

通识课教育系列教材
“互联网+”新形态一体化教材

创青春 创未来： 大学生创新创业教程

主编 石彬 邹铠同 李琼霞



航空工业出版社

北京

内 容 提 要

本教材立足创新创业的时代背景，旨在培养新时代的创新创业人才。本教材将实践案例与系统理论相结合，设置“认识创新创业”“培养创新思维”“成为创业者”“发掘创新项目”“打造创业团队”“识别创业机会与风险”“创业准备”“创业计划书与路演”“企业管理”，共9个项目，层层递进，引领大学生学习和提升自身的创新思维和创业意识。本教材具有较强的可读性和可操作性，可作为高等院校创新创业相关课程的教材。

图书在版编目（CIP）数据

创青春 创未来：大学生创新创业教程 / 石彬，邹铠同，李琼霞主编 . -- 北京：航空工业出版社，2024.5

ISBN 978-7-5165-3770-1

I . ①创… II . ①石… ②邹… ③李… III . ①大学生
—创业—教材 IV . ① G647.38

中国国家版本馆 CIP 数据核字（2024）第 108408 号

创青春 创未来：大学生创新创业教程
Chuangqingchun Chuangweilai: Daxuesheng Chuangxin Chuangye Jiaocheng

航空工业出版社出版发行

（北京市朝阳区北苑路 58 号楼 20 层 100012）

发行部电话：010-85672666 010-85672683 读者服务热线：010-85672635

中煤（北京）印务有限公司印刷

全国各地新华书店经售

2024 年 5 月第 1 版

2024 年 5 月第 1 次印刷

开本：787×1092 1/16

字数：325 千字

印张：14.5

定价：45.00 元

前言

党的二十大报告指出：“青年强，则国家强。当代中国青年生逢其时，施展才干的舞台无比广阔，实现梦想的前景无比光明。”近年来，我国在载人航天、探月探火、深海深地探测、超级计算机、卫星导航、量子信息、核电技术、大飞机制造、生物医药等领域都取得了重大成果，并进入了创新型国家行列。党的二十大报告强调，完善科技创新体系，坚持创新在我国现代化建设全局中的核心地位，必须坚持科技是第一生产力、人才是第一资源、创新是第一动力，深入实施科教兴国战略、人才强国战略、创新驱动发展战略，开辟发展新领域新赛道，不断塑造发展新动能新优势。2024年5月，习近平总书记在二十届中央政治局第十一次集体学习时强调，发展新质生产力是推动高质量发展的内在要求和重要着力点。新质生产力的显著特点正是创新，在新时代的浪潮中，青年大学生以满腔的热情和无限的创意，在创新创业的道路上勇往直前，正成为创业实践的主力军。

本教材立足创新创业的时代背景，响应科教兴国战略，是为解决大学生“恐创业、难创新”的问题、促进大学生创新创业编写而成。本教材贯彻《高等学校课程思政建设指导纲要》精神，构建了扎实的理论体系，并将其更广泛地与实际工作、生活紧密结合。本教材尝试促进创新创业教育的教学模式和教学方法的改革，以学促创、以创促新，意在培养素质高、创新创业能力强的大学生。本教材具有以下鲜明的特色。

1. 课程思政引领，正确价值引导

本教材坚持贯彻立德树人根本任务，将创新创业精神、创新能力培养与中华民族伟大复兴紧密结合，通过富有时代特征的优秀案例引导并激发学生的使命感和责任感，使学生树立崇高的理想信念与正确的价值观念，在正确的价值观引导下成为担当中华民族复兴大任的时代新人。

2. 知识要点丰富，编排结构严谨

本教材的知识内容建立在编者自身多年教育实践的基础上，形成了系统性的创新创业理论体系，并结合前沿研究，与时俱进，联系创新创业领域热点和学生的兴趣点，为大学生提供专业的创新创业指导，满足各专业的创新创业课程需求。本教材共分9个项目，层层递进，步步引领，指导大学生创新思维与创业意识的培养和提升。

3. 课程案例引导，理论实践结合

本教材不仅讲解了与创新创业有关的基础理论知识，还设置了多元板块供大学生阅

读、思考、实践，包括创业广角、创业贴士、见贤思齐、互动空间、实践训练等。创业广角展示了真实的创业案例，引导大学生通过实例深入理解创业知识；创业贴士包括对基础知识的延伸与拓展、对创新创业前沿领域的研究与分享等，是对创新创业课程的横向拓展；见贤思齐以与本项目主题相符的典型案例为主，分享创新创业的先进经验，帮助学生切实体会知识内容；互动空间包括主题测试、互动讨论等活动，吸引大学生参与活动的兴趣，带动学生与教材、教师及学生之间进行互动，锻炼大学生的自我剖析能力、自我表达能力；实践训练承接基础知识，根据项目内容设计实践活动，锻炼大学生运用理论知识解决实际问题的能力。

4. 关注学生需求，体现时代特征

本教材以实用、实际、实效为原则。编者在一线教学过程中深入了解了学生需求，并立足时代发展的新特征、新要求，旨在培养符合社会实际需求的创新创业人才。

本教材在编写过程中，参阅了国内外公开出版的文献和资料，在此向相关作者表示深深的谢意。由于编者水平有限，书中可能存在疏漏与不足之处，敬请专家、同行和广大读者批评指正。此外，本教材编者还为广大一线教师提供了服务于本教材的教学资源库，有需要者可致电教学助手 13810412048 或发邮件至 2393867076@qq.com。

编 者

目录

项目一	认识创新创业	
任务一	初探创新与创业	3
一、初识创新		4
二、初识创业		5
三、创新与创业的关系		6
任务二	培养创新创业意识	7
一、培养创新意识		8
二、培养创业意识		13
任务三	规划职业生涯与创新创业	16
一、规划职业生涯		17
二、创新创业助力职业生涯规划		20
项目二	培养创新思维	
任务一	开发创新思维	29
一、创新思维的特点		31
二、辩证思维与系统思维		32
三、几种常见的创新思维		36
任务二	掌握创新技法	43
一、传统创新技法		44
二、TRIZ理论及其运用		47

项目三

成为创业者

任务一 了解创业者	55
一、创业者的类型	57
二、创业者的创业动机	58
任务二 评估创业者潜质	60
一、创业知识	61
二、创业素质	68
三、创业精神	71

项目四

发掘创新项目

任务一 选择创新项目	81
一、创新创业环境	82
二、创新方向	85
三、产品形态	86
四、产品定位	87
任务二 融入数智时代	89
一、数智时代	90
二、数智时代下的大学生创业	97

项目五

打造创业团队

任务一 组建创业团队	107
一、组建创业团队的原则	109
二、团队成员的选择	109
三、组建创业团队的程序	112
任务二 管理创业团队	114
一、创业团队的结构管理	115
二、创业团队的管理技巧	116

项目六

识别创业机会与风险

任务一 把握创业机会	125
一、发现创业机会	126
二、评估创业机会	133
任务二 规避创业风险	141
一、创业风险的来源	142
二、创业风险的评估	143
三、创业风险的应对策略	145
四、大学生创业风险的规避	146

