



就业政策

与择业技巧

主审◎陈云棠

主编◎仇存进 尹 娟

河海大学出版社

主审◎陈云棠

主编◎仇存进 尹 娟

编委 (以姓氏笔画为序)

王 娟 仇存进 尹 娟

李明卿 周欢欢 祝启军

徐自然 谢胜越



就业政策

与择业技巧

江苏工业学院图书馆

藏书章

图书在版编目(CIP)数据

就业政策与择业技巧/仇存进,尹娟主编. —南京:
河海大学出版社, 2008. 8

ISBN 978-7-5630-2508-4

I. 就… II. ①仇… ②尹… III. 大学生—职业选择—基本知识 IV. G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 120765 号

- 书 名 就业政策与择业技巧
书 号 ISBN 978-7-5630-2508-4/G·711
责任编辑 隋亚安
特约编辑 谢 云
封面设计 杭永鸿
出版发行 河海大学出版社
地 址 南京市西康路 1 号(邮编:210098)
电 话 (025)83737852(总编室) (025)83722833(发行部)
经 销 江苏省新华书店
印 刷 南京捷迅印务有限公司
开 本 787 毫米×960 毫米 1/16 15 印张 286 千字
版 次 2008 年 8 月第 1 版 2008 年 8 月第 1 次印刷
定 价 25.00 元

前 言

高校毕业生是宝贵的人才资源,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,有着极其重要的意义。

随着我国高等教育的大众化,高校毕业生数量迅速增加,随之带来了就业制度的重大变革,建立了以市场为导向的就业新模式。如何使我们的学生适应新的形势,运用正确的价值观念、道德标准和行为规范求职择业,成为迫切需要解决的问题。因此,对学生进行科学有效的就业指导,提供准确的社会需求信息,教授求职择业的基本技巧,帮助学生顺利就业,成为高等学校义不容辞的责任。

本书系统地阐述了大学毕业生就业、创业指导的基本理论、基本方法,以及求职择业的原则和技巧,力求全面准确地贯彻和体现我国关于大学毕业生就业与创业的一系列法律法规和方针政策,介绍了大学毕业生就业和创业指导的新内容和做法。全书共九章,包括绪论、高校毕业生就业形势和政策、就业程序与途径、就业信息的收集及使用、就业求职材料的制作、就业自荐艺术与技巧、就业面试技巧、就业协议书的签订、角色转化与职业适应等内容。本书以实用、创新为特色,吸收了国内外就业、创业指导的最新成果,结构严谨,具有创新性、科学性、可操作性强等特点,可作为本科院校和各类高职高专院校开设就业创业指导课程的教材,也可作为从事就业创业指导工作的人员及其他择业人员的培训教材和自学参考书。

本书由陈云棠任主审。仇存进、尹娟任主编。参与本书策划与编写的人员有:仇存进(第一章)、徐自然(第二章)、李明卿(第三章)、王娟(第四章)、祝启军(第五章)、尹娟(第六章、第七章、第九章)、周欢欢(第八章)、谢胜越(附录)。

由于作者水平有限,加之时间仓促,书中难免有不足之处,敬请专家及广大读者批评指正。

本书在编写过程中借鉴了国内外就业指导方面的著作以及论文、报刊资料,在此,谨向原作者表示衷心的感谢!

编 者
2008年8月

目 录

第一章 绪论	1
第一节 就业指导概况	2
一、就业和就业指导	2
二、就业指导的历史	3
三、我国就业指导的现状	4
第二节 就业指导的内容	5
一、理论指导	5
二、政策指导	6
三、信息指导	7
四、心理指导	7
五、技术指导	8
六、创业指导	9
第三节 就业指导的意义和方法	9
一、大学生就业指导的意义	9
二、大学生就业指导的方法	15
第二章 高校毕业生就业形势与政策	19
第一节 高校毕业生就业的形势	20
一、当前大学生就业形势	20
二、当前就业形势的有利因素	20
三、缓解当前大学生就业形势的措施	21
第二节 高校毕业生就业的趋势	22
一、人才供求关系发生了变化	22
二、社会对学历层次要求进一步趋于理性	23
三、需求不平衡	23
四、用人单位对毕业生的要求进一步提高	23
五、国家机关、事业单位需求量发生变化	24
六、非国有单位形成就业新热点	24



