

2021 年  
广东省高职教育教学改革  
研究与实践项目

基于建设高水平高职院校视域下“三全  
三融”高职创新创业教育模式的研究

佐证材料  
(项目相关出版教材)

茂名职业技术学院

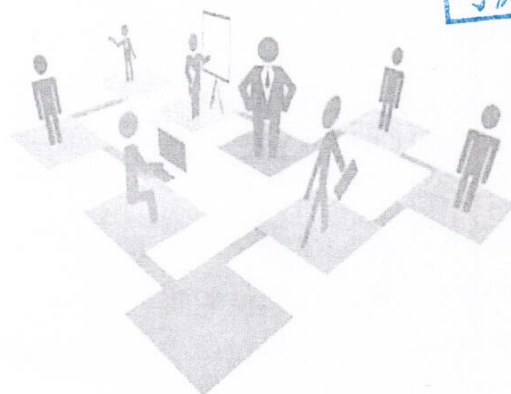
张耿锋

普通高等教育“十三五”规划教材

# 大学生职业生涯规划 规划与创新创业教育

*Da Xuesheng Zhiye Shengyue  
Guihua Yu Chuangxin Chuangye Jiaoyu*

吴南淮 黄静霞 陈伟霞 主编



 华南理工大学出版社  
NORTH CHINA UNIVERSITY OF TECHNOLOGY PRESS

## 前 言

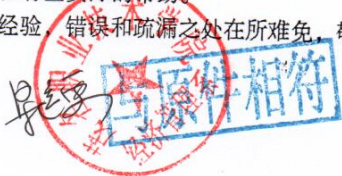
随着我国高等教育进入大众化阶段，大学毕业生的就业形势日益严峻，他们面临着巨大的压力。职业生涯规划成为大学生必须掌握的技能。对于每一个人而言，职业生命是有限的，如果不进行有效的规划，势必会造成时间和精力上的浪费。而作为当代的大学生，若是一脸茫然踏入竞争激烈的社会，则难以使自己站稳脚跟。为了加强大学生职业生涯规划教育的实效性，增强大学毕业生就业的核心竞争力，我们编写了此教材。

通过本课程的学习，学生将掌握职业生涯规划的基础知识和理论，从而树立正确的职业理想以及职业观、择业观和创业观，进而形成职业生涯规划的能力，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。本教材共分为四大篇：理想信念篇、生涯规划篇、就业指导篇和创新创业篇。其中理想信念篇有一个专题，主要介绍大学与大学生生活；生涯规划篇有五个专题：专题二是自我认知，专题三是职业认知，专题四是职业生涯规划，专题五是职业精神打造，专题六是职业生涯规划管理、评估与修正；就业指导篇有三个专题：专题七是寻找职业发展的突破口，专题八是薪酬谈判，专题九是大学生素质拓展；创新创业篇有七个专题：专题十是创新创业的认知，专题十一是创业准备，专题十二是了解创业机会，专题十三是了解创业模式，专题十四是认识创业融资，专题十五是了解创业风险，专题十六是制订创业计划。

本书由湛江幼儿师范专科学校(岭南师范学院基础教育学院)的吴南准、黄静霞和茂名职业技术学院陈伟霞任主编，王青、叶小宁任副主编，余初逢、陈晓玲、梁虹、袁伟文、王珠凡参编。其中，吴南准编写专题一，专题二由吴南准、王青、陈晓玲编写，专题三由叶小宁和余初逢编写，专题四、专题五由吴南准和黄静霞编写，专题六由陈伟霞编写，专题七由王珠凡、余初逢编写，专题八由袁伟文和王珠凡编写，专题九由吴南准、黄静霞编写；专题十由叶小宁和黄静霞编写，专题十一由吴南准和王青编写，专题十二由黄静霞编写，专题十三由梁虹和陈晓玲编写，专题十四由梁虹、袁伟文、叶小宁编写，专题十五由吴南准、黄静霞编写，专题十六由吴南准、王青编写。

在本教材编写过程中借鉴了国内外专家、学者的研究成果，在此，谨向有关的作者和为本书的出版付出辛勤劳动的各位同仁和朋友致以诚挚的谢意。希望本书的出版能对普通高等院校的学生、从事职业生涯规划的老师 and 创新创业教育工作者，以及关心、爱护大学生的仁人志士、学生家长有些实际的帮助。