项目七

创业准备

任务一 进行前期调研	155
一、行业调研	157
二、市场调研	160
任务二 确定商业模式	162
一、了解商业模式	163
二、商业模式的基本模型	164
三、商业模式的常见类型	166
任务三 整合创业资源	170
一、整合内部资源	172
二、整合外部资源	173

项目八

创业计划书与路演

任务一 撰写创业计划书	179
一、创业计划书的主要内容	181
二、创业计划书的撰写步骤	185
三、创业计划书的撰写要点	186
任务二 进行创业项目路演	188
一、路演准备	189
二、路演实施	190

项目九

企业管理

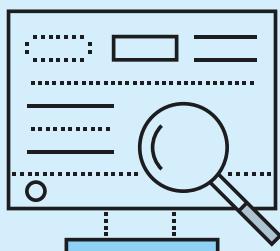
任务一 明确企业发展目标与战略	195
一、企业发展目标	196
二、企业发展战略	198
任务二 建立企业制度与体系	201
一、企业制度	202
二、企业体系	204
任务三 制订企业管理策略	205
一、企业营销管理策略	206
二、企业人力资源管理策略	207
三、企业财务管理策略	209
四、企业风险应对策略	210

附录：大学生创新创业相关 赛亊项目	213
参考文献	219

项目一

认识创新创业

- ▶▶ 任务一 初探创新与创业
- ▶▶ 任务二 培养创新创业意识
- ▶▶ 任务三 规划职业生涯与创新创业



学习目标

1. 知识目标

- (1) 能说出创新、创业、创新意识、创业意识等基本概念的含义。
- (2) 能阐述创新与创业的区别与联系。

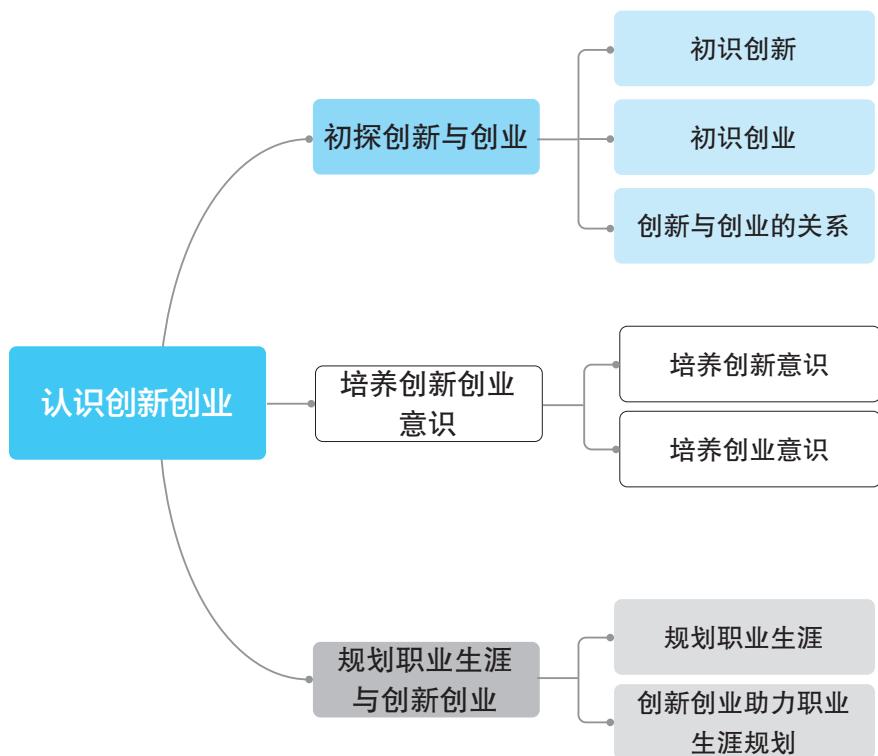
2. 能力目标

- (1) 能够结合所学知识，尝试规划职业生涯。
- (2) 能够将创新创业知识融入到实践中，注意职业生涯规划。

3. 素养目标

- (1) 激发对创新创业活动的兴趣与好奇心，养成主动观察生活的创新意识和及时洞察需求的创业敏感度。
- (2) 深刻理解创新的意义，激发自身的创新创业热情，坚定为国家做贡献的决心。

知识结构



 **导学案例**

小谢是某高校设计专业的学生，热爱艺术创作的他对互联网有很浓厚的兴趣，在设计上有自己独特的风格。经过在校的学习及实习、实践，他对包装设计的理论基础、前沿研究、实际应用等方面有了更深入的认识，并且将其运用到了自己的设计中，他的作品在校内得到了同学和老师的认可。老师建议，小谢可以基于自己的职业生涯规划尝试设立创新创业项目。小谢对此产生了兴趣，他很想看到自己的设计被应用到生活中的各个方面，却不知道该如何下手。

请思考：什么是创新和创业？创新创业又和职业生涯规划有什么关系呢？

任务一 初探创新与创业


创业广角

互联网技术让敦煌传统文化焕发新魅力

壁画上活灵活现的狮子、曼妙的飞天、身着异国服饰的神灵……都是敦煌留给人们的宝贵文化遗产。在保护这颗文化明珠的道路上，一代代科技工作者不断探索创新，让敦煌文明延续、永生。

深度飞天项目于2019年7月由兰州大学信息科学与工程学院副教授雍宾宾带领团队发起，以再现敦煌文化底蕴、挖掘敦煌艺术特色为目标。“这个项目的目的是将敦煌传统文化之美与人工智能技术相结合，通过新时代计算机辅助艺术设计的方式弘扬敦煌文化。”雍宾宾说。

“深度飞天团队希望通过科技助力文化数字化转型，用这个项目吸引那些原本对传统艺术形式不感兴趣的年轻人，并激励他们更多地了解中国丰富的文化遗产。”兰州大学信息科学与工程学院副教授周睿说。

敦煌的藻井是天花板上的艺术。藻井是深度飞天团队通过科技将敦煌文化进行数字化转型的一项内容。在谷歌开发者大会展会现场，深度飞天团队用4K投影和LED大屏打造了一个展陈空间。在该展陈空间中，团队预设了4层纹样、3种风格与数十种图形，参观者可根据自己的喜好进行藻井图案设计。

在用户端，4层纹样按顺序由中心向外排布，参观者可以根据软件提示在每一层选择不同图案进行叠加。与此同时，随着叠加层数的增加，每一层图案的透

明度也会增加，系统会按照对称结构对图案进行自动填充。纹样基本完成后，参观者可以选择心仪的预设风格进行风格迁移，为纹样“染上”自己喜爱的颜色，最终生成个人独属的敦煌纹样。

为了让参观者沉浸式体验敦煌文化，除了电子屏，深度飞天团队还在展会现场设置了室内展示区。展示区外观参考了莫高窟的标志性建筑九层塔，可带给参观者直观的视觉文化震撼。此外，团队还通过“万花筒动画”形式对基于深度学习系统生成的敦煌纹样进行播放，同时配以中国古典音乐，给参观者最佳的文化感受。

保护敦煌文化的团队千千万，“如何进行保护方式的创新”“如何吸引更多的受众”“如何达到最大的保护效果”是每一个团队都必须回答的问题。

深度飞天团队对这一问题的回答是：通过利用机器学习和计算机视觉等现代技术，希望为人们创造一种新的方式来体验和欣赏这种古老的艺术形式。

除了技术上的创新，团队还进行了文化互动的创新。“用户自主生成内容并进行现场投影映射。一方面能呈现一个更有震撼力的场景，另一方面能更吸引观众。”深度飞天团队成员、兰州大学的学生苏钊说。真实互动下的交互性和个性化体验让深度飞天团队呈现的项目受到了观众的欢迎。