七、农村对人才的需求进一步加大	24
第三节 高校现行的就业方针政策	25
一、国家就业政策	25
二、地方就业政策	31
第三章 高校毕业生就业的程序与途径	36
第一节 就业程序	36
一、就业管理部门的一般工作程序	36
二、高校毕业生自身的择业程序	39
第二节 人才市场与就业途径	41
一、高校毕业生就业市场的形式与特点	41
二、高校毕业生的就业途径	44
第四章 就业信息的收集及使用	53
第一节 就业信息的内容与特征	54
一、就业信息的内容	54
二、就业信息的特征	56
第二节 就业信息的收集	57
一、就业信息收集的分类	58
二、就业信息收集的渠道	59
第三节 就业信息整理和使用	62
一、就业信息的整理	62
二、就业信息的使用	65
第五章 高校毕业生求职材料的制作	69
第一节 求职简历的内容和要求	70
一、简历的基本内容	70
二、简历的种类	71
三、简历的制作技巧	73
四、编制简历需要注意的几个问题	74
五、英文简历写作特点	75
六、中英文简历模板参考	80
第二节 求职信的书写	82
一、求职信的内容	82
二、求职信的写作技巧	84
三、书写求职信的注意事项	85

四、英文求职信的书写	86
五、中英文求职信范文	87
第三节 其他材料	90
第六章 就业的自荐艺术与技巧	94
第一节 自荐的方法和技巧	95
一、自荐的种类	95
二、自荐的方法	95
三、自荐的技巧	96
第二节 用礼仪展示最佳职业形象	97
一、着装修饰	98
二、形象打理	101
三、举止礼仪	102
第三节 克服交往恐惧症	104
一、人际交往的动机	104
二、人际交往的作用	106
三、克服社交恐惧症	107
第七章 就业面试技巧	112
第一节 面试的作用、形式、种类及内容	113
一、面试的作用	113
二、面试的形式与种类	113
三、面试的内容	116
第二节 面试前的准备工作	120
一、面试心理准备	120
二、了解用人单位	120
三、自我介绍准备	121
四、语言能力训练	121
第三节 面试中的应答技巧与策略	121
一、面试方法和技巧	122
二、面试策略	125
三、面试后的工作	127
第八章 高校毕业生就业协议书的签订	132
第一节 就业协议书	132
一、就业协议书的概念	132



二、就业协议书的作用	133
三、就业协议书的格式和内容	133
四、就业协议书与劳动合同	136
第二节 就业协议书的签订	137
一、签订就业协议书的方法	137
二、签约的心理	138
三、签约后的事宜	139
第三节 就业协议书的注意事项	141
一、签订就业协议书应注意的问题	141
二、毕业生就业时常遇的个案问题与解析	145
第九章 角色转化与职业适应	158
第一节 实现从学生到职业人的角色转换	159
一、正确认识角色转换	159
二、角色转换的实现	162
第二节 职业适应	163
一、调整正确的工作态度	163
二、建立和谐的人际关系	165
三、融入特定的企业文化	167
四、培养良好的职业道德	168
附录	172
附录一: 中华人民共和国劳动法	172
附录二: 中华人民共和国劳动合同法	183
附录三: 普通高等学校毕业生就业工作暂行规定	197
附录四: 中华人民共和国公务员法	204
附录五: 关于选聘高校毕业生到村任职工作的实施意见	219
附录六: 毕业生派遣的流程及须知	223
附录七: 毕业生就业协议书、单位录(聘)用审核备案表、就业推荐表	225
附录八: 毕业生就业网址推荐	228
参考文献	229

第一章

绪 论

【学习目标】

1. 了解就业指导的概况、历史和现状；
2. 掌握就业指导的内容和意义。

【案例导入】

我是专科一年级的学生,学的是计算机应用专业,可是我比较喜欢管理类的专业,我也经常到学校的电子阅览室看有关企业管理方面的杂志,我认为多看一点(企业类的)会对我有所帮助,你认为我这样做是否可取?

现在我不知道该如何定位自己,是学好本专业还是把管理作为自己未来的职业?但是管理又是否需要很高的学历呢?怕自己三年后什么都没学成,连工作都没有。我到底该怎么办呢?

