



揭阳职业技术学院马克思主义学院

授课教案

2025-2026 学年度第一学期

课 程 名 称： 就业指导 V

任 课 老 师： 陈杰明

课程名称	《就业指导》	授课专业		授课班级	
周次		授课章节	第一模块 职业认知		授课学时 4 学时
教学目标	<p>知识目标： 理解职业的内涵、特点及其对社会与个体的意义。 掌握职业生涯的含义、构成要素及影响因素。 熟悉职业生涯规划的基本概念、类型、原则与评估方法。</p> <p>能力目标： 能够运用生涯理论（如舒伯、施恩理论）分析个人生涯发展阶段。 初步具备职业环境调研与分析能力，能够识别影响职业发展的外部因素。 能够结合个人情况，初步设计职业生涯规划的基本框架。</p> <p>情感价值目标： 形成积极的职业发展自主意识，增强规划未来的主动性。 树立“个人发展与国家需要、社会进步相统一”的职业价值观。 培养关注时代、服务地方（如揭阳“一化一海五优特”战略）的职业情怀。</p> <p>课程思政目标： 价值引领与家国融入：引导学生理解职业是个人与社会价值的统一，树立“小我融入大我”的就业观，增强服务国家、扎根基层的责任感。 形势认知与时代适应：结合国家战略与新质生产力趋势，帮助学生把握就业新要求，理解个人努力与时代环境的关系，提升规划前瞻性。 基层导向与实践成长：引导学生认识基层岗位的价值与空间，鼓励将职业选择与国家需要、地方发展结合，在实践中成长、在奉献中成才。</p>				
学情分析	对于大学生而言，最大的挑战莫过于就业。在职业生涯中，就业、升迁、离职、创业……这些问题会强烈和频繁地冲击着大学生。一生中，我们绝大部分时间是在职业生涯中度过的，如何在严峻的职场中立于不败之地？是每一个大学生最为关心的问题。				
教学重点难点	什么是职业生涯？什么是职业生涯规划？如何认识职业生涯规划？				
教学方法	教学环节包括课堂讲授、集体讨论、师生互动、案例教学、课后实践、答疑等。教学中采用网络远程等现代化教学手段。				
教学内容及活动设计					

项目一 认知生涯

任务一 职业概述

一、职业的含义

- (一) 从社会学角度界定的职业
- (二) 从经济学角度界定的职业
- (三) 综述

职业就是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。

二、职业的特点

- (一) 社会性
- (二) 差异性
- (三) 连续性
- (四) 经济性

任务二 职业生涯概述

一、职业生涯的含义

职业生涯是指个体职业角色的发展形态的历程，它是一个复杂的概念，由时间、范围和深度构成。

二、职业生涯的影响因素

- (一) 个人因素
- (二) 社会环境因素
- (三) 企业环境因素
- (四) 其他因素

任务三 职业生涯规划认知

一、职业生涯规划的含义

职业生涯规划是指个人根据主体优势、能力水平、兴趣爱好和职业倾向等，结合时代特点、制约因素和机遇条件，为自己确立最佳的职业奋斗目标，并根据目标有效选择职业道路，确定行动方向、行动时间和行动顺序的过程。

二、职业生涯规划的意义

- (一) 职业生涯规划可以发掘自我潜能，增强个人实力
- (二) 职业生涯规划可以增强发展的目的性与计划性，提升成功的机会
- (三) 职业生涯规划可以提升应对竞争的能力

三、职业生涯规划的类型

- (一) 短期规划
- (二) 中期规划
- (三) 长期规划
- (四) 人生规划

四、职业生涯规划的原则

- ◇ 清晰性原则
- ◇ 变动性原则
- ◇ 一致性原则
- ◇ 挑战性原则
- ◇ 激励性原则
- ◇ 合作性原则

- ◇ 全程性原则
- ◇ 具体性原则
- ◇ 实际性原则
- ◇ 可评量原则

五、职业生涯规划自我认知

- (一) 职业生涯规划机会的认知
- (二) 职业发展目标的认知
- (三) 选择职业生涯规划发展路线
- (四) 职业生涯规划行动计划与措施的认识
- (五) 评估与回馈

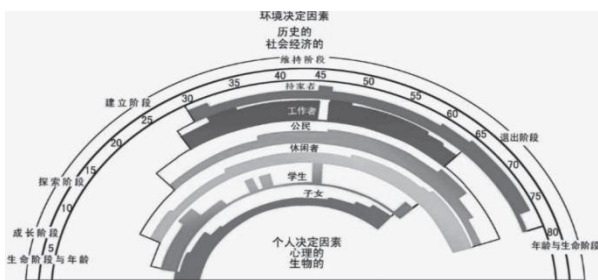
项目二 生涯发展阶段

任务一 舒伯的生涯发展理论

一、生涯发展阶段

- (一) 成长阶段 (0—14 岁)
 1. 幻想期 (10 岁之前)
 2. 兴趣期 (11—12 岁)
 3. 能力期 (13—14 岁)
- (二) 探索阶段 (15—24 岁)
 1. 试验期 (15—17 岁)
 2. 过渡期 (18—21 岁)
 3. 尝试期 (22—24 岁)
- (三) 建立阶段 (25—44 岁)
 1. 尝试期 (25—30 岁)
 2. 稳定期 (31—44 岁)
- (四) 维持阶段 (45—64 岁)
- (五) 衰退阶段 (65 岁以上)

二、生涯彩虹图



任务二 施恩的生涯发展理论

成长、幻想、探索阶段 (0—21 岁)

学生、职业工作的候选人、申请者

1. 发展和发现自己的需要、兴趣、能力和才干，为进行实际的职业选择打好基础；
2. 学习职业方面的知识，寻找现实的角色模式，获取丰富信息，发现和发展自己的价值观、动机和抱负，做出合理的受教育决策，将幼年的职业幻想变为可操作的现实；
3. 接受教育和培训，开发工作世界所需要的基本习惯和技能。

查看工作世界 (16—25 岁)

应聘者、新学员

1. 查看劳动力市场，谋取可能成为一种职业基础的第一项工作；
2. 个人和雇主之间达成正式可行的契约，个人成为一个组织或一种职业的成员。

基础培训（16—25 岁）

实习生、新手

1. 了解、熟悉组织，接受组织文化，融入工作群体，尽快取得组织成员资格，成为一名有效的成员；
2. 适应日常的操作程序，独立工作。

早期职业的正式成员资格（17—30 岁）

组织新的正式成员资格

1. 承担责任，成功地履行与第一次工作分配有关的任务；
2. 发展和展示自己的技能和专长，为提升或查看其他领域的横向职业成长打基础；
3. 根据自身才干和价值观，根据组织中的机会和约束，重估当初追求的职业，决定是否留在这个组织或职业中，或者在自己的需要、组织约束和机会之间寻找一种更好的配合。

职业中期（25 岁以上）

正式成员、任职者、终生成员等

1. 选定一项专业或进入管理部门；
2. 保持技术竞争力，在自己选择的专业或管理领域内继续学习，力争成为一名专家或职业能手；
3. 承担较大责任，确定自己的地位；
4. 开发个人的长期职业计划。

职业中期危险阶段（35—45 岁）

正式成员、任职者、终生成员等

1. 现实地估价自己的进步、职业抱负及个人前途；
2. 就接受现状或者争取看得见的前途做出具体选择；
3. 建立与他人的良师关系。

职业后期（40 岁到退休）

骨干成员、有效贡献者等

1. 成为一名良师，学会影响他人，并承担责任；
2. 扩大、发展、深化技能，或者提高才干，以担负更大范围、更重大的责任；
3. 如果求安稳，就此停滞，则要接受和正视自己影响力和挑战能力的下降。

衰退和离职阶段（40 岁到退休）

1. 学会接受权力、责任、地位的下降；
2. 基于竞争力和进取心下降，要学会接受和发展新的角色；
3. 评估自己的职业生涯，着手退休。

退休（因人而异）

1. 保持一种认同感，适应角色、生活方式和生活标准的急剧变化；
2. 保持一种自我价值观，运用自己积累的经验和智慧，以各种资源角色，对他人进行传帮带。

【课堂活动】生涯量量看

（一）材料准备：带有刻度的拇指宽的纸条。

10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

（二）活动目的：认清职业生涯规划的重要性

（三）活动流程

1. 请准备一张 A4 纸撕成拇指宽，按一个方向折成 10 格。
2. 假设你个人的寿命是 100 岁，接下来我们来玩撕纸游戏：

请问你现在几岁？（把相应的部分从前面撕掉）

请问你想活到几岁？（把目标岁数之后的部分撕掉）

请问你想几岁退休？（从后面撕掉，就剩这么长了，这是你可以用来工作的时间）

请问一天 24 小时你会如何分配？一般人通常是睡觉 8 小时占了 1/3；吃饭、休息、聊天、看电视、游玩等又占了 1/3。其实真正用来工作、有生产力的时间只有大约 8 小时，仅占 1/3。所以，将剩下的折成三等份，并把 2/3 撕下来，放在桌子上。

