



全国技工院校“十二五”系列规划教材

中国机械工业教育协会推荐教材

就业与创业 指导

◎ 李炜 李伟 杨俊霞 等编

Jiuye Yu Chuangye Zhidao



NLIC2970819180



免费下载

www.cmpedu.com



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

全国技工院校“十二五”系列规划教材

中国机械工业教育协会推荐教材

就业与创业指导

李 炜 李 伟 杨俊霞 甄志芳 编
何丽辉 主 审
沙 英 杨成政 绘 画



NLIC2970819180



机械工业出版社

本书紧密结合职业院校就业和创业教育实际,内容上贴近社会、贴近学生,形式上案例丰富、深入浅出,穿插实践活动,语言生动活泼,图文并茂。

本书主要包括:职业的定义、分类及发展,职业资格、职业技能鉴定的知识;为什么要规划、如何规划自己的职业生涯;当前的就业形势、正确的就业理念,就业前的各项准备,如何应对面试;创业路上如何分析自己、如何起步、如何实现等内容。

本书可供技工院校、职业技术学院、职业高中的师生使用。

图书在版编目(CIP)数据

就业与创业指导/李炜等编. —北京:机械工业出版社, 2012. 8

全国技工院校“十二五”系列规划教材

ISBN 978-7-111-38980-4

I. ①就… II. ①李… III. ①学生—职业选择—技工学校—教材
IV. ①G717.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 143965 号

机械工业出版社(北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037)

策划编辑:郎 峰 责任编辑:郎 峰

版式设计:石 冉 责任校对:张 力

封面设计:张 静 责任印制:张 楠

北京诚信伟业印刷有限公司印刷

2012 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

184mm×260mm·12.5 印张·303 千字

标准书号:ISBN 978-7-111-38980-4

定价:25.00 元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

电话服务

网络服务

社服务中心:(010)88361066

门户网:<http://www.cmpbook.com>

销售一部:(010)68326294

教材网:<http://www.cmpedu.com>

销售二部:(010)88379649

读者购书热线:(010)88379203

封面无防伪标均为盗版

全国技工院校“十二五”系列规划教材 编审委员会

顾 问：郝广发

主 任：陈晓明 李 奇 季连海

副主任：（按姓氏笔画排序）

丁建庆	王 臣	刘启中	刘亚琴	刘治伟	李长江
李京平	李俊玲	李晓庆	李晓毅	佟 伟	沈炳生
陈建文	徐美刚	黄 志	章振周	董 宁	景平利
曾 剑	魏 葳				

委 员：（按姓氏笔画排序）

于新秋	王 军	王 珂	王小波	王占林	王良优
王志珍	王栋玉	王洪章	王惠民	方 斌	孔令刚
白 鹏	乔本新	朱 泉	许红平	汤建江	刘 军
刘大力	刘永祥	刘志怀	毕晓峰	李 华	李成飞
李成延	李志刚	李国诚	吴 岭	何立辉	汪哲能
宋燕琴	陈光华	陈志军	张 迎	张卫军	张廷彩
张敬柱	林仕发	孟广斌	孟利华	荆宏智	姜方辉
贾维亮	袁 红	阎新波	展同军	黄 樱	黄锋章
董旭梅	谢蔚明	雷自南	鲍 伟	潘有崇	薛 军

总策划：李俊玲 张敬柱 荆宏智

“十二五”期间,加速转变生产方式,调整产业结构,将是我国国民经济和社会发展的重中之重。而要完成这种转变和调整,就必须有一大批高素质的技能型人才作为后盾。根据《国家中长期人才发展规划纲要(2010—2020年)》的要求,至2020年,我国高技能人才占技能劳动者的比例将由2008年的24.4%上升到28%(目前一些经济发达国家的这个比例已达到40%)。可以预见,作为高技能人才培养重要组成部分的高级技工教育,在未来的10年必将会迎来一个高速发展的黄金期。近几年来,各职业院校都在积极开展高级工培养的试点工作,并取得了较好的效果。但由于起步较晚,课程体系、教学模式都还有待完善与提高,教材建设也相对滞后,至今还没有一套适合高级技工教育快速发展需要的成体系、高质量的教材。即使一些专业(工种)有高级工教材也不是很完善,或是内容陈旧、实用性不强,或是形式单一、无法突出高技能人才培养的特色,更没有形成合理的体系。因此,开发一套体系完整、特色鲜明、适合理论实践一体化教学、反映企业最新技术与工艺的高级工教材,就成为高级技工教育亟待解决的课题。

