



大学生 职业生涯规划

策划编辑: 师丽华
责任编辑: 郝永进
封面设计: 靳思骐

ISBN 978-7-5635-7448-3



定价: 45.00元

高等职业教育公共基础课系列教材

大学生职业生涯规划与规划

◇ 主编 张小斌

北京邮电大学出版社



高等职业教育公共基础课系列教材

大学生 职业生涯规划 发展与规划

◇ 主编 张小斌
◇ 主审 吴小平



北京邮电大学出版社
www.buptpress.com

高等职业教育公共基础课系列教材

大学生

职业生涯

发展与规划

◆ ◆ ◆ ◆
主 参 副 主
审 编 主 编
吴 黄 刘 张
小 婕 旻 小
平 洪
康



北京邮电大学出版社
www.buptpress.com

内 容 简 介

本书共六章,以职业探索、自我认知、生涯觉醒、职业决策、规划制订、职业发展为主要内容,通过对大学生职业生涯规划理论与方法的深入阐述,结合实际案例,帮助和指导大学生树立正确的职业理想,学会运用生涯规划的理论与方法,为自己的职业生涯做出有效的规划、管理和调控;以丰富的拓展栏目启发学生思考,实现学以致用用的效果。

本书既可用于高等职业院校各专业公共课的教学,也可供相关人员参考。

图书在版编目(CIP)数据

大学生职业生涯发展与规划 / 张小斌主编. -- 北京:
北京邮电大学出版社, 2024. -- ISBN 978-7-5635-7448

-3

I. G647.38

中国国家版本馆 CIP 数据核字第 2024CY7738 号

策划编辑:师丽华 责任编辑:郝永进 封面设计:靳思骐

出版发行:北京邮电大学出版社

社 址:北京市海淀区西土城路 10 号

邮政编码:100876

发 行 部:电话:010-62282185 传真:010-62283578

E-mail: publish@bupt. edu. cn

经 销:各地新华书店

印 刷:三河市骏杰印刷有限公司

开 本:787 mm×1 092 mm 1/16

印 张:12.5

字 数:260 千字

版 次:2024 年 12 月第 1 版

印 次:2024 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5635-7448-3

定 价:45.00 元

• 如有印装质量问题,请与北京邮电大学出版社发行部联系 •

服务电话:400-615-1233

前言 PREFACE

近年来，新兴行业不断涌现，传统行业也在经历深刻变革。这种变化不仅要求劳动者具备更高的专业技能和创新能力，还促使就业市场呈现出多元化、灵活化的特点。对于即将步入职场的大学生而言，仅仅依靠专业知识的学习已不足以应对复杂的就业环境，更需要在职业生涯规划上提前布局，培养跨领域能力，增强个人竞争力。

党的二十大报告指出：“要实施就业优先战略，把促进青年特别是高校毕业生就业工作摆在更加突出的位置。”职业生涯规划是一个长期的、动态的过程，贯穿每个人生命的大部分时间，直接关系到个人的成就感、幸福感乃至人生价值的实现。明确的职业生涯规划能够帮助大学生在探索自我、认识世界的过程中，逐步认清自己的兴趣、优势并确立正确的价值观，从而选择最适合自己的职业道路，实现个人潜能的最大化开发。

国家的发展也离不开人才的支撑，特别是在创新驱动发展战略的引领下，各行各业对高素质、复合型人才的需求日益增长。大学生作为未来的社会栋梁，其职业生涯的规划与发展不仅关乎个人命运，更与国家的繁荣昌盛紧密相连。因此，引导大学生树立正确的职业观，合理规划职业生涯，是时代赋予高等教育的重要使命。学校开展职业生涯规划教育，有助于唤醒大学生的职业生涯规划意识，帮助大学生确定未来的目标，解决大学生在理想、信念和自我实现中的困惑，使大学生能够立足当前，放眼未来，进入最佳学习状态，以个人最好的姿态迎接严峻的挑战。

职业生涯规划的起点在于自我认知。本书通过系统的知识讲解与丰富的实训巩固，帮助大学生深入了解自己的性格、兴趣、能力和价值观，从而准确定位个人职业倾向，为后续的规划打下坚实基础。本书不仅关注专业技能的培养，更强调沟通能力、团队合作、自我管理 etc 软技能的提升，帮助大学生构建全面的职业素养体系，以适应未来职场的挑战。

本书共六章，包括职业探索、自我认知、生涯觉醒、职业决策、规划制订

和职业发展等方面的内容，通过职业生涯规划基础知识和常用方法的讲解，引导学生树立正确的职业理想和职业观、择业观、创业观以及成才观，形成规划职业生涯的能力，增强提高职业素质和职业能力的自觉性，做好适应社会、融入社会和就业、创业的准备。

本书由张小斌任主编，刘旻任副主编，吴小平任主审，黄婕、洪康参与了本书的编写。

编者在编写本书的过程中参考并借鉴了许多专家学者的著作和研究成果，引用了有关资料、案例等，在此向相关作者表示深深的谢意！

由于编者水平有限，书中难免存在疏漏之处，敬请广大读者和专家指正。

编 者

目录 CONTENTS

第一章	职业探索之旅	1
第一节	职业基础概览	1
第二节	行业、专业与职业的交织	12
第三节	职业资格证书与“1+X”证书制度	19
第二章	自我认知的挖掘	25
第一节	探索职业兴趣	25
第二节	剖析职业性格	39
第三节	明确职业能力	52
第四节	塑造职业价值观	64
第三章	生涯觉醒的智慧	73
第一节	职业生涯与规划的基础	73
第二节	生涯学理论的启迪	86
第四章	职业决策的奥秘	101
第一节	职业决策概览	101
第二节	职业决策的高效方法	116
第五章	规划制订的实战	129
第一节	职业生涯目标的设定	129
第二节	职业生涯规划书的撰写	138
第三节	职业生涯规划的评价与调整	148

第六章	职业发展的持续	157
	第一节 职业适应能力的提升	157
	第二节 职业道德的坚守	169
	第三节 职业素养的全面提升	176
参考文献		193



1

第一章 职业探索之旅

第一节 职业基础概览

每一个具有完全民事行为能力的人，都要在社会生活中从事一定的服务于社会并作为主要生活来源的工作，当这种工作能够重复和可持续进行的时候，我们就可以称之为职业。随着信息技术的发展和人们生活水平的不断提高，新的商业模式和就业形态不断涌现，种类繁多的新职业也会应运而生。