比比看。请用左手拿起剩下的 1/3，用右手把退休那一段和刚才撕下的 2/3 加在一起，并请思考一下您要用左手的 1/3 工作赚钱，提供自己另外 2/3 的吃喝玩乐及退休后的生活。

想一想。你要赚多少钱、存多少钱才能在上述的日子养活自己，这还不包括给父母、子女、配偶的经济支持。

请问你现在有何感想？

请问你会如何看待你的未来？

（四）活动总结

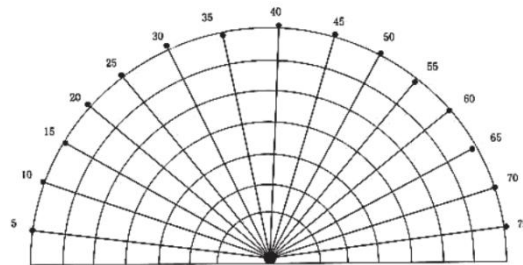
1. 最后撕剩的这一小段纸条，就是学生能够用于职业生涯规划（狭义）的时间长度。通过对比，学生内心受到震撼，激发了紧迫感，体会到强化职业规划意识的重要性。

2. 每个人最宝贵的资源是我们的时间和生命，职业生涯规划就是在帮助我们去研究怎样投放每个人的最宝贵的生命资源。

【课后实训】画出你的生涯彩虹图

第一步：准备空白彩虹图

可以通过电脑上的画图软件来完成彩虹图，但还是建议使用笔（彩色铅笔或油画棒最佳）和四张白纸（A4 纸即可）来完成。



第二步：确定人生角色

首先，拿出一张白纸，将纸横放，画出空白的生涯彩虹图版。

接着，思考一下你的一生里，参照上文提到的角色，你曾经、现在、未来做过、想做什么角色？你怎么定义这个角色呢？比如你说要做父母，那要做什么样的父母呢？大大咧咧随孩子发展，还是精心管教？每个人的答案可能是不一样的，给自己一点时间思考。

随后，按照你的角色的先后出场顺序，从彩虹图的“低纬度”一层层画起。例如，假如自己第一个角色是儿童，就先画低纬度的一圈。其中 1—10 岁是这个角色最明显的时期，所以用粗线画出来了，后面随着年长，儿童角色消失了，所以不再用粗线突出它。

第三步：观看自己的现在与未来

再拿一张空白 A4 纸，在纸的上部依次回答一些心理学问题（问题可以根据各自设定角色情况设计），比如：

1. 现在这个阶段，你的角色有什么？你觉得每个角色的职责是什么呢？

2. 现在哪些角色的职责让你最满意？为什么？

3. 现在哪些角色之间，你觉得会相互妨碍？你想过怎么解决这些问题？

4. 比较下自己 10 年后与现在的角色，你觉得如果要想在未来做好某角色，你现在需要做什么？希

望对方如何帮助你？

第四步：画满整个生涯图

回顾自己生涯发展中一些记忆深刻的经历、生活中重要人物对自己的影响、个人对某些重大事件的态度与感受，各个阶段所扮演的角色和个人目标间的差异，各种角色的分量以及自己对各种角色的理解。通过这样的绘制，发现未知的自己。

课后
分析

课程教案

课程名称	《就业指导》	授课专业		授课班级	
周次		授课章节	第二模块 认识自我		授课学时 4学时

教学目标	<p>知识目标： 了解自我认知的主要内容维度（兴趣、性格、能力、价值观）。 掌握霍兰德职业兴趣理论、MBTI 性格理论等常用测评工具。 理解职业价值观的内涵及其对职业选择的影响。</p> <p>能力目标： 能够运用测评工具进行自我探索，形成初步的自我认知报告。 能够将自我认知结果与职业类型、岗位要求进行匹配分析。 初步具备职业价值观澄清与排序的能力。</p> <p>情感价值目标： 增强自我认同与职业自信，树立“人职匹配”的科学择业观。 培养将个人兴趣、能力与奉献社会、服务地方相结合的意愿。 形成积极进取、终身学习、追求卓越的职业发展心态。</p> <p>课程思政目标： 兴趣与价值向本土实践升华：引导学生将个人兴趣与奉献社会、服务人民相结合，鼓励其在地方产业发展、社区服务与文化遗产中探索兴趣落点，培养“知家乡、爱家乡、建家乡”的情感认同与实践自觉。 高素质高技能型劳动者：紧扣新质生产力对创新能力、数字素养等核心能力的要求，引导学生主动提升职业竞争力。同时强调职业道德与团队协作的根本性，塑造爱岗敬业、诚实守信、善于合作的职业人格。 价值观引领与榜样示范：通过价值澄清与榜样学习，引导学生树立扎根基层、服务社会、追求卓越的职业价值观，抵制消极观念，在理论与实践结合中践行“技能报国”“知行合一”。</p>
学情分析	<p>对于大学生而言，最大的挑战莫过于就业。在职业生涯中，就业、升迁、离职、创业……这些问题会强烈和频繁地冲击着大学生。一生中，我们绝大部分时间是在职业生涯中度过的，如何在严峻的职场中立于不败之地？是每一个大学生最为关心的问题。</p>
教学重点难点	<p style="text-align: center;">如何正确地认识自己的性格特点、兴趣爱好。</p>
教学方法	<p>教学环节包括课堂讲授、集体讨论、师生互动、案例教学、课后实践、答疑等。教学中采用网络远程等现代化教学手段。</p>
教学内容及活动设计	
<p>项目一 职业兴趣培养</p> <p>任务一 兴趣与职业生涯发展关系</p> <p>一、兴趣是人生幸福感的来源 二、兴趣是职业生涯选择的重要依据 三、兴趣是职业生涯成功的重要因素 四、兴趣可提高工作效率 五、兴趣影响工作满意度、职业稳定性和职业成就感</p>	

任务二 找出你的霍兰德职业代码

霍兰德职业兴趣类型

实用型 (R)

研究型 (I)

艺术型 (A)

社会型 (S)

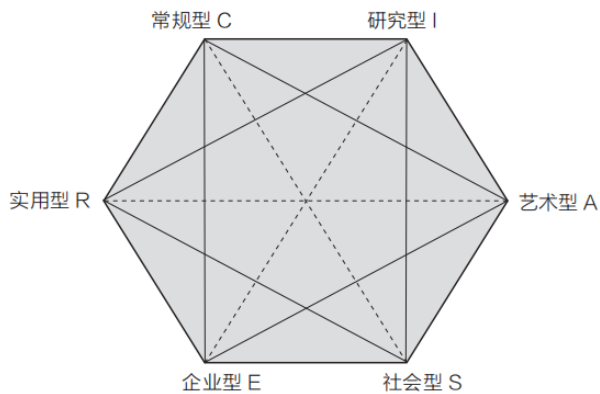
企业型 (E)

常规型 (C)

