



银领工程系列

纵横职场

高等职业教育
学生就业与创业指导

中华人民共和国教育部高等教育司
全国高职高专校长联席会



高等教育出版社

G717
银领工程系列

纵横职场

——高等职业教育学生就业 与创业指导

中华人民共和国教育部高等教育司
全国高职高专校长联席会

高等教育出版社

内容提要

本书由教育部高等教育司和全国高职高专校长联席会组织编写,旨在指导我国高职高专学生的就业与创业工作,是“银领工程”系列丛书之一。

全书分“就业篇”与“创业篇”。“就业篇”就职业类别及其发展趋势、职业心理及其测试、职业生涯设计、就业信息的收集与处理、求职材料的制作、求职礼仪的告诫、求职技巧、职业适应等内容作了介绍;“创业篇”就创业准备与创业实践两部分内容作了适当的阐述。全书运用了大量的案例,使读者能够理论联系实际。

本书是所有高职高专学生在就业与创业方面的一本生动而又有益的读本,也可供广大教师在指导学生就业与创业工作时使用。

图书在版编目(CIP)数据

纵横职场——高等职业教育学生就业与创业指导/中华人民共和国教育部高等教育司,全国高职高专校长联席会. —北京:高等教育出版社,2004.8
(2006 重印)

ISBN 7-04-015382-3

I. 纵... II. ①中... ②全... III. 高等学校: 技术学校-毕业生-就业-基本知识 IV. G717.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 057953 号

出版发行 高等教育出版社
社 址 北京市西城区德外大街 4 号
邮政编码 100011
总 机 010-58581000

经 销 蓝色畅想图书发行有限公司
印 刷 北京市白帆印务有限公司

开 本 787×1092 1/16
印 张 13.75
字 数 250 000

购书热线 010-58581118
免费咨询 800-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.landaco.com>
<http://www.landaco.com.cn>
畅想教育 <http://www.widedu.com>

版 次 2004 年 8 月第 1 版
印 次 2006 年 12 月第 7 次印刷
定 价 19.00 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 15382-00

“银领工程”丛书编委会

主 任	张尧学					
副主任	葛道凯	王军伟	李 进			
委 员	(按姓氏笔画)					
	王建勋	王 毅	尹 洪	于洪文	王志勇	王志峰
	刘太刚	刘民刚	刘 晓	介晓磊	申长平	孙秋玉
	李兴旺	李 忱	李志宏	冯伟国	李迈强	李庆云
	陈建民	陈 智	张 元	庄宝杰	吕光军	陈丽能
	张铁岩	闵光泰	佘国华	张方明	张亚杭	张妙弟
	何振德	吴万敏	杨伟军	岳怀仁	孟庆国	苏志刚
	侯 元	俞仲文	夏昌祥	范利仁	欧晓东	林金和
	傅正泰	温景文	魏 巍	夏建国	常立学	董大奎
	刘来泉	杨金土	朱传礼	戴克敏	戴 勇	
顾 问				李宗尧		

《纵横职场——高等职业教育学生就业与创业指导》编委会

主 任	葛道凯				
副主任	何向荣	李志宏	尹 洪		
委 员	李津石	梁 琦	张妙弟	傅正泰	万由祥
	冯伟国	温景文	佘国华	俞仲文	

主 编	何向荣				
副主编	李津石				
编写人员	王小明	李连弟	汪 涛	高 桥	权 力
	王 育	万由祥	冯志华	胡纬华	丁立群
	卢桂珍	李 凯			

序

高等职业教育是我国高等教育体系的重要组成部分,也是我国职业教育体系的重要组成部分。近年来,伴随着高等教育的跨越式发展,我国高等职业教育取得了长足的进步。据统计,从1998年至2003年,全国高等职业教育招生数从54万人增长到200万人,在校学生从117万人增长到480万人。目前,全国共有独立设置的普通高等职业学校908所,占全国普通高校总数的58.5%,基本形成了每个市(地)至少设置一所高等职业学校的格局。高等职业教育的毕业生也越来越受到各行各业的欢迎,在2003年全国毕业生总数比2002年增加了35万的情况下,高等职业教育毕业生的就业率比2002年提高了5个百分点,社会认可程度明显提高。同时高等职业教育的发展思路进一步明晰。自2002年10月以来,教育部在永州、武汉和无锡连续三次召开全国高等职业教育产学研经验交流会,明确了高等职业教育要“以服务为宗旨,以就业为导向,走产学研结合的发展道路”。目前这一思路已成为高等职业教育战线的共识,并且正指导着整个战线的改革实践。

