

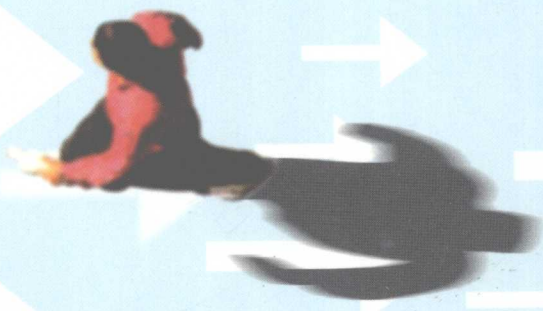
XINBIAN

新编

大学生就业 实用指导

DAXUESHENGJIUYESHIYONGZHIDAO

姜尔岚 吴成国 主编



电子科技大学出版社

新编大学生就业实用指导

姜尔岚 吴成国 主编

电子科技大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生就业指导教育/姜尔岚,吴成国主编. —成都:电子科技大学出版社,2004.8

ISBN 7-81094-593-9

I. 新... II. ①姜... ②吴... III. 大学生—就业—基本知识
IV. G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 082707 号

新编大学生就业实用指导

姜尔岚 吴成国 主编

出版:电子科技大学出版社(成都建设北路二段四号)

责任编辑:许宣伟

发行:电子科技大学出版社

印刷:北京市朝教印刷厂

开本:850mm×1168mm 1/32 印张:8.125 字数:162千字

版次:2004年8月第一版

印次:2006年10月第二次印刷

书号:ISBN 7-81094-593-9/G·95

定价:16.50元

■ 版权所有 侵权必究 ■

◆ 本书如有缺页、破损、装订错误,请寄回印刷厂调换。

编写说明

高校毕业生是我国宝贵的人才资源,科学合理地使用好这批人才资源,充分发挥他们在社会主义现代化建设中的重要作用,对于贯彻落实科教兴国和人才强国战略,实现全面建设小康社会目标,应对我国加入世界贸易组织带来的机遇和挑战;对于启发广大青年求学成才的热情,提高国民的文化科学素质,实现中华民族的伟大复兴,都有着极其重要的意义。在我国高校近年来连续扩大招生,高校毕业生数量迅速增加以及我国加入 WTO 的新形势下,社会主义市场经济体制的建立和完善对毕业生就业制度改革提出了必然的要求,2002 年 3 月,国务院办公厅转发了教育部、公安部、人事部、劳动保障部的《关于进一步深化普通高等学校毕业生就业制度改革有关问题的意见》,提出了毕业生就业改革的方向,建立“市场导向、政府调控、学校推荐、学生与用人单位双向选择”的就业机制。这一就业机制的运行,基础在学校,依赖于以学校为基础的毕业生就业市场体系的完善和高校毕业生就业指导服务体系的建立。这就要求各高校有计划、有组织、有目的地开设就业指导课程,帮助学生正确认识自我,正确认识职业,培养自主地完成职业发展任务的能力和态度,为毕业生正确地设计和选择自己的职业生涯道路打下坚实的基础,实现自身价值与服务祖国人民的统一。

毕业生就业指导是高校教学工作和思想政治教育工作的重要组成部分,是帮助毕业生了解国家的就业方针政策,树立正确的择业观念,掌握求职技巧,顺利就业的有效手段。随着毕业生就业制度改革的深化,毕业生就业指导工作普遍得到重视,高等学校深切感受到在市场经济日益发达、毕业生择业逐步活跃的情况下,就越应该加强毕业生就业指导。

本书是根据我国社会主义市场经济体制不断发展、完善

的趋势和新时期大学生就业的特点，借鉴国内外大学生就业指导的理论与方法，总结了多年从事大学生就业指导工作和思想教育工作的经验，以劳动力市场运行机制和用人单位需求为导向，有针对性地指导、帮助学生树立正确的择业观、就业观和创业观以及良好的择业心理；了解就业政策及程序；掌握求职择业技巧。将毕业生的个人愿望与社会需求和国家需要有机地结合起来，为毕业生顺利迈入社会、开创美好未来打下坚实的基础，实现高校毕业生就业指导工作与社会主义市场经济下的就业体制的接轨。