一、兴趣类型代码

二、职业环境类型

三、6 种类型之间的关系



1. 相邻关系

2. 相隔关系

3. 相对关系

四、个人与环境的适配

项目二 职业性格测试

任务一 性格与职业

一、什么是性格

性格是指个人稳定的态度和习惯化了的行为方式，尤其是指一个人在各种场合一贯表现出来的某种特征。

二、性格与职业选择

性格与职业之间并不存在严格的一一对应的关系。

任务二 性格倾向探索

一、性格分类维度

能量倾向：外向 (E) — 内向 (I)。

接受信息：感觉 (S) — 直觉 (N)。

处理信息：思考 (T) — 情感 (F)。

行动方式：判断 (J) — 知觉 (P)。

二、16 种职业性格类型

ISTJ 、 ISFJ 、 INFJ 、 INFP

ESTJ 、 ESFJ 、 ENFJ 、 ENFP

ISTP 、 ISFP 、 INTJ 、 INTP

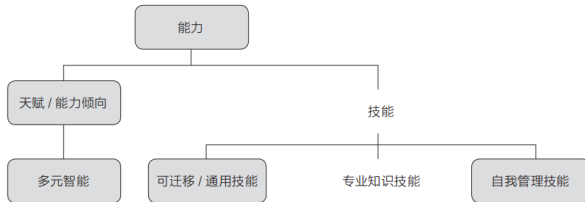
ESTP、ESFP、ENTJ、ENTP

项目三 职业技能评估

任务一 能力和职业能力

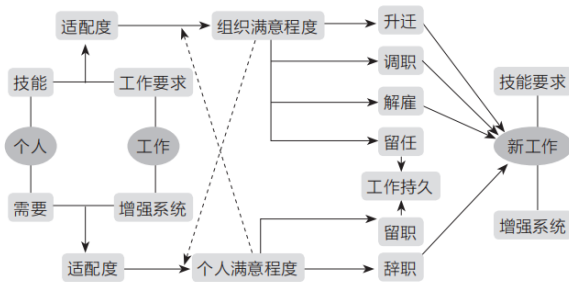
一、能力的定义与分类

能力是顺利完成一项任务或者目标所体现出来的综合素质。



二、职业能力和职业技能

任务二 职业能力和职业生涯发展



任务三 职业能力评估及培养

一、职业能力评估

1. 利用可衡量的业绩
2. 利用他人的认可
3. 利用技能词汇表
4. 利用测评表
5. 编写与分析成就故事

二、职业能力培养

项目四 职业价值观探索

任务一 价值观

一、价值观的概念

二、价值观与职业的关系

任务二 职业价值观

一、职业价值观

二、大学生职业价值观的特点

- (一) 职业发展意识增强
- (二) 职业价值取向多元化

(三) 追求个人利益, 实现自我价值, 社会责任感淡化

(四) 职业价值取向功利化

任务三 个人职业价值观探索

一、10 种职业价值观探索

二、确立正确的职业价值观

(一) 处理好职业价值观与金钱的关系

(二) 处理好职业价值观与个人兴趣、特长的关系

(三) 处理好职业价值观的排序与取舍问题

(四) 处理好职业价值观中个人与社会的关系

【课堂活动】自我兴趣探索

活动一 请认真、仔细地回答下列问题

1. 请列举出 3 种你非常感兴趣的职业(摒除所有现实的考虑)。这些工作中的哪些特征吸引着你?
2. 请回忆 3 个从事某件事情时令你感到快乐(满足)的经历。请详细地描述这 3 个画面, 是什么令你感到如此快乐(满足)?
3. 除了单纯的娱乐放松以外, 你最喜欢看哪几类电视节目? 节目中什么吸引着你?
4. 你最崇拜(敬佩)的人是谁? 他对你产生了什么影响? 你最像他的是什么地方? 最不像他的是什么地方?
5. 你最喜欢看哪种杂志? 这些杂志中的哪些部分吸引着你? 如果你到书店看书, 你通常会停留在哪类书架前(不是仅仅因为学习需要的情况下)?
6. 你喜欢浏览哪类网站? 你喜欢看网站的哪部分内容? 它们属于哪个专业或领域?
7. 休闲的时候, 如果只是出于兴趣的考虑, 你做什么或学什么? 这里面又是什么吸引着你?
8. 你最喜欢的科目是什么? 为什么喜欢它或者它们?
9. 我们生活中都有过某些时刻, 因为全神贯注于做某件事情而忘了时间。什么样的事会让你如此专注?
10. 你的答案里面有什么共同点吗? 是否可以归纳为什么主题或关键词? 这些主题或关键词可能和霍兰德的哪些类型相对应? 你如何能够让这样的主题在你今后的生活中得到更充分的彰显?

活动二 环游六岛

现在你有机会到以下 6 个岛屿去旅游, 不考虑费用和其他问题, 根据自己的兴趣来选择, 你最想去的是哪个? 可根据自己喜欢的程度选出 3 个。

A 岛屿——美丽浪漫的岛屿。岛上充满着浓厚的文化艺术气息, 到处是美术馆、音乐厅等, 当地的居民也都有音乐、舞蹈、绘画等艺术特长, 很多文艺界的朋友都喜欢到这里来寻找灵感。

S 岛屿——温暖友善的岛屿。居住在岛上的居民个性温和, 乐于助人, 社区均自成一个密切互动的服务网络, 人们愿意帮助他人, 互相合作, 重视教育, 充满着人文气息。

E 岛屿——显赫富庶的岛屿。岛上的居民善于经营企业和对外贸易, 性格大多热情豪爽, 能说会道。岛上的经济很发达, 到处是高级饭店、酒店、俱乐部、奢侈品商场。这里经常召开各种财富论坛会议, 来往者大多是企业家、经理人、政治家等。

I 岛屿——深思冥想的岛屿。岛上人迹较少, 建筑物多僻处一隅, 适合夜观星象。岛上有很多天文馆、科技馆、图书馆等。岛上居民大多爱观察、学习、研究, 追求真理, 喜欢和来到这里做客的哲学家、科学家、心理学家等交换心得。

R 岛屿——自然原始的岛屿。岛上自然生态很好, 保留着原始植物, 有各种各样的野生动物。岛上居民生活状态还相当原始, 他们以手工见长, 自己种植各种花果蔬菜, 修缮房屋、打造和制作工具。

C 岛屿——现代、有序的岛屿。岛上的建筑十分现代化，是进步的都市形态，以完善的户政管理、地政管理、金融管理见长。岛上的居民冷静保守，处事有条不紊，善于组织规划。

你最想去的 3 个岛屿是 _____、_____、_____。

这 6 个岛屿实际代表着霍兰德提出的 6 种类型的职业兴趣类型。最想去的岛屿中，第 1 个是代表主要兴趣，第 2、3 个代表辅助兴趣。做完这个活动后，你能得出自己最感兴趣的 3 个类型，即你的霍兰德代码，并对这 6 种类型的基本特征有所了解。

【课后实训】他人眼中的我

自己写下自己的五个性格特征，分别找朋友和家人也列出你的五个性格特征，看看大家对你的认识与你对自己的看法有什么异同，和大家讨论你自己写出的性格特征。

课后
分析

课程教案

课程名称	《就业指导》	授课专业		授课班级	
周次		授课章节	第三模块 探索工作世界	授课学时	3 学时
教学目标	<p>知识目标： 了解我国产业、行业分类及职业发展趋势。 掌握职业环境分析的主要内容与方法（PEST、SWOT 等）。 熟悉国家及地方（广东、揭阳）重点产业发展战略与人才需求。</p> <p>能力目标： 能够搜集、整理与分析职业信息，建立个人职业信息库。 能够结合专业特点，对目标行业、企业进行初步环境评估。 能够识别并利用政策、区域发展带来的职业机遇。</p> <p>情感价值目标： 增强对国家战略、区域发展的认同感与融入意识。 培养立足本土、服务基层、建设家乡的职业归属感。 树立辩证、发展的职业环境观，积极面对机遇与挑战。</p> <p>课程思政目标： 战略对接与资源整合：引导学生树立“大资源观”，将职业选择与国家战略（如“十五五”规划、制造业强国战略）和区域城市发展（如“百千万工程”、“一化一海五优特”产业）深度融合。帮助学生以辩证眼光看待职业环境，在挑战中发现机遇，主动到国家需要和产业升级的一线寻找发展空间。 地方融入与使命担当：聚焦揭阳本地产业发展需求，引导学生关注“家门口”的就业机遇，增强服务地方、建设家乡的使命认同。鼓励学生在基层实践和新兴领域中锻炼成长，将个人发展融入地方经济社会建设。 知行合一与成长自觉：推动学生在职业规划中践行“知行合一”，通过参与地方产业实践、社区服务和文化遗产等活动，将专业知识转化为服务社会的实际能力。培养学生面对挑战时的辩证思维和主动作为意识，在服务国家与地方的实践中实现个人价值。</p>				

学情分析	对于大学生而言，最大的挑战莫过于就业。在职业生涯中，就业、升迁、离职、创业……这些问题会强烈和频繁地冲击着大学生。一生中，我们绝大部分时间是在职业生涯中度过的，如何在严峻的职场中立于不败之地？是每一个大学生最为关心的问题。
教学重点难点	了解社会，了解职业的分类，认知工作世界和不同职业岗位的工作任务，了解企业的文化组织与管理以及对员工的具体要求。
教学方法	教学环节包括课堂讲授、集体讨论、师生互动、案例教学、课后实践、答疑等。教学中采用网络远程等现代化教学手段。

教学内容及活动设计

项目一 职业分类认知

任务一 职业的产生与发展

- 一、职业的产生
- 二、职业的发展

任务二 职业的基本概念与内涵

一、职业的内涵

职业是指具备劳动能力的个体，运用自身的知识、技能与态度，从事社会生产服务，为社会创造物质财富与精神财富，并获取合理的个人报酬，以满足自身的物质与精神需求的持续性活动。