我国高等职业教育的改革和发展虽然取得明显进展,但是,我们必须清醒地看到,社会主义现代化建设的飞速发展已经对高等职业教育提出了更高的要求。党的十六大明确提出,要走新型工业化道路,坚持以信息化带动工业化,加快发展现代服务业,推动经济结构的战略性调整,全面建设小康社会。当今时代,科学技术日新月异,人类社会正处在从工业经济向知识经济转折的关键时期,产业结构和劳动力结构正在发生深刻变化,包括高技能人才在内的知识型劳动者就业岗位和需求不断增加。在前不久召开的全国人才工作会议上,胡锦涛总书记强调指出:“高技能人才是推动技术创新和实现科技成果转化的重要力量。要通过学校教育培养、企业岗位培训、个人自学提高等方式,加快高技能人才培养。”这一指示为高等职业教育的发展进一步指明了方向,我们必须从实施人才强国战略的高度,进一步认清面临的形势与任务,加快培养高素质的高技能人才。教育部与有关部门共同启动实施“制造业和现代服务业技能型紧缺人才培养培训工程”、职业教育实训基地建设工作,推行“订单式”培养模式和“双证书”制度等,都是贯彻党的十六大和中央人才工作会议精神,适应新型工



业化发展要求,培养既能动脑又能动手的“银领”人才的体现,是“以服务为宗旨,以就业为导向,走产学研结合的发展道路”工作思路的具体体现。

目前,高等职业教育领域挑战与机遇并存,有很多需要我们深入研究的课题。此次由教育部高等教育司和有关单位共同组织编写,高等教育出版社出版的“银领工程”系列丛书,直接针对当前高等职业教育培养“银领”人才方面的系列课题,从高等职业教育的学生就业、教师培训、产学研合作以及专业设置与课程开发等方面进行了探讨,介绍了不少成功的办学经验,总结出一些切实可行的对策,可以说是我国高等职业教育教学改革和教学建设领域的“及时雨”,将对培养符合社会主义现代化建设需要的高技能人才产生积极影响。我们相信,随着高等职业教育改革的逐步深入,“银领工程”的丛书也会不断包含新的内容。我们希望全社会都能进一步关心和支持高等职业教育的改革与发展,使高等职业教育为社会培养出更多高质量的“银领”人才,为我国走新型工业化道路,全面建设小康社会作出更大的贡献。

二〇〇四年七月一日

前言

随着高等教育由“精英教育”的时代到“大众化教育”的时代转变,人才市场竞争日趋激烈。大学生就业与创业问题是当代大学生所面临的现实问题,它包含了个体知识结构、综合素质、个人能力、社会经验等方面的竞争。

大学生就业是世界性的普遍问题。国际经济面临衰退的严峻形势使各国的就业压力普遍增大。例如,在美国,全美高校和雇主协会指出,20%以上的毕业生认为,缺乏相关经验是自己找工作的最大障碍;还有20%的学生认为,经济不景气才是工作难找的罪魁祸首。我国近两年来高校毕业生数量增长迅速,而社会有效需求增幅有限,如何解决这对矛盾?

对于大学生来说,除必须调整就业观,树立大众化的就业观外,还必须懂得如何设计自己的职业生涯。当大学生完成学业,步入社会的时候,应该学会策划自己的职业理想与追求,使理想与现实找到最佳结合点。是找岗位就业,还是自主创业?这是一次重大的人生选择。其实,就业与创业都是实现自己理想的有效途径,在就业中可以创业,关键在于以什么样的气度和心态跨出这人生征途的第一步。展现在大家面前的《纵横职场——高等职业教育学生就业与创业指导》一书是“银领工程”系列丛书之一。书中或许没有现成的标准答案,但可以帮你提早实现理想!

