师、高级技能、中级技能和初级技能。各等级的具体标准如下。

国家职业资格五级(初级技能)：能够运用基本技能独立完成本职业的常规工作。

国家职业资格四级(中级技能)：能够熟练运用基本技能独立完成本职业的常规工作；并在特定情况下，能够运用专门技能完成较为复杂的工作；能够与他人进行合作。

国家职业资格三级(高级技能)：能够熟练运用基本技能和专门技能完成较为复杂的工作；包括完成部分非常规性工作；能够独立处理工作中出现的问题；能指导他人进行工作或协助培训一般操作人员。

国家职业资格二级(技师)：能够熟练运用基本技能和专门技能完成较为复杂的、非常规性的工作；掌握本职业的关键操作技能技术；能够独立处理和解决技术或工艺问题；在操作技能技术方面有创新；能组织指导他人进行工作；能培训一般操作人员；具有一定的管理能力。

国家职业资格一级（高级技师）：能够熟练运用基本技能和特殊技能在本职业的各个领域完成复杂的、非常规性的工作；熟练掌握本职业的关键操作技能技术；能够独立处理和解决高难度的技术或工艺问题；在技术攻关、工艺革新和技术改革方面有创新；能组织开展技术改造、技术革新和进行专业技术培训；具有管理能力。

（3）如何才能取得职业资格证书？如要取得职业资格证书，可自主到当地政府部门认定的职业技能鉴定机构申请参加职业技能鉴定，根据所申报职业的资格条件，确定自己申报鉴定的等级。如果需要培训，则要到经政府有关部门批准的培训机构参加培训。职业技能鉴定分为知识要求考试和操作技能考核两部分。知识要求考试一般采用笔试，技能要求考核一般采用现场操作加工典型工件、生产作业项目、模拟操作等方式进行。经鉴定合格者，由劳动保障部门核发相应的职业资格证书。

（4）学历证书与职业资格证书的关系。职业资格是对从事某一职业所必备的学识、技术和能力的基本要求，反映了劳动者为适应职业劳动需要而运用特定的知识、技术和技能的能力。学历证书主要反映学生学习的经历，是文化理论知识水平的证明。学历证书又称为文凭，是教育部门颁发给学生作为学历证明的文件，就是毕业证书。学历证书和职业资格证书是密不可分的，不同的职业对学历有不同的要求。获得职业资格的起点学历，至少是初中毕业，要获得大学教师资格必须是大学本科和本科以上学历。国家有关部门也明确规定学历认定是获得职业资格证书的必要条件。学历并不等于能力，随着职业资格证书制度的实行，教育部要求各院校，在完成正常教学计划的同时，进行相关的职业资格证书的考试、考核，鼓励学生获取职业资格证书。越来越多的职业学校也在鼓励学生取得“双证”，一专多能，使毕业生在就业市场上更具竞争优势，实现学历和能力的统一。我国《劳动法》规定：“国家确定职业分类，对规定的职业制定职业技能标准，实行职业资格证书制度。”“双证书制度”将会逐步推广实行，这不仅有利于鼓励和调动毕业生学习专业理论和专业技能的积极性，而且有利于毕业生积极适应多种专业岗位的需求。在新的就业机制中，“双证书制度”将发挥越来越大的作用。

5. 职业技能鉴定

职业技能鉴定是一项基于职业技能水平的考核活动，属于标准参照型考试。它是由考试考核机构对劳动者从事某种职业所应掌握的技术理论知识和实际操作能力做出客观的测量和评价。职业技能鉴定是国家职业资格证书制度的重要组成部分。

（1）职业技能鉴定。国家实施职业技能鉴定的主要内容包括职业知识、操作技能和职业道德三个方面。这些内容是依据国家职业（技能）标准、职业技能鉴定规范（即考试大纲）和相应教材来确定的，并通过编制试卷来进行鉴定考核。职业技能鉴定分为知识要求考试和操作技能考核两部分。内容是依据国家职业（技能）标准、职业技能鉴定规范（即考试大纲）和相应教材来确定的，并通过编制试卷来进行鉴定考核。知识要求考试一般采用笔试，技能要求考核一般采用现场操作加工典型工件、生产作业项目、模拟操作等方式进行。计分一般采用百分制，两部分成绩都在60分以上为合格，80分以上为良好，95分以上为优秀。

