

21世纪高职高专系列规划教材·公共基础课系列



大学生 职业生涯规划 与就业指导

DAXUESHENG
ZHIYE SHENGYA GUIHUA
YU JIUYE ZHIDAO

◎主编 胡志强

中国传媒大学出版社

大学生职业生涯规划 与 就业指导

主 编 胡志强

副主编 刘蜀念 刘财安

编 委 刘德华 李 凡 廖秀珍

余周平 刘成昭

中国传媒大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生职业生涯规划与就业指导/胡志强主编. —北京:
中国传媒大学出版社, 2009. 5
ISBN 978-7-81127-424-0

I. 大… II. 胡… III. 大学生—职业选择—研究 IV.
G647. 38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 029332 号

大学生职业生涯规划与就业指导

著 者 胡志强
责任编辑 罗 刚 欧丽娜
责任印制 曹 辉
装帧设计 鱼翔设计工作室
出版社人 蔡 翔

出版发行 中国传媒大学出版社(原北京广播学院出版社)
社 址 北京市朝阳区定福庄东街 1 号 邮编:100024
电 话 86—10—65450528 65450532 传真:65779405
网 址 <http://www.cucp.com.cn>
经 销 新华书店总店北京发行所

印 刷 北京联兴盛业印刷有限公司
开 本 787×1092mm 1/16
印 张 14
版 次 2009 年 5 月第 1 版 2009 年 5 月第 1 次印刷

书 号 978-7-81127-424-0/G·424 定价:26.80 元

版权所有 翻印必究 印装错误 负责调换

前 言

金风送爽,硕果累累。同学们,当你们选择到大学求学深造的时候,可以说,你们作出了人生的一次明智和正确的选择。从此,你们的生活进入了一个新环境,学习进入了一个新阶段,学业面对了一个新起点,人生也翻开了新一页。

现代教育学的研究表明,一个人从中学到大学是一个新的起点,不仅标志着因年龄的增长而变得更加成熟、更加理性,而且标志着所拥有的知识将要发生量与质的飞跃。这是一个非常重要的阶段,是一个有志青年的黄金时期,从某种意义上说,大学生活将奠定一个人一生事业的基础。

同学们,进入大学,告别中学时代,正值 16~20 岁左右的青春年华,是长身体、长知识的最佳年龄。你们正确的世界观要在大学里树立,合理的知识结构要在大学里构建,做人的奇妙道理要在大学里领悟,坚毅的意志品格要在大学里磨砺,就业和创业的本领和技巧也要在大学里掌握。总之,大学生活是一个非常重要阶段,是你们获取知识、破解疑惑、铸造人格、增强才干、锻炼意志的关键时期。因此,过好大学生活,不仅对于大学这一阶段,甚至对于你们一生都将具有里程碑的意义。

《礼记·中庸》中有云:“凡事预则立,不预则废。”做任何事情都要有一个明确的计划与准备,否则难以收获良好的结果,大学生活同样如此。

同学们,面对严峻的就业压力,如果你们希望在毕业时能有一个好的选择,在未来职业生涯中能充分体现自我价值,就应该尽早进行大学生职业生涯规划,规划好大学的学习、生活、工作,合理的安排大学时间,避免学习的盲目性和被动性,并确定职业发展方向和实施策略,使你们在大学期间和以后的人生发展道路中少走弯路。进行大学生职业生涯规划,是你们最先行、最基本的一项工作,也是你们实现职业理想和职业目标的关键一环,为此,我特向同学们提出以下几点希望:

一、树立远大理想,把自己培养成为合格的小康社会建设者

理想是人生前进的动力。同学们要树立正确的人生观、价值观和道德观,全面提高自身的政治思想素质、科学文化素质、实践技术素质以及健康坚强的心理素质。

二、勤学慎思,提高综合素质

大学是传播知识的殿堂,是一个人一生中储备知识、提高素质、增长才干最重要的地方。希望同学们尽快实现从中学生到大学生的角色转换,从被动型学习向主动型学习转变,善于发现问题、提出问题、解决问题,实现“学思结合,三行并重”。希望同学们积极进取,勇于尝试,满怀热情地参与各种形式的学科竞赛和学术活动。开展丰富多彩的社会实践,体验特色的社团生活,丰富自己的学习经历和人生经验,不断提高综合素质。