本教材致力于将大学生就业指导教育与思想政治教育、德育、职业道德教育相结合，并贯穿于大学教育全过程（注：有关专业教育、挫折心理培养、进取意识和竞争意识教育、社会适应能力和创造能力培养、择业观前期教育等内容，安排在第1~6学期的《思想品德修养》和《形势与政策》课程中实施。本教材在此基础上侧重对学生毕业前夕所面临的政策把握、思想教育、择业技巧等问题进行有针对性的教育、指导和帮助），着力突出三个特点（即：蕴涵丰富、导向明确、操作性强）、三种意识（即：超前意识、责任意识、竞争意识）、两种精神（即：创新精神、创业精神）。

大学毕业生就业指导是高校大学生面向社会最实际、最重要的课题，是高校生存与发展的三大环节之一。它是一门新的综合性、实践性、技巧性较强的教育应用学科，涉及到人才学、社会学、心理学、市场学、信息学、应用写作、公关礼仪等多门学科知识，正处在形成发展中，尚待进一步探索完善。

本教材借鉴了国内外最新就业指导教育资料和经验，在此一并表示感谢。由于编写时间仓促，水平有限，书中难免有不足之处，敬请同行专家斧正。

编 者
2004年5月

目 录

第一章 绪论	1
第一节 就业指导概述	1
一、就业指导的含义	1
二、就业指导的主要对象、内容和任务	2
三、就业指导的主要方式	4
第二节 开展就业指导的意义	6
一、有利于大学生顺利就业	6
二、有利于大学生的发展与成才	6
三、有利于人才资源的合理配置	7
四、有利于教育体制改革的进一步深化	8
第三节 就业指导课讲授要求	8
一、教学目的	8
二、教学组织	9
三、教学要求	9
第二章 大学生就业政策	13
第一节 大学生就业的指导思想、基本方针和原则	14
一、大学毕业生就业工作的指导思想	14
二、大学毕业生就业工作的基本方针和原则	15
第二节 大学生就业的基本政策	15
一、大学毕业生就业机制	16
二、大学毕业生就业工作程序	16
三、大学毕业生就业工作基本日程安排	16

四、定向、委培毕业生的就业政策	17
五、到西部地区工作的有关政策	17
六、非公有制单位聘用高校毕业生的有关规定	17
七、鼓励人才合理流动的有关政策	18
八、毕业生参军的主要规定	18
九、毕业生报考国家公务员的有关规定	20
十、毕业生报考攻读硕士学位研究生的有关规定	22
十一、《全国普通高等学校毕业生就业协议书》的 使用和签订	23
十二、应届大学毕业生申请自费出国留学的政策	24
十三、有病的大学毕业生的就业政策	24
十四、结业生就业政策	24
十五、未就业大学毕业生的有关政策	25
十六、派遣和报到	25
十七、毕业生报到期限的有关规定	25
十八、毕业生档案转寄的有关规定	26
十九、调整改派	26
二十、对违约毕业生的有关政策规定	27
第三节 大学生就业行为规范	27
一、按就业政策办事,保障合法的择业权利	27
二、充分运用就业政策,开拓理想的择业之路	28
三、注意把握好各地方、各行业及本校就业规定的 严肃性与灵活性	28
第三章 大学生就业形势分析	30
第一节 大学生就业面临的社会环境	30
一、新的时代背景要求高校毕业生就业工作与之相	