（2）申报职业技能鉴定的要求。参加不同级别鉴定的人员，其申报条件不尽相同，考生要根据鉴定公告的要求，确定申报的级别。一般来讲，不同等级的申报条件为：参加初级鉴定的人员必须是学徒期满的在职职工或职业学校的毕业生；参加中级鉴定的人员必须是取得初级技能证书并连续工作5年以上、或是经劳动行政部门审定的以中级技能为培养目标的技

工学校及其他学校毕业生；参加高级鉴定人员必须是取得中级技能证书5年以上、连续从事本职业(工种)生产作业可少于10年或是经过正规的高级技工培训并取得了结业证书的人员；参加技师鉴定的人员必须是取得高级技能证书，具有丰富的生产实践经验和操作技能特长、能解决本工种关键操作技术和生产工艺难题，具有传授技艺能力和培养中级技能人员能力的人员；参加高级技师鉴定的人员必须是任技师3年以上，具有高超精湛技艺和综合操作技能，能解决本工种专业高难度生产工艺问题，在技术改造、技术革新及排除事故隐患等方面有显著成绩，而且具有培养高级工和组织带领技师进行技术革新和技术攻关能力的人员。

(3) 申请职业技能鉴定报名。申请职业技能鉴定的人员，可向当地职业技能鉴定所(站)提出申请，填写职业技能鉴定申请表。报名时应出示本人身份证、培训毕(结)业证书、《技术等级证书》或工作单位劳资部门出具的工作年限证明等。申报技师、高级身份技师任职资格的人员，还需出具本人的技术成果和工作业绩证明，并提交本人的技术总结和论文资料等。

(4) 职业技能鉴定方式。职业技能鉴定分为知识要求考试和操作技能考核两部分。知识要求考试一般采用笔试，技能要求考核一般采用现场操作加工典型工件、生产作业项目、模拟操作等方式进行。计分一般采用百分制，两部分成绩都在60分以上为合格，80分以上为良好，95分以上为优秀。

(5) 职业技能鉴定所(站)。职业技能鉴定所(站)是经劳动保障行政部门批准设立的实施职业技能鉴定的场所，它是职业技能鉴定的基层组织，承担规定范围内的职业技能鉴定活动。具体工作任务包括：第一，受理职业技能鉴定的申请，对申报人的资格条件进行审查，经鉴定指导中心核准后，签发准考证；第二，组织申报人员按规定的时间、地点和方式进行考核或考评；第三，协调鉴定过程中的有关事务；第四，汇总鉴定成绩，并负责报送鉴定指导中心；第五，向鉴定指导中心提供鉴定报告，对考评小组的工作提出评价意见；第六，协助鉴定指导中心办理证书手续，并负责向鉴定合格者发放职业资格证书。第七，负责鉴定的咨询服务和信息统计等工作。

(6) 职业技能鉴定的组织实施。我国的职业技能鉴定实行政府指导下的社会化管理体制，即按照国家法律政策，在政府劳动保障行政部门领导下，由职业技能鉴定指导中心组织实施，职业技能鉴定所(站)对劳动者技能水平实施鉴定。

6. 职业与专业

(1) 专业和职业的区别。专业和职业是有区别的。简单地说，专业就是学业门类，它是从学科与技术的角度进行划分的，即高等学校的一个系里或中等专业学校里，根据科学分工或生产部门的分工把学业分成的门类。职业是人们由于特定的社会分工而形成的具有专门业务和特定职责的社会活动。在国民经济各行各业中有成千上万种不同的职业。由于社会分工不同，人们也在从事着不同的职业。

(2) 专业与职业的对应关系。尽管专业和职业不是一个概念，但是两者之间又是密切相关的。二者的联系表现在专业与职业相对应。一个具体的专业对应的可以是一个职业岗位，如医学类的高级护理专业对应的就是护士职业；一个具体的专业更多的情况下是对应一个职业岗位(群)，或对应一个职业领域。职业岗位群或职业领域一般是由工作内容、社会作用、基本技能要求相近，从业者所应该具备的素质接近的若干个职业岗位而构成的。比如，计算机应用技术专业，所对应的职业岗位(群)有企业、商贸、财经、金融、党政团体等从事计算机维护、修理，数据库编程，网络安装与使用，多媒体制作，计算机经营等。可见不管选