团队在素材的选取上同样遵循新的原则。在生成用户自主设计的敦煌纹样的流程中，团队提供了27种预设的底图。这些底图在古今结合的同时也做到了中西结合，图样里不仅有中国龙、锦鲤的纹样，也出现了甜甜圈图案。

目前，深度飞天团队设计了传统敦煌技术和现代科技结合的沉浸式展示空间、可以识别和分类敦煌艺术中各种图案和风格的人工智能驱动的系统和允许用户使用机器学习算法来生成自己的敦煌风格图案的交互式平台。

（资料来源：《科技日报》，2023年11月30日，有删改）

习近平总书记强调，要进一步全面深化改革，着力破解深层次体制机制障碍和结构性矛盾，充分激发全社会创业创新创造活力。向“新”而行，向“上”攀升，一项项改革举措相继推出，为大学生创新创业创造了更优化的机制、更完善的体制，以及更活跃的市场。

一、初识创新 ➤

《现代汉语词典》第7版中对创新的定义为“抛开旧的，创造新的”。

其实创新理论最早由奥地利经济学家约瑟夫·熊彼特于1912年在其成名作《经济发展理论》一书中提出。此书在1934年被译成英文时，使用了“创新”（innovation）一词。

按照熊彼特的观点，“创新”是指新技术、新发明在生产中的首次应用，是指建立一种新的生产函数或供应函数，是在生产体系中引进一种生产要素和生产条件的新组合。

熊彼特认为创新包括以下5个方面的内容。

- (1) 引入新产品或提供产品的新质量。
- (2) 开拓新的市场。
- (3) 获得一种原料或半成品的新的供给来源。
- (4) 采用新的生产方法(主要是工艺)。
- (5) 实现新的组织形式。

这说明已有创造性成果既可以是有形的事物(如各种产品)，也可以是无形的事物(如理论、技术、工艺、机构等)。



创业贴士

新质生产力

新质生产力代表先进生产力的演进方向，是由技术革命性突破、生产要素创新性配置、产业深度转型升级而催生的先进生产力质态。新质生产力以劳动者、劳动资料、劳动对象及其优化组合的跃升为基本内涵，具有强大发展动能，能够引领创造新的社会生产时代。

与传统生产力形成鲜明对比，新质生产力是创新起主导作用，摆脱传统经济增长方式、生产力发展路径的先进生产力，具有高科技、高效能、高质量的特征：以创新为第一动力，形成高科技的生产力；以战略性新兴产业和未来产业为载体，形成高效能的生产力；以新供给与新需求高水平动态平衡为落脚点，形成高质量的生产力。

培育壮大新质生产力是一项长期任务和系统工程。我们要坚持系统观念，坚持以实体经济为根基、以科技创新为核心、以产业升级为方向，着力推动劳动者、劳动资料、劳动对象及其优化组合的跃升和质变。

二、初识创业 ➤

“创”即创造，可以理解为创建、创新、创立等；“业”则可以理解为事业、家业等。由此可见，创业有两个特点：一是创造，二是行动。目前，国内外学者对创业的概念、创业的内涵等方面没有统一的标准，大体可以分为以下两类观点。

创业指创办事业。创业是通过寻找和把握机遇创造出新颖的产品或服务，并通过市场扩展成企业或产业，从而实现其经济价值和社会价值的过程。

创业是一种创新的过程。哈佛大学教授霍华德·史蒂文森认为，创业是在不拘泥于

(二) 创新与创业的区别

创新与创业的区别体现在以下 5 个方面。

第一，本质与过程不同。创新是对现有生产力、科学技术、生产资料、生产工具及劳动力和生产关系的突破性思维和革新，而创业是一个新商业诞生的过程，强调的是企业从何来、人们为什么创建新企业、新企业是如何被创造的等问题。

第二，与市场的关系不同。创新是给市场或者潜在消费者新的东西，而创业是对市场需求的一种响应或回应，而这种响应或回应不一定就是创新性的。

第三，与商业价值的关系不同。创新是发展一项新产品或一种新生产过程，这一新产品或新生产过程或许有商业潜力，也或许没有，而创业是利用这些创新获得商业潜力，最终获得可观的利润或者额外收益的过程。

第四，扮演的角色不同。创新往往体现的是“结果”，如一项新的或改进的产品、过程或服务，而创业体现的是“工具或手段”。

第五，最终产出不同。创新包含新技术、新工艺的导入，而创业引发新财富的创造。

任务二 培养创新创业意识



创业广角

海尔以科技创新引领高质量发展

党的二十届三中全会指出，高质量发展是全面建设社会主义现代化国家的首要任务，必须以新发展理念引领改革，塑造发展新动能新优势。落脚到中国制造层面，企业的高质量发展之路，一定是既能不断突破自我、持续开拓成长界限，又能以企业自身发展为行业注入新动能的创新探索之路。

作为中国制造高质量发展样板的海尔，创业 40 年来，始终顺应时代发展趋势和用户所需，不断完善以用户最佳体验为核心的质量管理体系。物联网时代，海尔更是从传统家电制造商向生态企业转型，深耕智慧住居、大健康和产业互联网三大赛道，以无边界的科技创新为引擎，共创美好生活、生命健康、生产制造高质量发展的无限可能。

面对全球市场多样化需求，海尔把世界变成研发部，以“10+N”全球开放式创新体系，筑牢科技领先“护城河”。此外，海尔还牵头打造了国家高端智能化家用电器创新中心、数字家庭网络国家工程研究中心、大规模个性化定制系统与技术全国重点实验室等 20 多个国家级科创平台，充分发挥这些科创平台的生态聚合作用。

2024年，海尔发布新的品牌口号——以无界生态共创无限可能。“无界生态”，寓意海尔致力于构建身份无界、知识无界、地域无界的开放生态，打破价值创造和价值分享的界限。“无限可能”表达的是，当更多界限被打破，更多的创新被激发，新的价值也将不断涌现和持续裂变，共创美好生活、生命健康、产业发展等维度高质量发展的无限可能。

其一，创新美好生活解决方案，提升美好生活质量。中国智造的崛起，让大众需求不断进阶，致力为用户创造更美好生活的海尔智家，以智慧科技为核心，将人工智能、物联网、大数据等先进技术融入智能家电、智慧生活场景中，不仅持续智造智慧家庭科技爆品，更大大提升了用户美好生活体验。

其二，深度布局大健康产业赛道，守护生命健康质量。随着生命科学行业蓬勃发展，海尔也正向新兴产业、未来产业延伸，打造大健康生态品牌“盈康一生”，涉足生命科学、生物科技和临床医学三大领域。

其三，赋能千行百业的“工业大脑”，引领提升生产智造质量。海尔依托自身制造业经验，在2017年首创以大规模定制为核心、引入用户全流程参与体验的工业互联网平台，以创全球引领的世界级工业互联网平台为使命，构建了跨行业、跨领域、跨区域立体化赋能新范式，赋能多个行业数字化转型升级。

