

# 职业指导教学训练指导手册

劳动和社会保障部培训就业司  
中国就业培训技术指导中心

组织编写



中国劳动社会保障出版社

# 职业指导教学训练指导手册

教育部职业教育与成人教育司  
中国就业促进会职业教育分会

主编 曹军

# 职业指导 教学训练指导手册

劳动和社会保障部培训就业司 组织编写  
中国就业培训技术指导中心

中国劳动社会保障出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

职业指导教学训练指导手册/劳动和社会保障部培训就业司  
中国就业培训技术指导中心组织编写. —北京: 中国劳动社会  
保障出版社, 2003. 7

ISBN 7-5045-4049-8

I. 职… II. ①劳… ②中… III. 职业选择-教学参考资料  
IV. C913. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 055107 号

## 中国劳动社会保障出版社出版发行

(北京市惠新东街 1 号 邮政编码: 100029)

出版人: 张梦欣

\*

北京金特印刷有限责任公司印刷 新华书店经销  
850 毫米×1168 毫米 32 开本 7.25 印张 148 千字  
2003 年 7 月第 1 版 2003 年 7 月第 1 次印刷

印数: 30000 册

定价: 14.00 元

读者服务部电话: 010-64929211

发行部电话: 010-64911190

出版社网址: <http://www.class.com.cn>

版权专有 侵权必究

举报电话: 010-64911344

## 编审委员会

主 审 于法鸣 陈 宇 刘 康

副主审 王晓君 张 斌 冯振君

主 编 田光哲 张春林

主要编写人员 (按姓氏笔画排列)

王惠连	王 咏	王凤伟	田光哲
田金森	田 靖	刘 旭	安 燕
田夏瑛	李 平	李天慧	乔志宏
许红梅	朱燕捷	张春林	宋中强
莫 非	张韪仪	张志芬	姜 郁
吴国萍	苏建国	郑 宇	唐 艳
聂晓玲	徐葆乐	游 标	隋 佳
翟 涛	谢佩良	赵横根	廉串德
童 天	樊晋平	藏香花	



# 前 言

为了全面贯彻落实《职业指导教学训练大纲》要求，针对学校开展职业指导工作的需要，劳动和社会保障部培训就业司、中国就业培训技术指导中心组织编写了《职业指导教学训练系列丛书》（以下简称丛书）。

《丛书》共约 70 万字，6 个分册，分教师与学生用书。教师用书包括：《职业指导教学训练指导手册》《职业指导教学训练导入与准备》。学生用书包括：《职业与就业政策指导》《职业意识训练与指导》《就业技能的基础指导》《创业技能的基础指导》。教师用书详尽介绍了职业指导教学训练的目的、基本思路和结构、要求以及训练的程序、方法、手段等，力求易掌握、易操作、易推广。学生用书的编撰一改传统教材形式，图文并茂，融知识、案例、规则、建议为一体，力求在最大程度上帮助学生就业，促进其职业生涯发展，做到重体验、重实践、重实效。总之，编者力求《丛书》能够在最大程



度上，满足服务对象的实际需求，解决实际问题，体现创造性。

《丛书》的特点主要体现在6个方面：（1）提供19个训练项目，使教学训练更加系统完整，充分体现职业指导功能作用；（2）应用20余种现代训练技术和方法，采取以“活动”为主要形式，以“实践”为主要特征的互动式教学，使教学训练更有成效；（3）解析1000余个问题，数百条专家点评，囊括青年人就业、职业发展的各种情况，使《丛书》更具有针对性和指导作用；（4）200余名各类职业人和职业指导专家参与编辑，使《丛书》内容更加精彩纷呈；（5）百余幅卡通漫画插图，“蒙太奇”式的编撰手法，令读者一目了然，阅读更加轻松；（6）配套全部训练用表格样例、工具书及大型职业素质测评工具，使教学训练更加简便易行，功能配套。

为了最大程度满足各类青年就业需求，《丛书》在编撰过程中，既考虑到技工学校和各类职业培训机构的需要，也考虑到大学、中专、职高等各类学校普遍开展职业指导的实际需要。

职业指导是教育培训的重要内容，是就业服务工作



重要组成部分，我们希望，此项工作能为促进教育培训的改革，深化就业服务工作，起到积极的推动作用。同时，希望广大职业指导教师积极探索和实践，为促进发展我国的职业指导工作做出更大的贡献！