很显然,这位学生遭遇了职业兴趣与所学专业不匹配的矛盾,内心很困惑,不知道下一步该如何选择。像这位学生的情况,在大学里是非常多的,这给我们就业工作提出了新的要求,那就是在就业指导和课程教育上狠下工夫,科学地开展就业指导工作,帮助学生合理地规划自己的职业人生。

(摘自《三江学院就业工作手册》)

在我国社会主义事业发展的新阶段,高等学校承担着发展高等教育事业、培养高素质人才、实施科教兴国战略、促进社会主义物质文明和精神文明建设发展的重任。党和政府已将教育纳入战略发展重点和现代化建设的整体布局中,教育作为先导性、全局性、基础性的文化事业,被摆到优先发展的战略地位。跨入新世纪,我国进入了全面建设小康社会、加快推进社会主义现代化的新的发展阶段。在我国高等教育已实现了由“精英化”向“大众化”转变的新的形势下,大学毕业生就业工作的基本思路应以“十七大”精神和“三个代表”重要思想为指导,紧紧围绕国家经济发展和社会稳定的大局,采取积极有效的措施,转变大学生的就业观念,建立“市场导向、政府调控、学校推荐、学生和用人单位双向选择”的新型就业机制。开设就

业指导课程,就是帮助大学生熟悉国家的就业政策,增强择业、就业、创业意识,掌握求职的方法和技巧,提高主动适应社会的能力。

第一节 就业指导概况

学校进行就业指导,首先要了解就业的含义,掌握就业指导的概论和相关职业的基本情况。

一、就业和就业指导

就业和就业指导是两个相关而又不同的概念。用通俗的语言说,就业是劳动者去从事某种职业,就业指导就是帮助劳动者选择适合自己的职业。

(一) 就业的含义

就一般意义而言,就业是指劳动者同生产资料相结合,依法从事一定的社会劳动并取得劳动报酬或经济收入的活动。主要包含两层意思。

1. 就业的基本要素

劳动者同生产资料相结合是就业定义的第一层含义,这说明劳动者与生产资料是构成就业的两个基本要素。劳动者是具有一定劳动能力的人,是生产活动的主体。生产资料是劳动对象和劳动工具的统一,是生产活动中物的因素。劳动者同生产资料相结合,处于一定的生产关系之中,就构成社会生产力。

2. 就业应具备的基本条件

就业定义还包含了就业的三个基本条件。一要从事社会劳动。因为就业是劳动者与生产资料在一定的生产关系中实现的,所以就业要受到生产关系即社会关系的推动和制约,总是同社会的现状和发展密切相关。从这个条件看,从事自己的家务劳动,就不是就业。二是得到社会的承认。就业必须是从事满足他人和社会需要的有效劳动。如游泳,一般只是个人的爱好,但如果成为职业游泳运动员,得到社会的承认,就是就业。三要有报酬和收入。对劳动者个人来说,就业就是获得生活资料的主要手段。因此,无酬劳动,如在校的学生所从事的学业就不是就业。

大学生的就业,是指完成学业的大学毕业生,根据国家的有关政策,按照一定的程序,在社会中从事一定的社会劳动并取得劳动报酬或经济收入的活动。

(二) 就业指导的含义

就业是全社会所有具备劳动能力的人所面临的最普遍、最基本、最重要的现象。人的基本职责是劳动。人要维持生活,就得工作,同时在工作中实现自己的价

值,为社会做出贡献。为了实现自己的价值,为社会做出贡献,劳动者必须选择最能发挥自己作用的工作。与生产资料和工作岗位全面、迅速、有效地结合,为这种结合而开展的工作就是就业指导。

就业指导,也可称为“求职择业指导”、“职业指导”或“职业辅导”,它有狭义和广义之分。狭义的就业指导就是充当寻求就业的劳动者与具体职业的“中介人”的角色,帮助劳动者求职择业。广义的就业指导就是以被指导者的自身特点、意愿与社会职业的需要相协调为前提,帮助劳动者选择职业、准备就业以及在职业中求发展、求进步并提供知识、经验和技能,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。就业指导的目的是使无业者有业,有业者敬业,敬业者乐业,乐业者创业;不仅使接受指导的人知道自己适于何种职业,且需设法助其入业,尽可能使其乐业、成业。有学者认为:职业指导不仅要使受指导者知业进而明确自己适于何业,且需设法助其入业,使之安于其业、乐于其业。万一就业后不适宜,更当设法使之迁业,务得安居乐业之所。这就是说就业的过程是一个帮助求职者选择职业的过程、为就业做准备的过程、在任职中求发展的过程,也就是对就业、敬业、创业进行全程指导。