既能在传统制造业革故鼎新，又能在新兴领域树立起可持续发展的标杆，今天的海尔已具备成为高质量发展样本企业的能力，并正在高质量发展之路上稳健前行。

海尔的高质量发展之路，是一条创新之路，也是一条实践之路。生态品牌的 new范式、原创科技的新引领，海尔的探索为全球品牌的高质量发展提供了有益借鉴，也再次向世界展现了中国品牌的无限可能。

（资料来源：《中国质量报》，2024年9月20日，有删改）

创新是以新思维、新发明和新描述为特征的一种概念化过程，是人类特有的认识能力和实践能力，是人类主观能动性的高级表现形式，是推动民族进步和社会发展的不竭动力。创业是创业者整合与优化自身资源（或通过努力获取的资源），从而创造出更大经济或社会价值的过程。不少创新是需要通过创业的方式实现的，创业是创新的载体和实现方式。但是，进行创新创业的前提是要有创新意识和创业意识。

一、培养创新意识 ➤

创新意识是人们根据社会和个体生活发展的需要，引起创造新事物的观念和动机，并在创造活动中表现出的意象、愿望和设想。它是人类意识活动中的一种积极的、富有成果

性的表现形式，是人们进行创造活动的出发点和内在动力，是具有创造性思维和创造力的前提。

创新意识包括创造动机、创造兴趣、创造情感和创造意志。创造动机是创造活动的动力因素，它能推动和激励人们发起和维持创造性活动；创造兴趣是促使人们积极探求新奇事物的一种心理倾向，能促进创造活动的成功；创造情感是引起、推进乃至完成创造的心理因素，只有具备正确的创造情感才能使创造成功；创造意志是在创造中克服困难、冲破阻碍的心理因素，具有目的性、顽强性和自制性。

(一) 创新意识的特征

创新意识主要有如下特征。

1. 新颖性

创新意识是为了满足新的社会需求，或用新的方式更好地满足原来的社会需求。创新意识是求新意识。

2. 社会历史性

创新意识是以提高物质生活和精神生活水平需要为出发点的，而这种需要很大程度上受具体的社会历史条件制约，如在阶级社会里，创新意识受阶级性和道德观影响制约。

此外，人们的创新意识引起的创造活动和产生的创造成果，应为人类进步和社会发展服务，即创新意识必须考虑社会效果。

3. 个体差异性

人们的创新意识与其社会地位、教育经历、兴趣爱好、情感志趣等方面紧密相关，而在这些方面，个体差异性较大，因此对于创新意识既要考察创新者的社会背景，又要考察其教育经历和志趣动机。



见贤思齐

陶瓷艺术设计专业的小管同学曾在上学期间跟随老师到重庆市荣昌区采风学习，第一次见到当地的陶土就被其上好的品质吸引了。毕业后小管毅然决定来到荣昌，他起初是在一家制陶厂做设计，有了一些积蓄后，开始自己造窑做陶。最开始小管做的陶艺作品缺乏实用性，在深圳的展会上销售不佳。调整设计后，他带着作品又到深圳参加展会，结果大受欢迎，这一次展会让他信心大增。回到荣昌后，他继续制作陶瓷，并拓展思路，希望结合乡村旅游共同发展。小管以当地陶文化为切入点，通过策划品牌、设计包装，打造了极具特色的创意陶文化品牌，开发了系列特色文化旅游产品，从中彰显了乡村自然美和人文美的文旅之美。

(二) 创新意识的作用

创新意识具有非常重要的作用，其作用具体体现在以下 3 个方面。

创业贴士**辨析求新求异意识与求变意识**

求新求异意识与求变意识在思维方式上具有一定的相似之处，容易混淆。求新求异意识是创新者在主动追求创新，对可以通过惯常手段解决的问题，依然去思考和寻找更优化的解决方案的过程中产生的意识；而求变意识则是创新者在因为面临惯常手段无法解决的问题，而不得不寻求改变来打破困局的过程中产生的意识。要明确的是，这两种创新意识不分高下，只是适用的条件不同。

3. 问题意识

创新者的问题意识首先表现为善于观察并找出问题。在找出问题后才能解决问题。其次表现在用现有的途径和手段无法有效地解决问题时，创新者要思考现有的途径和手段无效的原因，并由此寻求新的方法以解决问题。

**见贤思齐**

1905年，清政府决定兴建我国第一条铁路——京张铁路（北京至张家口），受到了帝国主义国家的要挟和阻挠，甚至污蔑：中国能够修建这条铁路的工程师还没出世呢。杰出的爱国工程师詹天佑临危受命，亲自参与铁路线路、桥梁、隧道的勘探设计和施工。在没有新式开掘机、抽水机和通风设备的困难情况下，詹天佑对开凿居庸关隧道创造性地采用两端同时向中间凿进法，对八达岭隧道采用中部凿开法，顺利解决了施工难题；对地势陡险、坡度大的八达岭，詹天佑又创新性地在青龙桥地段设计了“人”字形路线，解决了火车爬陡坡的难题。终于京张铁路在1909年9月全线通车，比原计划提前了两年，詹天佑为我国铁路事业作出了巨大贡献。

(四) 大学生创新意识的培养

创新意识可以通过自我培养不断增强。培养创新意识的方法有很多，对于大学生而言，可以通过积累知识、克服心理障碍、培养兴趣和参与创新实践几个途径来全面培养自己的创新意识。

1. 积累知识

从知识生产的角度看，创新的过程就是运用旧知识来生产新知识的过程。大学生要想增强自己的创新意识，首先需要加强知识的积累，只有拥有足够的知识，才能推陈出新，完成创新活动。

2. 克服心理障碍

一些心理障碍也会阻碍人的创新意识的发展，一些大学生在创新之前已经为自己树立了障碍：部分大学生的从众心理较强，在生活中不注意独立思考，这样就无法发现可供创新的机会；部分大学生则不愿或不敢“与众不同”“标新立异”，哪怕自己有了新的看法也只埋在心里，这样也会抑制创新意识；部分大学生则将创新视为“高端”的事情，认为创新和自己无关，这样自然也无法培养自己的创新意识。

3. 培养兴趣

兴趣是人认识某种事物或从事某种活动的心理倾向，在仔细观察、探索和努力思考感兴趣的事物时，人的思维往往会迸发出更多的火花，从而更好地进行创新活动。

4. 参与创新实践

大学生在培养创新意识的过程中一定要注意树立科学的创新理念，明确创新的真实含义，防止把创新当作口号，否则只能提出没有实质性的新名词、新举措，而不能解决实际问题。大学生应积极参与创新实践活动，如创新创业培训、创新创业比赛等。



创业贴士

全球创新指数

全球创新指数（Global Innovation Index, GII）是指在创新能力评价中得到的分数，它是创新能力的一种定量表达。全球创新指数于2007年由欧洲工商管理学院、世界知识产权组织、康奈尔大学共同创立，随后每年三方合作发表一期全球创新指数报告。衡量一个国家创新能力的标准主要是通过创新指数报告，全球创新指数是全球政策制定者、企业管理执行者等人士的主要基准工具。

