



全国高职高专教育“十一五”规划教材

职业生涯规划 与就业指导

王熙兰 主编

 高等教育出版社
HIGHER EDUCATION PRESS

全国高职高专教育“十一五”规划教材

职业生涯规划与就业指导

Zhiye Shengya Guihua Yu Jiuye Zhidao

主 编 王熙兰

副主编 杨会兰 蒙 榴 贺万荣



高等教育出版社·北京
HIGHER EDUCATION PRESS BEIJING

内容提要

本教材针对近年来职业生涯规划教学、实训、校企合作及就业过程中发现的种种问题,借鉴国内外多种岗位职位对员工进行职业教育与素质培训的新型有益的做法,将其有机地融入教材,紧密联系我国职场实际与当前就业形势的严峻状况,搜集国内外职业生涯规划与就业指导的最新案例,深入浅出地进行创新式编写。本教材内容涉及职场认知、就业心理、求职技巧、自主创业、职业稳定、户外素质拓展、职业成功诀窍等方面;把典型案例和实操情景引入教学,并在每章后配有知识链接、典型案例和实训设计,是一部具有较强实用性和指导性的教材。

本教材适用于高职高专院校和一般本科院校,也可供相关社会机构和人员选用。

图书在版编目(CIP)数据

职业生涯规划与就业指导 / 王熙兰主编. —北京:
高等教育出版社, 2010. 10
ISBN 978 - 7 - 04 - 031290 - 4

I. ①职… II. ①王… III. ①职业选择 - 高等学校 -
教材 IV. ①G647. 38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 189253 号

策划编辑	刘洛克	责任编辑	徐静冬	封面设计	张 志
版式设计	王艳红	责任校对	王 雨	责任印制	毛斯璐

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 100120

经 销 蓝色畅想图书发行有限公司
印 刷 国防工业出版社印刷厂

开 本 787 × 1092 1/16
印 张 12. 25
字 数 290 000

购书热线 010 - 58581118
咨询电话 400 - 810 - 0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.landracom.com>
<http://www.landracom.com.cn>
畅想教育 <http://www.widedu.com>

版 次 2010 年 10 月第 1 版
印 次 2010 年 10 月第 1 次印刷
定 价 23. 90 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 31290 - 00

前 言

正值当前国际金融危机给全球经济带来普遍影响,我国的就业形势日益严峻之际,为帮助广大高职学生更好地就业与创业,我们编写了这本教材。这部《职业生涯规划与就业指导》紧密联系我国职场实际与就业现状,搜集国内外职业生涯规划与就业指导的最新案例,大胆进行创新式编写。几位工作在高校从事职业生涯规划教学与就业指导第一线的编撰者所亲历的第一手资料为本教材注入了全新的营养。内容涉及职场认知、就业心理、求职技巧、自主创业、职业稳定、户外素质拓展、职业成功诀窍等方面。教材体例新颖,文字活泼生动,注重以典型案例和实操情景引入教学,从而打破传统理论化叙述的方式。每个章节后面精选有实用的知识链接、典型案例和实训设计,各行业职场应聘简历表格范本,各行业人力资源情况的最新数据,以及全国各省市自治区人才网站及劳动力市场供需情况,成功求职应聘范例等,是一部具有较强实用性和指导性的教材。

本教材由王熙兰教授担任主编,拟定编撰提纲,负责全书统稿及大部分稿件的初审和修改,并编写了第一、四、九章;副主编杨会兰副教授负责提纲的修订和部分稿件的初审及编务的外联协调,并编写了第二、五章;副主编蒙榴老师完成了部分稿件初校工作并搜集了一些重要案例和图片,还编写了第十章;副主编贺万荣老师协助做好书稿框架格式设计并编写了第八章;韦红梅老师编写了第三章,阳正义老师编写了第六章,吴青蔓老师编写了第七章,罗承霞老师参编第五章。

在本书编写过程中,我们参阅了一些专家学者关于职业生涯规划与就业指导方面的专著、论文、报刊文章及网站资料,书后虽有列示但难免遗漏,值本书出版之际,谨特向这些专家、学者、报刊及网上文章作者表示由衷的感谢,感谢他们的研究成果为本书的编写提供了良好的参考,也特别感谢高等教育出版社的编辑为本教材所作出的精心指导,感谢几位编审为本教材的细心审读、修改所付出的艰辛劳动。

由于编写时间仓促,可供参考的新资料来源不足,书中难免存在许多不完善之处,敬请教育界同仁、职业生涯规划与人力资源管理方面的专家多多批评指正,也希望使用本教材的高校师生多提宝贵意见,以便今后再版时修改完善。