三、砥砺德行,塑造健全的人格

真正的人才不仅要具备深厚的知识和卓越的能力,更需要具备优良的道德品质和坚强的意志,希望同学们加强道德修养,把个人的理想同国家、民族的奋斗目标统一起来,胸怀全

局,心系天下,做中国特色社会主义科学体系的坚定信仰者,科学发展观的忠实执行者,社会和谐积极促进者,希望同学们在大学的学习、生活中善待自己、关心他人、学会做人、学会做事、互相帮助、共同进步,努力培养自己高远的志向、高尚的品德、高贵的心灵和高雅的情趣,实现真、善、美高度统一,知、情、意和谐发展。

四、适应大学生活,自觉攻破“三关”

当今时代,是一个充满机遇又面对挑战的时代,各种思潮激烈碰撞,各种诱惑滋生蔓延,迫使人们不得不经受严峻考验,同学们也不例外。为了适应大学生活,同学们一定要自觉攻破“三关”,这是做好完成学业、规划职业生涯的前提和基础。

1. 筑就“心理”长城

进入大学以前,同学们的学习目标非常明确——决胜高考。进入大学后,这个目标突然没有了,于是开始迷茫,导致心理落差,这是入学后最常见的问题之一。其中的原因主要是对新的环境、新的人际关系、新的学习模式和新的生活方式不适应,从而导致心态失衡,萎靡不振,无法集中精力学习,行为较为孤僻。还有就是学习压力、就业压力、感情变化、社会环境、家庭环境等诸多因素,都可能引发心理问题。如果有这些现象,希望同学们认识到,大学生活无疑是丰富多彩的,但也会有它枯燥乏味的时候,正如天上的月亮,有圆也有缺。进入大学后要学会扬长避短,让攀登成为一种人生姿态,在和谐、快乐、奋发中度过这一生中最美好的时光。要勇敢地接受自我、超越自我、迎接挑战,筑就“心理”长城。这是同学们要攻破的第一关。

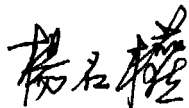
2. 克服“学习”难关

大学教育是一种专业教育,学习信息量大、速度快,更加强调学习过程中的自主性、创造性、实践性。因此,同学们要进一步明确学习的目的和动机,学会调整心态,运筹时间。要善于寻找适合自己的学习方法,尽快实现从充满幻想到脚踏实地的转变,变依赖为自主,变“要我学”为“我要学”,在主动学习中,发现、提出和解决问题。不局限于上课和阅读教材、讨论交流、听学术讲座,要参加社会实践,特别要善于充分利用校内校外的教育资源,如图书馆、阅览室、展厅、网络等等,并且要将学到的知识有效地消化、整合,这样才能有所收获,有所成功。

3. 搭建“生活”金桥

同学们在上大学后,许多事情都要独自处理,意味着独立生活已经开始,由在家靠父母转变为在校靠自己。因此,同学们在大一期间,除了学习,还必须投入较多时间学会打理个人生活,培养独立生活能力。最需要的就是学会理财。第一次独立安排自己的生活,有的新同学用钱往往没有计划,甚至欠着学费不交,稀里糊涂地把钱花光了。因此,要学会精打细算、量力而行,养成良好的生活习惯,把有限的钱花在最需要的地方。

同学们,今天你们终于圆了大学梦,在你们的面前铺就一条新的成长之路,希望同学们在大学里不畏艰苦,用自己的勤奋汗水排除前进中的障碍和困难。你们的理想一定能实现,你们的明天也一定会美好!



目 录

绪 论	1
【复习思考】	7
【活动设计】	7
【相关链接】	7

专业学业篇

第一章 了解专业	8
第一节 专业概述	8
第二节 专业发展与就业趋势	16
【复习思考】	20
【活动设计】	20
【相关链接】	20
第二章 学业规划	22
第一节 学业规划概述	22
第二节 学业规划实施	25
【复习思考】	29
【活动设计】	29
【相关链接】	33

职业规划篇

第三章 职业探索	35
第一节 与职业相关的概念	35
第二节 职业概述	39
第三节 职业发展	44
【复习思考】	49
【活动设计】	49
【案例分析】	49
第四章 自我认识	50
第一节 我是谁——大学生的生理及心理特征	50
第二节 我喜欢做什么——大学生的职业兴趣	55
第三节 我适合做什么——大学生的职业人格	58
第四节 我能够做什么——大学生的职业能力	64
【复习思考】	66
【活动设计】	66
【案例分析】	66