二、职业的特性

1. 目的性
2. 社会性
3. 经济性
4. 技术性
5. 稳定性
6. 群体性
7. 规范性

三、职业的要素

职业名称
 职业主体
 职业客体
 职业报酬
 职业技术

任务三 职业的分类

一、产业分类

第一产业
 第二产业
 第三产业

二、行业分类

20 个门类：

农、林、牧、渔、业；

采矿业；

制造业；

电力、热力、燃气及水生产和供应业；

建筑业；

批发和零售业；

交通运输、仓储和邮政业；

住宿和餐饮业；

信息传输、软件和信息技术服务业；

金融业；

房地产业；

租赁和商务服务业；

科学研究和技术服务业；

水利、环境和公共设施管理业；

居民服务、修理和其他服务业；

教育；

卫生和社会工作；

文化、体育和娱乐业；

公共管理、社会保障和社会组织；

国际组织。

三、职业分类

8 个大类：

第 1 大类：国家机关、党群组织、企业、事业单位负责人，其中包括 5 个中类，16 个小类，25 个细类；

第 2 大类：专业技术人员，其中包括 14 个中类，115 个小类，379 个细类；

第 3 大类：办事人员和有关人员，其中包括 4 个中类，12 个小类，45 个细类；

第 4 大类：商业、服务业人员，其中包括 8 个中类，43 个小类，147 个细类；

第 5 大类：农、林、牧、渔、水利业生产人员，其中包括 6 个中类，30 个小类，121 个细类；

第 6 大类：生产、运输设备操作人员及有关人员，其中包括 27 个中类，195 个小类，1119 个细类；

第 7 大类：军人，其中包括 1 个中类，1 个小类，1 个细类；

第 8 大类：不便分类的其他从业人员，其中包括 1 个中类，1 个小类，1 个细类。

任务四 职业资格证书

一、国家职（执）业资格认证工种

劳动部认证工种有三种：一是经营管理类，包括经营师、电子商务师、物业管理师、秘书、国际商务单证员、助理电子商务师、涉外秘书、物流师、营销师、公关员、项目管理、企业信息管理师、室内设计师、咨询师、网络管理师、咨询师、直通车设计师、职业指导师、策划师、理财规划师、职业经理人、企业培训、营养师、估价师、评价师等；二是商业、服务类，包括商务英语、导游员、营业员、营养西餐员、美容师、家政服务员等；三是生产运输设备操作类，包括车工、管工、汽车驾驶员等。

建设部认证工种包括预算员、安全员、材料员、质检员、施工员等五大类上岗证以及监理工程师培训结业证，一二级建造师，房地产经纪人。

人力资源和社会保障部认证主要有会计师、工程师、助教等职称评审。

财政部认证主要有会计从业资格证、助理会计师等等。

教育部认证主要包括大学英语四六级，高校计算机等级考试。

国际质量标准体系有 ISO9001 认证。

二、其他机构认证工种

网络应用师、企业计算机系统维护师等。

项目二 职业环境分析

任务一 职业环境和职业环境分析

一、职业环境

职业环境，就是某职业在社会大环境中的发展状况、技术含量、社会地位、未来发展趋势等。

二、职业环境分析

- (一) 自然环境
- (二) 社会环境
- (三) 企业环境

- 1. 企业实力
- 2. 领导人
- 3. 企业文化
- 4. 企业制度

任务二 职业环境分析方法和认知途径

一、职业环境分析的方法

(一) 行业环境分析法

- 1. 国家政策对行业的影响。
- 2. 行业所处阶段。
- 3. 行业发展趋势。
- 4. 行业标杆单位的动向。
- 5. 行业热门专家的言论。
- 6. 行业薪酬变化的趋势。

(二) 职位分析的方法

- 1. 明确问题，锁定职位
- 2. 深入分析目标职位
- 3. 了解具体职位需要的能力
- 4. 了解具体职位的任职资格

(三) 组织环境分析的方法

领导人的抱负及能力；组织文化、组织制度，特别是用人制度；组织结构及自己的未来职务；教育培训机会；在组织内实现职业目标的可能性；等等。

二、职业环境分析的认知途径

- (一) 查阅
- (二) 参观
- (三) 访谈
- (四) 讨论
- (五) 实习

【课后实训】

请按照以下范例编写个人职业分析与环境报告。

一、封面

×× 职业分析与环境报告 二、报告总体介绍 1. 序言 2. 自我认知 职业兴趣 个人特质 价值观 三、职业环境认知与分析 1. 家庭 2. 学校 3. 社会 4. 职业环境 5. 职业定位与决策 四、评估反馈 五、实施方案 六、结束语	
课后 分析	

课程教案

课程 名称	《就业指导》	授课 专业		授课 班级	
周次		授课 章节	第四模块 规划职业生涯		授课 学时 4 学时

<p>教学目标</p>	<p>知识目标： 掌握职业目标设定的原则与方法（如 SMART 原则）。 了解决策理论与职业决策的常见模型（如决策平衡单）。 熟悉职业生涯规划书的撰写结构、内容与评价标准。</p> <p>能力目标： 能够运用科学方法确立短期、中期与长期职业目标。 能够制定具体、可行、有弹性的职业发展行动计划。 能够独立撰写一份内容完整、逻辑清晰的职业生涯规划书。</p> <p>情感价值目标： 树立“志存高远、脚踏实地”的职业目标观。 强化职业决策中的责任意识与担当精神。 培养规划执行的毅力与动态调整的适应能力。</p> <p>课程思政目标： 目标引领与责任决策： 指导学生树立“志存高远、脚踏实地”的职业目标观，将个人追求与社会贡献相结合。在职业决策教学中融入责任担当意识，引导学生理解职业选择关乎个人、家庭与社会责任，培养务实科学、经得起时代检验的决策能力。 规划格局与动态成长： 将“融入国家战略、服务区域发展”作为职业生涯规划的核心维度，引导学生制定既有战略高度又具可行性的行动计划。注重培养学生执行落实与动态调整的能力，树立终身学习意识，使职业规划能够适应国家发展、技术进步和个人成长的需要。</p>
<p>学情分析</p>	<p>对于大学生而言，最大的挑战莫过于就业。在职业生涯中，就业、升迁、离职、创业……这些问题会强烈和频繁地冲击着大学生。一生中，我们绝大部分时间是在职业生涯中度过的，如何在严峻的职场中立于不败之地？是每一个大学生最为关心的问题。</p>
<p>教学重点难点</p>	<p style="text-align: center;">确定自己的职业生涯目标</p>
<p>教学方法</p>	<p>教学环节包括课堂讲授、集体讨论、师生互动、案例教学、课后实践、答疑等。教学中采用网络远程等现代化教学手段。</p>
<p style="text-align: center;">教学内容及活动设计</p>	

项目一 确立职业目标

任务一 职业目标

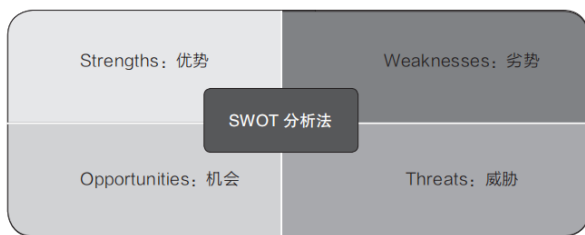
一、什么是职业目标

职业目标是指人们对未来职业表现出来的一种强烈的追求和向往，是人们对未来职业生活的构想和规划，它是追求成功的驱动力。

二、确立职业目标的意义

任务二 确立职业目标的方法和原则

一、SWOT 分析法



S: 优势

擅长什么；

能做什么别人做不到的；

人际关系、家庭状况、个人健康状况；

性格、兴趣、专业、经验。

W: 缺点

缺乏什么技术；

别人有什么比我们好；

人际关系、家庭状况、个人健康状况；

性格、兴趣、专业、经验。

O: 机会

自身能力、条件；

行业发展、职业需求；

社会、国家或区域政策、经济形势。

T: 威胁

行业竞争；

工作性质。

二、SWOT 分析的步骤

(一) 评估自己的长处和短处

(二) 找出自己的职业机会和威胁

(三) 提纲式地列出今后 5 年内的职业目标

(四) 提纲式地列出一份今后 5 年的职业行动计划

三、确立目标的原则

“定向”

“定点”

“定位”

任务三 确定职业目标应注意的问题

- 一、确立职业目标常见问题
- 二、确立职业目标的注意事项

项目二 职业决策与行动

任务一 职业决策

一、职业决策的定义及其作用

职业决策是指个体对自己将要从事的职业作出的选择，它综合了个人对自我的认识以及对教育与职业等外在因素的判断，是一个人在面临生涯抉择情境时作出的反应。

- (一) 在探索中确定职业取向
- (二) 根据个体特征完成决策任务
- (三) 解决职业规划道路上存在的问题

二、职业决策的影响因素

(一) 个人因素

1. 心理特征
2. 专业背景
3. 进行决策时的即时状态

(二) 家庭和成长环境因素

1. 家庭成员
 2. 朋友、同龄群体
- ##### (三) 社会环境因素
1. 国家的政治、经济、社会发展状况
 2. 社会对职业的评价

三、职业决策的策略、原则与方法

(一) 职业决策的策略

1. 探索性策略
2. 重点把握策略
3. 稳定性策略

(二) 职业决策的原则

1. 客观原则
 - (1) 个人素质条件状况。
 - (2) 社会需求的可能性。
 - (3) 基于现实的因素。
2. 比较原则
 - (1) 个人和岗位相互比较。
 - (2) 几个职业间的比较。
3. 主次原则