全球创新指数是一个详细的量化工具，有助于全球决策者更好地理解如何激励创新活动，以此推动经济增长和人类发展。2025年9月16日，世界知识产权组织（WIPO）发布了《2025年全球创新指数报告》（下称《报告》），中国排名提升至全球第10位，首次跻身全球前十，稳居36个中等偏上收入经济体之首，2013年以来累计上升25位。《报告》从创新投入和创新产出两大方面，对全球139个经济体的创新生态系统表现进行综合评价排名，共设置了制度、人力资本和研究、基础设施、市场成熟度、商业成熟度、知识和技术产出、创意产出等7个领域，共21个二级指标和78项细分指标。

全球创新指数显示“社会创业”的重要性日益增长，这是一个经常被忽视的重要创新来源。社会创业将商业实践与社会目标相结合，以应对世界上一些最紧迫的社会和环境挑战。

创业策略，转换创业初期战略。须要指出的是，创业战略不止一种，也没有绝对的好坏之分，关键要适合自己的创业之路。

4. 风险意识

创业虽然是大学生成长、成功的机会，但也存在着巨大的风险。创业者不仅要认真分析自己在创业过程中可能会遇到的风险，还要懂得应对与化解。在创业过程中，风险意识与规避风险的能力也将直接影响创业的成败。

5. 勤奋、敬业意识

大学生创业，仅仅停留在理论研究是不够的，一定要踏实、勤勉，在小投资中逐步积累经验，不要好高骛远。相对于人脉和资金来说，好的思路和想法尤为重要。有好的思路和想法作为指引，并且能够勇敢地迈出创业的步伐，才会提升成功的可能性。



见贤思齐

小郭在毕业后选择了创业。结合自己的专业，他租赁了一间厂房，开办了一家汽车修理厂。由于技术不熟练，小郭每天的业务量很低，所得收入几乎与费用支出相抵，自己白费功夫。为了改变这种情况，小郭选择了学习。他精心钻研技术，多次参观规模较大的修理厂，虚心向他人求教。终于功夫不负有心人，付出了艰苦努力的小郭掌握了熟练的技术，在管理能力上也有了明显提升。他在向他人学习的同时，融进了自己的心得体会，这使他的工作质量和服务质量都发生了质的变化。学习、创新是他一以贯之的坚持，也是他事业发展的坚实基础。

(三) 大学生创业意识的培养

对于大学生来说，培养创业意识主要有以下几个途径。

1. 树立远大理想，坚定报国信念

一个人的理想越远大，其回报社会、回报父母的信念就越坚定，创业意识就越强烈。因此，大学生要用社会主义核心价值观武装头脑，树立正确的世界观、人生观和价值观，为社会奉献、为家庭奋斗，坚定为我国社会主义现代化建设贡献智慧和力量的决心。

2. 发展健康个性与兴趣

兴趣对创业至关重要。兴趣能够驱动大学生进行学习，进而培养和发展创业所需要的能力，这些能力会在创业的过程中逐步兑现为价值，而得到的价值又会进一步强化兴趣，由此形成良性循环。在三者的循环过程中，大学生创业得到的幸福感也会随之增加。兴趣、能力、价值和幸福的关系如图 1-1 所示。

不过需要注意的是，达成良性循环需要三者的平衡，任何一个要素的缺失都会破坏这一循环，导致失落、厌倦、焦虑等负面情绪的滋生。一旦出现了这些负面情绪，大学生就应从这三个要素着手重新审视并调整自己，以保持整个循环的平衡。

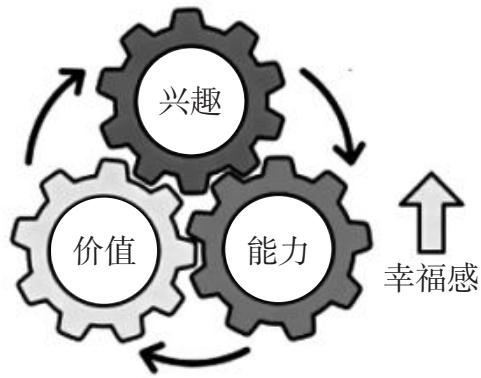


图 1-1 兴趣、能力、价值和幸福的关系

图 1-1 的整体转动是把兴趣培养成职业兴趣，慢慢把兴趣发展为能力，然后用能力找平台来兑现价值，再用价值强化兴趣。三者依次不断转动，则会使中间“幸福”的漩涡不断循环扩大，实现人的全面发展。

3. 摆弃安逸思想，培植创业发展心理

在日常学习和工作生活中，如果抱着随遇而安的安逸思想是很难成就一番事业的。因此，在日常学习和工作中，大学生要注意培植个人求发展的心理，积极进取，不安于现状，使创业需要发展为创业动机。

4. 不畏艰难，勇于拼搏

在日常学习生活中，要注意培养强烈的事业心和责任感，刻苦钻研，努力学习，牢固掌握专业知识和技能；树立高标准、严要求、不怕困难、勇于创新、争创一流的思想，并由此来激发创业意识。

5. 积极投身社会实践

大学生要在实践中锻炼自己、了解自己、了解社会、完善素质、提高能力。要注意通过对事物的观察和思考来激发创业需要、树立创业理想、坚定创业信念。

6. 端正对创业的认识，培养全面能力

大学生要形成正确的创业意识，因为创业意识直接关系到大学生创业能力的培养，以及创业活动能否得到家庭的认同。现在有些人仍认为，创业只是找不到工作的学生才去干的不体面的事。大学生必须摒弃这种错误的观念，形成“创业是实现人生价值的重要途径之一”的意识。



见贤思齐

2018年，赵宏丽入读某校药学专业，恰逢国务院下发《关于推动创新创业高质量发展打造“双创”升级版的意见》，进一步激发“双创”热潮。赵宏丽积极加入“新型干粉吸入剂载体花形乳糖的研究及产业化”创新研究团队，并带着相关创新成果多次参加大学生创新创业大赛。2020年，赵宏丽带领团队展开的研发项目获得了国家级立项。

在专业学习中，赵宏丽还接触到单冲压片机，这是一种制备药物固体制剂生产片剂的重要设备。传统单冲压片机上料时免不了浪费少许料体，下料时又容易造成片料破损。于是，赵宏丽尝试对单冲压片机进行技术改良。

随着创新项目日渐成熟，2020年刚升入大三的赵宏丽开始正式创业，一家生物科技有限公司应运而生，并获得市场投资青睐。从产生想法到项目萌芽，再到做出雏形，都经过不断实验与探索。2021年5月，赵宏丽自主研发的“一种改良的单冲压片机”核心技术获得了国家知识产权局专利。

任务三 规划职业生涯与创新创业



创业广角

小龙虾火了 兄弟归乡养虾

2024年5月中旬，位于安徽省蚌埠市禹会区五淮村的家庭农场一片生机勃勃，三五成群的白鹭从附近淮河水系飞来，与这里连片的稻虾塘“亲密接触”。岸边，农场负责人、“90后”赵保昂和工人用地笼捕捞小龙虾，随后，活蹦乱跳的小龙虾被运往蚌埠的网红美食街区，成为年轻人打卡必点的特色美食。“蚌埠小龙虾”是当地美食的金字招牌。随着市场和品牌推广，美食、演艺、消费、文旅等活动为蚌埠小龙虾产业加持赋能，也吸引不少年轻人返乡从事小龙虾养殖。