第五章 职业生涯规划	68
第一节 认识职业生涯规划	68
第二节 职业生涯规划的实施	74
第三节 职业生涯的调整	82
【复习思考】	86
【活动设计】	86
【相关链接】	88
就业创业篇	
第六章 就业形势与就业政策	110
第一节 就业市场	110
第二节 就业形势	117
第三节 就业政策与就业制度	127
【复习思考】	131
【活动设计】	131
【相关链接】	131
第七章 就业准备	133
第一节 正确认识评价自我	133
第二节 择业心理的准备及调适	139
第三节 就业的知识技能准备	147
第四节 高职生求职材料的准备	153
【复习思考】	160
【活动设计】	160
【相关链接】	160
第八章 择业程序与技巧	162
第一节 就业的程序	162
第二节 自荐的方法与技巧	165
第三节 笔试与技能考核	168
第四节 面试的种类与技巧	171
第五节 求职中的薪资谈判技巧	181
【复习思考】	184
【活动设计】	184
【案例分析】	185
第九章 创业	186
第一节 创业和创业准备	186
第二节 创业素质与方式	190
第三节 创办私营企业的法律规定	203
【复习思考】	214
【活动设计】	214
【案例分析】	214
参考文献	216
后 记	218

绪 论

【名人名言】

19世纪美国哲学家、诗人爱默生说：“一心向着自己目标前进的人，整个世界都为他让路！”

作为一门独立完整的学科，《职业生涯规划与就业指导》又叫《职业指导》。它有其特定的概念、历史、作用、研究内容和方法，了解这些问题及其发展现状，将有助于我们整体把握职业指导的学科框架，充分认识和理解其理论和实践价值。

一、职业指导的含义

职业指导是政府有关部门、学校、职业中介机构或用人单位等的有关人员根据人才市场的需要和个人求职需求，帮助求职者了解社会职业需求，认识个人职业心理特点，最终达到人职最佳匹配的过程。职业指导主要包括提供职业信息、实施职业心理测试、组织人才供需见面、进行职业咨询和职业介绍以及与职业准备、职业选择、职业适应和职业转换有关的报告、参观、择业求职技巧训练等活动。

职业指导产生初期，其主要职能是通过收集职业信息，为求职者提供就业信息和介绍职业。随着职业指导实践和研究的不断深入，人们对职业指导的认识越来越全面，职业指导已不仅仅局限于职业信息介绍。从时间上看，职业指导由仅仅考虑就业安置的短暂行为扩展到对整个人生的职业指导，即进行职业生涯设计；就范围而言，职业指导已扩展到社会生活的各个方面，渗透到社会活动的各个领域，并且从了解和适应某一个职业的指导发展到对于某一类或某一领域的职业指导。

根据不同的标准，职业指导可分为不同的种类，如根据职业指导的功能不同，职业指导可分为上岗前职业指导、在岗职业指导、再就业职业指导；按照进行职业指导的部门的不同，职业指导可以分为政府职业指导、社会职业指导、学校职业指导和家庭职业指导。学校职业指导又可根据学校类型的不同，分为普通中学职业指导、中等职业技术学校职业指导和大学职业指导。

大学生职业指导是指以大学职业指导部门为中心所开展的各种与学生发展、择业、就业、创业等有关的活动。

二、开展职业指导的意义

（一）有利于开发大学生的智力和人力资源

大学生正处在生理、心理发展的黄金年龄阶段，自身发展蕴藏着很大的潜力。通过职业指导，可以帮助大学生了解自己的能力和职业心理特征，充分认识自己的优势和不足，进一步明确学习目的和发展方向，激发他们的学习热情，挖掘和发挥他们的潜能，为将来的职业选择和职业发展打下坚实的基础。

(二) 有利于协调社会的人才供求关系

社会职业的种类繁多, 国家建设需要不同层次的人才, 而人们的就业志愿又千差万别, 因此, 社会用人需求与个人就业愿望常常会发生冲突, 如果处理不好, 就会出现有事无人做, 有人无事做, 做事不投入的状况, 这将严重影响个人职业发展和社会就业队伍的稳定。职业指导就像一座桥梁, 架立在求职者和用人单位之间, 帮助双方相互了解、相互沟通, 协调人才的供求关系, 使人尽其才, 事得其人。职业指导可以帮助大学生在充分认识自己 and 了解社会职业种类及特点的基础上, 树立正确的职业价值观, 作出既有利于发挥自己的长处又能满足社会需要的职业选择, 从而协调好社会需要与个人志愿的关系, 最终实现职业岗位与个人理想的最佳结合。

(三) 有利于促进个人的心理健康

职业指导的最终目的就是为最合适的人找到最合适的工作。通过学校所开展的一些有针对性的职业指导活动, 可以帮助大学生选择到最适合个人发展的职业, 这样他们走上工作岗位之后, 就能够心情舒畅地工作和学习, 避免和减少将来因难以适应社会和工作而产生的心理压力、焦虑和苦恼, 促进他们的心理健康, 使他们始终能以积极的心态迎接挑战。