北京师范大学 2002 级人力资源管理研究生班全体学员参与《丛书》初稿撰写，北京汇佳职业学院 2002 级动画专业学员负责全书插图设计，在此谨致以衷心的感谢！

编 者

2003 年 6 月





# 目 录

第一单元	课程导入：你的就业路如何走 .....	( 1 )
第二单元	就业与职业发展：破解就业疑惑 规划职业人生 .....	( 16 )
第三单元	职业与就业准入：盘点 360 行 探究职业能力 .....	( 23 )
第四单元	劳动关系与权益保护：解析劳动关系 保护合法权益 .....	( 30 )
第五单元	工作责任意识训练：体验责任 赢得信赖踏职场 .....	( 48 )
第六单元	规范意识训练：感受规范 维护方圆走四方 .....	( 64 )
第七单元	质量意识训练：认知质量 获取信誉的保障 .....	( 82 )
第八单元	服务意识训练：学会服务 立足奉献 .....	( 95 )
第九单元	沟通能力训练：胸怀理解 善解人意 .....	( 108 )



第十单元	团队合作意识训练：合作， 成功之本 .....	(122)
第十一单元	个人形象设计：让你记住我 .....	(140)
第十二单元	撰写求职简历：我的这份简历， 让你爱不释手 .....	(148)
第十三单元	体验求职面试：我对你的感觉 很好 .....	(154)
第十四单元	掌握求职途径：路是走出 来的 .....	(163)
第十五单元	制定求职计划：获得成功的 诀窍 .....	(171)
第十六单元	个人创业条件分析：正确认识 自己 .....	(180)
第十七单元	学会市场调查和分析：我的目标 市场在哪里 .....	(192)
第十八单元	学会理财：聪明的老板 会理财 .....	(201)
第十九单元	撰写创业计划书：梦想成真的 试金石 .....	(217)

## 第一单元

# 课程导入： 你的就业路如何走

建议学时：2 课时

### 训练目标

旨在通过准备性训练，使学生做好充分的心理准备，了解职业指导训练的目标、形式及基本要求，增强接受训练的意识，为系统地实施职业指导训练奠定必要的基础。

### 训练内容

以开展调查问卷或分析招聘广告的形式，使学生从自己的亲身体验和生活经验中，理解职业指导的目的、作用与重要意义。



## 训练方法

本训练主要采取自我调查法、分析法进行。训练共分“实施自我调查”“招聘广告分析”“项目导入与介绍”和“训练前准备”四个活动。

## 实施自我调查

### 阶段一：施测和统计

1. 教师训练前准备。根据学生数量，印制、准备“个人就业情况自我调查问卷”“小组统计表”“班级统计表”，并熟悉调查问卷统计方法（详见本单元后附录 1—1、附录 1—2）。

2. 教师介绍活动安排。宣读指导语（中速）：“同学们，大家好。今天我们要一起做一个活动，这个活动的名字就叫‘实施自我调查’。首先我们要填写一份关于个人就业情况的调查问卷。这个问卷涉及就业需求、心理状态以及就业观等问题。问卷是职业指导专家设计的，内容和我们今后就业密切相关，很有应用的价值。它还有一个最大的特点，就是这个问卷不仅需要我们自己填写，而且要自己统计，自己分析，自己得出结论。因此，需要我们积极参与，认真填写，认真回答每一道问题，认真对待这个活动的每一个环节。问卷题目不需要我解释，只要大家仔细阅读，就知道如何回答。问卷填写不限时间。下面我们就开始做调查问卷。”



3. 分组。将学生分成若干组，每组 5~8 人，选出 1 名组长，并下发问卷。

4. 学生统一填答问卷。填完问卷后，要求学生保留问卷，以备讨论时使用。

5. 统计小组结果。以小组为单位统计调查问卷。统计方法见附录 1—2（时间不够，可安排课下进行）。

6. 统计班级结果，形成报告。由小组长共同汇总各小组结果，形成班级总结，并写出一份调查报告。调查报告主要分成两个部分：（1）基本情况。数据反映什么就总结什么；（2）归纳问题。主要结合学生对就业指导的认识、需求、存在的不足这三个方面进行归纳总结，引出就业指导的必要性（此程序安排课下进行，教师需指导协助）。

### 阶段二：讨论和分析

7. 初步的讨论。派两名学生代表，将统计好的“班级统计表”结果列在黑板上（不要将准备好的调查报告公布），并以小组为单位，按照每题结果进行讨论分析。讨论的题目：（1）这些数字说明了什么？（2）主要问题有哪些？（3）如何应对？要求讨论中有专人记录。

8. 学生代表发言和答辩。每小组选派 1 名代表在全班做概括发言。主要谈本小组的讨论结果和主要观点。每位代表发言后，可由本组同学做补充，然后，在全班范围内进行答辩。通过这种形式，使同学们了解自己在求职和就业方面存在的问题（教师在此要注意调节气氛，并注意搜集学生的新问题）。