鉴于高级技工教材短缺的现状,机械工业出版社与中国机械工业教育协会从2010年10月开始,组织相关人员,采用走访、问卷调查、座谈等方式,对全国有代表性的机电行业企业、部分省市的职业院校进行了历时6个月的深入调研。对目前企业对高级工的知识、技能要求,各学校高级工教育教学现状、教学和课程改革情况以及对教材的需求等有了比较清晰的认识。在此基础上,他们紧紧依托行业优势,以为企业输送满足其岗位需求的合格人才为最终目标,组织行业和技能教育方面的专家精心规划了教材书目,对编写内容、编写模式等进行了深入探讨,形成了本系列教材的基本编写框架。为保证教材的编写质量、编写队伍的专业性和权威性,2011年5月,他们面向全国技工院校公开征稿,共收到来自全国22个省(直辖市)的110多所学校的600多份申报材料。组织专家对作者及教材编写大纲进行了严格评审,决定首批启动编写机械加工制造类专业、电工电子类专业、汽车检测与维修专业、计算机技术相关专业教材以及部分公共基础课教材等,共计80余种。

本套教材的编写指导思想明确,坚持以达到国家职业技能鉴定标准和就业能力为目标,以各专业的工作内容为主线,以工作任务为引领,由浅入深,循序渐进,精简理论,突出核心技能与实操能力,使理论与实践融为一体,充分体现“教、学、做合一”的教学思想,致力于构建符合当前教学改革方向的,以培养应用型、技术型、创新型人才为目标的教材体系。

本套教材重点突出了如下三个特色:一是“新”字当头,即体系新、模式新、内容新。

体系新是把教材以学科体系为主转变为以专业技术体系为主；模式新是把教材传统章节模式转变为以工作过程的项目为主；内容新是教材充分反映了新材料、新工艺、新技术、新方法。二是注重科学性。教材从体系、模式到内容符合教学规律，符合国内外制造技术水平的实际情况。在具体任务和实例的选取上，突出先进性、实用性和典型性，便于组织教学，以提高学生的学习效率。三是体现普适性。由于当前高级工生源既有中职毕业生，又有高中生，各自学制也不同，还要考虑到在职人群，教材内容安排上尽量照顾到不同的求学者，适用面比较广泛。

此外，本套教材还配备了电子教学课件，以及相应的习题集，实验、实习教程，现场操作视频等，初步实现教材的立体化。

我相信，这套教材的编辑出版，对深化职业技术教育改革，提高高级工培养的质量，都会起到积极的作用。在此，我谨向各位作者和所在单位及为这套教材出力的学者表示衷心的感谢。

原机械工业部教育司副司长
中国机械工业教育协会高级顾问

郝广发

前言

本书是根据全国技工院校“十二五”系列规划教材建设工作会议上，“国家目前对高技能人才需求的状况，高级工教材改革的想法与建议”的指导意见，我们组织了四位经验丰富并长期从事就业指导 and 创业教育教学工作的教师，针对高级工教育的特点和实际，编写了本书。

本书没有涉及过多理论知识，而是用一些发人深思的故事，启发学生结合自身情况进行深入思考，在结构上大胆地突破了以往教材的模式，努力使本书在体例上更能激发学生的学习兴趣，通过指导学生参与一些重要而有趣的活动，达到寓教于乐的目的。

本书在内容及形式设计上具有以下鲜明特色：

一、在形式编排上，突破以往遵循理论教学的模式，以简化理论和强化操作应用为原则，针对职业院校学生能力水平和求职择业的需要，根据编者多年来从事职业院校一线教学和就业指导工作的经验，创新教学模式，让学生在活动教学中提高就业与创业能力。

二、在内容编排上，体现了启发式教学方法的特色和优势，着重突出指导性、实用性，在理论叙述上以适度、够用为原则。本书中选择的大量案例与社会生活联系紧密，增强了学生学习的愿望与兴趣。