三、职业指导的发展与现状

20 世纪初期, 随着工业革命的开始, 机器生产逐渐代替了手工劳动, 社会生产力发展迅速大大加速了社会分工和职业种类变化的进程, 人们在职业选择和发展上也越来越不能适应社会发展的要求。因此, 在社区服务、学校教育或企业的人事管理中, 如何帮助人们适应经济和社会发展的需要, 使毕业生和求职者等产业后备大军尽快地找到工作并适应新的工作要求, 已成为世界各国普遍关注的问题。职业指导在此情况下应运而生, 并成为适应劳动力市场要求、解决就业问题的重要途径和方法。

(一) 西方的职业指导

国外的职业指导始于 20 世纪初期的美国。当时, 由于社会生产力的发展, 需要开展就业指导来帮助人们选择职业。心理学家弗兰克·帕森斯 (F. Parsons) 等人在 1909 年首次出版了《职业指导》专著, 在书中提出了开展职业指导的三方面内容: (1) 帮助自我分析; (2) 提供职业信息; (3) 将两者结合起来指导人们判断自我和选择职业。1908 年, 英国学者在爱丁堡成立了第一个公立的职业介绍所。英国早期的职业指导工作主要包括: 就业登记、介绍社会职业、接待访谈、了解就业情况、提供就业建议等。从 20 世纪 20 年代起, 英国工业心理研究所在职业指导中开始采用心理测量方法, 以便减少在通常的人事测评中所采用的谈话法、观察法带来的误差。近年来, 加拿大的 France 等人在如下四方面开展职业指导工作: 帮助职工走上工作岗位、适应社会, 帮助自我发展, 认识劳动的价值、工作的意义和帮助职工获得更大的求职动力、取得更大的成就。

(二) 苏联的职业指导

苏联的职业指导有着悠久的历史, 并达到较为系统化的水平。1983 年, 苏联国家

教育委员会中等学校部发行了《中学的职业定向》一书，作为全国的正式教学参考书。苏联的职业指导的最大特色是强调在劳动生产活动中进行职业定向。苏联解体后，俄罗斯专门成立了全国职业指导中心来研究就业、转岗适应等问题。

总之，国外学校的职业指导工作主要有六项内容：定向、管理职工档案、咨询、提供信息、追踪研究和其他方面服务。

（三）我国的职业指导

我国的职业指导始于 20 世纪 20 年代。1916 年，清华大学的周寄梅先生等人在学生选择职业中采用了心理测量手段，这可视为职业指导研究的开端。解放后，受计划经济下“统包统分”的人事管理制度的限制，职业指导在我国没有得到足够的重视。可以说，20 世纪 80 年代以前，我国的学校几乎没有开设职业指导课程，社区服务也没有开展职业指导活动，职业指导的书籍相当缺乏。十一届三中全会以来，我国的经济得到了迅速发展。随着所有制和产业结构的变化带来的用工制度的改革，就业机制发生了根本性的变化，职业指导重新引起人们的重视。国家教委在“七五”期间立项支持闻友信等人进行职业指导理论与实验，出版了有关“职业分类介绍”、“职工职业定向调查”等专著，并在上海卢湾区、北京东城区初步进行了开设职业指导课的试点。20 世纪 80 年代后期，我国的职业介绍工作开始采用计算机进行职业信息储存和处理，如劳动部信息开发中心开发的《职业介绍业务前台服务系统》。在心理测量方面，与各种心理测量表和自我探索量表结合起来使用的计算机管理系统也取得了一些成果。如空军部门为招收飞行员专门研制了有智能效率的测试系统，郑日昌等人编制了“青少年升学就业指导评定量表”。自 2000 年开始，浙江工贸职业技术学院与中国科学院心理研究所合作，进行了高等职业技术学院职业指导和填报高考志愿心理咨询的实验研究，并已取得了初步研究成果。中国科学院心理研究所的时勘博士等人承担的国家教育科学“八五”规划重点课题完成了全国高中职业指导选修课教材和配套的“职业心理测试系统”，并已在全国 600 所中等学校推广。