视频
职业的含义与
特点



一、职业的定义

从汉语词义的角度看，“职业”一词由“职”和“业”构成，“职”是指职位、职责，“业”是指行业、事业。《现代汉语词典（第7版）》对“职业”的解释是：个人在社会中所从事的作为主要生活来源的工作。职业既可以指参与社会分工，利用专门的知识与技能为社会制造物质财富和精神财富，获取合理报酬作为物质生活来源，并满足精神需求的工作；也可以指人们为了谋生和发展而从事的相对稳定的、有收入的、专门类别的社会劳动，这种社会劳动是对人们的生活方式、经济状况、文化水平、行为模式、道德情操等方面的综合反映，也是一个人的权利、义务及职责的具体体现，是人的社会地位的一般性表征。



课堂互动

某职业院校举办职业生涯规划大赛，一位英语专业的大三女生不以为然地说道：“我学英语，以后出来做翻译，有什么好规划的？”别人问她：“你了解翻译这个职业吗？你毕业后想做笔译还是口译？”她回答得很干脆：“只要把专业知识学好了，还怕出来找不到翻译工作吗？”结合案例与实际情况，思考并讨论下列问题。

- (1) 这位女生说的有无道理？
- (2) 学什么专业就从事什么职业，真是这样吗？



二、职业的特征

(一) 社会性

职业的社会性即劳动者承担生产任务，履行公民义务。职业并非人类一出现就存在的，而是社会分工的结果。每一种职业的产生都体现了社会分工的细化，体现了社会生产力的提高和社会的不断进步。因此，职业是劳动者获取的一种社会分工角色，是个人与社会结合的体现。社会成员通过从事职业活动为社会做出自己的贡献，社会也以全体成员的劳动作为积累而持续发展和进步。

(二) 价值性

职业的价值性即劳动者从中创造价值并取得收入。劳动者利用专门知识和技能从事职业活动，以获取一定的收入作为物质生活的来源，这就是职业的价值性。获取一定的收入既是劳动者从事职业活动的基本动机，又是其从事职业活动的结果。可以说，直到现在，职业仍然是人们谋生的手段，是维持个人和家庭生存的基础。



知识拓展

2024年7月31日，中华人民共和国人力资源和社会保障部（以下简称人力资源社会保障部）公布了19个新职业，其中智能网联汽车测试员、工业互联网运维员、用户增长运营师等“数字职业”有9个，占据了“半壁江山”。概括地讲，数字职业是指伴随着数字经济、数字技术出现的新职业类群。数字职业在推动数字经济、数字技术发展的同时，还赋能产业发展，助力产业数字化转型和高质量发展。

（三）稳定性

职业的稳定性即劳动者从事的职业活动是相对稳定的，是持续的。职业一直处在不断发展变化之中，随着生产力和社会分工的发展，新的职业不断出现。但是，某种职业一旦形成，便会在较长的一段时期内存在和发展。职业的生命周期具有相对稳定性，这是因为决定职业存在的社会条件的变化是比较缓慢的。职业的稳定性使人们学习、掌握专业知识和技能成为可能，也使人们职业生涯的规划和发展成为可能。

（四）多样性

职业的多样性即不同职业之间有很大差异。职业不仅种类繁多，而且不同种类职业的劳动内容、生产工具、知识与技能要求等都存在很大差异。俗话说，“隔行如隔山”，职业间的差异会给人们的职业转换带来一定的障碍和困难，同时也使社会分工更加细化，有利于提高工作效率。

（五）规范性

职业的规范性应该包含两层含义：一是指职业内部的操作规范性，二是指职业道德的规范性。不同职业的劳动者在劳动过程中都有一定的操作规范性，这是保证职业活动专业性的要求。当不同职业在对外展现其服务时，还存在伦理范畴的规范性，即职业道德的规范性。这两种规范性构成了职业的规范性的内涵与外延。

（六）技术性

职业的技术性即劳动者在职业活动中需要具备一定的才能和专长。职业的技术性揭示了职业的专业性。虽然不同职业对技术的要求有所不同，但都需要劳动者掌握一定的技术。可以说，自职业产生起，就不存在一种没有技术要求的职业。目前，许多职业都对学历、专业、职业资格等有明确的要求。



课堂互动

顾鑫是一名刚刚毕业的大学生，他对科技充满热情，擅长编程和数据分析，同时他也喜欢与人交流，乐于分享自己的技术见解。在求职过程中，他收到了两家公司的邀请：一家是专注于大数据分析的科技公司，另一家是提供编程培训的教育机构。结合案例与实际情况，思考并讨论下列问题。

- （1）根据顾鑫的兴趣和能力，你认为哪家公司更符合他的职业特征？
- （2）结合你对这两类职业特征的理解，请为顾鑫提供选择建议，并说明理由。



三、职业的意义

（一）职业对个体的意义

1. 职业是个体获取经济来源的主要途径

个体获取经济来源的目的首先是满足基本的生存需求。马斯洛认为生理上的需要是人类维持自身生存的最基本需求，包括吃、喝、衣、住、行等方面的需求。如果这些需求得不到满足，人类的生存就成了问题。

从上述意义上说，生理需要是推动人们行动的最强大的动力。职业活动的收入是个体的主要经济来源。职业活动作为人们参与社会生活、从事社会实践的主要手段，为人们提供了个人生存和维持家庭开支的重要物质基础，并使人类在此基础上实现繁衍和发展。

2. 职业是个体参与社会交往的重要手段，个体从中获得社会和他人的尊重

马斯洛认为个体在社会中、生活中有感情需要和被尊重的需要。在社会感情方面，人都需要朋友之间、同事之间、家人之间的友谊、合作和关爱，都希望成为群体中的一员，得到关心和照顾；在被尊重需要方面，人都希望自己有稳定的社会地位，个人的能力和成就能得到社会的承认。感情和被尊重是比生存层次更高的需要，是人们热切追逐的目标，也是激励人们发挥潜力和热情的最大动力。通过从事某种职业，个体可以与他人交往，并在交往中获得他人的认可。这种认可可以是名誉、地位、权力等非经济利益，也可以是别人对自己的尊重和信任等精神力量。被尊重的需要得到满足，个体会对自己充满信心，对社会充满热情，从而体验到活着的意义与价值。

