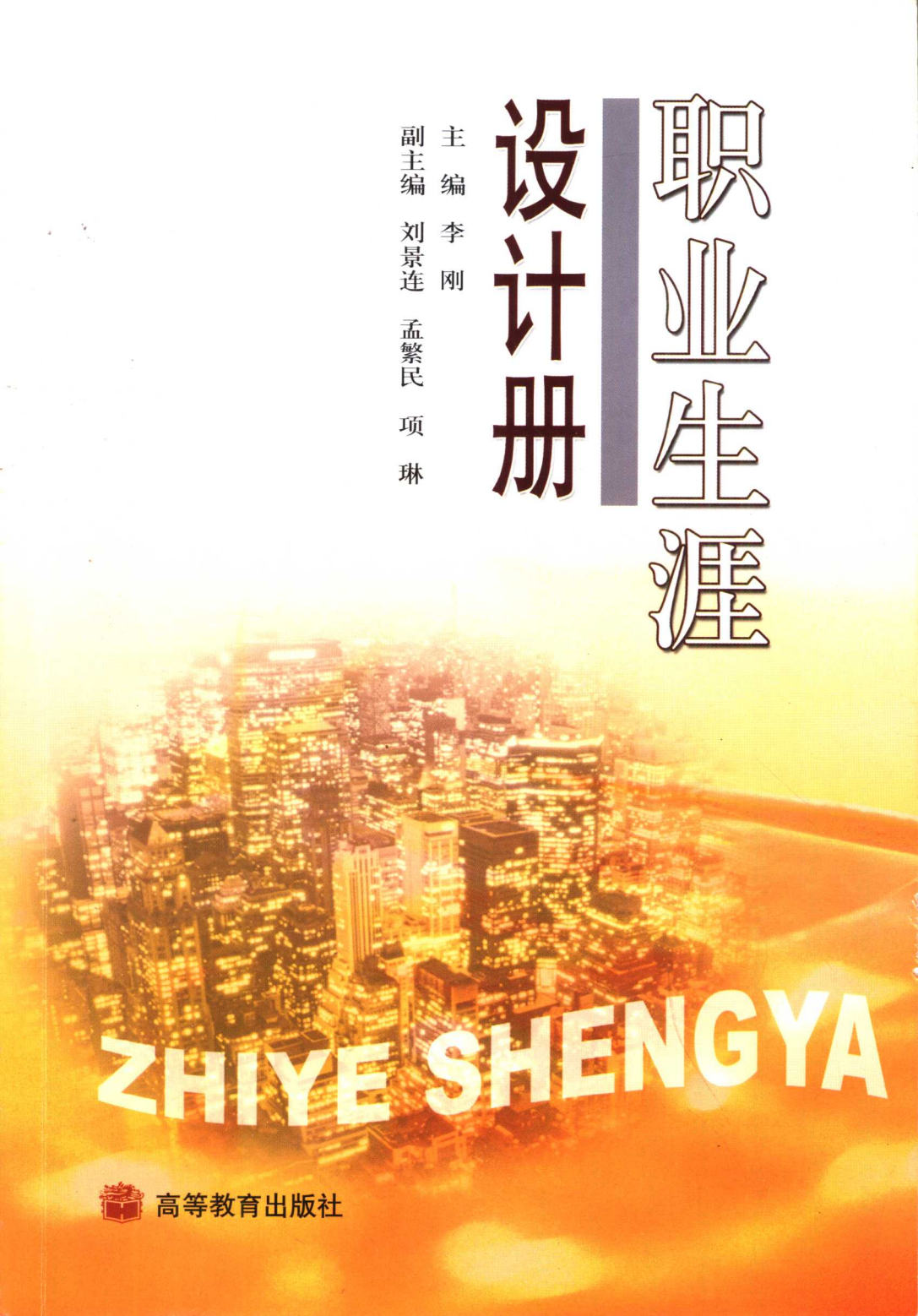


职业生 涯

设计册

主 编 李 刚

副主编 刘景连 孟繁民 项琳



ZHIYE SHENGYA



高等教育出版社

职业生涯设计册

主 编 李 刚

副主编 刘景连 孟繁民 项 琳



高等教育出版社
HIGHER EDUCATION PRESS

内容简介

本书为教育部立项教材《职业生涯》的配套学生用书。各章设有“作者寄语”、“意识养成”、“能力养成”、“引发思考”、“本章小结”等栏目。通过学生易于接受的案例、活动、名人名言等形式,使学生感性、具体地了解职业生涯设计的有关内容,为毕业后的职业生涯做好准备。全书体例新颖、形式活泼,符合中职生思维特点,具有较强的针对性、实用性。