进入 20 世纪 90 年代后，随着世界各国经济竞争的加剧，通过产业结构不断调整来增强企业的竞争实力，已成为企业适应国际市场的主要内容。发展中国家通过引进发达国家先进经验的“后发优势”已不复存在，这是因为发展中国家在天时、地利方面已无任何优势可言，唯一正确的途径是充分利用人的因素。因此，人力资源开发成了这种竞争中成功的关键要素，而职业指导在利用人力资源、发挥人的潜能方面，具有重要作用。1994 年 9 月，国家教委正式颁发了《普通中学职业指导纲要》，确定了中学职业指导的地位，随后，国家又陆续出台了一系列政策，改革高等学校毕业后“统包统配”和“包当干部”的就业制度，实行少数毕业生由国家安排就业，多数毕业生“自主择业”的就业制度，并逐步推行毕业生与用人单位“双向选择”的办法，即委托和定向培养的学生按合同就业，自费生自主择业。与此相配套，政府部门建立了人才需求信息、就业指导、职业介绍等社会中介机构来提供就业服务。这样，以就业指导为重点的职业指导成为我国教育的重要组成部分。1994 年国家劳动部发布了《关于印发〈职业指导办法〉的通知》，规定从 1995 年 1 月 1 日起实施职业指导办法，“办法”对职业指导的任务、内容、职业指导人员的职责范围作了规定。

进入 21 世纪以来,随着我国国有企业改革力度的加大,下岗再就业成为职业指导新的热点问题。中国科学院心理研究所与北京市劳动和社会保障局曾在西城区职业介绍中心建立“职业指导联合实验基地”,通过理论和实践的结合来研究下岗、失业人员职业指导的规律,探索适合我国国情的再就业指导模式。后来,国家劳动和社会保障部又推出了职业指导员的任职标准和鉴定资格,这些举措大大地推动了劳动人事部门所属就业服务机构的职业指导工作的进程。

四、大学职业指导

职业指导是根据劳务市场的需要和个人求职需求,帮助求职者了解社会职业需求、认识个人职业心理特点,最终达到人职匹配的过程。大学职业指导活动是指大学职业指导部门及其相关人员为实施职业指导而进行的各种工作。

(一) 大学职业指导的内容

大学职业指导的内容主要包括以下几个方面:

(1) 向学生提供各类职业信息,介绍招聘单位的情况。它包括:帮助学生了解社会职业发展趋势、人们的职业价值观和就业观念、劳动力市场的竞争状况、招聘单位的经营状况、可供选择的职位空缺、工资待遇、对招聘对象的知识 and 技能及其他个人特征的具体要求等。

(2) 实施职业心理测试,进行职业心理咨询。它包括:进行职业兴趣、职业能力、职业人格、人际适应性等心理测试,帮助学生认识自己,了解自己喜欢什么样的职业、能从事什么职业、适合从事什么职业、人际适应状况如何等。

(3) 开展与准备职业、选择职业、适应职业和转换职业等有关的报告、参观、技巧训练等活动。它包括:请一些职业指导专家、企业人力资源部负责招聘的人员、社会就业指导部门工作人员等,给学生作有关职业发展、劳动力市场、选择职业、就业、职业适应等方面的报告;带领学生到企业实地考察,了解更加具体、详实的第一手资料;有针对性地进行职业技能培训,如求职信的写作技能、寻找职位空缺的技能、成功面试的技能、人际交往的技能、职业适应的技能等。

(4) 与企业建立联合培养关系,将学生的学习和就业紧密结合在一起。它包括:在学生一入校时就与企业签定用人合同,与企业共同制订满足企业实际需求的大学生培养计划和要求,学校定期向用人单位汇报学生学习进展情况,企业则提供学生实习的机会。

(5) 组织人才供需见面,为学生选择职业牵线搭桥。

(二) 大学职业指导的方法

大学职业指导的方法多种多样,主要包括开设职业指导课、进行职业咨询和参加社会实践活动三种。

1. 开设职业指导课

大学开设职业指导课的主要目的是:有目的、有计划地帮助学生了解社会职业、认识与发展自己,这是其他任何课程所不能代替的。职业指导课可以使学生明确学习目标;对自己的职业兴趣、职业人格以及职业能力等有正确的认识;能够有针对性的

积累职业知识及相关信息；增强职业选择的决策能力。目前，大学职业指导课的内容主要包括：专业认知、学业规划、职业探索、自我认识、职业设计、职业准备、择业技巧、就业权益、职业适应、创业成功等。

2. 进行职业咨询

(1) 信息咨询

主要通过各种信息服务手段，为学生提供就业信息、登记服务。学生可以通过学校职业指导部门的信息发布（宣传栏目、报纸、广播、计算机查询信息系统）直接获取就业信息服务。如：定期或不定期地向学生发布一些与学校所设专业相关的行业信息、介绍企业对人才的要求等。