3. 职业是个体实现自我价值的必要载体，是个体奉献社会的重要途径

自我价值的实现是最高层次的需要，它是指实现个人理想、抱负，发挥个人的能力到最大限度，完成与自己的能力相符的一切事情的需要。在这个过程中，个体可以使自己逐渐成为自己所期望的人物。职业是个体发挥能力的重要载体，是个体在社会中生存和发展的重要手段。也就是说，人必须干称职的工作才会感到快乐，才会在事业上有所成就。此外，个体通过职业参与到社会劳动分工中去，并在追求自我实现和发展的同时为社会做出贡献。

（二）职业对社会的意义

1. 职业是社会存在的基础

职业分工及其结构构成了社会经济制度运行的主体。职业劳动创造出社会财富，

不仅维持了人类的生存与繁衍，还为社会的存在与发展奠定了物质基础。

2. 职业是社会发展的动力

职业结构变动、人们为了追求未来的好职业而进行的人力投资、不同职业阶层间的矛盾冲突及解决等，构成了推动社会发展的动力。

3. 职业是社会控制的手段

职业是维持社会稳定、实现社会控制的手段。政府为公众提供职业岗位，制定并执行一系列就业政策，能够起到减少社会问题、实现社会安定的作用。



四、职业的分类

在原始社会前、中期，人类劳动只按性别进行分工，男人打猎、捕鱼，女人采摘果实、挖掘茎块，所以不存在职业。在原始社会末期出现了最初的社会大分工，农业、手工业和畜牧业开始成为专门的职业。以后随着社会生产力的发展，社会分工越来越细，职业也越来越多。职业是社会分工和人类文明的标志。人类历史上职业的产生和发展，一方面体现了社会生产力发展水平和科技进步的结果，另一方面又促进了社会生产力的提高，促进了生产的社会化和专业化发展。一个国家的职业构成与其国民经济结构、经济与科学技术发展水平有着密切的关系。由于各国经济发展水平不同，职业分类标准也不一样。

（一）《中华人民共和国职业分类大典》的分类

2022年9月27日，人力资源社会保障部正式发布《中华人民共和国职业分类大典（2022年版）》（以下简称“新版大典”）。新版大典适应当前职业领域的新变化，经调整，与2015版大典相比，在保持八大类不变的情况下，新版大典净增158个新职业，职业数达1639个。新版大典首次标识了97个数字职业，占职业总数的6%。同时，延续2015年版大典对绿色职业标注的做法，标注134个绿色职业，占职业总数的8%。其中既是数字职业也是绿色职业的，共有23个。绿色职业涉及节能环保领域17个，清洁生产领域6个，清洁能源领域12个，生态环境领域29个，基础设施绿色升级领域25个，绿色服务领域45个，基本覆盖了绿色生产生活与生态环境可持续发展各个方面。

知识拓展

绿色职业以“环保、低碳、循环”等为特征，注重生产生活与生态环境的可持续发展，工作内容主要包括生态环境监测、保护、治理，绿色新能源生产，废弃物回收与利用及与之相关的科学研究、技术研发和规划设计等。随着绿水青山就是金山银山的理念日益深入人心，绿色职业受到全社会广泛的关注和认可，发展前景十分广阔。

（二）国民经济行业分类

《国民经济行业分类》（GB/T 4754—2017）中明确规定我国行业分类共有 20 个门类、97 个大类、473 个中类、1 381 个小类。与 2011 年版比较，门类没有变化，大类增加了 1 个，中类增加了 41 个，小类增加了 287 个。其中，为体现新产业、新业态、新商业模式，主要增加以下行业类别。

（1）农、林、牧、渔业门类中的种子种苗培育活动、畜牧良种繁殖活动、畜禽粪污处理活动。

（2）采矿业门类中的海洋石油开采。

（3）制造业门类中的生物质液体燃料生产、生物质致密成型燃料加工、基因工程药物和疫苗制造、特种玻璃制造、工业机器人制造、特殊作业机器人制造、增材制造、装备制造、新能源车整车制造、高铁车组制造、可穿戴智能设备制造、智能车载设备制造、智能无人飞行器制造、服务消费机器人制造。

（4）电力、热力、燃气及水生产和供应业门类中的生物质能发电、海水淡化处理。

（5）建筑业门类中的节能环保工程施工、核电工程施工、风能发电工程施工、太阳能发电工程施工。

（6）批发和零售业门类中的互联网批发。

（7）交通运输、仓储和邮政业门类中的公共自行车服务、多式联运。

（8）住宿和餐饮业门类中的民宿服务、露营地服务、外卖送餐服务。

（9）信息传输、软件和信息技术服务业门类中的互联网生产服务平台、互联网生活服务平台、互联网科技创新平台、互联网公共服务平台、其他互联网平台、互联网数据服务、物联网技术服务、地理遥感信息服务。

（10）金融业门类中的小额贷款公司服务、消费金融公司服务、网络借贷服务、创业投资基金、天使投资。

(11) 租赁和商务服务业门类中的园区管理服务、商业综合体管理服务、供应链管理服务。

(12) 科学研究和技术服务业门类中的工业设计服务、新能源技术推广服务、环保技术推广服务、三维(3D)打印技术推广服务、创业空间服务。

(13) 水利、环境和公共设施管理业门类中的土地管理业等。

知识拓展

新职业是在向社会公开征集的基础上,经专家评审、征求相关部门意见、向社会公示后,由人力资源社会保障部、市场监管总局、国家统计局联合发布的。新职业的评审标准主要包括职业的社会性、技术性、稳定性等方面的内容。社会性主要考查新职业对社会、经济的影响程度,是否能够带动更多的劳动力就业;技术性则考查新职业是否能反映新产业、新业态的出现;群体性考量新职业现在的从业人员规模以及未来的发展活力。