编 者
2010年9月

目 录

第一章 我能干什么——职业发展准备	1
第一节 职业与职业化	1
第二节 从业者应有的职业意识	5
第三节 从业者的职业道德	7
第四节 就业准备	10
知识链接	14
案例评析	17
思考题	17
实训设计	18
第二章 绚丽人生早设计——职业生涯规划	19
第一节 职业生涯规划简述	19
第二节 大学生职业生涯规划的特点及要求	26
第三节 大学毕业生的自我认知与职业兴趣	30
知识链接	33
案例评析	34
思考题	35
实训设计	35
第三章 人生舞台知何在——就业与职场认知	36
第一节 就业政策认知	36
第二节 就业市场认知	43
第三节 职场认知	47
知识链接	57
案例评析	59
思考题	60
实训设计	60
第四章 矛盾与困惑——就业心理解析	61
第一节 就业择业中的错误心态与矛盾心理	61
第二节 就业心理的矫正与调适	64
知识链接	70
案例评析	71
思考题	72
实训设计	72
第五章 从第一印象到花落谁家——求职应聘程序与技巧	73
第一节 就业信息的搜集与筛选	73

第二节 求职应聘资料的设计制作	77
第三节 如何应对考评测试	86
知识链接	96
案例评析	97
思考题	98
实训设计	98
第六章 我想做老板——大学生自主创业要旨	99
第一节 自主创业的知识准备	99
第二节 自主创业的能力准备	100
第三节 创业实践五部曲	103
知识链接	117
案例评析	119
思考题	120
实训设计	120
第七章 下一份工作会更好吗——职业稳定与跳槽	121
第一节 寻找最适合的位置	121
第二节 职业稳定的最大收获是多种资源的积累	126
第三节 人挪则活与人挪则伤	130
知识链接	137
案例评析	139
思考题	140
实训设计	140
第八章 怎样做个好员工——职业精神与素质	141
第一节 好员工的十种品质	141
第二节 怎样成为企业最受欢迎的人	146
知识链接	154
案例评析	156
思考题	156
实训设计	156
第九章 并非简单的快乐游戏——素质训练与户外拓展	157
第一节 素质与素质拓展训练	157
第二节 户外素质拓展训练实践	159
第三节 户外拓展训练活动的设计与创新	163
知识链接	166
案例评析	167
思考题	170
实训设计	170
第十章 是什么成就了他们——职业成功要素与诀窍	171
第一节 职业成功概述	171
第二节 职业成功者素质	173
第三节 成功之路就在脚下	177

知识链接	181
案例评析	184
思考题	184
实训设计	184
参考文献	185

我能干什么——职业发展准备

学习目标

了解职业的基本概念、职业化的基本内涵及职业准入制度;明确如何树立从业者的职业意识和职业道德;做好就业的相关准备。

第一节 职业与职业化

“好好学习,将来报效祖国”,这是社会对大学生的要求,更多的学生家长也希望孩子学有所成,“有出息”。在社会主义市场经济大潮中,竞争日益激烈。就业形势愈来愈严峻,许多大学生在择业求职时显得手足无措。“我将来要做什么?”“我将来能做什么?”“我这辈子究竟如何安排才好……”所有的迷茫都在他们毕业即将走向社会时显露出来。认识职业的基本内涵和特点,科学规划自己的人生并把握好机会,掌握求职创业的技巧方法,对于未来重要的人力资源——高校学生来说至关重要。

哲学家罗素说:“选择职业是人生大事,因为职业决定了一个人的未来,选择职业就是选择将来的自己。”大师语重心长,发人深省。

一、什么是职业

所谓职业,是指人们从事的相对稳定的、且有合法收入和专门类别的社会劳动。

人们常说:“三百六十行,行行出状元。”是说每一种职业,都有各自的发展机会和拓展空间。而“干一行爱一行”却体现了劳动者的敬业精神,又告诫人们要根据自己的特长选好选准自己的职业。

职业作为一种社会活动,有着以下几个特点:

(1) 目的性,就是指职业本身是以获得经济收入为目的的。

(2) 社会性,这是指职业是为社会所需要的,从业者承担了社会分工而进行着某种社会劳动,各种职业构成社会劳动体系的各个部分,体现了职业的社会功能。

(3) 稳定性,即职业是在一定历史时期形成,并有着较长的周期,一旦人从事某种职业,在相当时间内会相对稳定。

(4) 连续性,是指从业者在一定时段内持续地从事某一社会劳动或负责某项工作,这种具有明显连续性的工作才能算职业。而那些临时性和不稳定的工作则不能称为职业。

(5) 规范性,即每种职业各有其职业规范和行业准则,正所谓“家有家法,行有行规”。

(6) 群体性,这是指每种职业都拥有相当数量的从业者。

二、职业化内涵

所谓职业化,就是指社会劳动工作的专业化,即按照职业道德要求的工作状态的标准化、规范化和制度化,也就是要求从业者按照严格的职业道德标准,在合适的时间地点,用最恰当的方式做好合适的事情,并圆满完成自己的工作职责。