(2) 职业心理测试

职业指导的对象是人，具体的指导工作因人而异，因此，了解人的心理特征，特别是个体差异，是实施职业指导的科学依据。第一次世界大战期间，差异心理学的发展，特别是心理测量学在实践中的应用，为职业指导揭示个体差异和开展针对性的个别指导创造了条件。通过心理测试就可以来评定学生的职业兴趣、职业人格和能力倾向，帮助他们认识自己，正确选择职业，从而提高就业成功率。当时，职业指导活动还只限于学生毕业时的择业指导。后来，活动的内容扩展到社区服务。职业心理测试与就业安置、生活指导和教育过程的密切结合，发挥了越来越大的作用。

(3) 个人咨询

高等职业技术学院的职业指导还专门开设个人服务项目，通过对学生个人情况的了解和分析，采用“一对一”的服务方式。个人咨询的优点是职业指导针对性较强，但成本较高，比较适合就业难度较大的学生。

(4) 团体咨询

团体咨询的特点是同时面对一个求职群体进行职业指导，如果咨询的目标相同，效率会更高。不过，团体咨询对于主持人的要求较高，需要接受专门的培训。

3. 参加社会实践活动

这是对高职学生进行的专项培训活动，如专门的职业技能培训、创业培训等，这既有利于学生将所学的书本知识应用于社会实践，帮助他们学以致用，又可以使他们真正从“做中学”，增强他们对将来所要从事的工作的适应性。

(三) 大学职业指导的传播手段

大学职业指导的发展是随着其传播手段的改进而发展的。首先，传播手段的进步提高了职业指导的社会化程度。在过去的职业指导中，由于受传播手段的限制，职业指导人员仅靠一般的职业信息传递来介绍职业，只能在较小的职业范围内或个别学生身上发挥作用。随着传播手段的现代化，学校可以通过电视、广播、报纸、因特网等传媒发布职业信息和求职广告，为学生提供了更为广阔的获取职业信息的空间，同时指导用人单位选用毕业生。从20世纪60年代起，一些发达国家开始将计算机技术引入职业介绍中，帮助工作人员开展咨询服务。近年来，互联网在职业指导中的应用发展很快，不少地区的职业介绍部门还使用了本地区的局域网来交流职业介绍信息。实践表明，计算机辅助指导和咨询提高了职业指导的效率和科学化水平。计算机技术在

高等职业技术学院就业指导中的应用，主要体现出如下四方面的功能：

1. 储存职业信息

它可以建立庞大的职业信息资料库，储存各种职业信息。如：美国普遍采用的指导信息系统（Guidance Information System）、科罗拉多地区编制的信息系统（Colorado Career-Information System），它们依据不同的职业分类词典（Classification And Dictionary Of Occupations）储存大量的职业和劳务市场、教育培训部门的资料，体现了容量大、速度快、查阅方便的特点。

2. 自我分析与探索

这类系统与各种心理测试量表结合使用，可以将学生施测后的资料、数据输入计算机，由该系统根据测验量表的常模提供分析结果，并作简要的解释。如：为职业咨询服务的计算机化职业信息系统（Computerized Vocational-Information System）。

3. 教学辅助系统

其主要功能是把职业发展过程中的学习任务编制成课件形式，供决策模拟训练用，如哈佛大学设计的职业决策信息系统（Information System for Vocational Decisions）。

4. 咨询辅助系统

它借助计算机程序的反应能力，让使用者与计算机进行互动式交流，不仅提供资料，还有咨询功能，最具代表性的是加拿大就业与移民部 20 世纪 70 年代初开发的计算机辅助咨询系统 CHOICES（Computerized Heuristic Occupational Informational And Career Exploration System）由人工施测，计算机处理结果。国外的发展趋势是运用微电子技术收集、积累和提供职业信息卡片、人才银行（计算机），发展以课程为基础的指导活动；从为职工提供咨询向以课程为基础的指导活动发展。在教学指导方法上，开始关注面向全体职工的小组指导方法，即从一般的职业指导向更为全面的教育指导拓展。

五、学习《职业指导》课的方法

（一）理论学习与操作训练相结合

职业指导是一门注重实践的学科，在认真学习有关专业、学业、职业、就业和创业等知识的同时，我们要积极参加课堂内组织的各种教学活动。例如，观看录像、模拟训练、座谈讨论等等，通过自己亲手操作、练习，更加牢固地掌握所学的职业指导的理论知识。