9. 教师小结。教师小结的线索是：（1）肯定学生的发言和答辩；（2）就事先准备好的调查报告做小结；（3）布置小组长结合大家的讨论和发言，继续修改调查报告，修改后，上交年级，由年级和学校进一步组织汇总。

10. 年级或学校发布。年级或学校将最后的汇总调查报告发布，并要充分利用报告内容开展宣传和对学生进行动员。

### 招聘广告分析（选做）

1. 教师介绍活动安排。让学生到各报刊杂志寻找 50~70 条招聘广告信息，为引导学生进行招聘广告分析做好材料准备。

2. 统计。让每一个学生对自己适合的且符合条件的有多少个岗位，求出百分比。

上述两个步骤要求在课下进行，具体时间大约为两星期。

3. 公布。学生将自己的统计结果拿到课堂上进行公布（以小组为单位，事前教师要对全班情况做好归纳）。

### 项目导入与介绍

全面性的点评和总结。教师结合前面所做的调查问卷和学生对招聘广告的统计，对全班整体情况进行分析和总结。对学生的统计结果进行点评，点评内容包括以下 4 个方面：



1. 导入项目。用数据进行分析，从而得出结论：同学们在如何就业，如何实现职业生涯的发展方面，缺乏心理准备，缺乏基本的知识和实践能力，要顺利实现就业，必须要开展相应训练和学习，要积极参与职业指导项目。

2. 项目介绍。参照《职业指导教学训练大纲》和教材，重点介绍 4 个方面：

(1) 项目的性质和目的。

(2) 项目的主要特点。

(3) 项目的主要训练内容。要对学生提出明确要求：学生配合学校和老师，积极投身职业指导项目；认真完成提出的每一项训练内容；在训练中深刻体验，反复领会训练含义；更多利用课余时间进行自我实践和训练，争取更好的训练效果；主动向家长进行宣传，争取家长理解和支持。针对此项内容，教师要在上述要求的基础上，提出更加具体的要求。

(4) 介绍训练的时间安排和进度。根据《职业指导教学训练大纲》要求，结合学校的自身情况，安排训练项目，并向学生全面介绍具体时间和进度。

## 训练前准备

训练项目正式开始前，要做好如下准备：

1. 建立个人就业档案。根据档案规定形式制作档案（见附录 1—3）。此部分内容涉及个人隐私，教师应选择 1~2 名班干



部协助建立。

个人就业档案主要包括 3 个部分：

(1) 个人自然状况表。根据规定表格（见附录 1—4）要求学生进行填写，教师统一收回，存档。

(2) 个人就业资源分析。根据劳动和社会保障部个人就业资源分析量表对每位学员进行施测，并做出综合评价。详见劳动和社会保障部职业测验系统（由 30 种职业测验组成）。

(3) 职业素质测评报告。根据劳动和社会保障部职业测验系统，对学生开展职业素质测评。测验工具选择、施测、评估等相关内容，劳动保障部中国就业培训技术指导中心将组织专门的培训，经培训认定合格者，方可进行职业素质测评。

2. 选出骨干。选择 2~3 名学生骨干，帮助教师开展日后工作。

3. 准备学生用教材。

### 注意事项

1. 学生的动员和准备是整体项目是否可以顺利进行的关键环节，因此要求学校和教师要有统一的部署和安排，启动前务必做好各项准备工作。

2. 学生动员和准备应安排在教师动员和准备、家长动员和准备之后。对这三项活动，学校要有统一的安排，每项活动时间安排要紧凑，以保证项目整体的顺利推动。

3. 学生的动员过程中，遇有不配合人员，应做耐心细致的





工作，力求予以配合。可采取个别说服或请家长专门动员的方式。

4. 除上述动员内容外，学校方面还可采取其他方式开展动员。

5. 在“项目导入与介绍”方面，教师要积极备课，深入浅出，将项目的目标、内容、特点以及具体活动的安排讲清、讲透，力图使学生能够真正理解学校的意图，理解项目实施对个人就业的促进作用。

6. “建立个人就业档案”应在学校有关部门指导下统一进行，切实实施。档案建立后，应由学校建立统一管理制度，既方便指导教师随时调整和补充，又便于管理，以防丢失，可考虑制作副本，班级留存一份，学校留存一份。

### **必要的准备**

1. 所有在附录中规定的文件和表格。
2. 在正式启动本训练前，教师应在小范围内进行试做，熟悉操作程序，检验必要的工具和材料。
3. 劳动和社会保障部 CETTIC 职业素质测评系统。