职业化的内容主要包括职业化素养、职业化技能和职业化行为三个层面。

三、现代职业类型的发展变化

1999年制定并出版的《中华人民共和国职业分类大典》中,将我国的社会职业分为8个大类,66个中类,413个小类,1838种职业。

这8个大类分别是:

- (1) 国家机关、党群组织人员,企事业单位管理人员;
- (2) 各类专业技术人员;
- (3) 办事人员和有关人员;
- (4) 商业与服务业人员;
- (5) 农业、林牧渔业生产人员;
- (6) 生产人员、运输人员和有关人员;
- (7) 军队;
- (8) 不便分类的其他劳动者。

随着经济与科技的快速发展,许多新型产业的出现,一些从未听说过的岗位职位相继产生,比如物流师、报关员、公关员、软件工程师、茶艺师、按摩师、企业文化师,等等。被称为中国2009年最热的十大热门职业分别是公务员、飞行员、网络营销工程师、医生、园艺师、理财规划师、公共营养师、动漫绘图师、职业规划和销售人员。

而在美国的一项调查表明,未来10年间,美国就业市场最热门的职业将是公司信息主管、电脑系统设计师、数据管理经理、电子商务主任、网络管理、工具模具师、教师训练员和电子行销、客户代表。增长最快的职业则包括数据管理经理、电脑工程师、系统分析师、物理治疗助理、家庭健康助理、医疗助理、网络出版商、物理治疗师和职业治疗师等,年需求增长率分别达到6.9%至11.8%不等。

美国就业市场正在发生一场巨变,今后上班族面临的挑战是,几乎需要不断为自己寻找新的出路和工作机会。

实践证明,技术进步和经济发展会促使许多新的职业出现,同时也会淘汰一些旧的职业。那些新出现的职业,由于从业人员较少而需求量较大,就会在一定时期成为“热门职业”,与其相对应的高校教育也会出现类似的“热门专业”。但我们必须清醒地看待这些“热门职业”,因为某些“热门”是有周期性的,办这方面专业的学校多了,培养这方面人才的机构多了,需求状况也会相应改变。

世上没有最好的工作,是否适合自己还要根据自己的职业定位与生涯规划来最终确定。热门的也不一定最适合自己的,适合自己的也不一定就是最热门的。也常有人建议报考专业选冷门,到

三五年后变热门。其实,世界经济和中国经济的发展都有一定的规律性和周期性,经过科学分析预测,可以提前预知哪些冷门职业将来会成为热门。世界经济瞬息万变,很多可变因素不由人们来掌控,这就需要我们随机应变了。

四、我国的职业准入制度与职业资格证书

(一) 职业准入

职业准入是指根据《劳动法》和《职业教育法》的相关规定,对从事技术复杂、通用性广,涉及国家财产、人民生命安全和消费者利益的职业(工种)的劳动者,必须经过培训并取得职业资格证书后,方可就业上岗。实行就业准入的职业范围由劳动和社会保障部确定并向社会公布。

2000年3月16日,劳动和社会保障部以部令第6号形式发布了《招用技术工种从业人员规定》,对90个工种实行就业准入。这就标志着我国就业准入制度形成。

(二) 职业资格与职业资格证书

1. 职业资格

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实行准入控制,是依法独立开业和从事某一特定专业学识、技术和能力必备的标准。

2. 职业资格证书

职业资格证书是劳动就业制度的一项重要内容,也是一种特殊形式的国家考试制度。它是指按照国家制定的职业技能标准或任职资格条件,通过政府认定的考核鉴定机构,对劳动者的技能水平或职业资格进行客观公正、科学规范的评价和鉴定,对合格者授予相应的国家职业资格证书。

3. 职业资格证书的作用

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。

4. 我国实施职业资格证书制度的法律依据

《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。”《职业教育法》第一章第八条明确指出:“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。”这些法规确定了国家推行职业资格证书制度和开展职业技能鉴定的法律依据。

5. 职业资格证书的办理

根据国家有关规定,办理职业资格证书的程序为:职业技能鉴定所(站)将考核合格人员名单报经当地职业技能鉴定指导中心审核,再报经同级劳动保障行政部门或行业部门劳动保障工作机构批准后,由职业技能鉴定指导中心按照国家规定的证书编码方案和填写格式要求统一办理证书,加盖职业技能鉴定机构专用印章,经同级劳动保障行政部门或行业部门劳动保障工作机