(三) 职业决策的方法

职业决策平衡单表

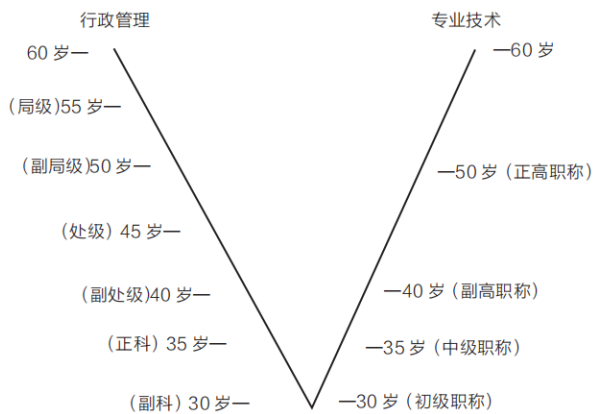
(四) 验证职业决策

1. 问问过来人
2. 参加兼职工作
3. 适当的反省

任务二 制定职业发展行动计划

一、制定职业行动计划

(一) 了解职业发展路线图



(二) 制定行动计划方案

1. 思考
2. 撰写行动计划书
3. 行动起来
4. 时常反思

二、实施职业行动计划

采用行动 TAR 度量方法

项目三 制订生涯规划书

任务一 职业生涯规划书的制订原则

- 一、实事求是，目标明确
- 二、切实可行，量化过程
- 三、发展创新，全程推动

任务二 制订职业生涯规划书的步骤

- 一、自我评价
- 二、环境评价
- 三、确立目标
- 四、制订行动计划
- 五、评估与回馈

任务三 制订职业生涯规划书的常用技术

- 一、SWOT 法
- 二、“五 W” 归零思考法

任务四 职业生涯规划书的具体内容

- 一、认识自我
- 二、环境分析
- 三、职业目标定位及其分解
 - (一) 制定 10 年或以上的长期目标
 - (二) 制定 5~7 年的中期目标
 - (三) 制定 1~3 年的短期目标

四、具体执行计划

五、检查修正

【课堂活动】未来名片

想象一下，10 年以后你的办公桌在哪里？

请写出以下信息（图 4-1-1）：

姓名

称谓（职位 / 头衔）

单位

地址（工作地点）

【课堂活动】SWOT 分析选择目标

介绍：2~4 人一组，请组员把自己的优势、劣势、机会及威胁填在 SWOT 分析表中，在扬长避短、趋利避害的基础上选择目标，再与小组的其他成员分享。

问题：

1. 为自己做了 SWOT 分析之后，你是否对自己的认识更加深刻了？
2. 通过与小组的其他成员分享，你学到了些什么？

【课后实训】编制职业生涯规划书

一、实训目标

1. 强化学生对自我的全面认知，提高学生剖析自我的能力。
2. 检测学生对职业生涯规划书编制的意义、原则、步骤和规范格式的掌握情况。
3. 指导学生编制目标明确、内容具体、切实可行的职业生涯规划书。

二、实训内容

编制自己的职业生涯规划书

三、操作流程

1. 通过霍兰德职业代码、性格测试工具、成就分析法、价值观澄清、职业决策平衡单表等测评工具，对自我进行全面、准确的剖析，形成对自我的全面认识。

2. 通过职业生涯访谈、就业岗位调研等方法形成对向往职业的初步认知。

3. 认真思考并慎重选择自己的学业目标和职业生涯目标。

4. 做好大学期间的学业规划和毕业后 3~5 年的职业生涯规划。

5. 撰写完整的职业生涯规划书。

四、成果展示

完整的个人职业生涯规划书

五、效果评价

课后
分析

课程名称	《就业指导》	授课专业		授课班级	
周次		授课章节	第五模块 就业环境与政策		授课学时 3 学时
教学目标	<p>知识目标： 了解当前高校毕业生就业形势与结构性矛盾。 掌握国家、广东省及揭阳市促进就业创业的主要政策。 熟悉基层就业、中小企业就业等多元化就业渠道。</p> <p>能力目标： 能够解读并运用就业政策服务于个人求职与职业发展。 能够分析区域就业市场，识别适合自身的就业机会。 具备初步的就业风险识别与应对能力。</p> <p>情感价值目标： 树立“劳动光荣、奋斗幸福”的积极就业观念。 增强服务基层、投身乡村振兴的责任感与使命感。 培养理性平和、主动适应的就业心态。</p> <p>课程思政目标： 政策理解与基层导向：结合国家“稳就业”部署及产业结构调整趋势，系统解读“三支一扶”“西部计划”等国家项目和广东省“百千万工程”、揭阳市人才引进等地方政策，引导学生把握基层、中小微企业、乡村振兴等领域的就业机会。 视野拓宽与行动转化：指导学理性认识就业形势中的挑战与机遇，培养运用政策支持规划发展的能力。鼓励学生将个人成长融入国家与地方发展，在政策红利中找准定位，实现从政策认知到就业实践的有效转化。</p>				
学情分析	对于大学生而言，最大的挑战莫过于就业。在职业生涯中，就业、升迁、离职、创业……这些问题会强烈和频繁地冲击着大学生。一生中，我们绝大部分时间是在职业生涯中度过的，如何在严峻的职场中立于不败之地？是每一个大学生最为关心的问题。				
教学重点难点	了解就业环境，掌握就业政策。				
教学方法	教学环节包括课堂讲授、集体讨论、师生互动、案例教学、课后实践、答疑等。教学中采用网络远程等现代化教学手段。				
教学内容及活动设计					

项目一 就业环境认知

任务一 就业环境分析

- 一、2023 年毕业生落实率
- 二、起薪比较
- 三、行业就业满意度排行
- 四、就业分布
- 五、就业影响因素
- 六、求职状况择业意向
- 七、求职渠道
- 八、求职数量

任务二 高职院校就业环境分析

一、高职毕业生的就业环境

- (一) 招聘单位对人才的需求趋于理性化
- (二) 民营企业成为就业机会的最大提供者
- (三) 订单培养是就业的重要途径
- (四) 多次就业替代一次就业成主流
- (五) 人才派遣成为大学生就业方式

二、高职院校逐步改善就业环境

- (一) 逐步加大办学投入，改善教学条件
- (二) 深入开展校企合作，拓宽就业途径
- (三) 出台自主创业优惠政策，缓解就业压力

项目二 就业政策解读

任务一 签订就业协议书

一、就业协议书的概念

就业协议是明确毕业生、用人单位和学校在大学生就业工作中各自的权利和义务的书面表现形式。

二、就业协议书的作用

- 第一，就业协议书是大学生就业的重要依据；
- 第二，就业协议书是学校制订就业计划以及毕业派遣的重要依据；
- 第三，明确就业活动中的权利和义务，避免随意性，保护用人单位及大学生双方的权益。

三、就业协议书的主要内容

- 一，毕业生基本信息。
- 二，用人单位基本信息（包括档案接收单位和户口迁移地址）。
- 三，用人单位和毕业生双方协商达成的条款。
- 四，用人单位、毕业生、学校三方签名、盖章。

四、就业协议书的签订程序

- 一，学生本人在协议书上以文字形式注明基本情况，签署同意到选定单位工作的意见，同时签署本人姓名。
- 二，用人单位在协议书上签署，同意接收该毕业生文字意见并签名盖章。用人单位应在协议书上注明可以接受毕业生档案的机构名称和详细地址，如果用人单位没有人事决定权，则需报用人单位上级主管部门批准盖章。

三，用人单位或学生本人将协议书送学校毕业生就业指导部门。

四，学校毕业生就业指导部门对协议书签署意见并签字盖章。

五，学生及时无误的将就业协议书送达用人单位。

五、就业协议书的解除

(一) 单方解除

(二) 三方解除

任务二 大学生自主创业贷款优惠政策解读

一、申请条件

条件一，大学专科以上毕业生；

条件二，毕业后 6 个月以上未就业，并在当地劳动保障部门办理了失业登记。

二、贷款期限

1~2 年。

三、贷款方式

担保、抵押贷款、质押贷款。

四、优惠政策

五、申请资料

一，大学生创业贷款申请者身份证件（包括居民身份证、户口簿或其他有效居住证原件）。

二，大学生创业贷款申请者个人或家庭收入及财产状况等还款能力证明文件。

三，大学生创业贷款申请者营业执照及相关行业的经营许可证，贷款用途中的相关协议、合同或其他资料。

四，大学生创业贷款申请者担保材料：抵押品或质押品的权属凭证和清单，有权处分人同意抵（质）押的证明，银行认可的评估部门出具的抵（质）押物估价报告。

六、办理流程

1. 受理
2. 审核
3. 公示
4. 核准
5. 拨付

【课后实训】

课后一个月内做 1 次调研，并撰写调研报告，要求如下：

参加 1 次校园招聘会，了解与自己专业相关的行业企业的用人标准有哪些。在招聘会上调研询问 3 家和自己专业相关的企业的 HR，了解相关岗位需要哪些专业核心能力、综合技能。访谈部分问题部分要以提问、回答的方式呈现；调研报告不少于 1000 字。

【课后实训】搜集政策资料对区域大学生就业创业现状进行调研

1. 实训目标

使学生更加深入地了解大学生就业现状以及前景，更加真切地认识社会，对今后的就业形势作出准确的判断和分析，加深对就业创业政策的理解和认知，为以后的求职、就业做好充分的准备。