五、职业的发展趋势

现代职业的发展趋势是职业随着社会分工、生产力的发展和社会需求的变化而不断地发展变化。在这些因素的推动下,种种新职业应运而生。我们选择职业时不仅要考虑个人的意愿,更要紧跟时代发展的步伐,充分考虑社会需求的变化趋势。总体上看,职业呈现出以下几种发展趋势。

(一) 新职业出现的频率加快

在职业产生初期,职业种类少、发展缓慢。随着社会的发展,社会分工越来越细,科学技术不断进步,职业种类增加的速度逐渐加快。从事脑力劳动的职业在职业总数中所占的比例也呈现出快速增长的趋势。2004年,中华人民共和国劳动和社会保障部建立了新职业发布制度,定期发布新职业目录。

(二) 职业分工由简单到精细

职业是社会分工的产物,也会随着社会分工的不断细化而发展。社会分工具有三个层次,即一般分工、特殊分工和个别分工。一般分工区分出第一产业、第二产业、第三产业;特殊分工划分了不同行业;个别分工划分出更多的职业岗位,如计算机出现后,便有了硬件、软件操作员,计算机教师,计算机销售、维修人员等不同职业。

职业分工由简单到精细，第三产业职业数量不断增加。

（三）职业活动的内容不断弃旧更新

同一职业活动不断增加新的内容，对从业人员的素质要求也越来越高。同样的职业，在不同的时代，工作内容会有很大差别。旧的业务知识、技术方法会过时，会被新的业务知识、技术方法取代。例如，现代刑事警察这种职业，比 20 世纪初的一般侦探要求高得多，要求从业人员掌握现代知识并具备使用现代工具的本领，通晓法律和犯罪心理学，掌握侦探技术、电子技术、鉴定技术、擒拿技术、驾驶技术等。虽然职业类型没有变，但内容已大大更新。现代职业除了专业性越来越强以外，还开始向综合化、多元化方向发展。

（四）职业模式趋于灵活和复杂

全职工作、兼职工作、多重工作、工作共享、远程办公、自由职业、自主创业等工作形式不断出现，五天工作制、四天半工作制、朝九晚五、弹性工作制等更加灵活多样。

随着知识经济时代的到来，热门职业正发生着重大变化。经过市场调查并综合专家的分析，有机构预测，未来几年的“金牌”职业有理财规划师、人力资源师、软件开发工程师、网络媒体高级编辑、企业高级策划 / 公关经理、游戏 / 动画设计工程师、公务员、职业规划师、律师、销售等。总之，了解职业发展趋势，有利于大学生把握好个人职业目标的选择，找准个人职业生涯发展的方向，从而更好地适应变革中的社会职业环境，避免择业的盲目性。

学习评估

梳理本节主要知识，完成习题作答，对自己的学习效果进行评价，并完成表 1-1。

表 1-1 学习检测与评价

自我评价	未完成 ☐	及格 ☐	良好 ☐	优秀 ☐
习题作答 (单项选择题)	1. 职业的含义主要强调个人在 ()。 A. 生活中的角色分配 B. 社会分工中承担的责任与义务 C. 家庭中的经济贡献 D. 娱乐活动中的参与度			

续表

习题作答
(单项选择题)

2. 下列哪项不是职业的基本特征? ()
A. 价值性 B. 社会性 C. 随意性 D. 稳定性
3. 职业分类的主要依据通常不包括 ()。
A. 工作内容 B. 教育背景 C. 工作地点 D. 薪资水平
4. “白领”一词通常用来指代哪种类型的职业人群? ()
A. 重体力劳动 B. 专业技术或管理工作 C. 农业耕作 D. 服务业基层岗位
5. 从个人角度讲,职业的意义在于它是个人 ()。
A. 获取财富的唯一途径
B. 实现自我价值和社会价值的方式
C. 逃避社会责任的借口
D. 消磨时间的工具
6. 以下哪个选项不属于当前职业发展的新趋势? ()
A. 远程工作与灵活工作制的兴起
B. 人工智能对传统职业的替代
C. 职业性别隔离的加剧
D. 终身学习与技能更新成为常态
7. 据职业分类标准,医生、律师等职业通常归类于 ()。
A. 第一大类:专家、技术人员及相关工作者
B. 第二大类:管理人员
C. 第三大类:服务与销售人員
D. 第四大类:农业、林业及渔业工人
8. 下列哪项最能体现职业对个体社会地位的影响? ()
A. 个人收入水平 B. 休闲娱乐选择 C. 家庭背景 D. 政治倾向
9. “斜杠青年”现象反映了现代职业发展的哪种趋势? ()
A. 单一技能向多元化技能发展
B. 传统就业向非正式就业转变
C. 体力劳动向脑力劳动转移
D. 终身雇用制向合同制过渡
10. 职业声望评价通常基于哪些因素(不考虑选项中的非主要因素)? ()
A. 工资水平 B. 教育要求 C. 工作环境 D. 肤色与种族
11. 随着技术的发展,下列哪个职业领域最可能经历显著变革? ()
A. 文学创作 B. 基础教育 C. 医疗健康 D. 餐饮服务

续表

习题作答 (单项选择题)	12. 职业流动性增强意味着()。 A. 个人在不同职业间转换更加频繁 B. 职业内部晋升机会减少 C. 职业发展路径固定化 D. 社会阶级固化加剧 13. 在绿色经济和可持续发展背景下, 哪种职业类型的需求可能会增加? () A. 石油工程师 B. 环保顾问 C. 传统零售业销售员 D. 高速列车驾驶员 14. 关于未来职业市场的预测, 以下哪个观点较为合理? () A. 所有传统职业都将被自动化取代 B. 人类创造力和情感智能将成为职场核心竞争力 C. 高等教育学历将不再是就业的必要条件 D. 职业稳定性将大幅下降, 无长期职业规划可言
-------------------------	--