适应	30
二、市场经济体制改革对高校毕业生就业工作提出 了许多新的课题	32
三、高等教育大众化对高校毕业生就业产生了深刻 的影响	33
第二节 大学生就业基本形势分析	34
一、当前高校毕业生就业面临的不利条件	34
二、当前高校毕业生面临的有利条件	41
第三节 高校毕业生就业形势的严峻性	44
一、“三峰叠加”、“三碰头”导致就业形势严峻	44
二、不能良好适应就业市场导致的就业难问题	47
第四章 大学生择业定位	50
第一节 大学生择业定位概述	50
一、大学生择业定位的含义	50
二、大学生择业定位的要素	51
三、大学生择业定位的主客观条件	52
第二节 大学生择业原则	56
一、服从社会需要的原则	57
二、发挥素质优势原则	58
三、有利于发展成才的原则	58
第三节 大学生择业决策	60
一、择业决策的过程	60
二、择业决策的基本程序	62
三、择业决策的思考方法	63
第五章 大学生择业心理调适	65
第一节 培育良好的择业心态	65

一、准确把握就业态势	66
二、掌握正确的认知标准	69
三、调适自己的择业心态	75
第二节 走出择业的心理误区	78
一、坚持换位思考,走出“焦虑”的心理误区	78
二、克服“依赖”,走出“盲从”的心理误区	80
三、克服保守思想,走出“从一而终”的心理误区	81
四、正视挫折,走出“自卑”的心理误区	82
五、保持平常,走出“学而优则仕”的自负心理误区	84
六、正视现实,走出“过分追求完美”的心理误区	85
第三节 树立正确的择业观	87
一、转变择业观念,树立正确的择业观	87
二、胸怀祖国,树立高尚的择业观	91
第六章 大学生就业准备	93
第一节 就业的程序	93
一、收集就业信息	93
二、初步选择	94
三、建立联系	94
四、综合比较,确定目标	94
五、签订就业协议,落实就业单位	95
六、领取毕业生就业报到证	95
第二节 就业信息的准备	95
一、就业信息的来源	96
二、就业信息的收集	100
三、就业信息的处理	105
第三节 自荐材料的准备	110

一、自荐材料的搜集整理与包装	110
二、自荐材料的编写	113
三、网上求职	121
第四节 面试准备	123
一、面试前进行有效的准备	123
二、确定求职目标, 分析可行性	124
三、面试之前的心理与知识准备	126
四、仪表与礼仪的准备	126
第七章 大学生择业方法与技巧	128
第一节 择业方法和技巧是就业成功的关键	128
一、善于展示自己将带来就业机遇	128
二、把握几个原则, 创造就业机会	129
第二节 自荐的方法与技巧	133
一、信函自荐	133
二、电话自荐	136
三、网上自荐	141
第三节 笔试的方法与技巧	147
一、笔试准备	148
二、笔试技巧	149
三、笔试注意事项	150
第四节 面试技巧	151
一、面试前的准备	152
二、面试礼仪	154
三、面试技巧	155
四、面试的注意事项	158
五、面试中经常出现的提问	161

附：测测你的面试能力	162
分数解释参照下述标准：	166
第八章 大学生创业指导	168
第一节 大学生创业概述	168
一、大学生创业是一种新型的就业模式	168
二、大学生创业的意义	169
第二节 大学生创业必备的基本素质	171
一、大学生创业应具备的人格特征	171
二、大学生创业应具备的知识和能力	174
第三节 大学生创业设计	177
一、确立创业目标	178
二、选择创业项目	179
三、筹集创业资金	180
四、创业企业的组建和经营管理	182
附录一 普通高等学校毕业生就业工作暂行规定	185
附录二 关于进一步深化普通高等学校毕业生就业制度改革 有关问题的意见	197
附录三 中华人民共和国劳动法	203
附录四 国家公务员暂行条例	222
附录五 毕业生就业网址推荐	241
附录六 全国省级毕业生就业主管部门一览表	245
后记	249
参考文献	250