对大学生的就业指导是广义上的就业指导,是为了帮助大学生根据自身特点和社会职业需要,选择并确定有利于发展个人才能和实现个人理想的职业,帮助大学毕业生按照国家就业政策的导向,及时落实用人单位或自行创业,并为其就业后发展成才、创立事业提供帮助和指导,使其正确地实现自己的人生价值和社会价值。从根本上说,就业指导的目的就是要帮助大学生树立正确的世界观、人生观、价值观,提高素质,增强毕业生适应经济建设和社会发展的能力。一方面要为全面提高学生的素质和其顺利就业提供多方面的服务;另一方面则是要帮助和引导学生根据自身特点和社会职业的需要,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,实现其人生价值和社会价值。

二、就业指导的历史

就业指导是伴随人类的职业分工而产生的。但是作为一种专门的社会服务工作这种现代意义上的就业指导,萌芽于19世纪末,于20世纪开始发展起来。由于现代社会的迅速发展,社会分工越来越细,新的职业不断涌现,可供人们选择的职业种类和数量越来越多,为满足求职者对选择合适的职业的需要,就业指导工作也就应运而生。在资本主义劳动市场发展较早的国家,一些学校为了使自己的毕业生适应资本主义劳动市场的需要,开始对学生进行就业指导。据说早在1894年,美国加州工艺学校就有人推行就业指导,就在这一时期,一些有关就业指导的论著也开始出现在报纸杂志之中。20世纪以后,就业指导工作在美国、德国、英国、法



国等国家的一些学校相继开展并逐步普及。1910年,美国第一次职业指导大会召开。随后,美国职业指导协会成立,并开始出版有关的定期刊物——《职业》。1911年,哈佛大学首先在大学生中开设了就业指导讲座,以后推广到其他学校。美国高校都成立了就业指导机构,帮助学生参与竞争,寻找理想的职业。德国的大学毕业生是自谋职业,但德国联邦劳动局与高校合作指导大学生就业,高校的任务是培养学生正确的职业观,德国联邦劳动局直接参与学生的咨询工作,帮助学生进行职业定向,实施职业规划,做出就业决策。20世纪50年代,“国际职业指导协会”(后更名为“国际教育与就业指导协会”,即IAECG)正式成立,开展职业指导的国家和地区更为广泛。之后,高校的就业指导在全世界范围内逐步开展。

我国就业指导早在20世纪初就出现端倪,并在实践中得到一些发展。1916年,清华大学为了指导学生择业,发起了职业演讲活动,聘请名人、专家进校演讲职业问题,指导学生填写工作志愿,以预测就业趋势,并为确定学科提供依据;1925年,清华大学编写《职业指导实施》一书。中央大学、东南大学等也相继设立了职业指导机构,并提出了“使无业者有业,使有业者乐业”的宗旨,国民政府有关机构还通过了推行职业指导的议案并制定了实施办法。应该承认,当时中国的职业指导者确实为社会做了许多有益的工作,使中国的职业指导从无到有。

三、我国就业指导的现状

新中国成立后,国家对劳动力就业采取计划安排的办法,所以就业指导一度被思想教育所取代。改革开放以后,就业指导逐步展开。1979年,我国出现了一种新的社会劳动组织形式——劳动服务公司。它拥有组织、培训、输送、调节社会劳动力等职能。20世纪80年代初,各地开始设立人才交流中心,为再就业人员谋求职业提供服务。80年代中期,北京、上海一些职业中学开始试行职业指导。当时劳动人事部等有关部门还编写了《就业指导》等培训教材。随着高校毕业生就业制度改革的深入,高校毕业生就业指导应运而生。1988年,国家教委学生司出版了《大学生求职择业指导》。在高校改革中,深圳大学率先提出了“学生交费上学、毕业生不包分配”,并成立了就业指导中心,为学生就业服务。