实训巩固

一、绘制家族职业树

(1) 从自己熟悉的人开始了解职业, 将图 1-1 的家族职业树补充完整。

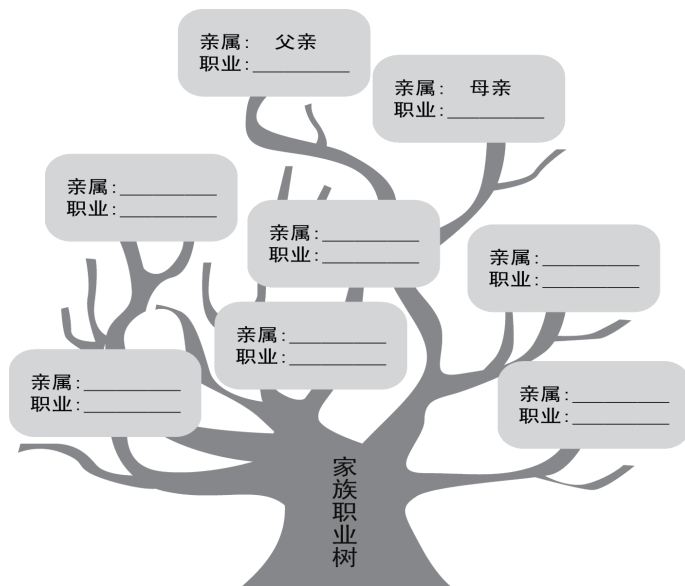


图 1-1 家族职业树

(2) 思考并回答表 1-2 中的相关问题, 了解家族职业与自我职业倾向间的关系。

表 1-2 问题样例

主要问题	我的思考
家族中从事人数最多的职业是什么? 你想要从事这种职业吗? 为什么?	
爸爸如何评价他的职业? 爸爸对职业的看法对你有哪些影响?	
妈妈如何评价她的职业? 她平时比较认可哪些职业? 她的看法对你有哪些影响?	
家族中公认的令人满意、羡慕的职业是什么? 原因是什么?	
你对自己未来的职业方向有何想法? 哪些职业是你绝对不会考虑的?	

二、新职业大搜索

伴随社会的发展,新兴职业不断涌现。查阅《中华人民共和国职业分类大典(2022年版)》及相关资料,找出与自己专业相关的新职业,完成表 1-3。

表 1-3 与自己专业相关的新职业

职 业	生产的产品或提供的服务	主要就业领域
例如: 无人机驾驶员	通过远程控制设备操纵无人机, 完成既定飞行任务	影视航拍、农林植保、电力巡检、航空测绘等

第二节 行业、专业与职业的交织

厘清行业、专业与职业之间的区别和联系是大学生进行职业生涯规划的基础。只有真正掌握这些知识，大学生才能明确自己的发展目标，实现人生价值。



图文
我国主要行业
标准代号



一、行业与职业

（一）行业的概念

行业是对从事国民经济中同性质的生产或服务活动的经营单位或个体的组织结构体系的详细划分，如林业、房地产业、金融业等。它是企业的集合，按照工作对象进行划分。从事同类产品生产销售的企业或提供类似服务的企业达到一定的数量才形成一个行业。例如，房地产行业包括建筑企业、规划设计企业、装饰企业、监理企业等不同类型的企业。

职业是按照工作职能进行划分的，在同一行业内，不同个体根据自身特点可以从事不同的职业。例如，同样是从事 IT 行业，有的人是程序设计员，有的人是市场推销员。大学生在进行职业生涯规划的时候应坚持择优原则，即行业的选择要先于职业的选择。若选择的行业方向不合适，以后再进行改变，则代价会很大。

行业包含所有企业和职业，不同职业构成企业，提供同类型产品和服务的企业构成了行业。《国民经济行业分类》（GB/T 4754—2017）中的行业门类及代码见表 1-4。

表 1-4 《国民经济行业分类》（GB/T 4754—2017）中的行业门类及代码

代 码	门 类
A	农、林、牧、渔业
B	采矿业
C	制造业
D	电力、热力、燃气及水生产和供应业
E	建筑业
F	批发和零售业

续表

代 码	门 类
G	交通运输、仓储和邮政业
H	住宿和餐饮业
I	信息传输、软件和信息技术服务业
J	金融业
K	房地产业
L	租赁和商务服务业
M	科学研究和技术服务业
N	水利、环境和公共设施管理业
O	居民服务、修理和其他服务业
P	教育
Q	卫生和社会工作
R	文化、体育和娱乐业
S	公共管理、社会保障和社会组织
T	国际组织

知识拓展

行业经济活动介于宏观经济活动和微观经济活动之间，是中观经济分析的范畴。行业分析通过对影响行业发展的各种因素的研究，预测行业的未来发展趋势，判断行业投资价值，揭示行业投资风险，有助于发现宏观经济中增速较快的新兴产业方向，寻找整体经济发展的驱动力。

（二）行业与职业的关系

行业与职业之间既有区别又有密切的联系，在狭义的范围内可以相互代替。以生产销售活动为例，其中主要包含三种经济关系，如图 1-2 所示。在处理这些关系链条时，没处理好任何一种关系都会阻碍行业发展，影响人们对该行业中职业的选择。可见，职业、行业具有不可分割的、内在的必然联系。在以经济活动为中心的现代社会，各种职业都是行业乃至产业的一个缩影，可以说，行业的发展状况对职业的产生具有一定的导向作用。

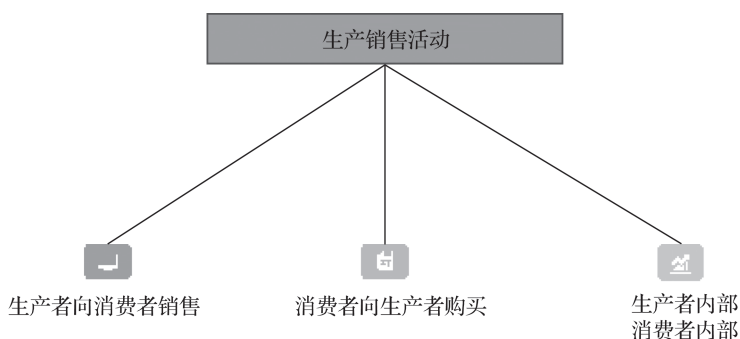


图 1-2 生产销售活动中的三种经济关系

（三）大学生选择行业、职业的要点

行业在发展过程中受诸多因素影响，其中，行业自身潜质、社会发展趋势和国家政策导向是较为重要的因素。例如，科学技术迅猛发展会加速某些没落行业的衰亡，也会促进新兴行业的产生，这在某种程度上反映出社会发展对行业兴衰的影响。分析行业状况时应关注国家对相关行业的政策导向，即国家是支持该行业还是限制该行业。一般来说，国家大力扶持的行业会获得较快的发展。例如，近年来我国加大节能环保力度，大力支持清洁燃料，加快了家用电器生产厂家推广节能减排的速度。可以说，行业的产生、成长、壮大都离不开国家行政力量的宏观调控。因此，在进行职业选择时要洞察社会发展潮流，分析国家重大政策走向对行业发展的影响。此外，国际国内重大事件也会对行业的发展产生重大影响。