构验印后,由职业技能鉴定所(站)送交本人。

6. 国家职业资格证书等级

我国职业资格证书分为五个等级:初级(五级)、中级(四级)、高级(三级)、技师(二级)和高级技师(一级)。

7. 职业证书的种类

国家规定实行就业准入的职业有以下几种。

(1) 生产、运输设备操作人员。目前,劳动和社会保障部依据《中华人民共和国职业分类大典》确定了实行就业准入的87个职业目录。分别是:车工、铣工、磨工、镗工、组合机床操作工、加工中心操作工、铸造工、锻造工、焊工、金属热处理工、冷作钣金工、涂装工、装配钳工、工具钳工、锅炉设备装配工、电机装配工、高低压电器装配工、电子仪器仪表装配工、电工仪器仪表转配工、机修钳工、汽车修理工、摩托车维修工、精密仪器仪表维修工、锅炉设备安装工、变电设备安装工、维修电工、计算机维修工、手工木工、精细木工、音响调音员、贵金属首饰手工制作工、土石方机械操作工、砌筑工、混凝土工、钢筋工、架子工、防水工、装饰装修工、电气设备安装工、管工、汽车驾驶员、起重装卸机械操作工、化学检验工、食品检验工、纺织纤维检验工、贵金属首饰钻石珠宝检验员、防腐蚀工等。

(2) 农林牧渔水利业生产人员。动物疫病防治员、动物检疫检验员、沼气生产工等。

(3) 商业、服务业人员。营业员、推销员、出版物发行员、中药购销员、鉴定估价师、医药商品购销员、中药调剂员、冷藏工、中式烹调师、中式面点师、西式烹调师、西式面点师、调酒师、营养配餐员、前厅服务员、客房服务员、保健按摩师、职业指导员、物业管理员、锅炉操作工、美容师、美发师、摄影师、眼镜验光员、眼镜定配工、家用电子产品维修工、家用电器产品维修工、钟表维修工、办公设备维修工、养老护理员等。

(4) 办事人员和有关人员。秘书、公关员、计算机操作员、制图员、话务员、用户通信终端维修员等。

随着行业的发展,我国又有一些新的职业被国家劳动和社会保障部列入职业资格考试准入项内,比如商务策划师、景观设计师、旅游咨询师、礼仪主持人、咖啡师、美甲师等。

8. 国家对实行就业准入的具体规定

职业介绍机构要在显著位置公告实行就业准入的职业范围;各地印制的求职登记表中要有登记职业资格证书的栏目;用人单位招聘广告栏中也应有相应职业资格要求。职业介绍机构的工作人员在工作过程中,对国家规定实行就业准入的职业,应要求求职者出示职业资格证书并进行查验,凭证推荐就业;用人单位要凭证招聘用工。

从事就业准入职业的新生劳动力,就业前必须经过1~3年的职业培训,并取得职业资格证书;对招收未取得相应职业资格证书人员的用人单位,劳动监察机构应依法查处,并责令其改正;对从事个体工商经营的人员,要取得职业资格证书后工商部门才办理开业手续。

第二节 从业者应有的职业意识

一、职业意识的定义

职业意识(Professional Awareness)是作为职业人所具有的意识,以前叫做“主人翁精神”。具体表现为:工作积极认真,有责任感,具有基本的职业道德。

职业意识既影响个人的就业和择业方向,又影响整个社会的就业状况。职业意识由就业意识和择业意识构成。就业意识指人们对自己从事的工作和任职角色的看法;择业意识指人们对自己希望从事的职业的选择。

职业意识是人们对职业劳动的认识、评价、情感和态度等心理成分的综合反映,是支配和调控全部职业行为和职业活动的调节器,它包括创新意识、竞争意识、协作意识和奉献意识等方面。

职业意识是职业道德、职业操守、职业行为等职业要素的总和。职业意识是约定俗成、师承父传的。职业意识是用法律、法规、行业自律、规章制度、企业条文来体现的。职业意识有社会共性的,也有行业或企业相通的。它是每一个人从事工作最基本的也是必须牢记和自我约束的。

国外心理学家认为,所谓职业意识是指人们对职业的认识、意向以及对职业所持的主要观点。职业意识的形成不是突然的,而是经历了一个由幻想到现实、由模糊到清晰、由摇摆到稳定、由远至近的产生和发展过程。

二、职业意识的基本内涵

现代社会发展到今天,职业岗位和职业种类越来越多。作为一线岗位的员工多数来自高校培养的毕业生,其职业意识养成将会影响到他们整个职业生涯的发展。公众对于职业的基本态度和认识在一定社会阶段是相对稳定的,这些基本态度和认识构成了职业意识的基本内涵,主要包括以下几个方面:

(一) 责任意识

责任意识是从业者的一种自觉意识,是对自己 and 他人,对家庭和集体,对国家和社会负责的一种思想认识、情感和信念,以及与之相适应的遵守规范、承担责任和履行义务的自觉态度。责任意识直接关系着工作的效率和质量。强烈的责任感会驱动员工为了工作、为了质量、为了企业集体的利益而不计较个人的付出,从而做到兢兢业业、一丝不苟、精益求精。调查发现,多数企业在招聘员工时都会把责任感作为员工素质的首选项。一个缺乏责任感的人是不可靠的人,一个缺乏责任感的组织是注定失败的组织,人类失去责任,世界将会怎样?责任意识体现在我们的日常生活中,体现在每个人的普通工作中,体现在一个国家、一个民族、一个组织之中。任何时候,任何事情,任何家庭,任何组织都需要负责任。我们每一个人可以说是在肩负责任中渡过自己的一生,我们每一个人要对自己负责,又要对他人负责,对社会负责。

(二) 诚信意识

古人曰,人无信不立,人而无信,不知其可。市场经济也是信用经济,一个企业、一个职业人、市场信誉是可以价值(金钱)来度量的(信誉度)。所谓名牌、品牌可以作为无形资产、产权交易就是这个道理。诚信是立人之本。在公民道德建设中,我们要大力倡导说老实话,办老实事,

做老实人;大力倡导以诚信待人,以诚信取人,以诚信立人。诚信是兴业之宝,业无诚信不兴旺。社会主义市场经济既是一种法制经济,也是一种道德经济,因而需要诚实守信。我们要在世界经济一体化的大背景下,要在发展社会主义市场经济中有所作为,必须诚实守信。

(三) 规范意识

规范就是一种约束人们行为的规矩方圆。古人云:没有规矩,不成方圆。

在某种情况下,规范是人们以交换为目的的行为准则,是人类为了满足某方面需要而建立或自然形成的,也是价值观念的具体化。无论我们做什么事,都要严格遵守“游戏规则”,形成规范。开车行驶在公路上要遵守交通规则,学生在学校要遵守学校的各种规章制度,企业员工要遵守企业的各种规定,更要严守操作规程。大学生要尽早培养自己的规范意识,这将有利于今后就业时的行为自律。

一家企业拥有成百上千员工,如果有令不行,有禁不止,有章不循,按个人意愿行事,而没有明确的规章制度和操作流程规定,整个生产程序和企业运作的管理就会非常混乱,即完全处于无序状态。

员工规范是现代企业制度的基本要素,它规范员工的行为、举止、道德修养,并以此体现企业的核心价值观,是企业文化的重要组成部分,它对增强企业凝聚力起着重要的支撑作用,是员工的行为准则和实现企业发展目标的保证。

(四) 质量意识

质量意识,是一个企业从领导层到每一个员工对质量和质量工作的认识和理解。在这里,“质量”有两个含义。一是产品的质量,即产品合格与否。二是生产产品质量,即生产过程是不是合理,是不是与企业设定的管理基准一致。换句话说,所谓质量意识,首先要保证产品合格,符合产品的规格要求;并且,整个生产流程严格遵照企业生产流程的管理规定。

在 ISO 质量体系中,“质量”被理解为:一组固有特性满足明示的、通常隐含的或必须履行的需求或期望的程度。广义地讲,“质量”包括过程质量、产品质量、组织质量、体系质量及其组合的实体质量、人的质量,等等。一般说来,“质量意识”则是一个企业从领导决策层到每一个员工对质量和质量工作的认识和理解,这对质量行为起着极其重要的影响和制约作用。质量意识应该体现在每一位员工的岗位工作中,也应该体现在企业最高决策层的岗位工作中。

(五) 顾客意识

大家都明白一句话,顾客是上帝,而心术不正者往往把上帝作为宰上一刀的对象。

顾客是商品的接受者、选择者,购买的决定者,顾客是商家的衣食父母,对待顾客的态度,实质上就是对待自己“饭碗”的态度。市场的回报是公平又残酷的。

(六) 团队意识

所谓团队意识,就是指一个集体的每个成员为了一个共同的目标,自觉地担负起自己的责任,并甘愿为了团队而牺牲自己的某些利益。团队的目标,就是要创造出比团队成员个人所能创造出的总和更多的价值,这也是团队存在的意义。团队,就是要让 $1 + 1 = 3$ 或者 $1 + 1 = 4$,或者更多,这就需要团队每个成员都具有团队精神。一个企业就是一个独立的社会经营团队,是由其所有员工组成的一个利益共同体,既由大家来维护、创造,又给每人带来了生活的经济利益与精神生活。维护团队的声誉和利益,不说诋毁团队的话,不做损害团队的事;保守团队的商业秘密;积极主动地做好团队中自己的工作,及时提出有利于企业发展的合理化建议;尊重和服从领导,