20世纪90年代,国家教委成立了全国高等学校毕业生就业指导中心,并要求各地和各学校也要逐步建立就业指导机构并开展工作。国家教委学生司和全国高校毕业生就业指导中心还定期发行《毕业生就业指导》,许多省、市和高校纷纷建立毕业生就业指导中心,出版了一批诸如《大学生求职择业指导》、《大学生求职择业手册》之类的书籍和《大学生就业指导》等教材,并为毕业生开设了就业指导讲座。

1993年,中共中央、国务院颁布的《中国教育改革与发展纲要》提出高校毕业生就业制度改革的重大举措,高校毕业生由计划经济条件下的统包统分、包当干部

的就业制度转变为少数毕业生由国家安排就业、多数毕业生自主择业的就业制度。同年 11 月,中国共产党十四届三中全会通过的《中共中央关于建立社会主义市场经济体制若干问题的决定》中明确提出“改革劳动制度,逐步形成劳动力市场”,“发展多种就业形式,运用经济手段调节就业结构,形成用人单位和劳动者双向选择、合理流动的机制”,“发展市场中介组织”。毕业生就业工作开始成为社会 and 高校关注的热点。从 1994 年起,全国高校毕业生就业指导中心举办毕业生就业指导人员和助理教师培训班。1995 年,国家教委办公厅发出了《关于在高等学校开设就业指导选修课的通知》。1997 年,全国高校毕业生就业指导中心制定了《大学生就业指导教学大纲》。2002 年,国务院办公厅转发了教育部、公安部、人事部、劳动保障部《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》(国办发[2002]19 号),为今后一个时期高校毕业生的就业提出了指导意见。2003 年,教育部又发出了《关于进一步深化教育改革,促进高校毕业生就业工作的若干意见》。这些都对高校毕业生制度的改革、对整个高等教育的改革以及社会用人制度的改革带来了重大而深远的影响。2005 年 6 月 25 日,中共中央办公厅、国务院办公厅发布了《关于引导和鼓励高校毕业生面向基层就业的意见》。2006 年,中组部、人事部、教育部、财政部、农业部、卫生部、国务院扶贫办、共青团中央又联合发出了《关于组织开展高校毕业生到农村基层从事支教、支农、支医和扶贫工作的通知》。2007 年,中共中央组织部出台了“5 年向农村输送 10 万大学生村官”的文件,这些都预示着大学生就业指导工作将进入一个新的阶段。

第二节 就业指导的内容

大学毕业生就业指导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、保障毕业生顺利就业的有效手段,其主要内容包括以下几个方面。

一、理论指导

理论指导是就业指导的重要内容,主要是对大学生进行思想教育,帮助大学生科学地认识和对待就业。这是由我们国家的性质和高等教育的培养目标所决定的,也是做好大学生就业工作的必然要求。理论指导要重点解决好以下几个问题。

(一) 树立正确的就业观念

就业是大学生毕业走向社会的转折点,但就业所反映的不仅是如何找到用人单位,它直接关系到事业的成功与否,因此,就业观念要解决的基本问题是,如何把大学生培养成为适应社会发展的高素质人才,也就是说,职业生涯设计应该成为大

学生从进入高校时就开始的关注点。就业的理论指导和大学生的学习目的教育应该融为一体,贯穿于学习阶段的全过程。

(二) 树立正确的择业标准

总的来说,当前大学生的择业标准呈现多样化的趋势。指导毕业生就业的基本原则是把个人理想与国家需要结合起来,从实际出发,适应社会发展的要求。大学生通过理论指导,能避免和纠正择业中的短期行为,能正确处理社会需要与个人成才、事业与生活、个人与集体等各种关系,抵制眼前功利的诱惑。

(三) 确立高尚的求职道德

市场经济是法制经济,也是道德经济。大学生的道德修养和个人信誉,对其成才和发展是极为重要的,在求职过程中也同样重要。通过理论指导,大学生在就业过程中做到实事求是,诚实正直,与人为善,决不能在求职时吹嘘自己,贬低别人,也不能欺骗用人单位或不讲信誉。求职道德是大学生素质的重要展示,是给用人单位留下的第一印象。高尚的求职道德有助于培养高尚的品行,使人终身受益。求职的不道德或不讲信誉,其后果是失去用人单位的信任。某个人的不道德,有时不仅影响到他本人,甚至也会对他入产生不利的影响,给求职者和用人单位之间带来障碍。