大学生在进行行业分析、职业选择的过程中，要先了解自己目前所在行业的情况，并结合前述诸多影响因素洞察其未来发展趋势。需要注意的是，行业前景不同于职业前景。许多大学生在求职的过程中认为，热门行业意味着丰厚的收入和锦绣前程，所以门庭若市，而部分传统行业如机械制造业、纺织业等总给人收入待遇较差、工作一成不变的印象，因此无人问津。市场瞬息万变，行业中没有绝对的热门，也没有永远的冷门。

大学生在选择职业时不应只局限于眼前的利益，而应从长远的角度进行选择，以具有发展潜质的职业作为自己的择业目标，善于发掘冷门行业中的热门职业以及热门行业中具有较好发展前景的职业。

课堂互动

材料一：近年来，人工智能（AI）和大数据技术的快速发展极大地推动了科技行业的革新。在这一背景下，数据科学家、机器学习工程师、AI 算法研究员等新兴职业成了市场上的“香饽饽”。这些职业要求从业者具备深厚的数学、统计学、计算机科学背景，以及持续学习的能力，以适应技术快速迭代的需求。

材料二：随着可持续发展成为全球共识，绿色经济领域迎来了前所未有的发展机遇。在这一领域，绿色建筑师、可再生能源工程师、碳足迹分析师等新兴职业应运而生。这些职业的从业者致力于设计低碳建筑、开发可再生能源解决方案、评估企业碳排放等，为实现全球碳中和目标贡献力量。

材料三：传统行业如制造业和服务业也在积极寻求数字化转型。在制造业中，“智能制造”概念兴起，智能制造业要求工人不仅要掌握传统操作技能，还需具备一定的编程、自动化控制知识。而在服务业，尤其是零售业和餐饮业，线上线下融合成为趋势，催生了诸如数字营销专员、外卖配送员、智能客服等新兴岗位。

当前，科技飞速发展，各行各业正经历着前所未有的变革。从传统的制造业、服务业到新兴的科技产业、绿色经济领域，新的职业不断涌现，而一些传统职业则面临着转型升级的压力。阅读材料，结合材料内容回答下列问题。

- （1）分析材料中提到的新兴职业与传统职业之间的关系。
- （2）结合材料，说一说技术进步如何影响行业与职业的变革。
- （3）面对行业与职业的快速变化，个人应如何准备以适应未来职场的需求？

二、专业与职业

汉语中的“专业”大致有两个方面的含义：一是指学业分类，二是指专门性职业。

《现代汉语词典（第7版）》对“专业”的解释是“高等学校的一个系里或中等专业学校里，根据科学分工或生产部门的分工把学业分成的门类”。



视频
专业与职业

学者周川在《专业散论》中认为,广义的专业是指某种职业不同于其他职业的一些特定的劳动特点,狭义的专业是指某些特定的社会职业;学者王沛民在《研究和开发“专业学位”刍议》中认为,专业是在社会的各行各业中相对于普通职业的专门职业。

大众教育阶段的高校专业是社会分工、学科知识和教育结构三位一体的组织形态。其中,社会分工是专业存在的基础,学科知识是专业的核心,教育结构是专业的外在表现形式,三者紧密结合,共同构成高校人才培养的基本单位。

(一) 专业与职业的本质区别

专业教育培养的人才具有明确的职业导向性,这使得专业与职业存在许多共同之处,但是由于概念、属性、特征等的不同,专业与职业之间也有本质区别。

第一,一个专业对应一个职业群,有时甚至可以对应几个相关的职业群(图1-3)。在学业规划中,专业的选择十分重要。专业的选择取决于学习主体对毕业后人才市场趋势的认识,以及对自身具备的资源与优势的判断。从理论上来讲,专业的选择应该以职业为标准,所选择的专业应当与职业所需的知识、技能相适应。实际上,专业与职业之间可以是直接对应关系,也可以是间接对应关系。

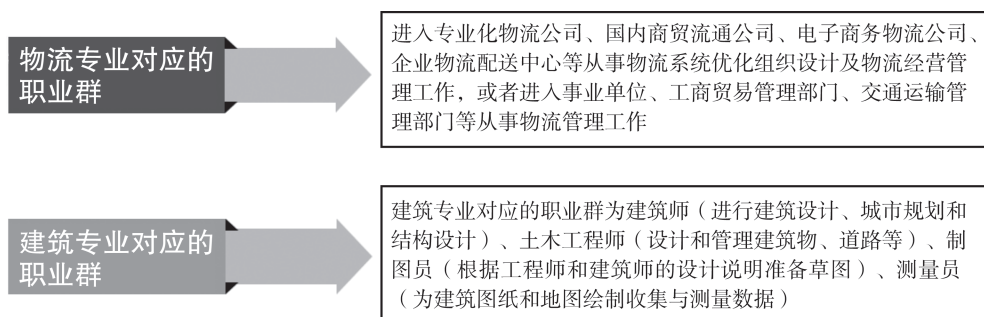


图 1-3 专业对应的职业群

第二,职业群一般由基本操作技能相通,工作内容、社会作用及从业者所应具备的素质接近的若干个职业构成。职业群横向划分,是相同的职业存在于不同的产业或行业之中,如计算机专业所对应的职业群广泛分布于国民经济各个产业和行业之中。职业群纵向划分,是同一职业存在于同一行业若干个不同的岗位及可能晋升的职务上。例如,计算机专业的职业发展路线为软件开发工程师—软件架构设计师或高级软件工程师—白盒测试、性能测试、自动化测试工程师—QA (quality assurance, 质量保证) 主管—技术开发部经理。