三、在语言风格上，力求通俗易懂，并强调趣味性。为了让学生更好地了解职业、体会就业、感知创业，我们用青春校园的语言，配以风趣幽默的漫画，精心设计和编写了这本启发式、参与式、研讨式、案例式的特色教材。

本书由李炜、李伟、杨俊霞和甄志芳共同编写。本书在编写过程中参阅了相关书籍和大量资料，特别向这些文献的作者和编者表示诚挚的谢意，并向为本书友情提供支持的漫画作者沙英、杨成政，以及摄影者高丰文表示感谢。

由于编写时间紧迫，编者水平有限，书中难免存在不足之处，敬请专家和广大读者提出宝贵意见，以便再版时修订，使之日臻完善。

编者



目录

序	1
前言	1
第一篇 职业生涯初体验	1
第一讲 职业之我见	3
一、职业认知	3
1. 职业概述	3
2. 职业分类	5
3. 职业发展	6
二、职业资格	7
1. 职业资格概述	7
2. 职业技能鉴定	9
第二讲 我的未来不是梦	14
一、为什么要做职业生涯规划	14
1. 走进职业生涯	14
2. 梦想从此起锚	16
二、怎样做好职业生涯规划	19
1. 切忌走入职业生涯规划误区	19
2. 做好职业生涯规划要点	20
第二篇 就业现在时	21
第三讲 先知先觉	47
一、当前职校毕业生的就业现状	47
1. 就业形势	48
2. 就业前景	49
二、什么影响了你的就业	51
1. 竞争者增多	51
2. 期望值过高	51
3. 能力较欠缺	52

4. 技巧未掌握	52
三、更新就业观念	52
1. 错误的就业观念	53
2. 正确的就业观念	55
四、我国的就业市场	56
第四讲 未雨绸缪	58
一、就业知识能力准备	59
1. 知识准备	59
2. 能力准备	59
二、就业心理准备	61
1. 就业常见心理问题	62
2. 科学正确的就业心理	62
三、就业信息准备	64
1. 就业信息的主要内容	64
2. 搜集就业信息的主要途径	68
四、就业材料准备	72
1. 求职信	72
2. 个人简历	76
3. 求职登记表	81
4. 毕业生就业推荐表	83
5. 其他证明材料	84
第五讲 面试全攻略	92
一、笔试知多少	92
1. 笔试的内容	93
2. 笔试的方法	95
3. 笔试的技巧	95
二、面试指南	96
1. 面试全程准备	97
2. 面试技巧全接触	100
3. 面试禁忌要切记	111
4. 面试故事你我他	113
三、面试常见问题参考	115
第三篇 未来由我“创”	
第六讲 创业的美好时代	137
一、创业概述	137
1. 创业定义	138
2. 创业意义	138
二、创业要素	143

1. “德”为先·····	143
2. 专注·····	144
3. 不可忽视的“顾客利益”·····	145
三、职校生创业优势·····	147
1. 专业知识优势·····	148
2. 技能优势·····	149
3. 职业素质优势·····	150
第七讲 插上隐形的翅膀·····	154
一、成功创业者所具备的能力与素质·····	154
1. 成功创业者所具备的能力·····	154
2. 成功创业者所具备的素质·····	161
二、培养创业者的创新意识·····	166
1. 创新概述·····	167
2. 创新思维·····	172
3. 创新与创业·····	178
参考文献·····	187

第一篇

职业生 涯初体验

策一第

—— 金本外币主业务 ——



第一讲 职业之我见

职业决定了我们生活的城市；决定了我们的收入；决定了我们的生活方式；甚至决定了我们的婚姻和孩子的未来！

一、职业认知

从某种程度上说，从事什么样的职业对一个人事业的发展起着至关重要的作用，甚至我们可以这样说，选择职业就是选择未来。因此，认知职业、掌握职业的基本知识，对于我们今后的学习和工作具有非常重要的意义，也可以说是职校生正确择业乃至顺利走向社会的必备条件。