赵保昂从安徽一所高校的连锁经营管理专业毕业后，做过房产和车辆销售，也在物流、餐饮行业打拼过，却总是觉得迷茫。也正是那段时间，他看到了家乡产业的快速发展，与此同时，由于年轻人外出务工，农村大量土地闲置，老年人精力有限，无法顾及耕种。

2017年，在家人的鼓励和政府号召下，他返乡流转了800亩（1亩≈666.67平方米）土地，分季节种上小麦、玉米、黄豆和水稻。他形容，“没钱请工人，都是家人帮忙种植，大家摸着石头过河”。同年，当地推广稻虾综合种养的生产模式。赵保昂也在家庭农场里“尝起了鲜”。他一方面开垦虾塘，前往蚌埠、常州、杭州、上海、北京等地考察技术与市场，另一方面邀请志同道合的小龙虾养殖能手成立

“稻虾综合种养战队”，建立小型试验室，专门进行虾幼苗种培育，为大田投放虾苗提供保证。

到了4月和5月，赵保昂更是每天凌晨4点起床捕虾，风吹日晒，毫无怨言。但缺乏经验的他还是“两眼一抹黑”，有一年亩产小龙虾只有100余斤（1斤=500克），并出现大面积死亡。他请来专家请教对策，原来，是饲料过量投放破坏了水质。这些年，安徽省农业科学院研究员、农业高校老师、蚌埠市基层的养殖技术员都曾来过赵保昂的家庭农场，安徽省农科院还在此建立了产学研试验示范基地，通过高科技设备进行对照实验，研究小龙虾的生长周期、习性、环境等，实现精细化养殖。

同时，为了优化土地使用，赵保昂还对稻虾共生田地进行了布局规划。比如，根据虾类生长习性，利用田间地头闲置的水沟培育小龙虾爱吃的黑藻、伊乐藻、金鱼藻等水草，提高稻虾种养的科学化水平。

克服了养殖技术难题，赵保昂又被青年人才问题所困扰，他曾为一位年轻人开出每月8000元的薪资待遇，对方仍因吃不了苦而离职。但在他看来，返乡创业养小龙虾的年轻人总体在不断增多。2022年，赵保昂的“00后”堂弟赵涵退伍回乡，看到堂哥的养殖事业红火，他在附近的新城村承包了1000余亩田地，也养起小龙虾。赵保昂经常向弟弟传授虾苗投放量、饲料投放、水质改善用药等技术知识，并与其商量下一步尝试直播业态。

二人将田地划分为若干综合种养单元，形成与自然资源禀赋相适应的“一水两用、一田双收”典型技术模式。赵保昂也嘱咐弟弟，要将发展重点放在绿色无公害农业生产上，打造集农作物种植、水产养殖、农副产品加工和销售为一体的现代化家庭农场。

赵保昂和赵涵都感慨，回乡村发展大有可为。家乡小龙虾产业不断“出圈”，也为年轻新农人干事创业提振信心，他们相信家乡的养殖事业一定会蒸蒸日上，吸引更多年轻人投身家乡特色产业。

（资料来源：《中国青年报》，2024年5月23日，有删改）

随着就业压力的增大，大学生的就业面临着前所未有的挑战，也孕育出新的机遇。对于大学生来说，创业是实现人生价值的另一种途径，也是职业生涯规划中的一种可能。理解创新创业与职业生涯规划，有利于大学生创业者充分理解创业，为创业活动奠定坚实基础。

一、规划职业生涯 ➡

大学生缺乏职业的实践锻炼，对职业世界充满好奇和幻想，对毕业之后的选择充满

了困惑，进行职业生涯规划能够使大学生很好地适应大学生活并完成从学生到职场人的过渡。职业生涯规划是指个人与组织相结合，在对一个人职业生涯的主客观条件进行测定、分析、总结的基础上，对一个人的兴趣、爱好、能力、特点进行综合分析与权衡，结合时代特点，根据一个人的职业倾向，确定其最佳的职业奋斗目标，并为实现这一目标做出行之有效的安排。



见贤思齐

向同学一直对传统文化感兴趣，大学期间在参加社团活动时，她接触到了婚嫁习俗文化，于是她开始从家乡江浙一带的婚嫁文化出发，收集资料，甚至实地考察学习，想要以此为自己创业的出发点。她做好准备后，参加了学校的创业比赛，创业项目以江浙一带婚嫁习俗为主线，以“将老物件做新”为宗旨，主营婚庆文化创意产品定制，设计具有中式特色的包装，主要产品有婚礼伴手礼、喜糖礼盒、喜帖、席位卡、签到本等。

从参加创业比赛到毕业后一年，向同学一直研究江浙婚嫁文化，考察各地婚庆习俗和参观相关博物馆，这奠定了她对婚嫁文化的认识基础，使她能够多角度、多方面地考虑创业项目的实际性和可实施性。之后，她和同学、朋友们一起创立了婚礼策划工作室，开业后半年时间里，公司运营稳定，为 10 余对新人策划举办了中国传统婚礼，客户评价很高，公司业务逐渐稳定。向同学秉持一颗对中国传统婚嫁文化的热爱之心，坚持不懈，终于梦想成真。

（一）职业生涯规划的类型

根据规划时间的长短，职业生涯规划可分为短期规划、中期规划、长期规划与人生规划 4 种类型（图 1-2）。

短期规划指 2 年以内的规划，主要是确定近期目标，规划近期完成的任务。例如，规划在近 1 年以内学习哪些专业知识或掌握哪些业务知识等。

中期规划一般为 2～5 年的目标与任务规划。例如，规划在毕业后的 3 年内成为一家小型公司的部门经理。

长期规划指 5～10 年的规划，主要是设定较长远的目标。例如，规划毕业后至 30 岁时成为一家中型公司的部门经理。

人生规划是对自己整个职业生涯的规划，时间可长至 40 年，主要是设定整个人生的发展目标。例如，规划在 45 岁左右成为一个大型公司的董事长。

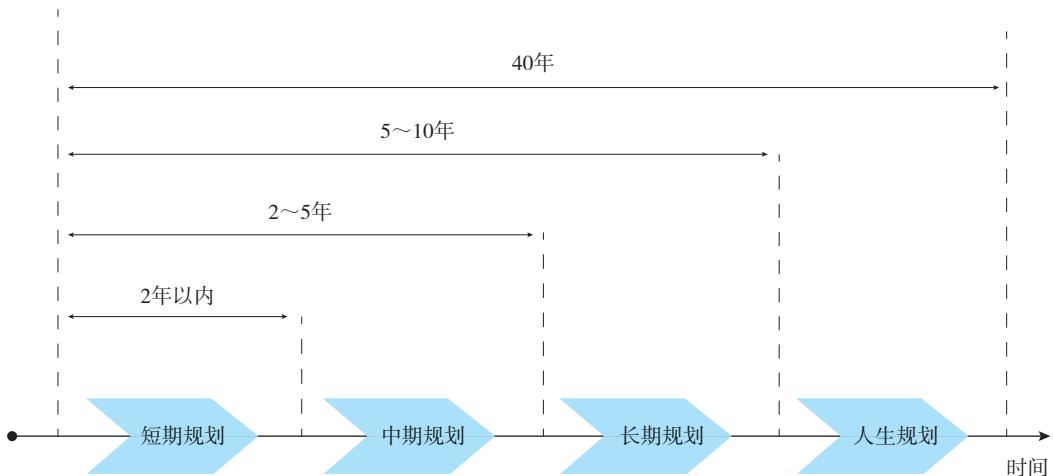


图 1-2 职业生涯规划

(二) 职业生涯规划的特点

了解职业生涯规划的特点有利于做好规划。职业生涯规划的特点是独特性、终身性、发展性、综合性。

1. 独特性

每个人都有自己的特点，有与众不同的成长背景及机遇，因此必须从自己的特点和特长出发来进行职业生涯规划。职业生涯规划因人而异。

2. 终身性

不仅是大学生，每个人人生发展的全过程都涉及职业生涯规划这一课题，只是有的人是自觉完成的，有的人是无意识完成的。儿童玩“过家家”游戏时，有人爱扮医生，有人爱扮教师……这可以看作职业生涯规划的萌芽；退休老人上老年大学学习新专业、新技能也是对自己职业生涯的规划。