第三,一个人无论是主动还是盲从、被动地选择了某一专业,都无法保证这个专业一定是自己将来要从事的职业或事业,此时就会出现专业与职业不匹配的现象。这种

现象的出现，究其原因主要有不考虑自己的兴趣爱好及自身特质，盲目依据亲朋好友的意见或建议选择专业；盲目依据劳动力市场供需状况、社会地位、经济收入等外在条件选择专业；因高考分数不够而被调剂到自己不喜欢的专业等。

（二）职业专业化

职业专业化是我国新时期大学教育改革发展的方向。专业化是指普通职业逐渐符合专业标准，成为专门职业并获得相应专业地位的过程。面对严峻的就业形势，大学生要想在就业大军中脱颖而出，迈好职场第一步，最关键的就是提升自身的专业化水平，提高职业化素质。学校应从以下两个方面着手，帮助大学生实现在职业和专业上的有机结合，即职业专业化。

1. 积极构建和开设职业专业化相关课程

大学生的专业积淀是在掌握知识、技能的过程中形成和发展的，是通过在高校进行相关专业课程的学习实现的。因此，学校有必要构建和开设大学生认识能力课程、自学能力课程、创新能力课程和实践能力课程，使大学生通过对这些课程的学习，真正实现理论知识与实践能力的有效衔接。

2. 充分运用目标管理的方法实现个体的职业专业化

在教与学的过程中，学校应注重使大学生充分发挥自主管理的能力，抓住施展个人才华的机会，在能力培养系统工程中感受学习和生活的兴趣与价值，享受学习和生活的满足感与成就感，按期完成能力培养目标，使职业与专业有机结合。

学习评估

梳理本节主要知识，将行业与职业、专业与职业的关系简要概括出来，完成表 1-5，并对自己的学习效果进行评价。

表 1-5 学习检测与评价

自我评价	未完成□	及格□	良好□	优秀□
行业与职业				

续表

专业与职业	
-------	--

实训巩固

一、未来职业设想

请结合所学知识 with 个人实际，思考并回答下列问题，完成表 1-6。

表 1-6 未来职业设想

所学专业		未来想从事的职业	
拟从事职业所在的行业			
5 年后的职场名片	在下面的空白处为 5 年后的自己设计一张职场名片，名片上应包含姓名、工作单位、职务、电话号码、微信号码、E-mail、工作地址等内容		
拟从事职业的意义			

二、新职业所属行业与产业

表 1-7 是人力资源社会保障部会同国家市场监督管理总局、国家统计局向社会发布的一批新职业。查看相关资料，明确这 18 个新职业所属的行业与产业，完成表 1-7 的

填写。

表 1-7 新职业探索

职 业	行 业	产 业
示例：集成电路工程技术人员	电子信息行业	第二产业
企业合规师		
公司金融顾问		
易货师		
二手车经纪人		
汽车救援员		
调饮师		
食品安全管理师		
服务机器人应用技术员		
电子数据取证分析师		
职业培训师		
密码技术应用员		
建筑幕墙设计师		
碳排放管理员		
管廊运维员		
酒体设计师		
智能硬件装调员		
工业视觉系统运维员		

第三节 职业资格证书与“1+X”证书制度

《中华人民共和国劳动法》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，由经备案的考核鉴定机构负责对劳动者实施职业技能考核鉴定。”《中华人民共和国职业教育法》第十一条规定：“实施职业教育应当根据经济社会发展需要，结合职业分类、职业标准、职业发展需求，制定教育标准或

者培训方案，实行学历证书及其他学业证书、培训证书、职业资格证书和职业技能等级证书制度。国家实行劳动者在就业前或者上岗前接受必要的职业教育的制度。”

一、职业资格权威认定

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。职业资格与职业活动密切相连，能更准确、更直接地反映特定职业的实际操作规范和工作标准，以及劳动者从事该职业所达到的实际能力。

职业资格包括从业资格和执业资格。从业资格是政府相关部门规定的专业技术人员从事某种专业技术性工作的学识、技术和能力的起点标准。从业资格可通过学历认定或考试取得，一个人只要满足条件（图 1-4），即可确认从业资格。

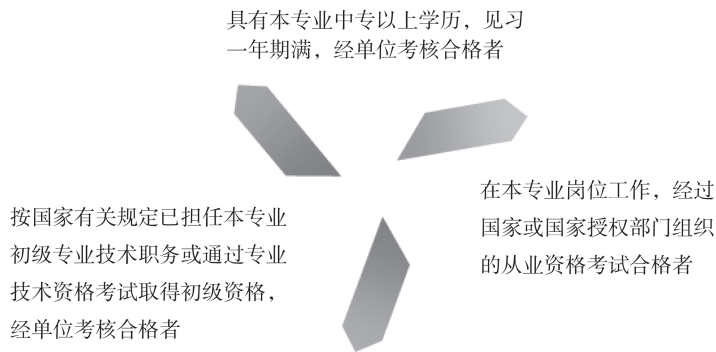


图 1-4 从业资格需满足的条件

执业资格是政府相关部门对某些责任较大、社会通用性强、关系公共利益的专业技术工作实行的准入控制，是专业技术人员依法独立开业或独立从事某种专业技术工作的学识、技术和能力方面的必备标准。例如，执业医师资格证书是判定医师是否具有从医资质最重要的标准，没有获得执业医师资格证书的所谓“医师”行医则属于“非法行医”行为。

知识拓展

职业资格，按人员分为专业技术人员职业资格和技能人员职业资格；按资格性质分为准入类职业资格和水平评价类职业资格。取得国家职业资格目录中的职业资格，可获颁职业资格证书。职业技能等级证书，则是指由经人社部门备案的用人单位和社会培训评价组织在备案职业（工种）范围内对劳动者实施职业技能考核评价后所颁发的证书。两类证书均纳入人才统计范围，落实相关政策，兑现相

关待遇，具有同等效力。

专业技术人员职业资格证书，须通过政府部门或政府委托有关行业协会组织实施的考试后获得。人社部门参与实施的专业技术人员职业资格证书，可通过中国人事考试网、“人力资源和社会保障部”微信公众号、全国人社政务服务平台等途径查询核验。人社部门未参与实施的专业技术人员职业资格证书，则可在有关行业主管部门的官方网站查询。