（二）职业指导课与学习各门学科相结合

职业指导是一项综合性的教学活动，除了需要开设专门的课程之外，有些内容还会反映在学校的其他各门学科之中。我们在学习中要注意职业指导课与各科学习内容的联系，要善于把这两方面的内容结合起来。

（三）课内学习与课外活动相结合

学校里有丰富多彩的课外活动，它们实际上与职业指导都有着密切的联系。如主题班会、文艺晚会、党团活动、做墙报、参加兴趣小组或郊游等有关活动都将有利于巩固同学们课堂和书本中所学的知识，因此，我们应当积极、主动地参加这些课外活动。

（四）学校学习与家庭、社会实践相结合

家庭是组成社会的最基本的细胞，是我们认识社会、认识职业的起点。我们通过参加家务劳动或调查父母、亲友所从事的职业，甚至亲身去体验一段时间，对于学好职业指导课都是很有益处的。根据学校职业指导课的安排，我们会有计划、有目的地参加一些社会实践活动，这对我们将来的职业选择和职业适应都是非常重要的。比如，参观学校附近的企、事业部门，听有关职业介绍的报告，参与人才劳务市场和企业的调研活动，可帮助我们了解就业动态、增强就业意识和就业的针对性。另外，模拟就业、参加人才招聘会和人才市场的直接应聘等求职体验，将有助于我们掌握求职程序和面试技巧。

【复习思考】

1. 你将怎样学习《职业指导》课？
2. 你认为学校学习应该怎样与家庭、社会实践相结合？

【活动设计】

小组讨论：谈谈职业指导的意义。

【相关链接】

哈佛大学有一个非常著名的关于目标对人生影响的跟踪调查。对象是一群智力、学历、环境等条件都差不多的年轻人，调查结果如下：

27%的人，没有目标；

60%的人，目标模糊；

10%的人，有清晰但比较短期的目标；

3%的人，有清晰且长期的目标。

25年后：

3%有清晰且长远目标的人，他们几乎都成了社会各界顶尖的成功人士，他们中不乏白手创业者、行业领袖和社会精英。

10%有清晰短期目标者，大都生活在社会的中上层。短期目标不断得以实现，生活水平稳步上升，成为各行各业不可或缺的专业人士，如医生、律师、高级主管等。

60%目标模糊的人，几乎都生活在社会的中下层面，能安稳地工作与生活，但都没有什么特别的成绩。

27%没有目标的人，几乎都生活在社会的最底层，生活状况很不如意，经常处于失业状态，靠社会救济，并且时常抱怨他人及社会。

专业学业篇

第一章 了解专业

【名人名言】

唐宋八大家之一的欧阳修说：“立身以立学为先，立学以读书为本。”

第一节 专业概述

案例导入：小蔡的专业选择

小蔡，河北人，高三，理科，当时他咨询的问题是：比较困惑，不知道自己适合学什么专业，上什么学校。在填报志愿的时候，面对琳琅满目的学校，五花八门的专业一筹莫展，感到无从下手，他说：“我目前比较困惑，老师和父母都是希望以成绩为主，让我考一个好一点的专业，可是我自己还是想学一个自己喜欢的专业，到底想学什么我也不知道。今天来就是想知道怎样能把成绩和喜好结合起来？”经过向专家咨询，2006年9月，小蔡选择并考上了某院校2006级机械专业，目前对未来的就业很有信心。他说：“我很庆幸在高考之前就做了很多准备工作，了解了所要学习的专业的内容，现在我在大学里面的学业很顺利，也很顺心。”

对“专业”这个词的理解，同学们可能是既清晰又模糊。

现代大学是按专业招收新生并进行培养的。大学新生都非常清楚地知道自己所就读的是什么专业。但对自己所学专业的内涵与外延却不甚了解，很可能有的新同学在自己所就读的专业面前感到有些迷茫，这都是正常现象。但若任其发展下去而不及时加以引导，就会对个人人生发展产生消极影响。认识、了解自己所学的专业，并在此基础上激发专业学习的兴趣与热情，可以说是同学们必须迈进的大学生活的第一步。

一、专业的含义

专业泛指专门学业或专业职业，如生产专业化、分工专业化、专业化经济、专业化制度等。科学地讲，专业是指根据学科分类和社会职业分工需要分门别类进行高深专门知识教与学活动的基本单位。就学业来说，专业是指教育机构为培养专门人才所设置的。大学设置的专业是大学培养人才的需要。按专业设置组织教学、进行专业训练、培养专门人才是现代高等教育的重要特点之一。