关心与爱护同事;建立团队内部的协作,开展有效、健康的部门、同事之间的合作竞争,互为平台、互通商机、共同进步,以此促进团队的发展。

(七) 自律意识

自律意识,主要是指自我约束的内在道德要求。根据哲学和伦理学原理,人的自律意识属于道德范畴,是指不受外在环境的约束,不为快乐、喜怒和欲望等情感所驱使,是根据自己的“良心”,为追求道德,而进行的自觉的自我管束。从业者应当分清职业与业余的不同,从而在扮演职业角色时,能够克制自己的偏好,克服自己的弱点,约束自己的行为。

(八) 学习意识

时代进步、社会发展突飞猛进,新的知识不断出现。每个人要想使自己有所成就,只有具备良好的学习意识,有终生学习的准备,不断“充电吸氧”、与时俱进,才能保证自己跟上时代步伐,才有可能实践人生价值,确保职业生涯的成功。

(九) 危机意识

中国有一句古话说“生于忧患,死于安乐”,意思是“人要有忧患意识”,要有“危机意识”。美国危机学家罗森塔尔(Uriel Rosenthal)认为:危机通常是指决策者的核心价值观念受到严重威胁或挑战、有关信息很不充分、事态发展具有高度不确定性和需要迅捷决策等不利情境的汇聚。

一个国家如果没有危机意识,迟早会出问题;一个企业如果没有危机意识,迟早会垮掉;个人如果没有危机意识,必会遭到不可测的横逆。未来是不可预测的,而人也不会天天走好运,就是因为这样,我们才要有危机意识,在心理上及实际作为上有所准备,以便应付突如其来的变化。如果没有准备,不要谈应变,光是心理受到的冲击就会让你手足无措。有危机意识,或许不能把问题消弭,但却可把损害降低,为自己找到生路。

第三节 从业者的职业道德

一、职业道德的基本内涵

所谓职业道德,就是同人们的职业活动紧密联系的符合职业特点要求的道德准则、道德情操与道德品质的总和。它依靠社会舆论、传统习惯和内心信念来维持人们的行为规范,它既是对本职人员在职业活动中行为的要求,同时又是职业对社会所负的道德责任与义务。

二、职业道德的主要内容

(一) 爱岗敬业

爱岗敬业,是指从业人员认真对待自己的岗位,对自己的岗位职责负责到底,无论在任何时候,都尊重自己岗位的职责,对自己的工作勤奋有加。爱岗敬业是人类社会最为普遍的奉献精神,它看似平凡,实则伟大。

一份职业,一个工作岗位,都是一个人赖以生存和发展的基础保障。同时,一个工作岗位的存在,往往也是人类社会存在和发展的需要。所以,爱岗敬业不仅是个人生存和发展的需要,也是社会存在和发展的需要。爱岗敬业应是一种普遍的奉献精神。只有爱岗敬业的人,才会在自

己的工作岗位上勤勤恳恳,不断地钻研学习、一丝不苟、精益求精,才有可能为社会为国家作出崇高而伟大的贡献。

(二) 诚实守信

诚实守信,也简称为诚信。诚信是立人之本,做人之基,是做人的基本品格。对人守信,待人以诚,才能赢得别人的信任,才能和别人交流和沟通。相反,言而无信,行而不诚,只会丧失人格,为人所唾弃。对一个人来说,“诚实守信”既是一种道德品质和道德信念,也是每个公民的道德责任,更是一种崇高的人格力量。对一个企业和团体来说,它是一种形象、一种品牌、一种信誉、一个使企业兴旺发达的基础。

诚信是我们中华民族的优良传统。翻开历史的画卷,从中可以找到许多有所作为的人,他们都具有诚信的可贵品质。

相反,不讲诚信,弄虚作假,欺世盗名者,到头来,只能以身败名裂而告终。1988年的汉城奥运会上,加拿大运动员约翰逊在赛场上出尽风头,他只用47步、9秒79跑完了百米,创造了一项崭新的世界纪录,世人皆为之欢呼。然而仅仅过了几天,这一辉煌化为特大丑闻。国际奥委会宣布:约翰逊因服用了兴奋剂,成绩被宣布作废,而且被剥夺了选手资格。消息传出,全球哗然。加拿大总理十分痛心地说:这不仅是约翰逊个人的悲哀,也是整个加拿大的悲哀。