本书可作为中等职业学校学生进行职业生涯设计模拟练习用书,也可作为高职院校学生及社会青年求职择业的参考手册。

图书在版编目(CIP)数据

职业生涯设计册 / 李刚主编. —北京: 高等教育出版社, 2005.8

ISBN 7-04-018121-5

I. 职... II. 李... III. 职业选择 - 专业学校 - 教学参考资料 IV. G717.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 085936 号

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
		网上订购	http://www.landaco.com
经 销	北京蓝色畅想图书发行有限公司		http://www.landaco.com.cn
印 刷	北京中科印刷有限公司		
开 本	880×1230 1/32	版 次	2005年8月第1版
印 张	3.375	印 次	2005年8月第1次印刷
字 数	93 000	定 价	4.10 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 18121-00



前言

《职业生涯设计册》是《职业生涯》的辅助教材,是中等职业学校学生依据所学知识进行职业生涯模拟设计的蓝本。

职业生涯设计模拟练习是中等职业学校学生从学校走向社会前应完成的一份特殊的“作业”。中等职业学校学生通过在校一个阶段的学习和生活,已掌握了一定的职业知识和专业技能,对职业及专业也有了一定的了解,并对即将进入社会谋求职业或自主创业,充满憧憬,跃跃欲试。但是,中等职业学校学生由于缺少亲身体验,对未来社会的职业活动仍然迷茫或存有疑虑,对自己的职业生涯实践也缺乏整体规划。基于此,为了帮助中等职业学校学生牢固树立正确的价值观、择业观与创业观等与时代相适应的价值观念,科学地、实事求是地规划职业生涯,充分做好就业与创业准备,同时,为了提高职业生涯课教学的针对性与实效性,在编写完成《职业生涯》教材的基础上,我们组织有关人员编写了《职业生涯设计册》。

本书具有针对性、适用性、实用性、可读性等特点。在编写过程中,编者注重从中等职业学校学生的实际出发,以激发参与意识,强调可操作性,重视成长过程的积累,培养学生的职业意识,调试心理状态,提高能

力为目的,各章设计了作者寄语、意识养成、能力养成、引发思考、本章小结等版块。其内容依次以应知应会、案例链接、模拟操作、社会调研、自我分析与评价、真情告白、思考与准备等环节互为相连、环环相扣,旨在帮助中等职业学校学生以积极的态度面对求职择业,并在技巧与心态方面给予科学的指导。本书可作为中等职业学校学生进行职业生涯设计模拟练习用书,也可做为高职院校学生及社会青年求职择业的参考手册。

本书主编李刚;副主编刘景连、孟繁民、项琳;编者有:边泽斌(第一章),孟繁民(第二章),项琳、边泽斌(第三章),孙守贵(第四章),赵莉(第五章),何金祥(第六章);刘景连、张峰、项琳、孟繁民对本书进行了策划并做了大量的组织工作。高等教育出版社与天津市职业教育中心及一些职业学校给予本书编写工作大力支持,全国职业指导专业委员会专家组组长张树桂副教授与苏晓同志对本书编写工作给予了具体指导。另外,我们在本书编写过程中还参照了一些刊物的理论与案例,在此表示一并感谢。

由于编者水平有限,加之时间仓促,书中难免出现疏漏、不妥之处,敬请专家、广大读者对本书批评指正。

编者

二〇〇五年五月

策划编辑	贾瑞武
责任编辑	杨 鸣
封面设计	王 雒
责任绘图	吴文信
版式设计	马静如
责任校对	朱惠芳
责任印制	宋克学

郑重声明

高等教育出版社依法对本书享有专有出版权。任何未经许可的复制、销售行为均违反《中华人民共和国著作权法》，其行为人将承担相应的民事责任和行政责任，构成犯罪的，将被依法追究刑事责任。为了维护市场秩序，保护读者的合法权益，避免读者误用盗版书造成不良后果，我社将配合行政执法部门和司法机关对违法犯罪的单位和个人给予严厉打击。社会各界人士如发现上述侵权行为，希望及时举报，本社将奖励举报有功人员。