2. 实训内容

能够选择恰当的方式进行调研；能够充分准备调研所需工具和相关资料；能够对搜集的信息进行整理和分析；能够撰写规范的调研报告。

<p>3. 操作步骤</p> <p>(1) 将全班分成 5~8 个小组，每组 5~8 个人。</p> <p>(2) 每组选取一所院校（河北省、所在城市、本院校等），搜集其对大学生就业创业的优惠政策。</p> <p>(3) 各小组对政策信息进行整理，并且做出详细的分析报告。</p> <p>(4) 分析当前形势对大学生就业创业的有利条件，并提出如何利用这些有利条件优化创业环境。</p> <p>4. 成果形式</p> <p>各小组分别以 PPT 形式汇报调研过程和调研结果。</p> <p>5. 效果评价</p> <p>政策搜集的全面性占 20%；调查方法的科学性占 20%；调研报告的规范性占 20%；对信息的分析能力 20%；团队的汇报结果展现 20%。</p>	
课后分析	

课程教案

课程名称	《就业指导》	授课专业		授课班级	
周次		授课章节	第六模块 就业准备	授课学时	3 学时
教学目标	<p>知识目标：</p> <p>了解常见就业观念误区及正确就业观的内涵。</p> <p>掌握简历、求职信等求职材料的撰写规范与技巧。</p> <p>熟悉求职礼仪与职业形象塑造的基本要求。</p> <p>能力目标：</p> <p>能够识别并修正自身就业观念偏差。</p> <p>能够针对目标岗位制作个性化、专业化的求职材料。</p> <p>能够初步塑造符合职业场景的个人形象与沟通风格。</p> <p>情感价值目标：</p> <p>树立诚信求职、真实展示的职业品德。</p> <p>培养积极务实、多元开放的就业价值取向。</p> <p>增强在求职过程中展现服务精神、团队意识等软实力的意识。</p> <p>课程思政目标：</p> <p>劳动精神与诚信品德：大力弘扬“劳动最光荣、奋斗最幸福”理念，引导学生树立积极就业观，自觉抵制“慢就业”“懒就业”等消极观念。强调“诚信立身”是职业发展的基石，注重个人简历真实性和自我展示的规范性。</p> <p>榜样引领与实践转化：宣传先进制造业、现代农业、基层治理等领域的青年榜样，树立多样进取的职业价值导向。指导学生在求职材料中生动呈现产教融合、志愿服务、社会实践经历，展现其中蕴含的工匠精神、团队协作和服务奉献精神。</p>				

学情分析	对于大学生而言，最大的挑战莫过于就业。在职业生涯中，就业、升迁、离职、创业……这些问题会强烈和频繁地冲击着大学生。一生中，我们绝大部分时间是在职业生涯中度过的，如何在严峻的职场中立于不败之地？是每一个大学生最为关心的问题。
教学重点难点	对于就业，应做好哪些准备。求职简历的制作。
教学方法	教学环节包括课堂讲授、集体讨论、师生互动、案例教学、课后实践、答疑等。教学中采用网络远程等现代化教学手段。
教学内容及活动设计	

项目一 树立正确的就业观

任务一 什么是就业观

就业观，是对就业方式和渠道的看法，是指个人在选择某一职业时的一种观念、态度、认识以及心态，是个人对就业的一种反应性倾向，是一个人的人生观、价值观、生活观、劳动观以及享乐观等在对待就业问题上的表现。

任务二 大学生就业观念的误区

一、大学生就业观念存在的误区

- (一) 大学生自我认知误区
- (二) 大学生就业心理误区
- (三) 大学生自我评价误区

二、走出大学毕业生就业的误区

- (一) 应对自我认知误区的方法
- (二) 应对就业心理误区的方法
- (三) 应对自我评价误区的方法

三、大学生如何转变就业观

- (一) 从“精英”转向“普通”
- (二) 从“发达地区”转向“欠发达地区”
- (三) 从“专业对口”转向“综合人才”
- (四) 从“就业”转向“创业”

任务三 树立正确的就业观

- 一、认清就业形势，把握就业机会
- 二、转变就业观念，拓宽就业思路
- 三、提高综合素质，做好充足准备
- 四、增强竞争意识，把握就业机会

项目二 求职简历制作

任务一 求职简历概说

一、简历概念

简历就是对个人学历、经历、特长、爱好及其他有关情况所作的简明扼要的介绍。

二、简历形成

任务二 简历的制作

一、常用简历的种类

- (一) 纸质简历
- (二) 博客和网站式电子简历
- (三) 视频简历
- (四) 现场书写简历

二、制作简历的原则

- (一) 1 页纸原则
- (二) 清晰原则

- (三) 真实性原则
- (四) 针对性原则
- (五) 价值性原则
- (六) 条理性原则

三、简历内容

- (一) 个人基本情况
- (二) 学历情况
- (三) 工作经历
- (四) 个人特长
- (五) 自我评价
- (六) 求职意向
- (七) 照片
- (八) 联系方式
- (九) 其他

四、制作简历的要点

一，要仔细检查已成文的个人简历，绝对不能出现字词、语法和标点符号方面的低级错误。最好让文笔好的朋友帮你审查一遍，因为别人比你自己更容易检查出错误。

二，个人简历最好用 A4 标准复印纸打印，字体最好采用常用的宋体或楷体，尽量不要用花里呼哨的艺术字体和彩色字体；排版要简洁明快，切忌标新立异，排得像广告一样。当然，如果你应聘的是排版工作则是例外。

三，要记住你的个人简历必须突出重点，它不是你的个人自传，与你申请的工作无关的事情尽量不要写，而对你申请的工作有意义的经历和经验绝不能漏掉。

四，要保证你的简历会使招聘者在 30 秒之内即可判断出你的价值，并且决定是否聘用你（简历约 200~300 字即可）。

五，要切记不要只送出你的个人简历给你应聘的公司，附上一封简短的自荐信，会使公司增加对你的好感。

六，要尽量提供个人简历中提到的业绩和能力的证明资料，并作为附件附在个人简历的后面。一定要记住是复印件，千万不要寄原件给招聘单位，以防丢失。

七，一定要用积极的语言写你的个人简历，切忌用缺乏自信和消极的语言。最好的方法是在你心情好的时候编写你的个人简历。

八，个人资料里的联系方式一定要齐全，包括手机号码、宿舍固定电话、暂住或家庭地址、E-mail 等，以确保招聘单位能够在第一时间通知你参加面试或发布面试结果。电话号码要用四个数字或者三个数字一组的方式展现，这样便于招聘单位工作人员阅读。

九，简历照片不宜五花八门，应以至两寸的彩色半身职业近照为佳。男士穿白衬衫、单色领带和黑色西装外套；女士可穿带衣领的白色或浅色衬衫加单色小西装或者外套，以便给 HR 一个好的第一印象。

十，不要写对薪水的要求。很多大学生都对简历上该不该写对工资、待遇的要求存在疑惑，大部分人力资源经理认为应届毕业生在简历上写上对工资的要求要冒很大的风险，最好不写。

十一，学习和实习工作经历要用倒叙的时间模式叙述，这样更方便告诉对方自己最近正在经历的事情。

五、筛选简历

- (一) 现场书写简历
- (二) 年龄、职级、待遇是否匹配
- (三) 填写是否完整
- (四) 工作经历连续性
- (五) 工作稳定性
- (六) 企业背景

- (七) 行业经历
- (八) 教育背景
- (九) 家庭背景
- (十) 待遇要求
- (十一) 离职原因
- (十二) 工作职责

任务三 自荐信

一、内容

- (一) 标题是自荐信的标志和称谓
- (二) 说明个人的基本情况和用人消息的来源
- (三) 说明胜任某项工作的条件
- (四) 介绍自己的潜能
- (五) 申请具体的工作岗位
- (六) 附上有关材料或文件
- (七) 写明自己的联系方式

二、书写规范

- 一，对招聘单位名称的准确称呼，这可以立刻拉近你与招聘单位的距离，使招聘单位感受到你的诚意。
- 二，说出自己的姓名，当然一开始就要自报姓名，避免让看信的人总在想：“你到底是谁？”
- 三，说明自己获取招聘信息的渠道，比如说“我在 ×× 人才网站上看到贵公司刊登的招聘广告……”等等。
- 四，说明自己要应聘的职位，这样好让招聘单位有的放矢地关注你适合的那个职位的特征。
- 五，陈述自己的大致情况，显然这是不可缺少的，但无须太啰唆。
- 六，明确自己有能力、有兴趣、有信心胜任，若要别人肯定你，你就要首先肯定你自己，而且是丝毫不加掩饰地明确肯定自己。
- 七，恰当地赞美招聘单位，最好能根据一些具体情况来进行赞美，如了解的情况太少，就可以说：“我认为贵公司十分重视人才。”
- 八，诚恳表明希望获得面试的机会，写求职信的唯一目的就是为了获得面试的机会，主动说出要求获得面试的机会，总比不说要好。
- 九，信的结尾要表明“希望能为贵公司效力”，体现出自己为该公司服务的强烈愿望。
- 十，落款、日期，这当然是必需的。
- 十一，联系电话，让你的联系电话通畅。
- 十二，最后需要注意的是，以上所有内容必须在一页纸内写完。