3. 发展性

随着认知不断成熟、能力不断提高、世界不断变化，职业生涯也需要进行多次规划。

4. 综合性

如果把生命看作一个横截面，每个人在某一时间段内同时有多重身份。一个成年人与同事在一起时可能是同事身份，与学生在一起时可能是老师身份，与孩子在一起时可能是长辈身份，与父母在一起时可能是晚辈身份……因此，职业生涯规划不仅包括职业与工作，还涉及学习和生活等多个方面，具有很强的综合性。

(三) 职业生涯规划的步骤

职业生涯规划的步骤包括自我认知和环境分析、职业定位、选择职业路线、制订实施计划、评估与调整等（图 1-3）。

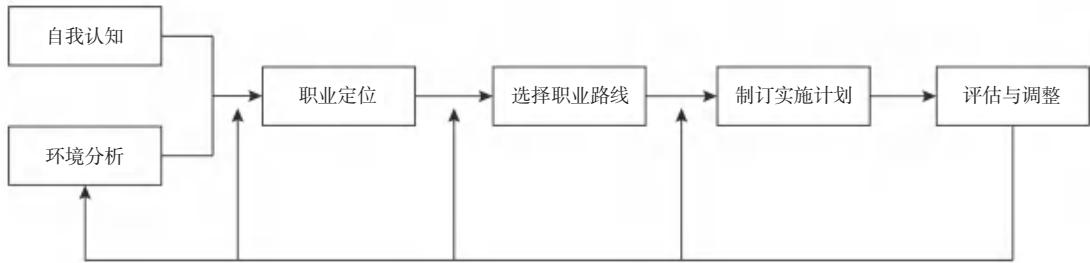


图 1-3 职业生涯规划的步骤

1. 自我认知和环境分析

自我认知主要包括对个人的需求、能力、兴趣、性格、气质等方面分析，以确定什么样的职业比较适合自己和自己具备哪些能力，从而明确自己的优势和劣势。

短期的规划比较注重组织环境的分析，长期的规划应更多地注重社会环境的分析。通过对组织环境的分析，评估组织内有哪些短期的发展机会；通过对社会环境的分析，结合本人的具体情况，评估有哪些长期的发展机会。通过分析环境，发现机会和威胁。

2. 职业定位

职业定位是通过自我评估、生涯机会评估，认识自己，分析环境，对自己的职业做出选择。在做职业定位时，既要充分考虑自身的特点，即自己的性格、兴趣和特长，又要充分考虑环境因素对自己的影响，从而使自己的性格、兴趣、特长与职业相吻合。

3. 选择职业路线

选择职业路线，即在职业定位后，还需要考虑向哪一路线发展。例如，是走行政管理路线，向行政方面发展，还是走专业技术路线，向业务方面发展，等等。发展路线不同，对路线规划的要求也就不同。

4. 制订实施计划

制订实施计划，即把目标转化成具体的方案和措施。这一过程中比较重要的行动方案有职业生涯发展路线的选择、职业的选择、相应的教育与培训计划的制订。

5. 评估与调整

职业生涯规划的评估与调整过程是个人对自我不断认识的过程，也是不断认识社会的过程，是使职业生涯规划更加有效的有力手段。

二、创新创业助力职业生涯规划 ➤

随着社会经济的发展，就业形势日益严峻，越来越多的大学生选择创业，创业已经成为大学生职业生涯规划的重要形式。大学生想要在职场中脱颖而出，就需要未雨绸缪，大学生创业能够充分发挥自己的潜能，有利于大学生实现职业生涯目标和人生价值。

(一) 创新创业与职业生涯发展的关系

1. 创新创业是职业生涯发展的一部分

创业就是开创或者建立自己的事业，它是职业生涯的一种选择，存在于整个职业生涯发展中。创业者在创业前必须有一个创业规划，最好是一个具体的计划或时间表，把每个阶段的目标分解为几个小目标，一个一个地去实现，循序渐进地走向成功。

创业还是就业的另一种模式，不同的是创业者不仅满足了自己的就业需求，还主动地为他人创造了就业机会。目前，我们国家提倡和鼓励大学生自主创业，并为此出台了一系列包括工商、税务等方面的优惠政策。大学生创业不失为一条缓解就业压力的途径，更重要的是可以培养大学生敢于开拓的创业精神。

2. 创新创业是职业生涯发展的飞跃

每个人都有自己的人生理想，都想实现自己的人生价值。创业除了能给个人创造财富、使其收获幸福的人生外，它还能够为社会带来巨大的价值。职业生涯发展的意义在于生存、发展和实现个人价值，所以创业对于一个人的职业生涯来说，是另外一种高度和可能。



创业贴士

职业生涯规划五“W”分析法

许多专业的职业咨询机构和心理专家在进行职业咨询、规划时通常会采用 5 个“What”的归零思考模式，从提出“我适合干什么”的问题开始，一路追问下去，总共是 5 个问题。

我适合干什么？

我喜欢干什么？

我能干什么？

环境允许我干什么？

我将要干什么？

回答了这 5 个问题，找到了它们的共同点，也就有了自己的职业生涯规划。

(1) 第一个问题：“我适合干什么？”大学生应该对自己进行一个深刻的、清醒的反思，将自己的性格特征、优势和劣势一一列出来。

(2) 第二个问题：“我喜欢干什么？”它是对大学生个人兴趣和爱好的一种考量。每个人在不同阶段的兴趣和目标并不完全一致，有时甚至是完全对立的，但会随着年龄和经历的增长而逐渐固定，并最终锁定自己的终身理想。

(3) 第三个问题：“我能干什么？”这是对自己能力与潜力的全面总结。

一个人的职业发展最根本还要归结于他的能力，而他职业发展空间的大小则取决于自身的潜力。对于一个人潜力的了解应该从对事的兴趣、做事的毅力、遇事的判断力，以及知识结构是否全面、是否及时更新等方面去认识。

(4) 第四个问题：“环境允许我干什么？”这种环境支持在客观方面包括本地的各种状态，如经济发展、人事政策、企业制度、职业空间等；主观方面包括同事关系、领导态度、亲戚关系等。两方面的因素应该综合考虑。