第一章 绪 论

当前,我国教育体制改革的步伐不断加快,大学生就业制度的改革面临着新的形势。新的就业制度要求大学毕业生熟悉国家的就业政策,了解社会需求信息,树立正确的择业观,增强择业意识,掌握求职技巧,不断提高主动适应社会需要的能力。开设就业指导课程,不仅是为了帮助大学生适应就业制度改革的新形势,做好就业准备,成功地选择一个踏入社会的初始职业;更重要的是帮助毕业生树立终身职业发展观念,掌握求职和职业发展技能,不断调整自我,适应社会发展,努力实现毕业生就业指导工作由毕业教育向毕业生终身职业发展教育转变,由求职择业技能指导向终身职业发展素质培养转变。

本章简要介绍有关就业指导的基本知识、开展就业指导的意义以及教学要求。

第一节 就业指导概述

一、就业指导的含义

就业指导,也有人将其称为“职业指导”、“职业辅导”。美国职业指导协会将其解释为帮助学生选择职业的过程。为就业做准备的过程,是就业的过程,也是在任职中求发展的

过程。原苏联的社会学家认为：就业指导是一个社会过程，它由职业信息、职业咨询服务、人员选择和职业适应四个部分组成。我国台湾有学者认为：职业指导不独使受指导者知业并适于何业，且需设法为之预备、助其入业，使安于其业并乐于其业。万一入业后不适宜，更当设法使之迁业，务得安居乐业之所。

就业指导有狭义和广义之分。狭义的就业指导是给要求就业的劳动者传递就业信息，帮助劳动者求职与择业，为他们和职业的结合做“红娘”。广义的就业指导就是为劳动者选择职业、准备就业以及在职业中求发展、求进步等提供知识、经验和技能。它包括预测要求就业的劳动力资源及社会需求量，汇集传递就业信息，培养劳动技能，组织劳动力市场以及推荐介绍、组织招聘等与就业有关的综合性社会咨询服务活动。在我国，就业指导还应包括就业政策导向和与之相适应的思想教育工作。简言之，就业指导工作就是为了帮助劳动者根据自身特点和社会职业需要，选择最能发挥自己才能的职业，全面、迅速、有效地与工作岗位结合，实现自己的人生价值和社会价值。

二、就业指导的主要对象、内容和任务

（一）就业指导的对象应是符合国家就业政策条件尚未就业的广大劳动者。具体地说大致包括以下几类人员：

1. 已成年的中小学毕业生；
2. 大中专院校毕业生；
3. 军队转业干部、复员军人；

4. 其他各类待业人员;
5. 其他需要二次就业的人员。

本教材所涉及的主要对象是大学毕业生。

(二) 就业指导的主要内容和任务有三个方面的: 一是政策指导, 二是思想指导, 三是技术指导。

1. 政策指导

政策指导是就业指导的基础。一些毕业生由于对国家的就业政策缺乏了解, 在择业时思想上往往带有很大的随意性和盲目性。学校只有广泛深入地进行政策宣传和教育, 才能指导毕业生把握就业政策, 规范就业行为, 引导毕业生消除择业的困惑, 走出择业的“误区”。

2. 思想指导

思想指导是就业指导的核心。就业指导中的思想指导是把世界观的教育渗透到就业指导工作中, 落实到择业定位、求职道德和成才道路等方面。

要达到这个目标, 首先要帮助毕业生树立正确的择业标准。从个人实际出发, 主动适应社会需要。当前大学毕业生的择业标准总体来说呈现出多样化, 指导毕业生择业的基本原则是把个人理想与国家需要结合起来, 避免和纠正正在择业上的短视行为, 抵制眼前功利的诱惑, 做到以事业为重, 以国家利益为重, 勇于到基层去建功立业。

其次, 要帮助毕业生确立高尚的求职道德, 诚信就业。无论对待用人单位或作为竞争对手的其他同学, 都应采取诚实正直、实事求是、与人为善的态度, 决不能在求职择业时吹嘘自己, 贬低别人, 更不应有拉关系、走后门等不正当竞