只有了解职业才能更好地驾驭职业。



议一议：它们都是职业吗？

农民	学生
公务员	企业家
电子商务师	小偷
网络警察	司机
家庭主妇	营销师

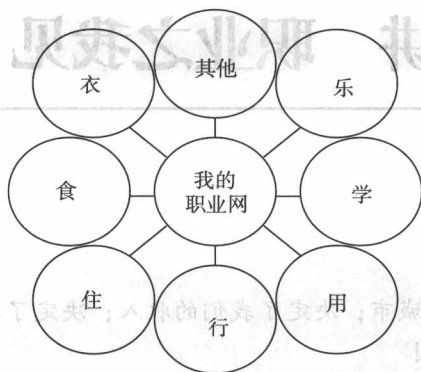
1. 职业概述

(1) 职业 职业是参与社会分工，利用专门知识和技能，为社会创造物质财富和精神财富，获取合理的报酬，作为物质生活来源，并能满足精神需求和实现人生价值的持续性活动。

通过职业，人们获得一定的社会角色，为社会做出贡献，得到社会的承认。职业不仅是人们谋生的手段，也是实现人生价值的舞台。



想一想：你还知道哪些职业？请把它们按照下图进行分类、填写。



(2) 职业与产业、行业 产业，是由社会劳动分工而独立出来的、专门从事某一类别生产经营活动的单位总和。

国民经济部门按产业结构通常分为三大产业部门，即第一产业、第二产业和第三产业。第一产业一般指广义的农业，包括农、林、牧、渔和水利业；第二产业包括工业和建筑业；第三产业指广义的服务业，包括四大部分：流通部门，如商业、饮食业、交通运输业、邮电通讯业、物资供销和仓储业等；服务部门，如金融、保险、房地产业，公用事业，居民服务业，旅游业和咨询服务业等；科、教、文、卫、体育部门，如教育、文化、广播电视事业，科学研究事业，卫生、体育和社会福利事业等；机关团体，如国家机关、党群组织和社会团体等。



思考：小张在一家物业管理公司做电工，你知道他从事的是第几产业的工作吗？

行业，是根据单位所使用加工的原料、所生产的物品或提供的服务不同来表示的社会分工类别，如服装行业、餐饮行业、机械行业等。



知识链接

我国早在唐朝就有“三十六行”的说法。三十六行，是对各行各业的通称，反映当时社会行业的分工。主要有：肉肆行、官粉行、海味行、鲜鱼行、文房用具行、汤店行、药肆行、扎作行、陶土行、件作行、茶行、竹木行、酒米行、铁器行、针线行、巫行、棺木行、皮革行、故旧行、酱料行、柴行、网罟行、花纱行、杂耍行、彩舆行、鼓乐行、花果行等。《清稗类·农商类》一书中记载：“三十六行，种种职业也。就其分工而约计之……倍之，则为七十二行；十之，则为三百六十行。”“三百六十行”的说法就源于此。无论唐朝的三十六行，还是现在人们常说的三百六十行，其实都是虚指数，实非具体数字。

职业与行业之间是相互交叉的。一种职业主要存在于某一行业之中，如邮政行业中的邮递员；每类产业又包含许多行业，如邮政行业和旅游行业都属于第三产业；而不同的行业可以含有相同的职业，如餐饮业和房地产业都可以有会计这个职业。

(3) 职业与工种、岗位 一个职业一般包括一个或几个工种，一个工种又包括一个或几个岗位。

工种，是根据劳动管理的需要，按照生产劳动的性质、工艺技术的特征或者服务活动的特点而划分的工作种类。目前，大多数工种是以企业的专业分工和劳动组织的基本情况为依据，从企业生产技术和劳动管理的普遍水平出发，为适应合理组织劳动分工的需要，根据工作岗位的稳定程度和工作量的饱满程度，结合技术发展和劳动组织改善等方面的因素进行划分的。

岗位，是企业根据生产的实际需要而设置的工作位置。企业根据劳动岗位的特点对上岗人员提出的综合要求形成岗位规范，它构成企业劳动管理的基础。

假如你在一家水暖管件生产厂上班，那么你的职业就是制造业工人，工种可以是电焊工、车工、钳工、电工、司炉工、铸工等，岗位就是你在某车间的具体位置。

(4) 职业与专业 专业，是指高等院校或者职业学校根据学科分类或者生产部门的分工把学业分成的门类。如职业学校里的农业类，下设种植、园林、养殖、畜牧兽医等 19 个专业。