反盗版举报电话：(010) 58581897/58581896/58581879

传 真：(010) 82086060

E - mail：dd@hep.com.cn

通信地址：北京市西城区德外大街4号

高等教育出版社打击盗版办公室

邮 编：100011

购书请拨打电话：(010)58581118



目 录

第一章 认识职业世界	1
作者寄语	1
意识养成	2
应知应会	2
政策法规链接	2
热门话题	2
小资料	4
能力养成	5
情境判断	5
案例链接	6
模拟操作	7
社会调研	8
引发思考	9
自我分析与评价	9
思考与准备	10
本章小结	11
第二章 职业生涯设计	12
作者寄语	12
意识养成	13
应知应会	13
政策法规链接	14

能力养成	15
案例链接	15
模拟操作	17
社会调研	25
引发思考	26
自我分析与评价	26
真情告白	27
思考与准备	28
本章小结	29
第三章 职业选择	30
作者寄语	30
意识养成	31
应知应会	31
热门话题	31
小资料	32
能力养成	32
情境判断	32
模拟操作	34
社会调研	36
引发思考	36
自我分析与评价	36
真情告白	54
本章小结	55
第四章 素质养成	56
作者寄语	56
意识养成	57
应知应会	57
小资料	58
能力养成	59
案例链接	59

	模拟操作	64
	社会调研	64
	引发思考	65
	自我分析与评价	65
	真情告白	66
	思考与准备	69
	本章小结	69
第五章	就业指导	70
	作者寄语	70
	意识养成	71
	应知应会	71
	政策法规链接	71
	小资料	72
	能力养成	74
	案例链接	74
	模拟操作	77
	社会调研	77
	引发思考	78
	自我分析与评价	78
	真情告白	80
	思考与准备	81
	本章小结	82
第六章	创业准备	83
	作者寄语	83
	意识养成	84
	应知应会	84
	政策法规链接	85
	小资料	86
	能力养成	86
	情境判断	86

案例链接	86
模拟操作	89
社会调研	92
引发思考	92
自我分析与评价	92
真情告白	96
思考与准备	97
本章小结	97

第一章

作者寄语

近代学者王国维说过：“古之成大事者，大学问者，必须经过三种境界：昨夜西风凋碧树，独上高楼，望断天涯路，此第一境也；衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴，此乃第二境也；众里寻他千百度，蓦然回首，那人却在灯火阑珊处，此第三境也。”对青年人来说，步入社会、成就一番事业的前提就是要认识职业世界。此外，还应该加强对自我的认识和对社会的了解。只有这样，才能在我们的职业生涯中不断取得成功。经过三年中等职业学校学习生涯，即将踏上新的人生征程的青年朋友们，你们做好充分准备去迎接未来的挑战吧。

认识职业世界

意识养成



[应知应会]

职业的特性有哪些？

[政策法规链接]

1. 《劳动法》第八章第六十九条规定：“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，由经过政府批准的考核鉴定机构负责对劳动者实施职业技能考核鉴定。”

2. 《职业教育法》第一章第八条规定：“实施职业教育应当根据实际需要，同国家制定的职业分类和职业等级标准相适应，实行学历文凭、培训证书和职业资格证书制度。”

[热门话题]

1. 二十多年前，每个人的职业基本上都是固定不变的，往往在一个岗位上干一辈子；而现在和将来，谁都得考虑自己的职业问题。一方面，每个人都会有更多的择业机会，另一方面，职业的发展和激烈的社会竞争时时在威胁每一位从业者。为此，每个人都应该也不得不考虑这样的问题：我究竟适合干什么？我的职业目标是什么？我怎样才能根据自己的实际情况和社会职业情况，来找到自己的岗位？

了解我国现行行业发展趋势，对于毕业生的职业选择有重要参考价值。正确选择一个适合自己的朝阳行业，对于自己的未来发展有重要的推动作用。

针对这种状况，你有什么打算和想法？

2. 阅读下面资料,请同学们就我国的职业分类状况,谈谈自己的看法:

(1) 2005 年最具发展潜力的职业:景观设计师、游戏动画设计师、房地产估价师、汽车美容师、彩铃设计师。

(2) 据中国北方网最新发布的信息:

我国发布第二批十大新职业

劳动和社会保障部近期向社会发布了第二批十大新职业,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。

这些新职业基本上都集中在现代服务业,主要是管理、策划、创意、设计和制作。其特点是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。这些新职业说明中国的职业结构正在发生变化,从传统的以第二产业生产制造业为主逐渐向以第三产业为主发展,特别是现代服务业的策划等创意领域的新职业发展较快,从业人员需求量较大。

据了解,为充分开发和利用中国丰富的人力资源,使人力资源管理更加科学化、规范化,并引导职业教育和职业培训改革,促进就业与再就业,劳动和社会保障部建立了新职业发布制度。