争行为。通过就业指导,应该使毕业生懂得,缺乏良好道德修养的人是难以顺利成才的,特别是在当今的商品经济日益发达的环境中,个人的信誉和道德尤为重要。

第三,要帮助毕业生调适就业心理,选择正确的成才道路。一个人能否成才,首先取决于社会的需要,其次才是个人的主观努力。在个人成才的主观努力中,除了智力因素外,非智力因素也是十分重要的。通过思想指导,学校应帮助大学毕业生正确地处理社会需要与个人成才、成才与发财、事业与生活、个人与集体、自己与他人的关系,以提高思想境界,并以积极进取的健康心态,过好“就业关”。

3. 技术指导

求职技巧指导是就业指导的主要内容之一。一般来说,面临就业选择的毕业生,普遍思想准备不足,有惶恐感。他们不清楚国家的就业政策,不了解自己应有的权利和义务,更不知道应该如何行使自己的权利。至于具体的就业程序、应聘技巧、个人自荐材料的准备以及应有的礼仪和言谈举止等等问题,均需要进行必要的指导。这样,可以避免由于种种技术原因造成的就业障碍。

三、就业指导的主要方式

(一) 提供职业信息

职业需求信息是大学生求职择业的基础,为大学毕业生提供大量准确的职业需求信息无疑是就业指导的一种重要方式。职业需求信息可由学校就业机构集中统一发布,也可建立信息库供毕业生查询,还可由用人单位通过广告形式直接

向求职者公布。其重点是对信息进行分类整理统计,并对就业形势进行预测分析。

(二) 帮助大学生进行自我评价

就业指导人员通过谈话、观察、问卷调查、心理测试等方式,对毕业生的气质性格、知识能力、优缺点等方面进行客观评价,并把这种评价提供给毕业生。帮助毕业生正确认识自己,根据自身的特点和优势,扬长避短,选择适合自己、能发挥自己特长的职业。

(三) 开展择业咨询

所谓咨询,就是请教、商量、劝告的意思。择业咨询,也就是回答大学生有关就业的一些问题,为大学生选择职业提供一些意见和建议,包括对一些问题的共同探讨和平等协商。这种咨询既可是面对面的,也可是书面的、电子的、网上的;既可是正式的,也可是非正式的。咨询的内容包括职业信息、自我评价、就业政策、择业心理、求职技巧等各个方面。提供咨询者既可是教师或就业指导人员,也可是家长、亲友、同学、校友。这种就业指导方式的特点是针对性强,不受时间和地点的限制,气氛宽松,灵活多样。

(四) 进行就业教育

就业教育与择业咨询相比就要严肃和正式得多。它主要采用教与学、讲与听的形式来解答大学生就业过程中面临的各种问题。最常用的就业教育形式包括:为大学生开设系统的就业指导课程,不定期地举办就业指导讲座,个别谈话式的就业教育等。主讲人多是具体从事就业指导工作、经验丰富的教师或就业指导等部门的领导。此种就业指导方式的主

要特点是内容正规、系统、全面，所提供的就业信息、就业政策具有较高的权威性和准确性。

第二节 开展就业指导的意义

一、有利于大学生顺利就业

大学生是全面建设小康社会的生力军，是社会主义现代化建设的中坚力量。大学毕业生能否顺利就业，从个人方面讲，关系到自身将来的发展成才和人生价值的实现；从社会方面讲，关系到国民经济的发展和社会的稳定；从教育本身来看，关系到教育目标的最终实现。

当然，大学毕业生能否顺利就业主要取决于社会的需求以及自身的素质。但在新的就业制度下，就业指导无疑会帮助大学生用正确的价值观念、道德标准和行为规范参与求职择业活动，增强适应新的就业形势的能力，提供准确的社会需求信息和求职择业的基本技巧，为毕业生正确地设计和选择自己的职业生涯打下坚实的基础，从而为大学毕业生顺利就业搭起桥梁、铺平道路。

二、有利于大学生的发展与成才

一个人为社会贡献的大小、生活方式的选择以及发展与成才，在相当大的程度上取决于他的职业。择业是人生关键性问题之一，它直接影响到个人的前途和发展，如果处理不好，将在人生的道路上出现波折。因此，职业的选择，是对