二、政策指导

政策指导是就业指导的前提。大学生就业政策是国家制定的高层次人力资源配置准则的体现,是调控、约束、引导毕业生择业行为的基本依据。任何人都可以在就业政策允许的范围内自由择业。

(一) 指导就业政策

大学生通过就业指导,能充分了解国家制定的全国性的就业政策,有关部门和省、市制定的行业性和区域性就业政策以及所在学校制定的具体实施意见,按有关规定就业。对毕业生就业工作的方针,教育部文件明确规定:要贯彻统筹安排,合理使用,加强重点,兼顾一致和面向基层,充实生产、科研、教学第一线的方针。在保证国家需要的前提下,贯彻学以致用、人尽其才的原则。有些行业性或区域性的就业政策,会对专业要求、生源指标、学历条件等做出规定。所在学校一般会根据国家政策和地方政策提出工作意见,为大学毕业生就业提供政策依据和相关规程。

(二) 指导劳动法规

《中华人民共和国劳动法》(简称《劳动法》)是调整劳动关系的基本法律。大学生就业指导的实质是与用人单位建立劳动合同关系。《劳动法》指导大学生依法办事,维护自身的权益,履行应尽的义务。如《劳动法》规定:妇女享有与男子平等的就业权利。又如“违反法律、行政法规的劳动合同,采取欺诈、威胁等手段订立的劳

动合同”为无效合同,等等,都是大学生应该懂得的。

(三) 就业指导工作程序

毕业生就业工作程序在教育部统一布置和要求下进行,一般从毕业生在校最后一年开始。对大学生进行就业工作程序的指导,有利于大学毕业生在规定的时间内收集信息,参与双向选择、进行毕业鉴定、办理报到手续等,但不影响学校正常的教学秩序和学生的学习。

三、信息指导

就业信息是求职择业的基础。获得的就业信息越广泛,求职的视野就越开阔;就业的信息运用得好,求职的成功率就越高。因此,对大学生进行信息指导是就业指导不可缺少的内容。

(一) 对国家宏观就业形势的分析指导

国家宏观的就业形势关系到劳动力市场的供需关系,与毕业生能否充分就业有关。某一类专业人才市场的供需情况,又直接影响该类专业毕业生的就业。帮助大学生了解就业的大形势,有利于毕业生做出合理的就业定位,使其主观期望符合社会的实际,能够及时、顺利地就业。

(二) 对收集具体就业信息的指导

这一指导是帮助毕业生提高收集信息和利用信息的能力。信息是当今时代的重要特征,收集的有效信息越多,选择的余地就越大;充分、准确地掌握和利用有效信息能够做出令人满意的就业选择,在一定程度上,也直接影响到职业的选择和事业的发展。

四、心理指导

随着就业竞争的日趋激烈,近年来,大学生择业的心理问题呈上升趋势,各种心理障碍和心理疾病不断影响大学生顺利走向社会。因此,运用心理学的原理和方法,针对大学生心理发展特点和择业中暴露出来的心理问题,进行择业心理教育与指导,是十分重要的。

(一) 择业心理的指导

对大学生而言,就业是从职业理想变为社会现实的转变。在这一过程中,良好的心态、充分的心理准备是很重要的。大学生应该面对现实,一切从实际出发,处理好理想与现实的关系。一般来说,大学生择业时都有较高的心理期望值,这是正常的,但脱离现实、好高骛远的想法是不正确的。大学生择业心理指导要解决的就是帮助大学生做好既要树立远大理想又要进行艰苦奋斗的心理准备,正视社会、适应社会。



（二）增强心理承受力的指导

在择业的过程中会碰到各种障碍,受到各种挫折。指导大学生正确对待挫折,增强心理承受力是很重要的。在择业中很可能产生来自两个方面的心理不平衡。一是自我评价和社会评价不一致时产生的,二是自己与同学在学校中的比较和在社会时的评价不一致时产生的。要帮助大学生树立自信心,正确地估计自我,保持良好的心理素质。