3. 根据当代职业多样性的特点,分析“下岗”的原因,请同学们结合身边的实际分析一下,如何才能实现再就业。

4. 有人说:“在人生的旅途中,职业是幸福的源泉。”现在社会上也还流行这样一句话:“多证在手,就业无忧。”现在请同学们联系自己所学专业以及生活实际分析这两句话,并谈谈自己的观点和认识。

[小资料]

1. 我国目前最有价值的五大职业资格证书

国际注册会计师资格(ACCA 资格)

IT 审计师资格(CISA 资格)

北美精算师资格(FSA 资格)

特许金融分析师资格(CFA 资格)

注册金融策划师资格(CFP 资格)

2. 怎样鉴别职业资格证书的真伪

(1) 证书内页、封二、封三采用隔色彩红印刷

(2) 证书内页、封二、封三的底边采用 LDBZH 浮雕印刷

(3) 证书内页使用 ZHYZG 水印纸

(4) 内页第二页套印劳动和社会保障部印章

(5) 封二彩红下方 8mm~10mm 处有无色荧光显示的“劳动和社会保障部统一印制”字样

(6) 内页第一页的国徽有红色荧光

3. 不属于职业资格证书,但却与求职密切相关的证书包括哪些?

请同学们摘录下来:

(1) _____

(2) _____

(3) _____

能力养成



[情境判断]

情境一:

周日,我随父母到邻居张叔家。

父亲:老张啊,你真不错,刚下岗就有了新的岗位。

老张:亏得我在业余时间考取了厨师职业资格证书;否则,就是求爷爷告奶奶,人家也不会用我!

我:张叔,我学的就是厨师专业,看来,我的这条路还真选对了!

母亲:俗话说,艺不压人,上学就要学会真本领,要为将来走向社会做好充分准备。

我:我不仅要拿到厨师职业资格证书,而且要争取考取更多的职业资格证书。

你认为上面的情境与本章的知识内容()

A. 有联系

B. 无联系

C. 有联系,但不全面

D. 无法判断

情境二:

班主任:同学们,我们今天的班会主题是“为了胜任明天,今天如何努力”,请同学们争先发言,时间每人3分钟。

学生甲:多证在手,就业无忧。在校期间要学好专业知识,争取多考几个职业资格证书。

学生乙:要德、智、体、美全面发展。

学生丙:要把职业道德放在首位。

学生丁:职业资格证书并不能说明一切。

你认同的观点是()

- A. 职业资格证书是求职就业的必备条件,它比职业道德更重要
- B. 职业资格证书是跨入职业大门的通行证,同时我们还要加强职业道德教育
- C. 职业资格证书是胜任岗位职责的标志
- D. 职业资格证书是增强职业竞争能力的手段

[案例链接]

网络业是一个充满朝气的新兴产业,我国网络业经过几年的发展,已经有了一定的规模。自 1996 年以来,大量网站产生并生存下来,甚至创造了许多奇迹。从一个个简陋的 BBS 开始,到逐渐形成的“聊天室”、“交友中心”、“商品信息”和“软件下载”等。眼下许多中小网站都希望能以独特的服务生存下去。

但是,网络业兼并的现实告诉我们,中国的网络业被迫进入前所未有的整合期。联想集团带头拉开了序幕,宣布用 2.7 亿港元购入评判网站赢时通 5 400 万股,拥有 40% 股权,成为第一大股东。网易与中信实业银行在京签署《战略合作协议》,双方高层均表示,这是全方位、战略高度上的合作。这些迹象表明,中国网络业目前充满各种变数,真正的生死较量已在所难免。搜狐的 CEO 张朝阳称之为“中国网络业进入实力竞争阶段”。自然界的生存法则在这里已经凸显出来。

根据对全国 12 个重点城市职位需求状况的调查显示,当前全国人才市场需求状况出现了重大变化,“计算机、信息服务”在行业职业需求中排名第一的位置在很多城市已经被传统行业取代了。网络人才回流现象确实存在。因此,一个行业经过初期的快速发展,必然会出现调整,从业人员的分化和沉淀也会出现。同时,网络公司对一般人员的需求量已经大大减少了,但是,对中、高级人才的需求仍在增加。因为几乎所有网络公司都存在着人员和业务的管理问题,这些问题要靠人来解决。

总体来看,我国的网络业还处在一个探索阶段,继我国的各大网站在国外上市以及大量网络人才的回流,相信不久的将来,中国的网络业将会百尺竿头,更进一步。

通过上述案例,结合我国职业发展趋势以及职业分类的情况,谈谈作