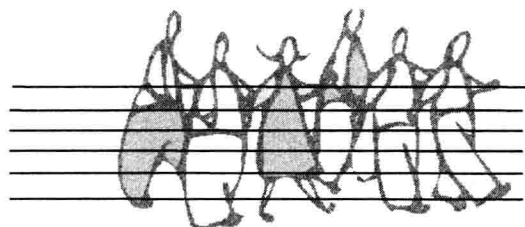


职业院校学生 就业辅导

邱鹏会 编著





职业院校学生

Zhiye Yuanxiao Xuesheng

就业辅导

Jiuye Fudao

邱鹏会 编 著

参 编（以姓氏笔画为序）

王会平 王延福 杨 龙 宋军平
胡国义 谿广义 奚育宏 廖天滨

李宗义 主 审



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

内容提要

本书内容包括入门篇、认识篇、素养篇、准备篇、成功篇五个单元及附录,介绍了职场与就业的基本知识,讲述了就业的思想和心理准备,分析了个人素质和行为习惯对就业的影响,对招聘面试和就业前准备给予学生详细指导,教给学生安全就业和成功就业的具体方法。各单元备有练习题,供结合授课实训演练。书后附录收集了就业中常用到的劳动法规、就业服务机构通讯录与人才网站以及全国铁路交通示意图等实用资料。

本书案例丰富、图文并茂、通俗易懂、实用性和可操作性强,适合作为职业院校学生、劳务机构培训教材和就业工具书。

图书在版编目(CIP)数据

职业院校学生就业辅导/邱鹏会编著. —北京:
高等教育出版社, 2012. 2

ISBN 978 - 7 - 04 - 034305 - 2

I. ①职… II. ①邱… III. ①大学生-就业-高等职业
教育-教材 IV. ①G717.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 269536 号

策划编辑 王 博
责任校对 杨凤玲

责任编辑 王 博
责任印制 胡晓旭

封面设计 张志奇

版式设计 杜微言

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
印 刷 潮河印业有限公司
开 本 787mm×1092mm 1/16
印 张 12
字 数 256 千字
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.landaco.com>
<http://www.landaco.com.cn>
版 次 2012 年 2 月第 1 版
印 次 2012 年 2 月第 1 次印刷
定 价 22.60 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 34305-00

前言

随着我国职业教育事业的蓬勃发展,越来越多的青年学生通过职业院校这个“推进器”被送入职场。时代赋予职业院校必须要让学生成功就业、敢于创业这一光荣的使命。

为此,不断研究创新职业指导教材与教法是职业教育的重要课题,认真做好学生就业指导是职业院校的重要工作,帮助学生顺利走上工作岗位是职业院校学生就业指导工作者的重要职责。

根据当前职业院校学生的实际状况,引导学生学会做人、学会生活,是就业指导工作的核心;让学生熟悉职场、明白就业、端正心态、完善品行、提升素能、掌握方法、做好准备、适应社会是职业院校学生就业指导工作的主要内容;学生就业实践能力的训练与培养,是就业指导教学的重要环节;尽量用身边的案例去启发学生,也是一种应该提倡的就业指导方法。

基于上述考虑,本书以提高学生素养和实践能力为指导思想,以讲解做人道理、传授就业知识、教给方法经验为主要辅导方式。在编写中,我们试图改变传统教材的编写模式,尽量做到通俗、简明、实用、突出重点、论例结合。作为探索与尝试,我们在书中结合课文创意了会意图和每课要点速记口诀,并在每课附有复习与思考题目和阅读与参考资料。本书初稿曾在甘肃机电职业技术学院大、中专数十个毕业班中进行了试讲,经抽样调查,得到听众肯定。

本书分为:入门篇、认识篇、素养篇、准备篇、成功篇五个单元及附录,共十课、五个练习。建议课时为30~50学时。各校也可根据实际情况,灵活安排内容与课时。附录收集了有关就业法规、就业市场、人才网站、铁路交通等实用资料,方便学生就业时使用。

众多历届毕业生的就业实践活动为本书提供了主要创作思路和编写素材。同时,在编写过程中,我们参阅了国内许多专家、学者的研究成果,参考引用了一些典籍和资料,得到了甘肃省教育厅、人社厅、省政府劳务办等有关部门和部分职业院校的关怀与支持,甘肃机电职业技术学院李宗义院长亲任主审、数次阅稿并给予指导,坚葆林副院长提出了宝贵意见,张德龙副院长和学院就业指导中心为本书试讲提供条件,李德贵老先生精心校稿,许多老师给予热情帮助。在此一并表示真诚感谢。

限于时间及水平,书中肯定存在缺点与不足,恳请专家、读者不吝指正,以便改进。

作者

2011年10月

郑重声明

高等教育出版社依法对本书享有专有出版权。任何未经许可的复制、销售行为均违反《中华人民共和国著作权法》，其行为人将承担相应的民事责任和行政责任；构成犯罪的，将被依法追究刑事责任。为了维护市场秩序，保护读者的合法权益，避免读者误用盗版书造成不良后果，我社将配合行政执法部门和司法机关对违法犯罪的单位和个人进行严厉打击。社会各界人士如发现上述侵权行为，希望及时举报，本社将奖励举报有功人员。

反盗版举报电话 (010)58581897 58582371 58581879

反盗版举报传真 (010)82086060

反盗版举报邮箱 dd@hep.com.cn

通信地址 北京市西城区德外大街4号 高等教育出版社法务部

邮政编码 100120

目 录

1	致同学们
3	第一单元 入门篇
4	第一课 熟悉职场
5	一、职场与职业
7	二、产业与行业
9	三、工业与企业
10	四、职业资格
14	第二课 了解就业
14	一、就业的规则
15	二、就业的途径
17	三、就业的地域
18	四、规范就业
21	五、判断招聘企业
24	练习一 企业《招聘简章》的分析判断

33	第二单元 认识篇
34	第三课 就业认识
34	一、更新就业观念
37	二、转换学生身份
40	三、成熟的个人意识
45	第四课 就业心理
45	一、确立合理期望
50	二、克服不良心理
54	练习二 情绪智力商数(EQ)自我测试

59	第三单元 素养篇
60	第五课 提升个人素质
60	一、人的素质
63	二、素质培养
70	第六课 优化行为习惯
70	一、习惯的重要性

72	二、养成良好的习惯
80	练习三 个人综合素质自我测评

87 第四单元 准备篇

88	第七课 认真应对面试
88	一、熟悉面试
91	二、备好资料
93	三、优化表现
94	四、选对单位
96	五、做好总结
98	第八课 做好出发准备
98	一、备齐证件资料
101	二、认真检查身体
101	三、办好离校手续
102	四、得到家庭支持
107	练习四 撰写自我鉴定,填写推荐表及招聘表

113 第五单元 成功篇

114	第九课 安全就业
114	一、平安出行
118	二、安全生活
120	三、自我保护
125	第十课 走向成功
125	一、记住“四个字”
127	二、做到“三适应”
128	三、走好“三段路”
129	四、坚持“三个自”
131	五、借鉴“两种人”
137	练习五 就业出行地理交通知识测验

141 附录

141	附录一 《中华人民共和国劳动合同法》
153	附录二 《中华人民共和国社会保险法》
164	附录三 《中华人民共和国劳动争议调解仲裁法》
170	附录四 《全国各地人才市场及就业服务机构通讯录》
172	附录五 《全国人才网站大全》

178 附录六 《上海市各区县人才服务及职介机构指南》

179 附录七 《北京市各区县人才市场指南》

180 附录八 全国铁路客运线路示意图

181 参考文献

致 同 学 们

亲爱的同学,昨天,当你满怀着对未来的美好憧憬,肩负着家人的殷切期望,愉快地踏入职业院校的时候,你已经和职业结下了不解之缘。今天,当你躁动不安、急切渴望早日踏入工作岗位、驰骋职场、报效国家、实现理想的时候,“就业”二字又严肃认真地出现在了你的面前,而且将要与你长久相伴。

就业是一项对个人前途关系重大、别人无法代替,必须靠你自己用足够的知识、能力、经验、勇气去竞争,用充分的准备去完成的社会实践活动。面对就业,将有许多的问题需要你去认识,去思考,去判断,去抉择,去准备,去实践,去做出圆满的解答。例如:

你了解职业与职场吗?你明白就业及市场吗?

你有正确的就业观念与认识吗?

你能干(会干)什么工作?你的职业素养怎么样?

你有良好的行为习惯修养吗?

你知道如何去应聘和面试吗?你会判断选择招聘单位吗?

你有出外的生活经验吗?

你接受过职业指导吗?你能成功就业吗?

.....

我们可以把上面的问题概括为“学生就业五项基本要求”:掌握就业知识,端正就业态度,具备职业素质,做好就业准备,赢得就业成功。

这五点既是对学生就业能力的要求,也是就业指导课程的主要内容。

在本人从事职业院校学生就业安置与职业指导十多年的工作实践中,这些问题的解答年复一年地出现在就业指导的讲坛上,一次次赢得每届毕业生的浓厚兴趣和认真学习。同时,又在一批批就业成功与就业失败的同学身上得到体现和验证。如果你是对自己就业负责任的人,就一定会对这些问题给予重视。如果把这些问题的搞清楚,并按照教材要求认真地去实践,那你的就业一定能顺利成功。

本人根据自己就业指导讲稿、工作札记、就业安置工作实践及有关资料,整理编写了这本《职业院校学生就业辅导》。本书由入门篇(熟悉职场、了解就业)、认识篇(转换身份、端正心态)、素养篇(个人素质、行为习惯)、准备篇(应对面试、出发准备)和成功篇(安全就业、走向成功)五个单元模块组成,给学生以较为实际、具体的答疑、辅导和练习,帮助同学们提高就业实践能力,实现顺利就业及成功发展。

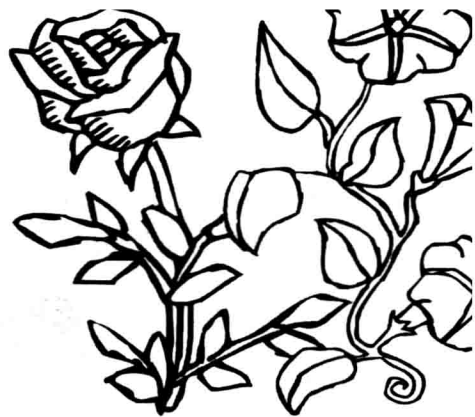
本书既可课堂讲习,也可在课外自学自练。书后附录是就业中会经常用到的一些实用资料,以方便同学们就业时使用。希望本书能成为学生就业的助手和指南。

欢迎同学们对本书提出意见和要求,以便改进完善,使之更好地服务于大家的就业需要。

同学们,思想决定行动,能力决定生存,素质决定命运,意志决定成功。为了给自己开创绚丽多彩的职业天地,认真地去参加就业指导吧!

国家一级职业指导师:邱鹏会

2012年1月



第一单元

入门篇

- 熟悉职场。
- 了解就业。

学习目标

通过本单元的学习,应该达到:

- ◇ 熟悉职场的构成及特点;
- ◇ 了解职业、行业、工业和企业;
- ◇ 知道就业的途径及地域;
- ◇ 树立正确的就业观念;
- ◇ 懂得怎样去规范就业;
- ◇ 学会判断招聘企业。

- 职场就是职业市场,是人们就业和生存的社会场所。
- 要想实现职业理想,就要事先熟悉并了解职场。



第一课 熟悉职场

本课内容:

- 一、职场与职业
- 二、产业与行业
- 三、工业与企业
- 四、职业资格

人的社会属性决定了人总要生活在一定的圈子里(见图 1-1)。

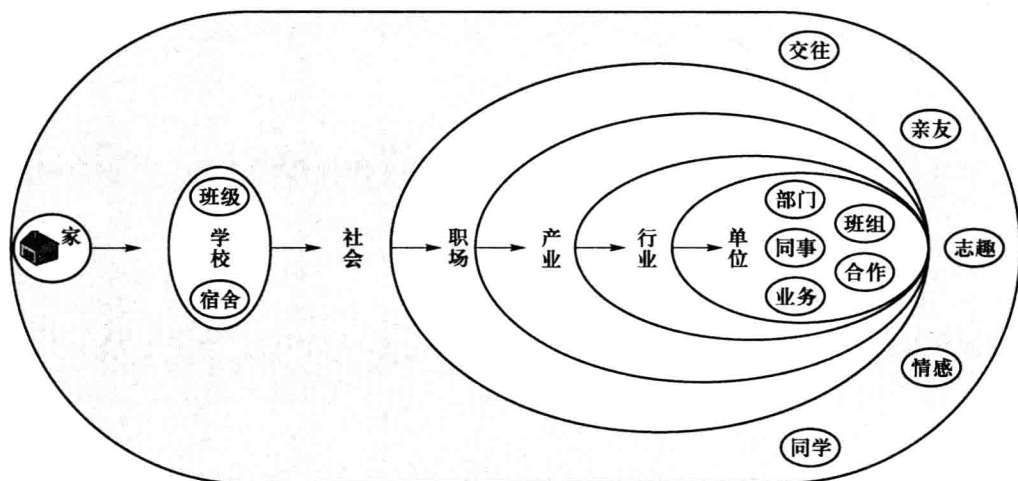


图 1-1 人生的圈子

一、职场与职业

1. 职场

职场是有着许许多多职业岗位的社会就业市场。职场是人们工作、生活、生存、发展的地方,是实现人生价值的社会舞台。职场由产业、行业、职业、用人单位、工作岗位等构成,是市场经济的重要组成部分。

职场同市场经济一样,有其自身的发展规律、运行方式和游戏规则,例如诚信、择优、竞争、双向选择等。

职场是每一个就业者都必须进入的地方。

2. 职业

职业是人们在社会上生存和发展所从事的相对稳定、合法、有经济收入的工作。教师、医生、作家、工程师、营业员、操作工、军人、公务员等,都是职业的名称。

职业对于个人来说,既是生存的主要手段,又是接受社会分工,履行社会职责的主要方式。同时,职业也是为社会做出贡献,实现人生价值的主要途径。

职业满足着人们的各种需要,同时也影响着人们的兴趣、性格、能力、个人及家庭的社会地位。实际上,选择职业,就是选择一种生活方式。

从事合法的职业,拓展新的职业,远离违法、犯罪、害人的地下“黑职业”。例如色情、赌博、毒品、迷信、售假、诈骗等。特别要警惕传销的诱骗。



【案例 1-1】 中技毕业男生吴某,2004 年到江苏常州一家外资企业就业后,嫌试用期包吃住 800 元工资太少,刚试用一个多月就轻信“年收入 10 万元以上”的欺骗宣传而陷入江苏一个传销窝点不能脱身,并被勒索 6 000 元“加盟费”。后由学校派老师陪家长赴南京,求助警方才将其救出,就业失败回家。而一起到该企业就业的其他同学,试用期满后陆续成为企业技术骨干,职业得到稳定的发展。

3. 职业的特征

职业具有以下特征。

(1) 社会性。职业都产生和存在于一定的社会时代环境之中,随着社会的变迁、时代的发展及科学技术的进步,一些旧的职业逐渐地淘汰消亡(例如货郎、挑担剃头匠、报幕员等),新的职业不断产生拓展(例如数字视频策划制作师、职业指导师、宠物健康护理员、手机修理工等)。

(2) 有偿性。从业者有合法的劳动报酬或经济收入,作为生活来源。

(3) 稳定性。相对固定,可持续从事,非中断、临时性。

(4) 规范性。国家许可,合法,履行从业手续,享受权利,承担责任。

(5) 专业性。不同的职业岗位有各自的专业知识、操作技能等职业标准和从业要求(例如普通车工、数控车工、机修钳工、模具钳工等),不同的行业也有各自的差异(例如电力行业的电工、机械行业的电工、电子行业的电工等)。专业性决定了从事任何一种职业,都必须具有相应的职业资格。

(6) 层次性。同一职业按照知识、技能、经验等方面,分为低、中、高层次以及不同的等级。例如工人分为初级工、中级工、高级工、技师、高级技师几个等级,工程技术人员也分为技术员、助理工程师、工程师、高级工程师等级别。医生、教师、警察、公务员、军人等职业也都有各自的层次和级别。

4. 职业的分类

按照劳动方式通常分为体力劳动职业和脑力劳动职业两大类。

1999年5月,我国正式颁布了《中华人民共和国职业分类大典》。这部目前国内最权威的职业分类大典将我国现有的职业分为8个大类,66个中类,413个小类,1 838个职业(见表1-1)。

表 1-1 我国的职业分类

第一大类	国家机关,党群组织,企业、事业单位负责人	包括 5 个中类,16 个小类,25 个职业
第二大类	专业技术人员	包括 14 个中类,115 个小类,379 个职业
第三大类	办事人员和有关人员	包括 4 个中类,12 个小类,45 个职业
第四大类	商业、服务业人员	包括 8 个中类,43 个小类,147 个职业
第五大类	农、林、牧、渔、水利业生产人员	包括 6 个中类,30 个小类,121 个职业
第六大类	生产、运输设备操作人员及有关人员	包括 27 个中类,195 个小类,1 119 个职业
第七大类	军人	包括 1 个中类,1 个小类,1 个职业
第八大类	不便分类的其他从业人员	包括 1 个中类,1 个小类,1 个职业

近年来,国家又陆续分十几批发布了 100 多个新职业,使我国目前的职业总数接近 2 000 个。

《中华人民共和国职业分类大典》(见图 1-2)对各个职业的定义、特征、工作活动内容及从业人员的任职要求等,都作出了较为客观具体的描述。

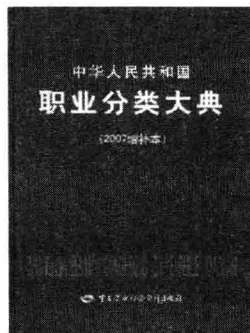
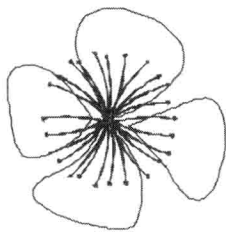


图 1-2 《中华人民共和国职业分类大典》



◆ 例如对车工的描述,如下所示。

车工(职业代码元 6-04-01-01)

◇ 职业定义

操作车床,进行工件旋转表面切削加工的人员。

◇ 主要职责

从事的工作主要包括:

1. 安装夹具,调整设备,装卡工件。
2. 维护保养和刃磨车刀。
3. ……

◇ 职业资格

1. 教育程度:初中毕业以上文化水平……
2. 体力:身体健康。适应经常站立,用手操作的中等强度的劳动。特别是要求视力良好。
3. 兴趣:愿从事与工艺、机器和技术有关的工作,善于处理事和物,由具体成果中得到满足的工作。
4. 能力倾向:有良好的学习、计算和语言表达能力。能准确地达到规定的公差或标准。根据可测量或可验证的标准,对信息进行评价。
5. 性格:情绪稳定,适应职责多样、变化频繁的要求。

◇ 工作典型特征

主要与理解、比较数据和操纵、控制机床有密切关系。以数据为基础来确定操作的标准,以机床为工具来进行精密加工。还需要对物料等的选择作出缜密的判断。

二、产业与行业

职业存在于社会的各种产业、行业以及就业单位(行政机关、事业单位、企业等)之中。

1. 产业

产业是国家国民经济从宏观上大的结构分类。通常分为三个大的产业,即第一产业、第二产业和第三产业。第一产业和第二产业都是物资生产部门,第三产业是社会流通和服务部门。第二产业中的工业企业是工科院校学生就业的主要场所。近年来,我国第三产业有了前所未有的发展,这一产业领域内的就业机会正在迅猛增加,为求职者开辟了更加广阔的就业前景。

2. 行业

行业是工作或生产经营活动内容相同、相近、相关联的单位归类统称,也就是职业的社会属

性类别。目前,我国把国民经济运行中的全部社会活动按照行业分为 13 个门类(见图 1-3)。



图 1-3 我国的行业分类

每个行业都有许多职业,每个职业又有许多职位(工作岗位)。例如教师这一职业可以分为大学教师、中学教师、小学教师等职位。每个职位都有相应的从业标准和任职条件,对就业者的职业素质和职业素质都有一定的要求。

职业与行业之间相互交叉。不同的产业、行业可以含有相同的职业(例如会计、驾驶员、炊事员等),相同的产业、行业又含有各种不同的职业(例如同一工厂,分别有管理人员、技术人员、操作工人等众多的职业岗位)。产业、行业、职业是由大到小的国民经济社会分工体系(见表 1-2)。

表 1-2 国民经济社会分工体系

产业层次	主要行业	典型职业
第一产业	农业、林业、渔业、畜牧业	农民、林业人员、牧民、渔民等农林牧渔劳动者、管理人员和专业技术人员等
第二产业	采矿业、制造业、水的生产和供应业、电业、燃气业、建筑业等	经营管理人员,例如经理、生产主管、营销策划等;工程技术人员,例如工程师、设计师等;技术工人;辅助人员,例如保管等
第三产业	除了第一产业、第二产业以外的其他行业	经营管理人员、营业员、导游、律师、会计师、教师、医师、摄影师、美容师、厨师、服务员、维修技师、公务员等

产业、行业、职业与就业有直接的关系。只有产业、行业及职业发展了,才会有更多更好的就业机会和选择。我国 1999 年第一产业、第二产业、第三产业的就业结构比例分别是 60.1%、21.4%和 18.5%,到 2003 年则变为 49.1%、21.6%和 29.3%。今后,第三产业将成为新增就业人口的主要就业领域。例如旅游业、餐饮服务业、商业、卫生、教育等职业。同时,与高新技术开

发有关的职业将得到快速发展,例如生物技术、信息技术、航天技术、新材料技术、新能源技术和海洋技术等。与之相关的职业将面临着大幅度增长的趋势(见图1-4)。

随着知识经济的迅猛发展,必然促进职业的变革。许多职业岗位需要具有更高的知识素养和知识型的劳动者。各种职业工作中体力劳动逐步减少,技术和智力劳动成分将日益增加。劳动者的学习能力将显得非常重要,只有终身学习,才能适应职业及职场的发展变化。

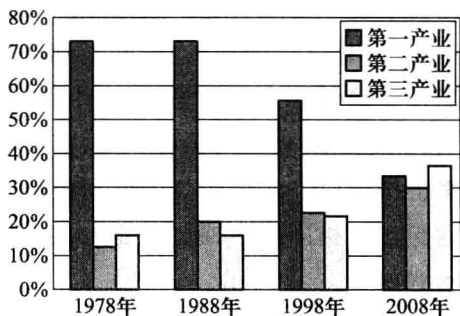


图1-4 我国产业结构的变化

三、工业与企业

1. 工业

工业是采掘自然物质资源和对工业品原料及农产品原料进行加工的社会生产部门。工业可以分为采掘工业和加工工业,又可以分为重工业和轻工业。在有些国家中,工业也称为制造业,通常仅指加工工业。

2. 企业

企业是从事生产、加工、制造、运输、商贸、服务等经济活动的社会单位。企业在国民经济中占有极其重要的地位,它向社会提供着最大比重的职业岗位和就业机会,是当前我国劳动就业市场的主体,也是职业技术学院毕业生就业的主要场所。

企业相对于国家的行政单位、事业单位而区分,一般用“公司”、“工厂(场)”、“店”、“社”等冠名。它是以生产、经营活动为中心的经济实体,一般都是自负盈亏、自我发展、自主用工。企业按照投资资本的来源可以分为国有企业、外资企业、合资企业、乡镇企业、集体企业、个体企业等。非国有资产的企业一般统称为民营企业。民营企业是当前我国劳动就业市场的主体。

3. 工业企业

工业企业是从事工业性生产和劳务活动、实行独立经济核算、自负盈亏、具有法人资格的商品生产和经营的经济实体,是我国第二产业的主体。其中机械、电子电器加工制造企业属于基础工业,在国民经济中的地位十分重要。工科类职业技术学院的学生绝大多数要进入这些企业去就业。

工业企业中的职业岗位分为两大类:管理人员和操作工人。即通常所说的“白领”与“蓝领”。管理人员一般分为基层(流水线长、工段长、主管、文员等)、中层(部门经理、技术负责人、