【课后实训】制作个人求职简历

根据所学内容定制适合自己的求职简历。

要求：

- 1. 适合所学专业；
- 2. 选择合适的模板；
- 3. 根据求职岗位制作个人简历；
- 4. 符合个人简历制作规范。

课后
分析

课程教案

课程名称	《就业指导》	授课专业		授课班级	
周次		授课章节	第七模块 就业技能提升	授课学时	2 学时
教学目标	<p>知识目标： 了解就业信息的来源渠道与筛选方法。 掌握常见面试类型、流程与典型问题回答策略。 熟悉求职过程中常见的风险与防范措施。</p> <p>能力目标： 能够高效搜集、评估与管理就业信息。 能够在模拟或真实面试中自信、清晰地展示个人素质。 能够识别求职陷阱，维护自身合法权益。</p> <p>情感价值目标： 培养主动规划、积极行动的信息素养与求职态度。 树立尊重他人、守时守约的职场礼仪观念。 增强在双向选择中寻求个人与组织共同成长意识。</p> <p>课程思政目标： 信息素养与自主规划：培养学生甄别就业信息真伪和价值的能力，防范就业诈骗风险。引导学生建立个人就业信息库，将信息搜集与职业规划主动结合，体现前瞻性和自主性。 职业礼仪与价值匹配：将面试礼仪与中华传统美德、职业修养相融合，强调守时、得体、尊重等基本素养。教导学生在求职中注重双向价值匹配，关注用人单位的社会责任与发展理念，寻求个人成长与组织发展的共同目标。</p>				
学情分析	<p>对于大学生而言，最大的挑战莫过于就业。在职业生涯中，就业、升迁、离职、创业……这些问题会强烈和频繁地冲击着大学生。一生中，我们绝大部分时间是在职业生涯中度过的，如何在严峻的职场中立于不败之地？是每一个大学生最为关心的问题。</p>				
教学重点难点	<p>就业信息的搜集和处理。 面试的技巧和注意事项。</p>				
教学方法	<p>教学环节包括课堂讲授、集体讨论、师生互动、案例教学、课后实践、答疑等。教学中采用网络远程等现代化教学手段。</p>				
教学内容及活动设计					

项目一 搜集就业信息

任务一 获取就业信息

一、获取就业信息的几种途径

(一) 通过学校的就业部门获取就业信息

1. 基本针对本校应届毕业生
2. 真实性和安全性高
3. 成功率和法律保障率都比较高

(二) 可以通过两张“网”获得就业信息

1. 社会关系网
2. 互联网

(三) 可以通过其他可靠渠道获取就业信息

1. 各级毕业生就业指导机构
2. 各种类型的“人才交流会”“供需见面会”
3. 社会各级人才市场
4. 各类传播媒体
5. 实习过程中获得信息

二、搜集就业信息的方法

(一) 全向搜集法

(二) 定向搜集法

(三) 区域搜集法

三、搜集就业信息的原则

(一) 准确性原则

(二) 时效性原则

(三) 系统性原则

(四) 目的性原则

任务二 筛选就业信息

一、分类整理就业信息

- (一) 按就业信息的专业分类
- (二) 按就业信息的时效分类
- (三) 按就业信息的地域分类
- (四) 按自己的择业标准进行分类

二、筛选就业信息

- (一) 突出重点
- (二) 善于对比
- (三) 深入了解
- (四) 避免盲从
- (五) 适合自己

项目二 求职面试技巧

任务一 面试类型

一、常见的面试模式

- (一) 常规面试
- (二) 电话面试
- (三) 小组面试
- (四) 情景面试
- (五) 问卷面试
- (六) 结构化面试

二、非常规面试模式

- (一) 压力面试
- (二) 明暗结合

任务二 面试进行时

一、面试前准备

- (一) 知己
- (二) 知彼
- (三) 完善相关资料
- (四) 设想提问并准备答案

二、调整到最佳面试状态

- (一) 准备好面试服装和用品
- (二) 调整心态
- (三) 确定面试情况
- (四) 注意饮食

三、面试中注意事项

(一) 面试礼仪

1. 服装得体
2. 如约而至
3. 面带微笑，保持良好心态
4. 认真聆听，逐一回答
5. 举止文雅大方，谈吐谦虚谨慎，态度积极热情

(二) 语言的艺术

1. 面试中如何恰当地运用谈话技巧
2. 巧妙回答面试问题

四、面试中常见问题以及解答思路

- (一) 一分钟自我介绍
- (二) 谈论求职原因
- (三) 大学生生活中难忘的事
- (四) 你的业余爱好
- (五) “坦白”你的优缺点
- (六) 谈钱不伤感情

五、面试后巧妙收场

- (一) 及时退出面试的场地
- (二) 不要急于打听面试结果
- (三) 学会感谢
- (四) 面试后做好两手准备

【课后实训】

合理安排个人时间，参加一次人才招聘会，搜集整理与自己所学专业相关的就业信息，仿照以下表格建立一个《个人就业信息管理库》，并对信息进行整理和筛选。

【课后实训】模拟面试

一、实训目的

1. 强化学生就业意识，了解求职就业步骤；
2. 提升学生求职就业能力，掌握面试技巧。

二、实训内容

1. 收集岗位信息并筛选适合自己的工作岗位；
2. 模拟面试过程，巩固面试技能。

三、操作步骤

1. 学生按 5~8 人一组，以小组为单位完成相关任务；
2. 小组通过多种渠道，例如深入校园招聘会或者相关企业收集就业信息；
3. 小组根据收集信息，设立模拟面试中的有关自己专业招聘岗位，招聘条件和薪金待遇；
4. 小组成员选出 1~2 两名，去其他组参加面试，其他成员组成面试官团队；
5. 各小组同时开始面试与应聘；
6. 每个组招聘一名职员，总结并公布招聘理由；
7. 一轮面试结束后，小组成员可交换角色，再开始新一轮模拟面试。

四、成果形式

模拟面试结束后，根据面试过程，撰写求职面试收获。

五、实训效果评价

1. 小组分工明确，团队合作意识强，任务完成迅速占 20%；
2. 能准确收集就业信息，岗位设置合理占 20%；
3. 面试过程完整，能准确招聘到合适的员工，并能给出完整的招聘原因占 20%；
4. 在面试中，能熟练地运用面试技巧，达到面试效果占 20%；
5. 《求职面试总结》内容翔实，总结到位，能全面的归纳出在本次实训中的经验与教训占 20%。

课后
分析

课程教案

课程名称	《就业指导》	授课专业		授课班级	
周次		授课章节	第八模块 就业权益保护		授课学时 2 学时

教学目标	<p>知识目标： 了解《劳动法》《劳动合同法》等就业相关法律法规的核心内容。 掌握就业协议与劳动合同的区别及签订注意事项。 熟悉劳动争议的常见类型与处理途径。</p> <p>能力目标： 能够识别求职与就业过程中的潜在法律风险。 能够初步审核劳动合同条款，维护自身合法权益。 能够运用合法途径理性解决劳动纠纷。</p> <p>情感价值目标： 树立法治观念、契约精神与底线思维。 培养依法维权、理性沟通的公民意识。 增强对公平就业、诚信用工的社会责任感。</p> <p>课程思政目标： 法治思维与权益保障：强化学生的法治观念与契约精神，明确劳动者权利与义务的法定底线。培养学生通过协商、调解、仲裁、诉讼等合法途径理性解决争议的能力，树立风险防范和权益保护意识。 就业公平与责任共担：引导学生关注就业公平，反对就业歧视，自觉维护健康就业环境。在权益保护教育中强化社会责任意识，倡导在法治框架内实现个人权益与社会公平的统一。</p>
学情分析	<p>很多刚刚步入社会的毕业生因为缺乏法律意识和防范意识，就业权利屡遭侵犯。当代大学生正处于三观形成和发展的重要时期，这一时期，他们急需在学校的正确教育和引导，不断学习，努力增强和完善自己的法律意识和法律素养。</p>
教学重点	<p>就业权益的保护；对侵权行为的辨别；正确的维权方法和途径；对相关法律法规的运用能力。</p>
教学方法	<p>教学环节包括课堂讲授、集体讨论、师生互动、案例教学、课后实践、答疑等。教学中采用网络远程等现代化教学手段。</p>
教学内容及活动设计	
<p>项目一 读懂《劳动法》</p> <p>任务一 《劳动法》基本知识</p> <p>一、《劳动法》的概念和调整对象</p> <p>（一）《劳动法》的概念</p> <p>（二）《劳动法》的调整对象</p> <p>1. 劳动关系</p> <p>2. 与劳动关系密切联系的其他社会关系</p> <p>二、《劳动法》的基本原则</p> <p>（一）保护劳动者合法权益原则</p> <p>（二）协调劳动关系原则</p> <p>（三）公平原则</p>	