（三）心理健康的指导

大学生的心理和生理的成熟程序存在差异,自我心理调节能力的发展明显滞后。进行及时、有效的心理健康教育与指导,不仅有助于毕业生做好择业心理准备,而且有助于心理问题的预防 and 解决;不仅有利于大学生正确认识自我,从个性心理特征设计择业目标,而且也有利于大学生尽快适应职业,完成角色转换,实现人生价值。

五、技术指导

求职方法与技巧的指导具有较强的实用性。在“公平竞争、择优录用”原则的指导下,用人单位通过自荐、面试、笔试等方式来招聘录用人才。因此,指导大学生掌握求职的方法与技巧对保证求职的成功具有重要的意义,可以帮助毕业生提前做好充分的准备。

（一）自荐技巧的指导

在招聘过程中,自荐是求职的首要环节。指导自荐技巧是为了帮助大学生和用人单位进行有效的沟通,使大学生能真实地介绍自己,充分地展示自己的特长,使用用人单位在求职者自荐的过程中感觉到求职者的能力和潜力。所以自荐技巧的基础不是自我拔高而是自我展示,不是花哨而是一种艺术。

（二）面试技巧的指导

一般情况下,面试是招聘录用中关键的环节,用人单位能直接考察和了解求职者的情况。在面试过程中,掌握一定的技巧,往往是成功面试的重要因素。求职的大学毕业生经过面试技巧的指导,就能在面试时有充分的准备,可以有针对性地进行答辩和应对,和用人单位进行很好的沟通。为大学生提供面试技巧的指导,不仅可以帮助大学生顺利就业,而且能使大学生学到更多的人际交往知识。

（三）礼仪的指导

礼仪是给人的第一印象,求职者的礼仪是非常重要的。首先是衣着,能够体现求职者的形象;其次是礼貌,能够体现求职者的涵养;第三要热情,热情能给人以好感,也能反映求职者的精神状态。求职礼仪的指导可以帮助大学生充分展示出应有的文明、礼貌和修养。因此,礼仪的指导不仅是大学生求职的重要帮助,而且对

提高他们的素质也会起一定的作用的。良好的礼仪应该在大学生的日常生活中养成。

六、创业指导

创业不仅是指求职者到用人单位去工作后创立的业绩,而且也包括大学生创立自己的事业。随着科学技术的迅速发展,社会竞争的日趋激烈,大学毕业生只有尽快地适应社会,不断创造新的业绩,才能适应现代社会发展的要求。因此,对大学生进行创业教育与指导,使其树立创业的信心和决心,掌握创业的途径与方法,是具有现实意义的。

(一) 对创业精神的指导

创业精神对当代大学生尤为重要。时代的发展、社会的进步、高科技的创新、经济制度的变更,孕育了一个创业的时代。每个有望实现自己的价值、发挥自己才能的大学生都应在时代的舞台上开创一片属于自己的事业。创业精神的培养应融入高校教育的全过程,这样才能使大学生有新的理念,有新的作为。

(二) 对自主创业的指导

自主创业将越来越成为青年一代谋求职业的重要途径。以市场需求为主导的社会主义市场经济体制激发了人们的积极性和创造性。国家的就业渠道和可以选择的职业空间也在向新的行业、新的职业拓展。现成的、长期一贯的职业将越来越少,现代化的、适应新时代的、具有创造性的新型职业将不断产生。青年一代积极投身创业比谋求社会既成的职业更具有挑战性。创立个人的事业更能发挥自己的聪明才智与主动性和创造性,更能灵活、恰当地与社会需求融合在一起,使个人价值得以实现,更快地走向成功。对大学生自主创业的指导,在就业指导中是个新的领域。而这一指导,对大学生面向现代化、面向世界、面向未来具有非常积极的意义。

第三节 就业指导的意义和方法

大学毕业生的就业得到社会各方面的关注,因为这既关系到经济的发展和社会的进步,又关系到高等教育改革目标的实现,更关系到大学生自身的发展、成才和人生价值的实现。

一、大学生就业指导的意义

(一) 有利于国家经济建设和社会稳定

现代世界的竞争实质上是人才的竞争。江泽民同志在 2000 年亚太经合组织