职业与我们所学的专业有什么样的联系呢？

专业是学业门类，尽管和职业有很大不同，但两者之间是密切相关的。一个具体的专业，它与职业的对应关系是：同一个专业可以对应多个职业。例如：机电专业的学生，可以在制造业和建筑业等行业当电工、钳工和机修工，也可以自己开汽车维修店。



想一想：你所学的专业，未来可从事的职业是什么？

2. 职业分类

职业分类是以工作性质的同一性为基本原则，对社会职业进行的系统划分与归类。

1999 年，我国颁布实施了《中华人民共和国职业分类大典》，对我国职业进行了系统分析和科学归类。根据《中华人民共和国职业分类大典》，我国的职业分类结构包括四个层次，即大类、中类、小类、细类。细类是我国职业分类结构中最基本的类别。《中华人民共和国职业分类大典》将我国社会职业归为 8 个大类，66 个中类，413 个小类，1838 个细类（职业）。



知识链接

《中华人民共和国职业分类大典》将我国社会职业归为 8 个大类，分别是：第一大类，国家机关、党群组织、企业、事业单位负责人；第二大类，专业技术人员；第三大类，办事人员和有关人员；第四大类，商业、服务业人员；第五大类，农、林、牧、渔、水利业生产人员；第六大类，生产、运输设备操作人员及有关人员；第七大类，军人；第八大类，不便分类的其他从业人员。

2004 年 8 月，我国建立了新职业信息发布制度，对职业分类与职业标准开发实行动态管理，并定期颁布《中华人民共和国职业分类大典》增补本。

2009 年 11 月 12 日，人力资源和社会保障部正式向社会发布近年来我国生产操作和服务业领域产生的 8 个新职业的信息。这 8 个新职业是：皮革护理员、调味品品评师、混凝土泵工、机动车驾驶教练员、液化天然气操作工、煤气变压吸附制氢工、废热余压利用系统操作工、工程机械装配与调试工。

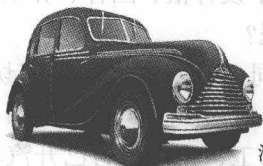
2010年12月16日，国家职业分类大典修订工作启动会暨首次工作委员会和专家委员会全体会议在北京举行。

职业分类不但可以帮助我们了解社会的职业状况，还可以帮助我们了解每个职业的具体状况，尤其是每个职业的任职要求，从而帮助我们进行科学合理的职业选择并进行卓有成效的职业训练。

3. 职业发展

随着科技的发展和进步，职业也将越来越向高科技化、智能化、专业化方向发展，必然导致部分职业新旧更替或产生新的职业种类，职业的种类和数量也随之不断增加，这使得职业选择的机会增多，职业活动的内容不断弃旧从新。

汽车的发明和应用带动了新产业、新行业的出现和新职业的兴起。



汽车的发明与应用



汽车生产业



汽车运输业



汽车维修业



洗车业



汽车工程师



司机

二、职业资格

1. 职业资格概述

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。职业资格包括从业资格和执业资格。

从业资格是指从事某一专业（职业）学识、技术和能力的起点标准。

执业资格是指政府对某些责任较大、社会通用性强、关系公共利益的专业（职业）实行准入控制，是依法独立开业或从事某一特定专业（职业）学识、技术和能力的必备标准。



案例一

小徐和小魏毕业后，同时被一家工厂录取。一年后，单位调整，小徐下岗，而小魏留了下来。小徐不服气，找到厂长问个明白。厂长的回答令他惊讶：“小魏有职业资格证书！”小徐争辩说：“我和小魏是同一所职业学校毕业的，他学的，我也学了，他能干的，我也能干……”，“我只不过没有参加考核鉴定罢了……”小徐进一步争辩。厂长耐心地说：“你讲的是事实，但你到底怎样，我说了不算，你说了也不算。现在咱们单位缺机修钳工，如果你能考一个机修钳工的中级证书回来，单位可以安排你重新上岗。”

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。

随着国家职业资格证书制度的推行，用人单位会更加认真贯彻执行。其实小徐有所不知，不用说在中国，就是在许多发达国家，没有相应的职业资格证书，老板也是不会雇用你的！（续一）

我不服气