全书共分两篇:“就业篇”与“创业篇”。“就业篇”就“职业的类别及其发展趋势”“职业心理及其测试”“职业生涯规划”“职业信息的收集与处理”“求职材料的制作”“求职礼仪的告诫”“求职技巧”“职业适应”等方面作了阐述,相信毕业生能运用所学的知识,使个人价值定位和理想的职业相一致,运用自身的实力、技巧和方法,展示自己,推荐自己,以获得社会和用人单位的接纳和认可,通过专家指点和自我设计,从而实现自身的价值。

“创业篇”就“创业准备”和“创业实践”两方面作了介绍。现在,创业越来越趋向于科技化、信息化,创业意味着机会和挑战。“创业篇”为你搭建了一个良好的平台——让梦想放飞,将创业激情转化为创业实践的平台。规划好自己的创业生涯,把握好每一次机遇,迎接每一次挑战,开创未来,实现人生的目标。前行的路并没有想像中的那么坎坷,现实、希冀与梦想一直与你同行,创业是艰苦而快乐的,我们期待着每位同学的成功!

参加本书编写的有浙江工贸职业技术学院何向荣、王小明、李连弟、汪涛,北



京联合大学高桥、权力,北京城市大学王育,湖北职业技术学院万由祥、冯志华,上海商业职业技术学院胡伟华,辽宁农业职业技术学院丁立群,湖南永州职业技术学院卢桂珍,深圳职业技术学院李凯。全书由何向荣定稿。

中国职业教育协会副会长刘来泉、北京轻工职业技术学院院长李振华、天津大学职业教育学院副院长周志刚、北京联合大学副校长高林、上海第二工业大学高教研究所所长陈解放参加了本书的审定,并提出了许多很好的指导性意见,在此表示衷心感谢。

本书在编写中肯定会存在不少缺点,欢迎广大读者予以斧正。

编者

2004年6月

目 录

就 业 篇

第 1 模块

职业类别及其发展趋势	3
一、职业类别	3
二、职业资格证书制度和职业资格证书	7
(一) 职业资格证书制度和就业准入制度	7
(二) 职业资格证书	8
三、职业发展预测	10
(一) 蓬勃兴起的热门职业	10
(二) 末位淘汰	17

第 2 模块

职业心理及其测试	18
一、职业心理	18
(一) 职业兴趣	18
(二) 职业能力	19
(三) 职业人格	20
二、职业心理分析与自我定位	22
(一) 职业心理分析	23
(二) 自我定位	24
三、职业心理测试	27
(一) 什么是心理测试	28
(二) 心理测试在就业指导中的作用	28
(三) 标准化与非标准化的心理测试	28
(四) 心理测试的方式	29
(五) 职业心理测试的种类	29
(六) 职业心理测试系统介绍	32