限于编者的水平和经验，错误和疏漏之处在所难免，敬请读者朋友们批评指正，以便修订时进一步完善。



编 者  
2018年4月

# 大学生职业生涯 规划与创新创业教育

*大学生职业生涯规划  
与创新创业教育*



ISBN 978-7-5623-5699-8



9 787562 356998 >

责任编辑：谢荣莉

封面设计：世图文化  
SITU WENHUA

微信公众号：chon\_scut  
即刻关注，共享精彩

定价：45.00元





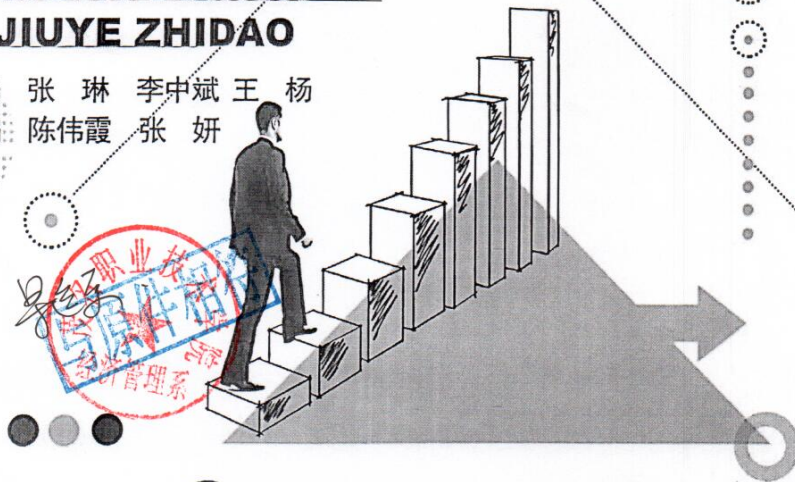
大学生素质教育精品教材

# 大学生

## 职业生涯规划与就业指导

**DAXUESHENG**  
**ZHIYE**  
**SHENGYA GUIHUA**  
**YU JIUYE ZHIDAO**

主 编 张 琳 李中斌 王 杨  
副主编 陈伟霞 张 妍



上海交通大学出版社  
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS

# 前 言

大学是人生的关键阶段，在此期间的一项重要任务是确定未来的职业生涯发展目标。本书结合当代大学生的特点及面临的困惑，系统介绍了职业生涯发展及就业的相关知识，并有针对性地提出了职业规划、求职就业的具体解决方案及行动建议。

全书共分两篇，即“职业生涯规划篇”和“就业指导篇”。职业生涯规划篇主要讲述了职业生涯的规划、职业素质的培养、职业规划的实施；就业指导篇主要讲述了就业观念的树立，求职材料、求职心理及求职信息的准备，求职技巧的掌握与运用，就业权益的维护，就业机遇的把握等内容。具体而言，本书在编写过程中突出了以下特点：

## 1. 内容实用

全书内容简明扼要，语言浅显易懂，体例新颖丰富，案例典型精彩。书中收录的一些大学生的实际案例和近年来社会生活中的一些典型案例，对指导大学生规划职业生涯、顺利就业非常有借鉴性。

## 2. 体例新颖

本书大胆创新，围绕“行动导向”“活动体验式”的教学方式设计体例，每章都包含以下板块：

- 章前导言：每章章首均安排了“章前导言”，引出本章要介绍的内容，或根据每节的内容设置导入性问题，旨在激发学生的求知欲望，使学生带着问题在文中寻找答案。
- 目标、术语及语录：“章前导言”之后均设置了“学习目标”“关键术语”“名人语录”，将本章的知识目标、能力目标和学习重点一一列出，并提示关键词语，以便学生有目的地学习正文。而“名人语录”则可给学生一定的启发。
- 案例引导：每章正文之前以典型案例开篇，以激发学生的学习兴趣。
- 知识讲解：重点讲解相关的理论知识。同时，在知识讲解中穿插了“知识链接”“拓展阅读”“典型案例”“课堂讨论”“提示”“名人名言”等栏目，以增强趣味性，便于学生学习和理解，拓展学生思维，增强教与学的互动程度。
- 案例点评：每章内容末尾均有与章首的“案例引导”相配套的“案例点评”，以强化学生对知识点的理解和运用。
- 能力训练：能力训练包含知识训练、技能训练、小组讨论、分组调查、就业辩论、

就业访谈、求职体验、政策搜集、游戏体验、创业访谈、模拟演练等内容，旨在通过多种形式提供真实的职业规划、求职体验，让学生在活动中感悟和体会，帮助学生巩固所学知识，培养学生的职业规划技能和就业技能。

- 拓展延伸：在立足课本的基础上，创设各种课外活动或展示各种课外知识及相关视频，以鼓励学生拓展自己的求职的知识和技能。
- 参阅书籍：每章末均附有丰富的阅读材料或书籍的相关链接，以便学生通过课外阅读拓宽视野。

### 3. 强化实践

为培养学生的职业规划技能和就业技能，本书在编写过程中，特别强化了实践部分的内容，实践形式丰富多样，如调研、观察、访谈、情景模拟、案例讨论、游戏活动等，且各项技能训练都具有可操作性和可检测性。

### 4. 图文并茂

本书在正文中插入了精美的图片和丰富的图表，以使知识点的讲解更加生动、形象，从而帮助学生更快、更好地理解与掌握相关知识。

本书由闽南师范大学商学院教授张琳、福建农林大学教授李中斌、闽南师范大学商学院副教授王杨担任主编，由茂名职业技术学院陈伟霞、云南交通职业技术学院张妍担任副主编。张琳、王杨负责编写第一章至第三章；李中斌负责编写第四章、第五章；陈伟霞负责编写第六章、第七章；张妍负责编写第八章。由于编写时间仓促，加之编者水平有限，书中疏漏与不当之处在所难免，敬请广大读者批评指正。



编者  
2018年8月



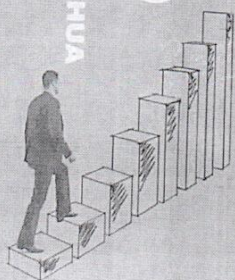
责任编辑：陈明华 赵 卿  
封面设计：王雁南

# 大学生

## 职业生涯规划

### 与就业指导

DAXUESHENG  
ZHUYE SHENGYA GUIHUA  
YU JIUYE ZHIDAO



ISBN 978-7-313-18804-5



9 787313 188045 >

定价：45.00元



## 编写证明

陈伟霞，茂名职业技术学院教师，在本社出版的《大学生职业生涯规划与就业指导》中担任第一副主编，负责编写第六章、第七章的内容，101千字。

本书书号：ISBN 978-7-313-18804-5

特此证明。