二、专业的形成

专业的形成有其内在的必然规律，它与社会分工的发展、自然科学和社会科学的分化与综合以及高等教育自身发展有着极其密切的联系。人类的知识最初是混沌一体、彼此不分的，自然也就不存在所谓专业的问题。但随着人类社会的发展，知识不断地扩张，最终产生了知识的分化。古希腊圣哲亚里士多德极为重视对知识系统的考察和全面把握，并对人类知识首次进行了系统科学的分类，专业的概念初现端倪。专业的形成是社会发展的必然，社会需求是其生命的源泉。

三、专业的分类

自中世纪的欧洲起，大学开始分专业教学，培养专门人才，专业开始进入高等教育领域。中国专业化的高等教育肇始于近代，戊戌变法过程中维新派创办的各种专门学堂，一直被视为是近代中国高等教育的开端。解放以后，新中国为适应经济建设的需要，借鉴苏联经验对高等学校进行了大规模的院系调整，故高等教育领域中的专业化色彩颇为浓厚。

改革开放以后，特别是随着社会主义市场经济的不断发展，我国高等教育领域中的专业分化日益细密，专业化程度显著提高。国家教育主管部门适应形势发展需要，在遵循教育发展规律并借鉴国际通行惯例的基础上，一方面相继颁行了《授予博士、硕士学位和培养研究生的学科、专业目录》、《全国普通高等学校本科专业目录》以及《普通高等学校高职高专教育指导性专业目录》，另一方面又在部分高校进行自主设置本科及研究生专业的试点。可以说，一个原则性与灵活性并存的高校专业设置体系正在我国逐步确立。

关于全国高等职业院校和高等专科学校的专业设置，国家教育部于2004年12月统一颁布了指导性目录，共有农、林、牧、渔、交通运输等19个大类，532个专业。

（一）农、林、牧、渔大类

1. 农业技术类

它包括：作物生产技术、种子生产与经营、设施农业技术、观光农业、园艺技术、茶叶生产加工技术、中草药栽培技术、烟草栽培技术、植物保护、植物检疫、农产品质量检测。

2. 林业技术类

它包括：林业技术、园林技术、森林资源保护、野生植物资源开发与利用、野生动物保护、自然保护区建设与管理、森林生态旅游、林产化工技术、木材加工技术、森林采运工程。

3. 畜牧兽医类

它包括：畜牧兽医、畜牧、饲料与动物营养、特种动物养殖、兽医、中兽医医药、动物防疫与检疫、兽药生产与营销。

4. 水产养殖类

它包括：水产养殖技术、水生动植物保护、海洋捕捞技术、渔业综合技术。

5. 农林管理类

它包括：农业经济管理、农村行政管理、乡镇企业管理、林业经济信息管理、渔

业资源与渔政管理。

(二) 交通运输大类

1. 公路运输类

它包括：公路运输管理、高等级公路维护与管理、路政管理、汽车运用技术、交通安全与智能控制、城市交通运输、公路监理、道路桥梁工程技术、工程机械控制技术、工程机械运用于维护。

2. 铁道运输类

它包括：高速铁路技术、电气化铁道技术、铁道车辆、铁道机车车辆、铁道通信信号、铁道交通运营管理、铁道运输经济、铁道工程技术。

3. 城市轨道交通类

它包括：城市轨道交通车辆、城市轨道交通控制、城市轨道交通运营管理。

4. 水上运输类

它包括：航海技术、水运管理、国际航运业务管理、海事管理、轮机工程技术、船舶工程技术、船舶检验、航道工程技术。

5. 民航运输类

它包括：民航运输、飞行技术、空中乘务、航空服务、民航商务、航空机电设备维修、航空电子设备维修、民航特种车辆维修、航空通信技术、空中交通管理、民航安全技术管理、航空油料管理和应用、飞机制造技术。

6. 港口运输类

它包括：港口业务管理、港口物流设备与自动控制、集装箱运输管理、港口工程技术、报关与国际货运。

7. 管道运输类

它包括：管道工程技术、管道工程施工、管道运输管理。

(三) 生化与药品大类

1. 生物技术类

它包括：生物技术及应用、生物实验技术、生物化工工艺、微生物技术及应用。

2. 化工技术类

它包括：应用化工技术、有机化工生产技术、高聚物生产技术、化纤生产技术、精细化学品生产技术、石油化工生产技术、炼油技术、工业分析与检验、化工设备维修技术。

3. 制药技术类

它包括：生化制药技术、生物制药技术、化学制药技术、中药制药技术、药物制剂技术、药物分析技术。

4. 食品药品管理类

它包括：食品药品监督管理、药品质量检测技术、药品经营与管理、保健品开发与管理。