第 3 模块

职业生涯规划	35
一、用职业生涯规划拨开眼中云翳	35
(一) 什么是职业生涯规划	35
(二) 职业生涯发展的阶段	36



二、精心雕刻你的人生.....	36
(一) 年轻就像一张白纸	36
(二) 了解真正的自己	38
(三) 清楚目标,明确梦想	39
(四) 制订行动方案	42
(五) 开始行动	43
三、如何训练自己的职业能力	44
(一) 付出先于收获	44
(二) 让你更有竞争力的五个 C	45
(三) 十点忠告	46
第 4 模块 就业信息的收集与处理.....	49
一、如何收集就业信息.....	49
(一) 就业信息的类别	49
(二) 收集就业信息的意义	51
(三) 常见的收集就业信息的渠道	52
二、如何处理就业信息.....	55
(一) 处理就业信息的基本原则	55
(二) 处理就业信息的基本程序	57
(三) 信息陷阱的类型	58
(四) 如何避免和处理就业信息陷阱	60
第 5 模块 求职材料的制作	62
一、用你的简历敲开职业大门	62
(一) 听用人单位说如何写求职简历	63
(二) 量体裁衣 确定自己的简历样式	65
(三) 画龙点睛 运用简历展示自我风采	66
(四) 画蛇添足 简历写作禁忌	67
(五) 完美的英文简历助你成功走向外企	67
(六) 中英文简历格式范例	68
二、用你的求职信感动未来的上司	70
(一) 求职信是自我推销的活广告	71
(二) 撰写一封能打动招聘者的求职信	71
(三) 把自己封杀出局的求职信	77
(四) 求职信例文评析	78
三、巧用其他材料为自己加码	80
(一) 职业技能证是职业准入的最好证明	80
(二) 计算机、英语等级证书是从业基本能力的佐证	81
(三) 作品展示、实践经历等是职业素质的具体体现	81



第6模块	求职礼仪的告诫	83
	一、让良好的教养成为习惯表现	83
	(一) 大学生的教养和礼仪	84
	(二) 如何迎接面试的邀请	86
	二、叩响职场门户的礼仪	89
	(一) 未曾谋面先有声——用好第一把交际工具	90
	(二) 人靠衣装马靠鞍——求职中的服装服饰礼仪提示	93
	(三) 优雅当在举手投足之间	95
	三、以一种修养面对两种结果	96
	(一) 必须首先学会面对的一种结果——被拒绝	96
	(二) 必然会欣然面对的一种结果——被接纳	97
	(三) 结束语和练习	97
第7模块	求职技巧	99
	一、面试技巧	99
	(一) 面试的种类	99
	(二) 面试前准备	101
	(三) 面试中的注意事项	102
	(四) 从容机智 巧妙回答	104
	(五) 面试结束 求职未完	108
	二、笔试技巧	110
	(一) 笔试类型	110
	(二) 笔试应对技巧	111
第8模块	职业适应	113
	一、如何转换角色	113
	(一) 基本概念	114
	(二) 角色转换的内容	114
	(三) 角色转换中的不良心理	115
	(四) 实现角色转换的方法	116
	二、营造融洽的工作氛围	120
	(一) 良好工作氛围的重要性及影响因素	120
	(二) 营造融洽工作氛围的方法	121
	三、岗位适应	124
	(一) 岗位适应过程	125
	(二) 主动适应岗位	126
	(三) 努力提高素质	127
	(四) 增强竞争能力	128



四、劳动关系	133
(一) 劳动法概述	134
(二) 劳动者、毕业生及用人单位的权利与义务	135
(三) 就业协议与劳动合同关系	140
(四) 正确处理劳动关系双方可能出现的问题	141

创 业 篇

第 1 模块

创业准备	147
一、心理准备	147
(一) 自信独立	147
(二) 富有挑战精神	148
(三) 富有责任感	148
(四) 善于团结协作	148
二、知识准备	149
(一) 管理知识	149
(二) 营销知识	150
(三) 财务知识	150
三、能力准备	151
(一) 开拓进取能力	151
(二) 善于学习能力	152
(三) 团结协作能力	152
(四) 创新能力	152
(五) 把握商机能力	153

第 2 模块

创业实践	155
一、确定目标	155
(一) 灵感触动——构想	155
(二) 明确创业目标	156
(三) 创业项目分析	159
(四) 立项——制定行动计划	161
二、制定创业计划	162
(一) 为何要拟定创业计划书	162
(二) 创业计划书的作用	162
(三) 创业计划书的基本类型	164
(四) 创业计划书的基本框架	165
(五) 执行纲要	166
(六) 企业概要及经营理念	168
(七) 产品介绍	168

(八) 生产制造计划	169
(九) 市场和营销策略计划	171
(十) 企业管理计划	173
(十一) 财务计划	174
三、实施计划	190
(一) 资金筹措	190
(二) 场地寻址	193
(三) 工商注册	195
(四) 生产许可证申请	197
(五) 企业日常管理	198
四、发展壮大	202
(一) 品牌和信誉	202
(二) 企业规模和企业合作	202
(三) 规范管理和建章立制	203
(四) 二次融资	204
(五) 企业文化	204