(三) 办事公道

所谓办事公道是指从业人员在办事情处理问题时,要站在公正的立场上,按照同一标准和同一原则办事的职业道德规范。

公正,是几千年来为人所称道的职业道德。人是有尊严的,人们都希望自己与别人一样受到同等的对待,企盼在法律面前人人平等,我国自古就有“王子犯法与庶民同罪”的说法。因此人们一直歌颂那些秉公办事、不徇私情的清官明主,如宋朝的包拯,家喻户晓,老少皆知。

当前我们正处于市场经济的大潮中,市场经济中有平等互利原则,这体现了买卖双方的平等地位,因此在经济领域中要求处事公平、办事公道。目前,人们的法制观念、民主意识都在增强,这要求领导干部办事必须公道,否则,不是威信扫地,就是吃官司。

人们生活在世界上,都要与人打交道,都要处理各种关系,这就存在办事是否公道的问题。每个从业人员也都有一个办事公道问题,如一个服务员接待顾客不以貌取人,无论对于那些衣着华贵的大老板还是对那些衣着平平的乡下人,对不同国籍、不同肤色、不同民族的宾客能一视同仁,同样热情服务,这就是办事公道。无论是对于那些一次购买上万元商品的大主顾,还是对于一次只买几元钱小商品的人,同样周到接待,这就是办事公道。

需要注意的是,这里所讲的公平并不是平均。以往在计划经济体制下,人们认为平均就是公平,不平均就是不公平,这是非常错误的。公平是指人们的社会地位的平等,受教育的权利、劳动的权利的平等,多劳多得,少劳少得,不劳动不得食,每个人都不能有特权。

(四) 团结协作

大家都听过这样两首童谣:一个和尚挑水喝,两个和尚抬水喝,三个和尚没水喝。一只蚂蚁来搬米,搬来搬去搬不起;两只蚂蚁来搬米,身体晃来又晃去;三只蚂蚁来搬米,轻轻抬着进洞里。这两首童谣,讲了两种截然不同的结果。三个和尚之所以没水喝,是因为互相推诿、不讲协作;“三只蚂蚁来搬米”之所以能“轻轻抬着进洞里”,正是团结协作的结果。

团结协作是一切事业成功的基础,只有依靠团结的力量,才能把个人的愿望和团队的目标结

合起来,超越个体的局限,发挥集体的协作作用,产生 $1+1>2$ 的效果。一个缺乏合作精神的人,不仅事业上难有建树,很难适应时代发展的需要,也很难在激烈的竞争中立于不败之地。越是现代社会,越需要团结协作,形成合力;孤家寡人、单枪匹马越难取得成功。从某种意义上讲,帮别人就是帮自己,合则共存,分则俱损。

大雁长途迁徙的过程更是体现了团队的协作精神。每年两次的南北迁徙都是非常漫长和遥远的路程。任何一只大雁都不可能单独完成长达十几天的旅程。它们靠的就是团队的紧密合作。大雁在飞行的时候总喜欢排成“一”字或“人”字,在这种团队结构中,每一只大雁扇动翅膀都会为紧随其后的同伴增添一股向上的力量。每只大雁都能比单飞状态下增加70%的飞行效率,从而减少体力消耗,这样,它们才能顺利地到达目的地,完成长途旅行。

万事不求人,只会吞下自我封闭的苦果;团结一致,紧密协作,才能走向成功。团结就是力量,合作就是力量。要想成功,任何人都需要他人的帮助。卡耐基说过,一个人的成功,只有15%是由于他的专业技术,而85%则要靠人际关系和他的为人处世能力。

(五) 勤俭节约

勤俭节约是中国人的一种传统美德,是中华民族的优良传统。小到一个人、一个家庭,大到一个国家、整个人类,要想生存,要想发展,都离不开勤俭节约这四个字。古人云:“俭,德之共也;侈,恶之大也”、“历览前贤国与家,成由勤俭破由奢。”可以说,修身、齐家、治国都离不开勤俭节约,诸葛亮把“静以修身,俭以养德”作为“修身”之道;朱熹将“一粥一饭,当思来之不易;半丝半缕,恒念物力维艰”当做“齐家”的训言;毛泽东以“厉行节约,勤俭建国”为“治国”的经验。号称“车到山前必有路,有路必有丰田车”的日本丰田公司,在成本管理上从一点一滴做起,劳保手套破了要一只一只地换,办公纸用了正面还要用反面,厕所的水箱里放一块砖用来节水。这些都是对古训的印证,也是遵循古训的成功实践。

新中国成立初期,有一首歌唱得好:“勤俭是咱们的传家宝,社会主义离不了。不管是一寸钢、一粒米、一尺布、一分钱,咱们都要用得巧。好钢用在刀刃上,千日打柴不能一日烧。”当时,国人都把勤俭节约作为做人和干事业的行为准则。然而,随着我国国力的增强和生活的改善,有些人却把勤俭节约的优良传统丢掉了。这种社会现象已经引起社会的广泛关注,并得到党和国家的重视。党中央及时提出“建设节约型社会”的战略决策,并把加快建设节约型社会提到“事关现代化建设进程和国家安全,事关人民群众福祉和根本利益,事关中华民族生存和长远发展”的高度,并在全国范围内大张旗鼓、深入持久地开展节约活动。

(六) 遵纪守法

法纪是公民的行为规范。没有法纪,人们就会为所欲为,社会就会杂乱无章,国家就会四分五裂。法纪是社会和谐的根基。有了法纪,人们才能照章行事,工作才能井然有序,国家才会昌盛繁荣。纪律是执行路线的保证。纪律严明,国家才能政令畅通,工作才能步调一致,事业才会灿烂辉煌。法律是安邦定国的根本。依法办事,社会才能弃恶扬善,人民才能安居乐业,国家才能长治久安。遵纪守法是一种美德。我们的民族历史悠久,我们的党纪律严明,我们的人民遵纪守法,只有继承和发扬这种传统美德,我们的国家才能安定团结,我们的民族才能兴旺发达,我们的人民才能享受太平。

遵纪守法是一种责任。我们每个人都是社会的一员,要使我们的生活充满阳光,要使我们的生命财产得到有力的保障,就必须营造一种温馨的社会环境。只有营造一种人人遵纪守法的社

会环境,我们才能平静地享受生活,享受人生。

遵纪守法是一个永恒的主题。法律是阶级社会的产物,法律是国家意志的体现,只要有阶级存在,它就不会消亡;只要有群体活动,它就不会自灭。社会需要它的每一个成员遵纪守法,国家需要它的每一个公民安分守己,因为只有遵纪守法,我们的社会才能进步,我们的事业才能成功。

(七) 奉献社会

奉献社会是不以获得报酬为最终目的,自愿为他人、为社会付出劳动的行为。在自己的工作岗位上认真做好每一件事,就是对社会的奉献。美国一位著名的总裁曾经告诫自己的员工说:“要么奉献,要么走人。”不论对哪级工作人员都必须要在其位谋其事,不要懈怠自己的工作与职责。这位总裁在位期间从来不愿意看到员工在工作中悠然自得,更容不得员工在他的面前找一些理由来搪塞自己的过失。

其实,奉献不难做到,奉献就在身边。在日常生活中,我们每个人无论岗位高低、能力大小,都在有意无意地自我奉献着,也在不知不觉中享受着他人奉献的成果。奉献并非是高不可攀的境界,它主要体现的是给予者的态度。我们倡导奉献精神,旨在唤醒人们心底的勤勉、善良、友爱。构筑美好社会,离不开每个人的努力,我们每个人都应该从我做起,在各自的岗位上恪尽职守,兢兢业业。

我们每个人都有进行主动性行为的可能,因此每个人都可以成为奉献的主体,奉献行为是属于大家的,而不专属于某个模范代表或英雄人物。奉献应是一种主动自愿的、不计回报的行为,把奉献精神落实到具体行动上,最经常、最广泛也是最有效的途径就是:自觉主动地在本职岗位上恪尽职守,尽职尽责。

第四节 就业准备

机遇总是青睐有准备的人,最好的职业并非总是由最优秀的人选获取,却总是由准备最充分的人获得。大学毕业生面临着人生的重大转折时期,必须做好就业前的知识、能力、技能、体能和心理等方面的准备。

一、知识准备

当代大学教育是以培养现代科技、管理等方面的应用型人才为目标,越来越重视应用型、实用型人才,以在就业市场获得竞争优势,满足社会对人才的需求。所以,高校教育在做好基础学科教育的同时,也越来越重视实用创新知识和其他科技前沿知识的跟进,为将来学生就业走上岗位做好相应的知识准备。

二、能力准备

这里所讲的能力,是指在解决问题时所运用的各种技能和艺术,是一种最高层次的素质。能力是在先天素质的基础上,在后天环境和教育的影响下,通过人的实践活动和主观努力形成和发展起来的。能力是以知识获得为前提,以实际应用为目的,必须在实践活动中表现。个人能力由于环境、所受教育程度和自身努力程度的不同而呈现出个体差异,能力强弱直接影响事业的成败。大学生在校学习期间既要努力学习并掌握科学知识,又要锻炼提高能力,增强综合素质,最