(5) 第五个问题：“我将要干什么？”明晰了前面的4个问题，就会从各个问题中找到对实现有关职业目标有利或不利的条件，列出不利条件最少的、自己想做且又能够做的职业目标，这个问题的答案自然就有了。

(二) 创业能力对个人职业生涯发展的意义和作用

1. 创业能力对个人发展的意义

对个人而言，职业选择是否适当，将影响其将来事业的成败；对社会而言，个人职业选择是否适当，能决定社会人力供需是否平衡。如果每个人的办事能力都与其工作岗位相匹配，那么不仅个人有发展前途，社会也会欣欣向荣；相反，如果个人无所事事，那么社会问题也会丛生。因此，职业选择对个人和社会都有极大的影响。

如今，创业已经成为大学生的职业选择之一，但是创业是一个实践性很强的过程，要求创业者不仅要拥有创业精神、创新意识，同时还要具备足够的创业能力。创业能力的强弱和新创企业的成败直接相关，创业能力强，创业成功率则高。

大学生选择了创业，成为创业者，需要自我管理、自我决策、自我规划。因此，在选择创业前，应该进行创业实践训练，向成功的企业家学习，在实践中提升和锻炼自己发现问题、解决问题的创业能力，然后再去创业，这无疑可以大大提高创业的成功率和创业者的成就感。

2. 创业能力具有普遍性与时代适应性

创业并不是排斥就业，恰恰相反，创业需要以就业为基础，是就业的延伸和深化。创业者进入市场、创建企业，是在为自己搭建一个发挥聪明才智、实现抱负、奉献社会、报效国家的舞台。因此，创业是更高层次的就业，创业能力具有普遍性和时代适应性。

3. 创业能力对个人职业生涯发展起着积极作用

创业的概念不仅仅局限在自主创业上，还具有广义上的开创事业、开拓事业、创造业绩等含义，其内涵体现了开拓创新、创业能力和综合素质的提升与发展，这些素质对于社会各个领域的就职岗位都十分重要，因而对个人职业生涯发展起着积极作用。

第一，培养和提升创业能力，使大学生能够从职业生涯规划的层面上，更加深入地了

解创业的内涵，把创业作为一种可能的职业选择来看待，在做出创业选择时更加理性。

第二，在创业能力培养过程中，帮助大学生了解商业运作的基本规律和过程，初步掌握创业技能和市场分析方法，更加深入地理解市场需求和职业环境，为大学生未来的职业选择提供正确的方向和引导，从而增强大学生职业生涯规划的科学性和可行性。

第三，创业能力是大学生重要的职业素质，包括机会识别能力、团队合作能力、沟通能力、创新能力、管理能力、资源获取与整合能力等，这些能力的具备，可以提高了大学生毕业后的职场适应能力和竞争力，并为其职业生涯开拓更广阔的发展空间。

具备优秀的创业能力对当代大学生的职业生涯发展起到了不可估量的积极作用。创业能力会随着创业实践活动的积累而不断增强。新时代的大学生只有具备优秀的创业能力才能更好地实现就业与创业。



互动空间

创业人才测评体系

创业人才测评体系是根据我国目前各行业创业的发展趋势而进行的创业人才个体与组织群体有效系统化测评。该体系以我国广大的创业人才的综合发展素质和创业能力为研究导向，以加强创业人才的综合素质、持续学习和实战能力为基本要求，研究开发适合我国可持续发展的标准统一、科学合理、功能完善、安全可靠的创业人才综合素质与能力测评方式（图 1-4）。

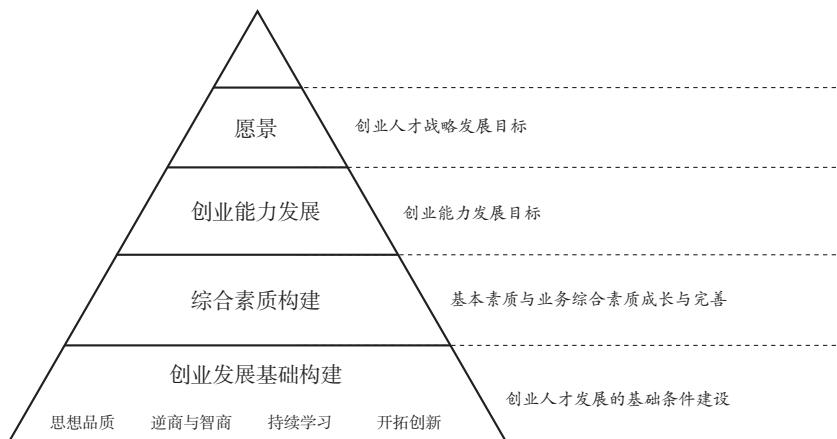


图 1-4 创业人才测评体系

请根据图上所标示的各个层级，根据个人情况填入图 1-5 中，发现自己的创业基础。

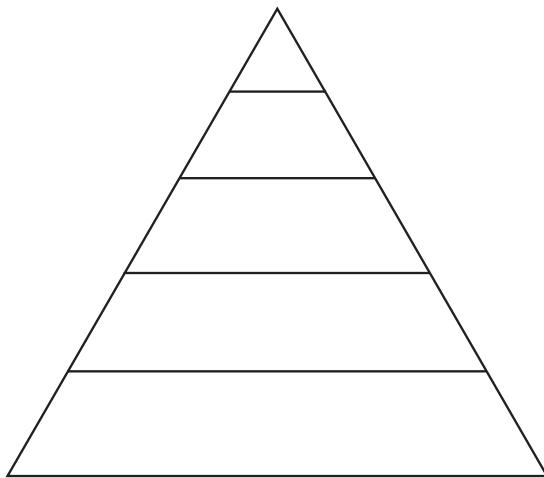


图 1-5 创业人才测评模型



实践训练

创业预演：寻找创业机会

【实践目标】

对创业活动产生兴趣，大致掌握创业活动流程。

【实践准备】

4～6名同学组成创业小组。讨论在校园内进行创业的项目内容及人员分工。

【实践流程】

- (1) 对科学研究或创造发明有浓厚兴趣，发挥主动学习、主动探索、主动实践的积极性，在自身兴趣的驱动和导师的指导下寻找身边的创业机会。
- (2) 自主设计方案、自主开展研究、自主管理项目。
- (3) 注重项目的实施过程，注意积累在项目实施过程中在创新思维、创新实践、创新方法等方面的收获。
- (4) 活动中借助照片、录像、录音、笔记等记录活动过程。
- (5) 创业体验结束后，制作 PPT，总结在寻找选题过程中的收获和感想。小组间可进行交流讨论，评选“创业之星”。

【实践评价】

活动完成后，每人根据自己在实践活动中的主要工作内容和表现进行自我评价，邀请小组同学和教师进行评价，并做好个人的总结与反思（表 1-1）。

表 1-1 实践活动评价

评价内容	评价要点	个人自评	小组互评	教师评价
参与态度	积极行动，团结协作，按期完成实践活动并提交给教师	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆
实践能力	(1) 能够方法得当地培养自己的创新、创业意识 (2) 能够对自己的职业生涯进行合理规划	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆
创新素养	(1) 培养创新精神，不因循守旧，采用新方法解决新问题 (2) 对自己有清晰的认识，树立正确的人生观	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆
自我总结与反思				