任务二 毕业生的就业权利与义务

一、毕业生的就业权利

- (一) 接受就业指导权
- (二) 获取信息权
- (三) 被推荐权

1. 如实推荐
2. 公正推荐
3. 择优推荐

- (四) 知情权
- (五) 选择权
- (六) 平等待遇权
- (七) 违约及求偿权

二、毕业生的就业义务

- (一) 回报国家社会的义务
- (二) 服从国家需要的义务
- (三) 向用人单位如实介绍个人情况的义务
- (四) 接受用人单位测试或考核的义务
- (五) 遵守和履行就业协议及其他合法约定的义务

任务三 订立劳动合同

一、劳动合同的含义

二、劳动合同的必备内容

- (一) 用人单位的名称、住所和法定代表人或者主要负责人
- (二) 劳动者的姓名、住址和居民身份证或者其他有效身份证件号码
- (三) 劳动合同期限
- (四) 工作内容和工作地点
- (五) 工作时间和休息休假
- (六) 劳动报酬
- (七) 社会保险
- (八) 劳动保护、劳动条件和职业危害防护
- (九) 法律、法规规定应当纳入劳动合同的其他事项

三、劳动合同的履行、变更、解除

- (一) 履行
- (二) 变更
- (三) 解除

1. 劳动者解除劳动合同的条件
2. 劳动者解除劳动合同需履行提前通知的义务

四、签订劳动合同时应注意的事项

五、就业协议书与劳动合同的关系

- (一) 就业协议与劳动合同的相同点
- (二) 就业协议与劳动合同的区别

1. 适用的主体不同
2. 签订的内容不同
3. 签订时间不同
4. 法律依据不同

5. 适用人员不同
6. 纠纷解决方式不同

项目二 劳动争议与处理

任务一 劳动争议及分类

- 一、劳动争议
- 二、劳动争议的分类

任务二 大学生在求职过程中常见的劳动争议范畴

- 一、就业协议并非劳动合同
 - (一) 主体区别
 - (二) 内容区别
 - (三) 签订时间的区别
 - (四) 签订目的区别
- 二、劳动合同条款要合法
- 三、试用期也有权利保障
- 四、简历造假，权利得不到保障

任务三 大学生获得权益保护的途径

- 一、要重视职业教育相关课程
- 二、应具备相关法律常识
- 三、应及时了解政府的相关就业新政

任务四 劳动争议的解决方式

- 一、处理原则
- 二、处理程序
 - (一) 劳动争议调解
 - (二) 劳动争议仲裁
 1. 案件受理阶段
 2. 调查取证阶段
 3. 调解阶段
 4. 裁决阶段
 5. 调解或裁决的执行阶段
 - (三) 劳动争议诉讼

【课后实训】实操——拟定劳动合同

何某是一名今年六月即将毕业的高职院校应届毕业生，通过一次大型招聘会，得到了一家文化公司的青睐，该公司的招聘负责人告诉她，如果没有异议即可参加工作，随即安排签订劳动合同，请同学们上网搜索劳动合同范本，结合实际情况，拟定一份劳动合同。

课后分析	
------	--

课程教案

课程名称	《就业指导》	授课专业		授课班级	
周次		授课章节	第九模块 职业角色转换		授课学时 2 学时
教学目标	<p>知识目标： 了解学生角色与职业人角色的主要差异。 掌握初入职场常见问题与适应策略。 熟悉优秀员工特质与职业素养的基本内涵。</p> <p>能力目标： 能够顺利完成从校园到职场的角色转换。 能够制定并实施个人职业素养提升计划。 能够在模拟职场情境中展现基本的职业行为规范。</p> <p>情感价值目标： 强化岗位责任、团队协作与组织归属感。 树立精益求精、持续改进的工匠精神。 培养积极健康、平衡发展的职业生态观。</p> <p>课程思政目标： 责任担当与规范意识：引导学生强化从“学习者”到“贡献者”的角色转变意识，树立岗位责任与团队责任感。培养学生理解并遵守职场规章制度与职业道德，在规矩框架内提升执行力与创新能力。 职业精神与持续发展：深入阐释“执着专注、精益求精”的职业精神，鼓励在平凡岗位上追求卓越。树立终身学习理念，主动适应产业变革，倡导工作与生活平衡的健康职业生态，实现可持续的职业发展与人生幸福。</p>				
学情分析	大学生从美丽纯净的校园步入缤纷复杂的社会，在由学生到职业人的华丽蜕变过程中会遭遇到方方面面的问题和困难。为了顺利度过这个转型期，大学生需要明确知晓学生与职业人的身份差异，发现自身问题并进行调整。大学生只有掌握职场的黄金法则，才能迅速适应职场，进而完成由学生转型成为一名合格的职业人。				
教学重点	职业角色的认知与转换。				
教学方法	教学环节包括课堂讲授、集体讨论、师生互动、案例教学、课后实践、答疑等。教学中采用网络远程等现代化教学手段。				
教学内容及活动设计					

项目一 初涉职场

任务一 职场小白易涉的雷区

- 一、好高骛远
- 二、唯利是图
- 三、盲目攀比
- 四、心理失衡
- 五、骑驴找马
- 六、锋芒毕露
- 七、贪逸享受
- 八、见异思迁
- 九、环境障碍
- 十、目光短浅

任务二 职业角色的认知与转换

一、“学生”与“职业人”

- (一) 社会角色的概念
- (二) 大学生角色与职业人角色的差别
 1. 社会责任不同
 2. 社会权利不同
 3. 社会规范不同
 4. 文化氛围不同
 5. 人际关系不同

二、初涉职场之黄金法则

- (一) 调整心态，融入新环境
- (二) 塑造职业形象，打造职场气质
 1. 制定工作计划，提高工作效率
 2. 做好事前的功课
 3. 改进自己的做事风格
- (三) 爱岗敬业，提升效率
 1. 制定工作计划，提高工作效率
 2. 做好事前的功课
 3. 改进自己的做事风格
- (四) 适时展现自己，展露锋芒
- (五) 和谐处理人际关系
- (六) 保持持续学习的能力

项目二 学做优秀员工与职业经理人

任务一 做优秀员工

一、优秀员工的自画像

- (一) 优秀员工，从建立卓越的愿景开始
- (二) 优秀员工，不单为薪水工作
- (三) 优秀员工，所做超过领导的期望

二、优秀员工的特点

1. 总是乐于承担更多的责任；
2. 热爱工作，追求卓越；

3. 把敬业当成一种习惯；
4. 有着积极、主动的态度；
5. 时刻牢记单位、部门的利益；
6. 为工作设定目标，并全力以赴地去达成；
7. 注重细节、追求完美；
8. 遵守准则，用心做事；
9. 为团体着想；
10. 注重个人形象，维护单位声誉。

三、优秀员工与普通员工的区别

任务二 如何成为一名优秀员工

一、如何成为一名优秀员工

- (一) 模仿是实现“愿景”的有效方法
- (二) 懂得掌握自己的命运
- (三) 用思路决定出路
- (四) 用态度决定行动
- (五) 给自己良好的心态

二、做一名优秀员工的自我素质训练

- (一) 培养分析能力
- (二) 培养创造能力
- (三) 培养解决问题的能力
 1. 解决问题的意识
 2. 不埋怨别人
 3. 马上做
 4. 求人不如求己
 5. 积极承担责任
- (四) 培养化解冲突的能力
- (五) 培养自我控制的能力
- (六) 工作中学会驾驭压力
- (七) 积极面对危机、应对挫折

任务三 从优秀员工到职业经理人的蜕变

一、为做经理做准备

- (一) 以积极、勇敢的态度面对工作
- (二) 证明自己是天生的领导者
- (三) 勇于做出承诺
- (四) 冷静沉着，不感情用事
- (五) 视公司、上司目标为自己的目标
- (六) 想方设法把工作做到最好
- (七) 为公司壮大与利润提升奉献自己所有

二、不做老板眼中的三种人

- (一) 乞丐
- (二) 玻璃人
- (三) 垃圾人

【课后实训】访谈录：访谈身边的一位从业 3 年的职业人

一、访谈目的

1. 了解被访谈人从业经历和心路历程；
2. 锻炼学生思维逻辑分析能力、与人沟通能力；
3. 了解并掌握人物访谈的方法；
4. 了解初涉职场可能遭遇的问题、困难及其解决方法，树立职业人意识、职场意识；
5. 收集职业人应具备的能力与素质，分析自身存在的问题和劣势，并进行调整。

二、操作步骤

1. 自由结组，5~6 人为限，以小组为单位进行分工；
2. 筛选访谈人；
3. 约定访谈人，确定访谈时间、地点；
4. 拟定访谈提纲，确定访谈内容；
5. 对访谈内容进行整理汇总分析，并撰写访谈总结、心得体会。

三、访谈内容

拟定访谈提纲，自主组织开展人物访谈。

四、成果形式

职业人访谈心得体会。

五、效果评价

小组分工明确 20%，访谈成果汇报展示 30%，访谈内容 30%，团队协作 20%。

课后
分析