就业篇



第1模块

职业类别及其发展趋势

你一定知道职业一词的英文表示“Vocation”，它是由拉丁文衍生出来的，意思是“生命的呼唤”。俗话说“三百六十行，行行出状元”，可是一个国家或地区究竟有多少职业？哪些是朝阳职业？哪些是落日职业？让我们去了解一下吧。

一、职业类别

据统计，我国现有1万多种职业，都与国民经济的产业、行业有着十分密切联系，根据不同的分类标准，职业有多种分类方式。

按产业划分，我国国民经济可分为三个产业：第一产业，指农业、林业、畜牧业、渔业等；第二产业，指采矿业，制造业，电力、燃气及水的生产和供应业，建筑业；第三产业，指除第一、二产业以外的其他行业，具体包括：交通运输、仓储和邮政业，信息传输、计算机服务和软件业，批发和零售业，住宿和餐饮业，金融业，房地产业，租赁和商务服务业，科学研究、技术服务和地质勘查业，水利、环境和公共设施管理业，居民服务和其他服务业，教育，卫生、社会保障和社会福利业，文化、体育和娱乐业，公共管理和社会组织，国际组织。

按工作特点划分，职业可分为事务、社会服务、文教、科研、艺术及创作、户外管理、一般服务性职业等十多种类型。

1999年我国第一部《中华人民共和国职业分类大典》将职业归为8个大类，66个中类，413个小类，1838个细类（职业）。

第一大类：国家机关、党团组织、企业、事业单位负责人

1(GBM 0—1)中国共产党中央委员会和地方各级党组织负责人

在中国共产党中央委员会和地方各级党组织，各级人民代表大会常务委员会，人民政协，人民法院，人民检察院，国家行政机关，各民主党派，工会、共青团、妇联等人民团体，群众自治组织和其他社团组织及其工作机关，企业、事业单位中担任领导职务并具有决策、管理权的人员。

本大类包括下列中类：

1—01(GBM 0—1)中国共产党中央委员会和地方各级党组织负责人



1—02(GBM 0—2)国家机关及其工作机构负责人

1—03(GBM 0—3)民主党派和社会团体及其工作机构负责人

1—04(GBM 0—4)事业单位负责人

1—05(GBM 0—5)企业负责人

第二大类:专业技术人员

2(GBM 1/2)专业技术人员

从事科学研究和专业技术工作的人员。

本大类包括下列中类:

1—01(GBM 1—1 至 1—2)科学研究人员

2—02(GBM 1—3 至 1—6)工程技术人员

2—03(GBM 1—7)农业技术人员

2—04(GBM 1—8)飞机和船舶技术人员

2—05(GBM 1—9)卫生专业技术人员

2—06(GBM 2—1)经济业务人员

2—07(GBM 2—2)金融业务人员

2—08(GBM 2—3)法律专业人员

2—09(GBM 2—4)教学人员

2—10(GBM 2—5)文学艺术工作人员

2—11(GBM 2—6)体育工作人员

2—12(GBM 2—7)新闻出版、文化工作人员

2—13(GBM 2—8)宗教职业者

2—99(GBM 2—9)其他专业技术人员

第三大类:办事人员和有关人员

3(GBM 3)办事人员和有关人员

在国家机关、党群组织、企业、事业单位中从事行政业务、行政事务工作的人员和从事安全保卫、消防、邮电等业务的人员。

本大类包括下列种类:

3—01(GBM 3—1)行政办公人员

3—02(GBM 3—2)安全保卫和消防工作人员

3—03(GBM 3—3)邮政和电信业务人员

3—99(GBM 3—9)其他办事人员和有关人员

第四大类:商业、服务业人员

4(GBM 4)商业、服务业人员

从事商业、餐饮、旅游服务、运输、医疗辅助及社会 and 居民生活等服务工作的人员。

本大类包括下列种类: