

免费提供

★★★ 精品教学资料包

服务热线: 400-615-1233
www.huatengzy.com

就业与创业 指导

JIUYE YU CHUANGYE ZHIDAO

就业与
创业
指导

主编
李俊杰

就业与创业 指导

主编 李俊杰

策划编辑: 师丽华
责任编辑: 李特军
责任校对: 陈何真璐
装帧设计: 张瑞阳

ISBN 978-7-5504-4737-0



9 787550 447370 >

定价: 35.00元

西南财经大学出版社
Southwestern University of Finance & Economics Press



西南财经大学出版社
Southwestern University of Finance & Economics Press

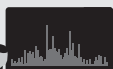
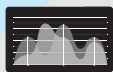
中国·成都

中等职业学校公共基础课程教材
中等职业教育新形态一体化教材



就业与创业 指导

主编 李俊杰



西南财经大学出版社
Southwestern University of Finance & Economics Press

中国·成都

图书在版编目(CIP)数据

就业与创业指导/李俊杰主编.—成都:西南财经大学出版社,2021.7
(2024.4重印)

ISBN 978-7-5504-4737-0

I. ①就… II. ①李… III. ①职业选择 IV. ①C913.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2020)第256782号

就业与创业指导

主编 李俊杰

策划编辑:师丽华

责任编辑:李特军

责任校对:陈何真璐

装帧设计:张瑞阳

责任印制:朱曼丽

出版发行	西南财经大学出版社(四川省成都市光华村街55号)
网 址	http://cbs.swufe.edu.cn
电子邮件	bookcj@swufe.edu.cn
邮政编码	610074
电 话	028-87353785
印 刷	大厂回族自治县聚鑫印刷有限责任公司
成品尺寸	185mm×260mm
印 张	12
字 数	246千字
版 次	2021年7月第1版
印 次	2024年4月第4次印刷
书 号	ISBN 978-7-5504-4737-0
定 价	35.00元

版权所有,翻印必究。

前言

Preface

2018年，教育部印发的《中等职业学校职业指导工作规定》指出：“课程教学是职业指导的主渠道。中等职业学校应根据学生的认知规律和身心特点，在开设应有的职业生涯规划课程的基础上，采取必修、选修相结合的方式开设就业指导、创新创业等课程。持续改进教学方式方法，注重采用案例教学、情境模拟、行动教学等，提高教学效果。”

党的二十大报告指出，实施就业优先战略。就业是最基本的民生。职业教育是以就业为导向的，因此就业和创业指导教育是职业教育不可缺少的重要内容。

本书根据当前中等职业学校毕业生的就业形势和实际情况编写而成，学生通过学习，可了解当前的就业形势和政策，掌握就业和创业的途径和方法，增强自身的竞争力。本书主要有以下几个特点：

（1）结构合理，内容全面。本书分为职业素养篇、求职实战篇和创业指导篇；既有对职业道德、职业能力、自我管理、终身学习等内容的讲述，也有对就业形势、就业准备、就业技巧和有关就业权益的讲述，还有对创业认知、创业准备和企业经营的介绍，提升学生的就业能力。

（2）注重实用性。本书将案例教学、理论教学与实践活动有机融合在一起，可有效提高学生的动手和动脑能力，从而达到学以致用目的。

（3）注重趣味性，寓教于乐。本书正文中设置了“交流园地”“经典案例”“阅读链接”等栏目，融入了思政教育内容，可有效拓展知识面，活跃课堂气氛，激发学生的学习兴趣。

本书由平凉机电工程学校李俊杰任主编。

由于编者水平有限，书中难免有疏漏之处，恳请广大读者批评指正。

编者

目 录

Contents

职业素养篇

»»» »	单元一 职业认知	3
●	第一节 职业道德规范.....	3
	一、爱岗敬业	4
	二、诚实守信	9
	三、办事公道	11
	四、服务群众	14
	五、奉献社会	16
●	第二节 职业能力.....	17
	一、职业能力的种类	19
	二、职业能力测评	20
	三、职业能力的培养	23
»»» »	单元二 自我管理	26
●	第一节 时间管理.....	26
	一、时间与时间管理的概念	28
	二、时间管理的方法	29
●	第二节 情绪管理.....	31
	一、情绪的表现	32
	二、情绪的功能	32
	三、情绪的特点	33
	四、情绪的种类	34
	五、影响情绪的因素	34
	六、情绪管理的方法	35
●	第三节 压力管理.....	39
	一、压力源的分类	39



二、压力管理的意义	40
三、压力管理的方法	42

单元三 终身学习..... 47

第一节 培养终身学习的理念.....	47
一、终身学习的含义	48
二、终身学习的特点	50
三、终身学习的意义	51
第二节 养成终身学习的习惯.....	53
一、主动学习	53
二、勇于探索	54
三、学以致用	55
四、优化知识	56

求职实战篇

单元四 就业形势与对策..... 63

第一节 就业形势概述.....	63
一、当前我国总体的就业形势	64
二、我国政府为稳定就业采取的措施	66
三、社会对人才的期望	67
四、中职生的就业形势	69
第二节 中职生就业对策.....	71
一、学校方面促就业的对策	71
二、学生方面促就业的对策	73
三、国家方面促就业的对策	75

单元五 就业准备..... 79

第一节 就业心理准备.....	79
一、常见的就业心理问题	80
二、培养良好的就业心态	82
第二节 收集就业信息.....	86
一、就业信息的内容	87
二、收集就业信息的原则	88



	三、就业信息的获取途径	89
	四、就业信息的处理	91
	五、警惕就业陷阱	92
●	第三节 求职材料准备	96
	一、求职材料的主要内容	98
	二、准备求职材料的基本原则	103
》》》	单元六 求职竞聘技巧	106
●	第一节 笔试技巧	106
	一、笔试的特点	107
	二、笔试的种类	107
	三、笔试的作用和功能	108
	四、笔试的准备及答题技巧	108
●	第二节 面试技巧	110
	一、面试的主要内容	110
	二、常见的面试分类	112
	三、面试前的准备	113
	四、常用的面试技巧	114
》》》	单元七 维护就业权益	119
●	第一节 就业权益概述	119
	一、就业的基本权利和义务	120
	二、常见的就业侵权行为	122
	三、就业权益的维护	123
●	第二节 签订就业文书	124
	一、就业协议书	125
	二、劳动合同	128
	创业指导篇	
》》》	单元八 创业认知	135
●	第一节 树立创业意识	135
	一、创业的含义	136
	二、创业的分类	136



	三、创业的要素	138
	四、创业意识	141
● 第二节	提升创业能力	143
	一、决策能力	143
	二、组织管理能力	145
	三、资源整合能力	146
	四、交往协调能力	147
	五、提升自我的能力	148

单元九 创业准备..... 151

● 第一节	市场调查与分析	151
	一、市场调查的方法	152
	二、市场调查的内容	154
	三、市场调查报告的撰写和评估	156
● 第二节	创业计划书	157
	一、创业计划书的意义	158
	二、创业计划书的要求	158
	三、创业计划书的编写	159

单元十 企业经营..... 165

● 第一节	企业的创办	165
	一、创办新企业的条件	166
	二、新企业的组织形式	167
	三、企业选址与登记注册	173
● 第二节	企业的管理	177
	一、企业目标的管理	177
	二、企业的日常管理	178

参考文献..... 184



职业素养篇



职业素养是人类在社会活动中需要遵守的行为规范，最能显示出一个人的道德层次和精神境界。其内容包括职业理想与信念素养、职业道德素养、职业能力素养等必备的品质和关键能力素养。如果把一个人的职业成就比作一棵树，那么其根系就是一个人的职业素养，枝、干、叶等是其显现出来的职业素养的表象。一棵树要想枝繁叶茂，就必须根系发达。

职业素养是中职学生实现就业的重要条件，决定着学生的职业方向、职业信念、职业价值观及职业动力。培养良好的职业素养，有助于中职学生树立正确的职业观念，形成良好的职业行为习惯，确立正确的职业方向，积极投身于新时代中国特色社会主义事业建设。



单元一 职业认知

第一节 职业道德规范



视频
职业道德规范
要求



故事导入

点滴小事 温暖他人

公交车、出租车是城市文明的“流动窗口”，它们在为市民提供便利的同时，也反映了城市的文明程度。近年来，景德镇市这道亮丽的流动风景线好人好事层出不穷，在方便市民出行的同时，也向社会传递着满满的正能量。“的哥”李文雍便是这些人中的一位。

李文雍是一名普通的出租车司机，他已从事出租车行业 17 年。多年来，他把开出租车当作事业来做，投入自己最大的热情，在营运工作中坚持做到扶老携幼、平稳驾驶、合理收费、从不拒载。乘客上下车时，他都主动、热情地为乘客装卸行李，友善地对待每一位乘客，努力为乘客提供安全、舒适的乘车环境。若拾到乘客遗落在车内的物品，他都能第一时间上交公司或归还失主。

2019 年 6 月 8 日上午，李文雍跟往常一样驾驶着出租车接送乘客，有一位乘客到达目的地下车后，不慎将钱包落在了后排座位上。李文雍发现后回到乘客下车地点时，已经看不到乘客的踪影，他随即将钱包交到公司，请公司工作人员帮忙寻找失主。工作人员通过钱包中的一个快递单号码及时联系到失主，并将钱包（内有身份证、多张银行卡和 1 100 多元现金）如数归还失主。失主十分感激，执意要给李文雍酬金以表谢意，被李文雍谢绝了。

李文雍曾是一名军人，虽退伍 30 多年，但他一直保持军人作风，干一行爱一行，对工作认真负责、兢兢业业，严格遵守公司的规章制度，积极参加公司组织的驾驶员文明服务教育培训和安全学习教育例会等各项活动，起到了模范带头作用。不仅如此，每年高考期间，他都积极参加公司组织的爱心送考车队，免费为高考学生提供接送服务，还多次免费送困难老人和学生回家。多年来，他还积极主动参加社会公益活动，踊跃为贫困灾区捐钱捐物；在同事遇到困难时，他也会出手帮助。

李文雍的行为充分体现了他高尚的道德情操和忠厚、朴实的精神风貌，赢得了广大乘客和各界人士的一致好评。

平凡之处彰显伟大，细微之处才见人心，一件件小事温暖着一个又一个人。

（资料来源：http://www.jdzol.com/2020/life_0716/94807.html。有改动）

职业道德是道德在职业实践活动中的具体体现，是同人们的职业活动紧密联系的符合职业特点所要求的道德准则、道德情操与道德品质的总和，是职业品德、职业纪律、专业胜任能力及职业责任等的总称。职业道德属于自律范围，它通过公约、守则等对职业生活中的某些方面加以规范。职业道德既是本行业人员在职业活动中的行为规范，又是行业对社会所负的道德责任和义务。

工作中的每一件小事都能够体现一个人的职业道德。职业道德是公交车司机突发心脏病时却不忘把车平稳停下，保证乘客的安全；是边境军人敬业爱岗、认真地站好每一班岗，忍受寒冷与孤独；是医生坚守岗位，面对未知的病毒冲向一线；是公务人员诚心为民，高效办事……在我国，爱岗敬业、诚实守信、办事公道、服务群众、奉献社会这五条基本职业道德规范，已成为各行各业从业人员必须遵守的共同准则。



视频
爱岗敬业 争创一流

一、爱岗敬业

（一）爱岗敬业的含义

爱岗就是热爱自己的工作岗位，敬业就是专心致志以事其业，即用一种恭敬、严肃的态度对待自己的工作，对工作认真负责、任劳任怨、精益求精。一个对工作不负责任的人，往往是一个缺乏自信的人，也是一个无法体会快乐真谛的人。爱岗和敬业总是联系在一起的，爱岗是敬业的前提，敬业是爱岗感情的进一步升华。

爱岗敬业就是热爱自己的职业，以恭敬、严肃的态度对待自己的本职工作，对自己所从事的工作认真负责，做到一丝不苟、尽心尽力、忠于职守，为实现职业目标而努力奋斗。爱岗敬业是从业人员的职责，也是一个人成才的内在要求。一个人要做好自己的本职工作，没有爱岗敬业的职业精神是做不好的，爱岗敬业是职业道德所要倡导的首要规范。



阅读链接

“敬业”的由来

“敬”在我国古代是一项非常重要的道德规范。《说文解字》中说：“敬，肃也。”即认真、严肃的意思，体现了人的一种专注态度。“敬业”一词最早出现在《礼记·学记》“三年视敬业乐群”中，这句话的意思是学生入学三年后，要考核其是否专心于学业，能否与同学和睦相处。可见，“敬业”一词最早是指专心致志于学业。这是因为古人非常重视教育事业，认为不重视教育和学习会有亡国的危险，因此，将学生必须以严肃的态度对待学业纳入礼制的范畴。后来，敬业逐渐演变为指对事业和工作极其认真负责的态度。

（资料来源：<http://www.12371.cn/2015/02/11/ART11423639853553968.shtml>。有改动）

（二）爱岗敬业的意义

爱岗敬业是人类社会最普遍的奉献精神，它看似平凡，实则伟大，其意义主要体现在以下几个方面。

1. 爱岗敬业是一个人服务社会、奉献社会的重要途径

奉献精神是我国劳动人民的一个优良传统。每个从业人员，无论在什么工作岗位上，都需要有敬业、奉献的精神。一个从业人员如果没有敬业、奉献的精神，就不可能被社会容纳，更不可能有自己选择职业岗位的机会。因此，爱岗敬业是每个从业人员都必须做到的基本要求，是一个人服务社会、奉献社会的重要途径。

2. 爱岗敬业是各行各业从业人员生存的根本

工作本身无贵贱之分，但是人们对工作的态度却有好坏之别。要看一个人能否做好事情，只要看他对待工作的态度即可。而一个人的工作态度与他的性情、才能有着密切的关系。一个人对待所做工作的态度是其人生态度的表现。如果一个人轻视自己的工作，把它当成低贱的事情，那么他绝不会尊重自己；一个人如果看不起自己的工作，就会倍感工作艰辛、烦恼，自然就不会把工作做好。当今社会，有许多人不尊重自己的工作，不把工作看成创造一番事业的必由之路。那些看不起自己工作的人，往往是一些被动适应生活的人。

一般来说，条件好、工作轻松、收入高的行业容易使其从业人员做到爱岗敬业。相反，如果一个人的生活条件艰苦，所做工作任务繁重，所处地点又偏僻，且其缺乏对自我的正确评价，那么其在思想上难免会有波动，也就不会爱自己的岗位，更谈不上敬业了。所以，明确爱岗敬业的现实意义，加强个人职业道德修养尤为重要。

3. 爱岗敬业能促进良好社会风气的形成

爱岗敬业能帮助人们正确处理同事间的关系，化解工作中的各种矛盾。一个人具有爱岗敬业精神，就会有一个博大的胸怀，就不会“私”字当头，就不会斤斤计较个人得失。一个团队具有爱岗敬业精神，大家的注意力就会集中到工作上，而不是人际关系上，人际关系就会和谐。同时，一个人的爱岗敬业精神可以感染同事，使他们与自己同心同德、齐心协力干好工作。每个人在工作中都应该耐得住寂寞、坐得住板凳，能从大处着眼、小处着手，让爱岗敬业成为自己自觉的职业道德行为。



交流园地

2012年，刚刚毕业的赵静来到梁家庄小学任教。简陋的宿舍、坑坑洼洼的山路等是这所小学给赵静的最初印象。但是，恶劣的环境并没有吓退赵静，她内心只有一个念头：“如果我们都不付出，这些可爱的孩子又如何练就一双坚硬的翅膀飞出去呢？”为了这些孩子，她坚定了驻扎下来的决心。对待特困学生和留守儿童，赵静总是无微不至地照顾他们，时不时给他们买作业本、铅笔等。她还多次在网络上发布爱心求助信息，许多网友看到后纷纷寄来了文具、书本，或给困难学生资助学费和生活费等。每当看到孩子们拿到文具时像过节一样高兴的样子，赵静为自己小小的付出而感到高兴。2018年，赵静获万全区教育工作先进个人、张家口市教育系统优秀共产党员等荣誉称号；2019年，她被评为张家口市“最美乡村教师”。

问题：

赵静的事迹体现出怎样的职业道德？哪些方面值得我们学习？

（资料来源：<http://www.zjknews.com/news/renwu/202005/22/288491.html>。有改动）

（三）爱岗敬业的基本要求

爱岗敬业作为公民道德和职业道德的基本规范，说起来容易，做起来难，要在长久的职业生涯中都坚持做到爱岗敬业，更不是一件容易的事情。因此，我们要做到爱岗敬业，必须做到乐业、勤业和精业。

1. 乐业

乐业就是发自内心地热爱自己所从事的职业和岗位，把干好工作当成最快乐的事。乐业体现在职业情感和职业行为两个方面。

职业情感是人们对所从事职业的喜欢或厌恶的情绪与态度。热爱一项工作就意味着对它有一种崇高的职业尊严感和荣誉感、明确的事业心和成就感，使自己具有强烈的自信心和自尊心，始终深信自己的工作是有利于国家、有利于民族、有益于他人的。从事一项工



作,就应对它抱有浓厚的兴趣,倾注满腔的热情,把它看作一种乐趣,看作生活中不可缺少的内容,并在刻苦奋斗取得成就时感到无比兴奋和快乐。

职业行为是人们在职业活动中的所作所为。对所从事的职业和岗位的热爱必然体现在日常的工作态度和工作作风上,把乐业的思想通过职业行为表现出来。

经典案例

鞠躬尽瘁

东汉末年,刘备三顾茅庐,请诸葛亮出山。此后,诸葛亮全力辅助刘备建立蜀汉政权,形成三分天下的局面。刘备病逝后,其儿子刘禅继位。为了帮助刘禅统一天下,诸葛亮一面与东吴结盟;一面南征孟获,清除后患;还一面充实军队,准备伐魏。在出兵前,他写了《出师表》给刘禅,详细分析了攻打魏国的道理,表示自己一定鞠躬尽瘁、死而后已,以报刘备的知遇之恩。“鞠躬尽瘁”这个成语表现了诸葛亮不辞劳苦、奋斗终身、大公无私的高贵品质。

(资料来源: <https://www.xuexila.com/diangu/3306791.html>。有改动)

就业并不难,难的是敬业。一个人如果能恪尽职守、忠诚敬业,必然能成就事业的辉煌;相反,一个人如果好高骛远、眼高手低、挑肥拣瘦、无所用心,把工作当成混饭吃的工具,最终将一事无成、平庸一生。每个人对自己的职业都有着不同的心理体验,如果一个人只是敬畏自己的职业,将自己的职业仅看作“干活挣钱”的工具,很害怕失去它,那么他对自己的工作虽然尽职尽责,但心理上却没有快乐而言,会缺少激情和创造力。而爱业者能自立自强,把职业感情升华到乐业,则能做到无怨无悔。由爱业到乐业是一个人将自己的工作从视为职业到视为事业的飞跃,这样就不会把工作看成苦差事,甚至在条件艰苦时也能以苦为乐,在工作中就会保持良好的工作态度,不畏困难和工作任务的繁重,能勇于进取,甘于奉献。

可见,乐业能让人进入一种忘我的境界,与自己所从事的工作融为一体,使情感、智慧、才华喷涌而出。



阅读链接

爱岗敬业 扎实工作

敬业要有一颗强烈的事业心,有一种勤勉的工作态度,还要有过硬的专业知识。正所谓干一行、爱一行。敬业,是我们对本工作的本分,与它共生的另一种精神是爱岗。爱岗,就是我们对工作的责任。爱岗敬业、扎实工作就是敬业更深一层次的含义。

大家公认的优秀干部大多都是那些扎实肯干、有创新精神、业绩突出的人。在

同样的日常工作中，我们认为的那些琐碎的、微不足道的小事，那些优秀干部会认为自己的责任很重，如果一些小事处理不得当，可能会影响到其他同事、其他工作的开展，影响到整个团体的工作进展，因此他们会认真地把这些所谓的“小事”做得很好。公职人员要始终做到高标准、严要求地开展工作。例如，起草一份通知，要仔细斟酌用词，杜绝错别字的出现；接听一个电话，要做出专业性的回答，传递正确的内容；传递一份文件，要做到文件保存完好；等等。一些看似小的事情，公职人员都不能有丝毫的懈怠，对待工作要有敬业的态度，保持细致、快速、高效的工作作风。

我们要树立正确的工作观念，打下扎实的工作基础、思想基础，在工作中始终保持工作的积极性；在自己的岗位上履行职责，勤政务实、清正廉洁。在思想上，我们要始终保持坚定的信念，有为人民服务的思想觉悟，还要有敢于担当的气魄；还要时刻激励自己，增强自身的自觉性和责任感，与那些敬业、积极的人多进行交流学习，相互进步。

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。任何一份职业、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。因此，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。

敬业需要我们用尽职尽责的态度对待工作。因为我们只有先尊重了自己的工作，才能唤起他人对这个行业的尊敬，才能使自己所从事的工作展现出它应有的光彩。你所热爱的本职工作，会带来一份只有你才能体会到的幸福和荣誉。我们要做好本职工作，用更高的要求尽职尽责，用更好的精神无私奉献，在平凡的岗位上做出不平凡的成绩。

（资料来源：http://pinglun.youth.cn/shsz/201702/t20170227_9182425.htm?mobile=0。有改动）

2. 勤业

勤业就是忠于职守、认真负责、刻苦勤奋、不懈努力。古人云：“业精于勤而荒于嬉，行成于思而毁于随。”从业人员要始终保持一种张弛有序的工作状态，保持一种昂扬向上的精神，做到“三勤”：腿勤、手勤和脑勤。

3. 精业

精业就是从业人员对本职工作要业务纯熟、精益求精，力求使自己的工作技能不断提高，并且要在工作中有所发明、有所创造。我们要做到精业，就必须好学上进，不断追求高质量，不断开拓创新。



乐业、勤业和精业这三者是相辅相成的。乐业是爱岗敬业的前提，是一种职业情感；勤业是爱岗敬业的保证，是一种优秀的工作态度；精业是爱岗敬业的条件，是一种执着的追求。



交流园地

小张到一家钢铁公司工作还不到一个月，他发现很多矿石并没有得到充分的冶炼。这样下去，公司会有很大的损失。于是，他找到了负责冶炼技术的工程师，工程师很自信地说：“我们的技术是世界一流的，不可能会有这样的问题。”小王拿着没有得到充分冶炼的矿石找到了总经理。总经理经过检查发现，原来监测机器的某个零件出现了问题，才导致矿石冶炼不充分。总经理感慨地说：“我们公司并不缺少工程师，但缺少敬业到位的工程师！”

问题：

你如何理解总经理所说的话？如果你是这位负责冶炼技术的工程师，你听到小张反映的问题应该如何处理？

（资料来源：<https://www.docin.com/p-1803768556.html>。有改动）

二、诚实守信

（一）诚实守信的含义

诚实守信是为人处世的基本准则，是中华民族的传统美德之一，是人们在职业活动中处理人与人之间关系的道德准则。诚实就是表里如一、说老实话、办老实事、做老实人；守信就是信守诺言、讲信誉、重信用、忠实履行自己承担的义务。诚实守信是各行各业的行为准则，也是做人做事的基本准则，是社会主义最基本的道德规范之一。随着社会主义市场经济的发展，市场竞争也愈趋激烈。无论是从业人员自身，还是其所服务的部门，面对竞争，其行为不仅要符合法律，而且要符合职业道德，必须做到诚实守信、公平竞争；否则，就会出现不正当竞争现象，就会导致市场活动的无序性，造成社会经济活动的混乱。



阅读链接

诚信的含义

在中国古代，“诚”和“信”本是两个意义相近的词，常常用来互相训释，但两者的意义并不完全相同。“诚”的本义是真实、真切，引申为说人的道德情感和社会行为时，则有诚实、真挚等含义；“信”的本义是求真、守诚，引申为说人的道德情感和社会行为时，则有追求真理、信守承诺等含义。儒家对“诚信”的内涵有着

详细的解释：一是以“诚”为真实无妄的本然之道；二是以“诚”为道德之本、行为之源，以“信”为德目之一；三是重视“诚”的实践，强调言行一致。在当代中国的社会背景下，诚信又被赋予了新的内涵：要求人们尊重客观规律，树立求实精神；要求社会群体建立公正、合理的制度；要求每个社会成员树立公正的处事态度和大公无私的道德观念。

（二）诚实守信的意义

诚实守信是中华民族的传统美德之一，无论过去还是现在，它对于建设人类社会文明都是极为重要的。

（1）诚实守信是为人处世的基本准则，也是一个单位从事经营活动的基本准则，更是从业人员对社会、对人民所承担的义务和责任。

（2）诚实守信是各行各业的生存之道。各行各业之间的竞争归根到底是信誉和质量的竞争。企业有了诚信的经营理念才能赢得消费者的青睐。在如今的社会中，我们仍然可以看到一些为了追求眼前利益而置诚信于不顾的行为，这些行为严重影响了市场的良性运行，甚至让社会诚实守信的体系受到前所未有的冲击。

诚实守信是维系良好的市场经济秩序必不可少的道德准则。诚实是市场经济的基础，守信是市场经济最直接的道德基础。没有信用，就没有秩序，市场经济就不能健康地发展。

经典案例

晏殊信誉的树立

北宋词人晏殊，素以诚实著称。晏殊十四岁时，有人把他作为神童举荐给皇帝。皇帝召见了，并要他与一千多名进士同时参加考试。考试开始后，晏殊发现考题是自己不久前刚练习过的，于是他就如实向皇帝报告，请求改换其他题目。皇帝非常赞赏晏殊的诚实品质，便赐给他“同进士出身”（科举时代按照殿试排名赐予的一种资历称号，宋代进士分五甲，第五甲为同进士出身）。

晏殊当职时，正值天下太平。京城的大小官员经常到郊外游玩或在城内的酒楼茶馆举行各种宴会。晏殊家贫，无钱出去吃喝玩乐，只好在家里和兄弟们读、写文章。有一天，皇帝提升晏殊为辅佐太子读书的东宫官员。大臣们异常惊讶，不明白皇帝为何做出这样的决定。皇帝对大臣们说：“近来群臣经常游玩饮宴，只有晏殊闭门读书。他如此自重谨慎，正是东宫官的合适人选。”晏殊谢恩后说：“我其实也是个喜欢游玩饮宴的人，只是家贫而已。若我有钱，也早就参与宴游了。”

这两件事使晏殊在群臣面前树立起了信誉，而皇帝也更加信任他了。

（资料来源：<https://www.zuoyesou.com/question/ysdgsb.htm>。有改动）



（三）诚实守信的基本要求

1. 诚信无欺

商品生产者和商品经营者在市场交易活动中，要做到货真价实、明码标价、合理定价，提供真实的商品信息，反对和杜绝欺骗服务对象的各种职业行为。

2. 讲究质量

在工作中，我们要把讲究质量放在第一位，以质量求生存，以质量求发展；不以次充好，不生产、销售假冒伪劣产品。

3. 信守合同

在签订合同时，我们要诚心诚意、认真负责；履行合同时，要一丝不苟、不折不扣，如遇到困难或意想不到的情况，应想办法克服；一旦出现不能履行合同的情况，应承担责任；不以欺诈等不公平的方式签订合同，不中途违约、毁约。



交流园地

常言道：“赠人玫瑰，手有余香。”生活中真正诚信的人，一定是那种能够给别人带来温暖的人。很多诚信的例子，不仅让我们的心灵受到触动，还给我们带来无限的正能量。然而，我们也能看到生活中还存在不诚信的现象。

问题：

你知道社会上的哪些现象影响了和谐家园的建设？列举一两个你所知道的不诚信行为的例子。

三、办事公道

（一）办事公道的含义

公道就是公平、正义，就是给人以应得的或恰当地对待人和事。办事公道是指从业人员在处理各种职业事务时，要公道正派、客观公正、不偏不倚、公开公平；对不同的对象一视同仁，秉公办事；不因职位高低、贫富、亲疏而区别对待。办事公道是对每个从业人员的基本要求，是为人民服务的前提条件，是提高服务质量的最起码的保证。

公道是几千年来为人所称道的职业道德。人是有尊严的，人们都希望自己受到与别人一样的对待，企盼在法律面前人人平等。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。当前，我们正处于市场经济的大潮中，市场经济中的平等互利原则体现了买卖双方的平等地位，因此我们在经济领域中要处事公平、办事公道。

（二）办事公道的意义

办事公道是职业劳动者应该具有的品质，办事公道有助于社会文明程度的提高。在职业生活中，我们做到公事公办、不刮“人情风”，社会风气就会好，工作、学习和生活环境就会和谐。办事不能一视同仁、“走后门”、“看人情”，都是不公道的表现。

办事公道是企业活动的根本要求，是市场经济的内在要求，是市场经济良性运行的有效保证。办事公道是企业能够正常运行的基本保证，是企业赢得市场、顺利发展的重要条件，是抵制行业不正之风的重要内容。

总之，坚持办事公道的职业道德规范要求，在各职业领域更好地为人民服务，是推动社会主义事业前行的关键。

经典案例

大公无私

春秋时期，晋国有一个品行高尚的大夫，名叫祁黄羊。

有一天，晋平公召见祁黄羊，问：“现在南阳县缺个县令，你看派谁去比较合适呢？”

祁黄羊说：“叫解狐去吧。”

晋平公道：“解狐不是你的仇人吗？你们见了面彼此连招呼都不打，你怎么会推荐他到这样重要的地方当县令呢？”

祁黄羊笑了笑，说：“您并没有问我的仇人是谁，而是问我什么人能胜任南阳县令，因此，我就把我认为最合适的解狐推荐给您。”

于是，晋平公就派解狐到南阳县，结果解狐充分发挥他的才干，受到了当地百姓的称赞和欢迎。

后来，晋平公又问祁黄羊：“现在朝廷缺个法官，你觉得谁可以胜任呢？”

祁黄羊很诚恳地说：“祁午去做法官再合适不过了。”

晋平公十分惊讶地说：“祁午是你的儿子啊，你推荐自己的儿子，难道不怕别人说闲话吗？”

祁黄羊说：“您是问我谁可以当法官，并没有问我祁午是不是我的儿子啊。”

晋平公于是就派祁午当了法官。祁午办事十分公正，处理案件果断、公正，受到了百姓的爱戴。

祁黄羊的行为受到了许多人的赞扬，连孔子都称赞说：“祁黄羊这样做很对：他推荐人，对外不排斥仇人，对内不回避儿子。像祁黄羊这样的人，可真是大公无私呀！”

后来，人们就用“大公无私”这个成语来形容某人办事公道、顾全大局、毫无私心。

（资料来源：http://www.1010jiajiao.com/qx_portal/doc/1081000.html。有改动）



（三）办事公道的基本要求

办事公道要求人们做到客观公正、照章办事。办事公道的核心就是要克服私心，做到正直、无私。

1. 客观公正

客观公正是指人们在办理事情、解决问题时，要从客观事实出发，客观、公正地判断和处理；要重视证据，公正地对待所有当事人，不偏袒某一方，更不能作为某一方的代表去介入。

2. 照章办事

照章办事就是严格按照规章制度办事，要不打折扣、不徇私情。它要求人们以人为本，待人公平，能理解人、尊重人，做到不以好恶待人、不以貌取人、不以年龄看人。

（四）办事公道的具体要求

1. 热爱真理，追求正义

办事是否公道关系到一个以什么为衡量标准的问题。要做到办事公道，就要以真理为标准，要有正确的是非观。公道就是要合乎公认的道理，合乎正义。不追求真理、不追求正义的人，办事很难合乎公道。

2. 坚持原则，不徇私情

我们要做到办事公道，就必须在处理事情时坚持原则。为了个人私情不坚持原则，是做不到办事公道的。

3. 不谋私利，反腐倡廉

私利能使人丧失原则，丧失立场。因此，只有不谋私利，才能光明正大，廉洁无私，才能主持正义、公道。

4. 不计个人得失，不畏权势

我们要做到办事公道，就不可避免地会遇到各种压力和干扰。我们如果为了自己免受压力向权势屈服，那么是做不到办事公道的。

5. 具备一定的识别能力

真正做到办事公道，一方面与品德相关，另一方面与认识能力有关。如果一个人认识能力很差，就会分不清是非标准，分不清原则与非原则，就很难做到办事公道。因此，我们要做到办事公道，就必须加强学习，不断提高认识能力，能明确是非标准，分辨善恶美丑，并有敏锐的洞察力。

经典案例

王传喜的三个法宝

王传喜是一名基层党组织书记。2018年6月29日,中央宣传部授予王传喜“时代楷模”称号。他有一摞摞工作笔记,密密麻麻的字迹背后,透露出当好一名基层党组织书记须掌握的法宝。

法宝之一:有致富带富的能力。市场经济大潮中,一名好的基层党组织书记必须有敏锐的市场眼光,有对政策的正确理解和把握,这样才能把准方向,走对路子,带领群众在小康路上快步前进。

法宝之二:有一颗公心。心里首先要想着群众,办事公道,一碗水端平。自私自利,品德不好,群众就不服你,工作就难以开展。土地调整、旧村改造是涉及农民利益的大事,也是农民最关心的事,王传喜啃下这些“硬骨头”,靠的就是公心。

法宝之三:清正廉洁,自身过硬。“公生明,廉生威”,王传喜经常把这句话挂在嘴边,并为班子“约法三章”,自己带头执行。干干净净做事,清清白白做人,群众就会称赞你。这样的领导班子,也必然更加团结向上、坚强有力。

(资料来源:<http://cpc.people.com.cn/n1/2018/0629/c64104-30095930.html>。有改动)

四、服务群众

1. 服务群众的含义

服务群众就是全心全意为人民群众服务,一切以人民的利益为出发点和归宿,听取群众的意见,了解群众的需要,端正服务态度,改进服务措施,提高服务质量。服务群众是职业道德的重要原则。服务群众是全体社会从业者通过互相服务促进社会发展、实现共同幸福的直接体现。服务群众是一种现实的生活方式,也是职业道德要求的一个基本内容,做好本职工作是服务群众最直接的体现。

经典案例

用生命诠释最美的青春

黄文秀出生在一个农民家庭,家境贫寒,父母的身体也不好。她从小就努力上进,品学兼优的她从石头村一路考入北京师范大学。研究生毕业后,她放弃大城市的工作机会,毅然回到家乡,在脱贫攻坚第一线倾情投入、奉献自我,用美好的青春诠释了共产党人的初心使命,谱写了新时代的青春之歌。

2018年3月,黄文秀主动请缨到百坭村担任驻村第一书记。当时的百坭村,472户中还有103户未脱贫,贫困发生率达23%。她帮助百坭村发展电商,使当地的砂糖橘等土特产远销全国各地;她为百坭村申请通村的路灯项目,让村民



走夜路不用再打手电筒；她挨家挨户走访全村建档立卡户，清晰地记录每一户的致贫原因。黄文秀来到百坭村一年后，当地有 88 户实现脱贫，贫困发生率降至 2.7%；村集体经济收入达 6.4 万元；百坭村被评为 2018 年度“乡风文明”红旗村。

2019 年 6 月 16 日，黄文秀利用周末回家看望做完第二次手术的父亲后就急着返回百坭村，山路上电闪雷鸣，暴雨如注，洪水淹没了路面，危险正在靠近，但黄文秀选择向着自己牵挂的群众前进，途中她不幸遇难，年仅 30 岁。

2. 服务群众的意义

在市场经济条件下，做好服务具有重要的意义和作用。首先，服务质量已经成为产品质量的一个重要组成部分；其次，服务质量是企业生存和发展的内在要求，是社会主义市场经济健康发展的要求。

3. 服务群众的基本要求

服务群众的基本要求就是热情周到、满足需要。首先，从业人员要以主动、热情、耐心的态度对待群众，把群众当作亲人，服务细致周到、勤勤恳恳；其次，从业人员要努力为群众提供方便，想群众之所想，急群众之所急，关心他人疾苦，主动为他人排忧解难。



阅读链接

新时代公务员要锤炼服务群众的过硬本领

（1）锤炼学思践行的过硬本领。清代政治家、文学家纪晓岚说：“心心在一艺，其艺必工；心心在一职，其职必举。”干一行，就要爱一行、钻一行、精一行。公职人员要静下心来学政策、学业务，沉下身做调研、摸实情，善于掌握事物发展的规律，理清自己的工作脉络。任何工作都不能蜻蜓点水、一知半解，要真正成为具有专业水准的行家里手。

（2）锤炼服务群众的过硬本领。群众工作“一枝一叶总关情”。做群众工作就要与群众打交道，走进群众的心中，在解决群众的矛盾纠纷中经风雨、受磨炼、长本事、上水平。要善于总结服务群众的有效办法，把群众真正当“优质客户”，真正做到“最多跑一次”是底线，一次不用跑是常态，跑多次是例外。

（3）锤炼担当落实的过硬本领。任何工作取得成绩都是从量变到质变的过程。对于每一名公职人员来说，担当、干事就是人生最大的价值，其必须以“功成不必在我”“功成必定有我”的境界和担当，始终以“钉钉子”的精神抓落实、敲实锤、出实招，将自己承担的每一项工作做到最好，切实为基层、为人民办一些看得见、摸得着的好事、实事，让每一项服务群众的工作成为增强群众幸福感的民心工程。

（资料来源：http://cunguan.youth.cn/cgyc/201907/t20190703_11999412.htm。有改动）

五、奉献社会

1. 奉献社会的含义

奉献社会就是要履行对社会、对他人的职业义务，自觉、努力地为社会、为他人做出贡献。当社会利益与局部利益、个人利益发生冲突时，每一个从业人员要把社会利益放在首位。奉献社会是职业道德的出发点和归宿，也是社会主义职业道德的最高境界和最终目的。这不仅需要从业人员有明确的信念，更需要有崇高的行动。当一个人任劳任怨，不计较个人得失，甚至为自己所从事的事业献出生命时，其关注的其实是这一事业对人类社会的意义。



交流园地

为了实现外国对我国高铁技术封锁的技术突围，李万君凭着一股不服输的钻劲儿、韧劲儿，一次又一次地试验，取得了一批重要的数据，积极参与攻关，填补国内几十种高速车、铁路客车、城际列车转向架焊接规范及操作方法的空白，先后进行技术攻关 100 余项。

梁益建多年前学成回国，参与“驼背”手术 3 000 多例，亲自主刀挽救上千个极重度脊柱畸形患者的生命，成为国内首屈一指的极重度脊柱畸形矫正专家，并建立爱心基金，帮助更多人。

问题：

李万君和梁益建都是服务和奉献社会的典范，他们的行为给了你哪些启示？

2. 奉献社会的意义

奉献社会是一种高标准职业道德规范要求，对于现代化转型过程中的职业及其从业人员的发展具有以下重要意义：

(1) 有助于克服极端个人利己主义的蔓延，确保职业发展的社会主义性质。

(2) 可提升职业道德水平，促进职业健康发展。

(3) 有利于形成良好的职业风尚，促进和谐社会的发展。

(4) 可实现人生价值。人是作为具有价值性的事物存在的，人的这种价值性主要表现为人的社会价值性，而这主要是通过职业工作的社会贡献得以衡量与体现的。

奉献社会是一种态度，也是一种境界。人们在寻找生命的真谛、追求人生的价值时，会审视脚下的每一步、思考存在的每一秒，而这每一步、每一秒的基础，就是我们的岗位、我们的工作。



阅读链接

习近平给中国石油大学（北京）克拉玛依校区毕业生的回信

中国石油大学（北京）克拉玛依校区的毕业生们：

你们好！来信收到了，得知你们 118 名同学毕业后将奔赴新疆基层工作，立志同各族群众一起奋斗，努力成为可堪大用、能担重任的西部建设者，我支持你们做出的这个人生选择。

这场抗击新冠肺炎疫情的严峻斗争，让你们这届高校毕业生经受了磨炼、收获了成长，也使你们切身体会到了“志不求易者成，事不避难者进”的道理。前进的道路从不会一帆风顺，实现中华民族伟大复兴的中国梦需要一代一代青年矢志奋斗。同学们生逢其时、肩负重任。希望全国广大高校毕业生志存高远、脚踏实地，不畏艰难险阻，勇担时代使命，把个人的理想追求融入党和国家事业之中，为党、为祖国、为人民多做贡献。

各级党委、政府和社会各界要切实做好高校毕业生就业工作，采取有效措施，克服新冠肺炎疫情带来的不利影响，千方百计帮助高校毕业生就业，热情支持高校毕业生在各自工作岗位上为党和人民建功立业。

习近平

2020 年 7 月 7 日

（资料来源：http://www.xinhuanet.com/politics/leaders/2020-07/08/c_1126211499.htm）

3. 奉献社会的基本要求

奉献社会要求每个人在家里能够帮助父母做力所能及的事情；在学校能够积极参与班级建设，乐于助人，爱惜集体荣誉；在社会生活中能够热爱公共设施，积极参加公益活动。

随着我国改革开放的深入发展和市场经济体制的建立，每个从业者都要正确看待职业待遇和职业声望，正确处理自主择业与爱岗敬业的关系，做到只要在位一日，就在现职岗位上兢兢业业地做好本职工作。

第二节 职业能力



故事导入

数控机床的“活字典”

李晓佳是宝鸡机床集团有限公司数控一车间的一名数控机床试车工。“以至诚之心做

人，用唯美标准做事”是他的座右铭，他用自己的行动树立“宝鸡机床”形象。

这些年，无论是在国内工作，还是在国外工作，他都一丝不苟，精益求精。参加工作以来，他凭着顽强的学习精神和刻苦钻研的劲头，先后获得“陕西省首席技师”“陕西省技术状元”“陕西省十大杰出能工巧匠”“陕西省三秦工匠”等荣誉。多年以来，李晓佳累计解决重大技术难题 50 多项，完成技术创新成果 20 多项，被公司领导和同事誉为名副其实的数控机床“活字典”。

从普通工人到高级技师，李晓佳每一步都走得相当稳健。刚参加工作时，有人跟他说会用机床就行了，但他觉得不行，他认为必须把设备的最大价值发挥出来。他买了专业书籍和师傅们一起学习，共同进步。在实习的一年时间里，他和师傅们共同解决了 3 项技术难题，使当时一种车床变速箱的精加工效率提高了 20%。

2001 年年初，随着市场对中高档数控机床需求的全面升温，企业对中高档数控机床的生产研发迫在眉睫，李晓佳主动放弃较为轻松的技术岗位，选择到具有挑战性的数控车间工作。当时的数控车间是一个高精尖设备的成品装配车间，承担着全厂所有数控机床的装配、调试任务。试车工作就是给每台机床做动态的精度检验，通过车削试件来检验机床的加工精度。数控车间产出的每台机床在使用的时候不能出任何差错，稍有闪失就会给企业和用户造成巨大的经济损失。这对试车工提出了很高的要求，试车工既要技术精湛，又要胆大心细。

身为一名试车工，最重要的是要会编程，李晓佳下定决心要攻克这座堡垒。为了进一步提升自己的理论技能，他放弃周末休息，坚持自学，在机床面板前琢磨程序的代码，练习编程序，或者在图书馆查阅资料。功夫不负有心人，他终于熟练掌握了编程的规律与技巧。“不能满足于简单操作”，怀着这样的信念，他不断总结，摸索规律，形成自己的一套加工方式，先后攻克了多项技术难题，为企业创造了可观的经济效益。

近些年，李晓佳还参与了国家重大专项机床的试车、调试和售后服务等工作。其中，有的试车项目没有现成的经验可供借鉴，他就打破常规，大胆创新，以最快的速度完成各项试车任务，保证新产品及时推向市场。

面对产品快速迭代更新的市场变化，不断提升自身的知识储备和创新能力，推动产品的技术升级，增强产品的市场竞争力，是李晓佳长期以来为之奋斗的目标。如今，他已经是宝鸡机床集团公司省级技能大师工作室中的重要一员，不断为企业产品结构调整、质量提升攻克难关，还为企业培养更多的技能型人才。

（资料来源：http://qclz.youth.cn/znl/201909/t20190920_12073492.htm。有改动）

职业能力是人们从事某种职业的多种能力的综合。例如，教师应具有优秀的语言表达



能力,还必须具有对教学的组织和管理能力,对教材的理解和使用能力,对教学问题和教学效果的分析、判断能力等。如果说职业兴趣能决定一个人的择业方向以及在该方面所乐于付出努力的程度,那么职业能力则能说明一个人在既定的职业方面是否能够胜任,也能表明一个人在该职业中取得成功的可能性。

一、职业能力的种类

职业能力可分为一般职业能力、专业能力和综合能力。

(一) 一般职业能力

一般职业能力主要是指一般的学习能力、文字和语言运用能力、数学运用能力、空间判断能力、形体知觉能力、颜色分辨能力、动手操作能力、手眼协调能力等。此外,任何职业岗位的工作都需要与人打交道,因此,人际交往能力、团队协作能力、对环境的适应能力以及遇到挫折时良好的心理承受能力都是我们在职业活动中不可缺少的能力。

(二) 专业能力

专业能力主要是指从事某一职业的能力。在求职过程中,招聘方最关注的就是求职者是否具备胜任所应聘岗位工作的专业能力。例如,你去应聘教学工作岗位,对方最看重的是你是否具备最基本的教学能力。

(三) 综合能力

综合能力主要是指国际上普遍注重培养的关键能力,主要包括跨职业的专业能力、方法能力、社会能力和个人能力。

1. 跨职业的专业能力

跨职业的专业能力主要包括:运用数学和测量方法的能力、计算机应用能力、运用外语解决技术问题和进行交流的能力等。

2. 方法能力

方法能力主要包括:信息收集和筛选能力;掌握制订工作计划、独立决策和实施的能力;准确的自我评价能力和接受他人评价的承受力,从成败经历中有效地吸取经验教训的能力等。

3. 社会能力

社会能力主要是指一个人的团队协作能力、人际交往能力和沟通能力。在工作中,能够协同他人共同完成工作,对他人公正、宽容,具有准确的判断力和自律能力等,是一个胜任岗位工作和在工作中开拓进取的重要条件。

4. 个人能力

随着我国经济体制改革的深入,法制的不断健全、完善,人的社会责任感和诚信将越

来越被重视，假冒伪劣产品将越来越无藏身之地，职业道德会越来越受到全社会的重视，爱岗敬业、工作负责、注重细节的职业人格会得到全社会的肯定和推崇，这些也是个人能力的体现。



阅读链接

职业能力建设司

中华人民共和国人力资源和社会保障部职业能力建设司是人力资源和社会保障部内设机构。其职责如下：

（1）制定城乡劳动者职业能力建设基本政策和发展规划，参与职业能力建设统计、宣传工作。

（2）拟订高技能人才队伍建设发展规划和培养、评价、选拔、使用、表彰、激励等政策措施。

（3）推行终身职业技能培训制度，指导开展职业技能培训；制定就业技能培训、岗位技能提升培训、创业创新培训和企业新型学徒培训的政策、规划并组织实施；制定劳动预备制度实施办法。

（4）拟订全国技工学校、高级技工学校和技师学院以及职业培训机构的发展规划和管理规则，制定职业培训机构和中外合作职业技能培训机构管理办法。

（5）指导全国技工学校、高级技工学校和技师学院以及职业培训机构的师资队伍建设、教学研究、教学改革和教材建设工作。

（6）组织制定国家职业分类，建立完善新职业信息发布制度；组织制定国家职业技能标准和行业职业技能标准，构建多层次职业技能标准体系。

（7）完善国家职业技能资格制度；健全职业技能多元化评价政策；制定技能人才职业资格评价、职业技能等级认定和专项职业能力考核政策措施并指导实施，拟订国（境）外技能人员职业资格在我国（境）内开展相关活动的管理办法并监督管理。

（8）拟订全国职业技能竞赛发展规划、法规制度、政策措施并推动实施，组织举办、参加国际性职业技能赛事，组织我国参加、申办、举办世界技能大赛工作，组织指导全国性技能展示和技术交流活动。

（9）承办部领导交办的其他事项。

二、职业能力测评

人的职业能力各不相同，有的人善于言语交谈，有的人善于动手操作，有的人善于理论分析，有的人善于事务性工作。每个人都有自己独特的能力结构。社会上的职业也是多



种多样的，各种职业对从业者的能力要求也不同，有的需要言语能力，有的需要计算能力，有的需要动手能力，大多数职业需要几种能力的综合。

（一）技能测评

技能测评是对一个人技能技巧的实际水平的测验，而不是潜在水平的测验，属于成就测验。其测验的方式大多数是作业实例测验，如明尼苏达工程类推测验、业务打字测验等。例如，汽车修理厂在挑选汽修技工时，所进行的测评就是技能测评。

（二）能力倾向测评

能力倾向是一种潜在的、特殊的能力，它与经过学习训练而获得的才能是有区别的，是一种在尚未接受教育训练前就存在的潜能。能力倾向测评可以判断一个人的能力优势与在某一职业成功发展的可能性。此类测验分为普通能力倾向测验和特殊能力倾向测验。

1. 普通能力倾向测验

普通能力倾向成套测验（General Aptitude Test Battery, GATB）最初是由美国劳工部从1934年开始用了10多年的时间研究制定的，适合于许多不同职业群检查各自的不适合者。由于这套测验在许多国家被广泛使用，因而备受推崇。后来，日本劳动省将GATB进行了日本版的标准化，制定成《一般职业适应性检查》（1969年修订版）。这套测验可实现对许多职业领域所必需的几种能力倾向的测评。它由15种测验项目构成，其中11种是纸笔测验，4种是操作测验，这两种测验可以测评以下9种能力倾向：

（1）智能。智能即一般的学习能力，包括对说明、指导语和诸原理的理解能力、推理判断能力、迅速适应新环境的能力。

（2）语言能力。语言能力是指有效地掌握语言的意义及与它相关的概念的能力，对字词、句子、段落、篇章及其相关关系的理解能力，清楚而准确地表达信息的能力。它包括口头表达能力和文字理解与表达能力。

（3）数理能力。数理能力是指能在进行正确而快速地计算的同时进行推理，具有解决应用问题的能力。

（4）书写知觉能力。书写知觉能力是指对文字、表格、票据等材料的细微部分正确知觉的能力，能直观地比较、辨别字词和数字，具有发现错误和纠正错误的能力。

（5）空间判断能力。空间判断能力是指理解、记忆平面图形与立体图形之间的关系，以及解决应用问题的能力。

（6）形态知觉能力。形态知觉能力是指对实物或图像的有关细节正确知觉的能力，对图形的形状和阴影的细微差别、长宽的细小差异进行辨别的能力。

（7）动作协调能力。动作协调能力是指迅速、准确和协调地做出精确的动作，并迅速完成作业的能力；迅速而准确地做出反应动作的能力；手、眼协调运动的能力。

(8) 手指灵活性。手指灵活性是指快速而准确地活动手指、操作细小物体的能力。

(9) 手腕灵活性。手腕灵活性是指随心所欲地、灵巧地活动手以及手腕的能力，拿取、放置、调换、翻转物体时手的精巧运动和手腕的自由运动能力。

其中，语言能力、数理能力、书写知觉能力出色的人属于认知型，空间判断能力和形态知觉能力出色的人可归入知觉型，动作协调能力、手指灵活性、手腕灵活性突出的人属于运动技能型。一般能力倾向测试的意义在于帮助被试者发现哪些职业领域最能发挥自己的潜能，而不是简单地划定自己“最适合的职业”。因为，人的很多能力是可以通过后天培养而积累的。

2. 特殊能力倾向测评

特殊能力倾向测评是系列式的，是国外企业常用的职业能力倾向性测验，包括以下 4 类测验：

(1) 机械倾向性测验。其主要用于测量被试者对机械原理的理解能力，判断空间形象的速度和准确性，以及手眼协调的运动能力。

(2) 文书能力测验。其是专门了解被试者打字、速记、处理文书能力的测验，适合于文职人员能力测量。

(3) 心理运动能力测验。其主要用于测量工业中许多工作所需的肌肉协调运动、手指灵活运动或手眼精确、协调运动等技能。

(4) 视觉测验。其是运用特殊仪器对被试者视力的多种特征进行测验，以评定其是否符合一定的工作要求。

(三) 学习能力测评

学习能力测评是用笔试的方式测评被试者的学习能力。学习能力测评中最常用的题型包括必答题、选答题与综合题。例如，升学考试就是一种学习能力测评，通过考试的人有能力进入更高层次的学习。



阅读链接

职业能力测评的法规依据

职业教育的任务是促进学习者的综合职业能力发展和提高其职业素质，然而要想对职业能力和职业素质进行科学的评价却比较困难。《中华人民共和国职业教育法》第八条规定：“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，实行学历证书、培训证书和职业资格证书制度。”为适应大力发展职业教育和职业培训工作的需要，提高现代职业技能水平，培养大批合格的现代制造技术人才，落实《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010—2020 年）》，我国设立全国职业能力测评中心，推出“全国职业能力测评体系”。



三、职业能力的培养

实际上，人类先天具备很多能力，但由于后天开发得不够，很多能力因此而消失。例如，每个婴儿都会游泳，但不是每个成年人都会游泳；一只雄鹰因为和鸡生活在一起而变得不会飞翔；等等。因此，挖掘自身潜能，不断培养自身的能力，就显得尤为重要。人类的很多能力是可以通过后天的努力培养出来的。

1. 发挥主观能动性促进职业能力的培养

能力的形成和发展有其自然的前提，即人的遗传素质。如果个体在脑神经系统、运动器官、感觉器官的解剖生理结构和机能方面有缺陷，就难以形成和发展相应的能力。不过，马克思说：“搬运工和哲学家之间的原始差别要比家犬和猎犬之间的差别小得多，他们之间的差异是分工形成的。”因此，对常人来说，能力，特别是职业能力的形成和发展不取决于先天，而在于后天的环境、教育训练和实践活动。例如，奥运会乒乓球金牌得主、优秀运动员邓亚萍，小时候由于个子不高，在行家看来不是打乒乓球的料，但由于她勤奋拼搏，能够吃常人难吃之苦，终于成为世界乒坛一颗璀璨的明星。

2. 接受教育和培训能促进职业能力的形成

父母是我们的第一任老师。我们从父母那里接受了最初的职业意识，并获得了最初的基本能力。个体要获得知识能力，主要是来自间接经验的传递。有目的、有计划、有组织的学校教育可以充当这一媒介。提高职业能力最有效的途径就是接受教育和培训，短期职业教育和高职教育都能使人获得一定的基础知识和职业技能。从业人员在上岗前参加一些针对性强的专门培训，对上岗后更好地胜任岗位工作会有很大的帮助。

3. 不断实践能够提高职业能力

我国古代思想家王充在他的论著中指出“施用累能”“科用累能”，就是说，能力是在使用中积累的，从事不同职业活动的人可积累不同的能力。苏联著名戏剧家斯坦尼斯拉夫斯基说：“没有顽强的、细心的劳动，即使是有才华的人，也会变成绣花枕头似的无用的玩物。”这些说明了实践活动在能力形成和发展中的作用。职业能力和职业实践互为因果，人们要从事一定的职业活动，应具有一定的能力；但是，实践过程中不断涌现出来的新问题、新要求，会促使一个人的相应能力水平持续提高。

4. 一些良好的品质对职业能力的形成和发展有重要的意义

谦虚能使人保持旺盛的求知欲和进取精神，不仅可以激发人发挥自己的能力，而且可以促使人挖掘自己的潜能，从而促进能力的发展；毅力不仅能帮助人战胜遇到的困难（这是成功的外部条件），而且能使人战胜身体上的某些缺陷（如口齿不清），使能力得到发展；勤能补拙则说明了个人的勤奋、努力对能力的发展有着积极的作用。



交流园地

计划是个人发展、实现工作和生活目标的基础。惠普公司之所以能长盛不衰、在激烈的市场竞争中立于不败之地，就是由于它汇集着大量素质优良、训练有素的科技和管理人才，而惠普能吸引、留住并激励这些高级人才，其不仅仅靠丰厚的物质待遇，更重要的是靠向这些员工提供良好的提高、成长和发展的机会，帮助员工制订适合其个人职业发展的职业能力发展计划。

问题：

制订个人职业能力发展计划有什么意义？你会如何制定自己的职业能力发展计划？



实践活动

一、资料收集

借助互联网、图书馆等渠道查找资料，分别收集古今中外有关敬业、诚信的谚语、对联、成语、名人名言等。每一类别不少于 5 条。

二、职场角色测试

1. 测试题目

如果你有钓鱼的习惯，但是已经好久没去钓鱼了，今天正巧有朋友约你去钓鱼，你会选择什么地方呢？

- | | |
|----------|----------|
| A. 人工鱼塘 | B. 坐渔船出海 |
| C. 山谷小溪间 | D. 大海岸边 |

2. 结果说明

选 A：说明你在职场是一个成功的执行者，你只打有把握的仗，有自信。面对困难时，你会使用自己的方法解决问题，而不是一味地遵从上级的指示。但切记不要抢别人的功劳，不要越权执行。

选 B：说明你是一个工作疯狂而又有点智慧的职场执行者，繁重的工作只会让你



充满动力。

选 C：说明你是一个做事保守、缺乏冲动、不能专心一致的人，你想要在垂钓的同时享受山谷的美景。你并不适合做一个决策者，更适合做一个策划者。

选 D：说明你是一个讲究投资报酬的人，会以最少的资本追求最高的利润，很有生意眼光，适合做一个职场决策者。

三、职业能力排序

1. 活动说明

将学生进行分组，组员在组长的带领下完成任务。各组组长一起统计出本专业学生应具备的能力，以及排在前三位的能力。学生分组进行讨论。组长做小组汇报。

2. 活动过程

(1) 组员按照从强到弱的顺序对自己的能力进行排序。

(2) 每组写出本专业应具备的能力，数量不限。

(3) 统计出本专业排在前三位的能力。

(4) 组员之间进行讨论，说一说自己是否具备本专业对应职业群所要求的能力；如果不具备，应该如何去提升，以适应专业与职业发展的需要。