技能人员职业资格证书，主要通过职业资格目录中相应实施部门（单位）组织的职业技能鉴定获得。可登录技能人才评价证书全国联网查询网站或《国家职业资格目录（2021年版）》中的实施部门（单位）网站查询。职业技能等级证书，可登录技能人才评价证书全国联网查询网站查询。



二、职业资格证书的类型

职业资格证书制度是目前在国际上比较通行的一种对专业技术技能人士的资格认证制度。职业资格证书是劳动者具有从事某一职业（或复合型职业）所必备的学识和技能的证明。社会按照一定的职业规范和标准，对劳动力质量进行考核和评价，职业资格证书就是对劳动者拥有的劳动力产权和质量的认定。

职业资格按性质可以分为准入类和水平评价类。准入类职业资格是指其所涉职业（工种）关系公共利益或涉及国家安全、公共安全、人身健康、生命财产安全，必须依法法律法规或国务院决定为依据。对从事上述比较复杂或特殊技术工作的劳动者，包括职业院校毕业生，必须经过培训，并取得职业资格证书后，方可就业上岗。水平评价类职业资格是指对社会通用性强、专业性强的职业建立的非行政许可类职业资格制度。其所涉职业（工种）具有较强的专业性和社会通用性，技术技能要求较高。

2019年12月，国务院常务会议决定分步取消水平评价类职业资格，推行社会化职业技能等级认定。除部分职业（工种）拟依法调整为准入类职业资格外，其他水平评价类职业资格拟全部退出国家职业资格目录，不再由政府或其授权的单位认定发证；同时推行职业技能等级制度，由相关社会组织或用人单位按标准依规范开展职业技能等级评价，颁发证书。

水平评价类职业资格退出国家职业资格目录，不是取消职业和职业标准，更不是取消技能人才评价，而是将职业资格评价改为职业技能等级认定，改变了评价发证主

体和管理服务方式，主要实行“谁用人、谁评价、谁发证、谁负责”，真正发挥用人单位的主体作用和社会组织作用。

三、“1+X”证书制度

2019年4月，教育部会同国家发展改革委、财政部、市场监管总局制定了《关于在院校实施“学历证书+若干职业技能等级证书”制度试点方案》，部署启动“学历证书+若干职业技能等级证书”（简称“1+X”证书）制度试点工作。

（一）“1+X”证书制度的含义

“1”是指学历证书，能够全面反映学校教育的人才培养质量。“X”是指若干职业技能等级证书。职业技能等级证书是毕业生、社会成员职业技能水平的凭证，能够反映职业活动和个人职业生涯发展所需要的综合能力。“1+X”证书制度鼓励学生在获得学历证书的同时，积极取得多类职业技能等级证书。

（二）目标任务和内容

自2019年开始，重点围绕服务国家需要、市场需要和学生就业能力提升，我国从10个左右领域做起，启动“1+X”证书制度试点工作。该工作重在落实“放管服”的改革要求，以社会化机制招募职业教育培训评价组织，开发若干职业技能等级标准和证书。鼓励有关院校将“1+X”证书制度试点与专业建设、课程建设、教师队伍建设等紧密结合，推进“1”和“X”的有机衔接，提升职业教育质量和学生就业能力。通过试点探索，实现深化教师、教材、教法“三教”改革，进一步促进校企合作，建好、用好实训基地，探索建设职业教育国家“学分银行”，构建国家资历框架。

“1+X”证书制度试点的内容包括七个方面，即培育培训评价组织，开发职业技能等级证书，融入专业人才培养，实施高质量职业培训，严格职业技能等级考核与证书发放，探索建立职业教育国家“学分银行”，建立健全管理、监督与服务机制。

（三）试点范围

“1+X”证书制度试点范围分两个方面：一是职业技能领域，面向现代农业、先进制造业、现代服务业、战略性新兴产业等技能人才紧缺领域，率先在10个左右职业技能领域实行；二是院校，院校是“1+X”证书制度试点的实施主体，试点院校应积极发挥职业技能等级证书在促进院校人才培养、实施职业技能水平评价等方面的优势，将证书培训有机融入专业人才培养方案。试点以高等职业学校、中等职业学校（不含技

工学校)为主,本科层次职业教育试点学校、应用型本科高校及国家开放大学等积极参与,省级及以上示范(骨干、优质)高等职业学校和“中国特色高水平高职学校和专业建设计划”入选学校要发挥带头作用。

学习评估

结合所学知识,将学历证书与职业资格证书的区别填写在表 1-8 中。

表 1-8 学历证书与职业资格证书的区别

不同点	学历证书	职业资格证书
示例:概念不同	反映学生的学习经历,是文化理论水平的证明	是劳动者具有从事某一职业(或复合型职业)所必备的学识和技能的证明

实训巩固

一、热点分析:考证乱象

材料一。

随着新职业的不断涌现,相关培训也日渐火热。某些机构为招揽生源还打起了擦边球,滋生出众多乱象。“碳排放管理高级证书,兼职挂靠月入过万”“收纳整理师不限学历门槛,10 天速成取证”“家庭教育指导师岗位缺口数百万,拿下证书就有了金饭碗”……招聘旺季,网络上名目繁多的技能考证项目让人眼花缭乱。

材料二。

中国青年报社社会调查中心通过问卷网(wenjuan.com)对 1 515 名职场人进行的一项调查显示,96.3% 的受访者考过证,其中 66.9% 的受访者有 1~3 个证书,29.4% 的受访者有 4 个及以上证书。受访者考取的最多的证书类别是通用类(70.0%),然后是职业资格类(61.3%)和能力认证类(43.6%)。

围绕上述两则材料,结合自己的实际情况,思考并回答表 1-9 中的问题。

表 1-9 考证乱象分析

问 题	思 考		
	高 ()	中 ()	低 ()
调查身边同学考证的频率			
身边同学考证的类型有哪些?			
到目前为止,你考取证书有哪些?			
“考证乱象”为何屡禁不绝?			
大学生应如何理性对待“考证热”?			