

忻州职业技术学院校本教材

关注就业 把握未来

—大中专学生就业指导读本

主编：张存来



就业指导

忻州职业技术学院校本教材

关注就业 把握未来

—大中专学生就业指导读本

主编：张存来



山西出版传媒集团

○三晋出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

关注就业，把握未来：大中专学生就业指导读本 / 张存来主编. — 太原：三晋出版社，2010.10
ISBN 978-7-5457-0292-7

I. 关… II. 张… III. ①高等学校：技术学校—毕业生—就业—基本知识 ②专业学校—毕业生—就业—基本知识 IV. ① G717.38 ② G718.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 191462 号

关注就业 把握未来——大中专学生就业指导读本

主 编：张存来

责任编辑：朱慧峰

助理编辑：薛勇强

装帧设计：郭智勤

出版发行：山西出版传媒集团·三晋出版社

地 址：太原市建设南路 21 号

电 话：(0351) 4956036 (咨询) 4922268 (邮购)

传 真：(0351) 4922102

网 址：<http://sjs.sxpmg.com>

邮 编：030012

E-mail：sj@sxpmg.com

经 销 者：新华书店

印刷装订：山西三联印刷厂

开 本：787mm × 960mm 1/16

字 数：240 千字

印 张：12.5

版 次：2010 年 10 月第 1 版

印 次：2010 年 10 月第 1 次印刷

印 数：1—4 000 册

书 号：ISBN 978-7-5457-0292-7

定 价：20.00 元

版权所有，翻印必究。本书图文未经书面授权，不得以任何方式转载或公开发表。

忻州职业技术学院校本教材编委会

主任：晋原平

委员：朱建明 郝志璟 冯志远 吴培英 邬计林

本册主编：张存来

副主编：郭志科 孙玉如

编委（以姓氏笔画为序）：

孙玉如 张存来 杨万恒 宫佩枝 郝静

胡永和 康向东

前 言

从 20 世纪 90 年代开始，我国大中专学生的就业政策逐步与市场经济接轨，从国家统包分配，逐渐发展到在人才市场上自主择业。随着高等教育的大众化，我国大中专毕业生的就业压力与日俱增，已经是全社会不可忽视的一个重要问题。可以这样说，谁关心大中专毕业生的未来，谁就是在关心我们这个社会的未来。

因此，在激烈的市场竞争中，如何能够从众多的竞争者中脱颖而出，成为每个大中专学生都极为关注的话题；如何面对现实，使大中专毕业生的择业观与社会实际相吻合，掌握正确的求职方法和择业技巧极其重要。

未来的不确定性是现代就业市场的一大特点，但就业市场也为广大大中专毕业生提供了众多的发展机会。为了充分利用这些机会，毕业生必须熟练掌握择业技巧，包括甄选、自荐、面试、笔试等多个方面。我们正是立

足于高、中职学生的就业现状，而编写了这本就业指导用书，其目的就在于引导每位学生树立正确的人生观、就业观，直面自身，直面就业，直面职业发展生涯。

全书分“动态发展的职业需求”、“职业生涯规划”、“就业的准备”、“择业的程序和方法”、“就业权益保护”、“适应社会，走向成功”、“护理专业毕业生就业须知”、“机械设计制造类专业毕业生就业须知”、“会计类专业毕业生就业须知”、“职业形象设计实训”等十部分，从当前就业的社会热点出发，给予学生具有可操作性的就业指导。另外，本书也可作为高等职业院校、中等职业学校就业指导的教学用书。

全书共十章，第一章、第六章由孙玉如编写，第二章、第四章由杨万恒编写，第三章、第五章由宫佩枝编写，第七章由郝静编写，第八章由胡永和编写，第九章由张存来编写，第十章由康向东编写。

由于我们水平有限，加之时间仓促，疏漏之处在所难免，恳请同行和读者批评指正，以便进一步修订完善本书，为广大学生发展、就业提供更好的服务。

编 者

2010年6月

目 录

前 言	/1
第一章 动态发展的职业需求	/1
第一节 职业发展趋势	/2
第二节 就业市场与就业环境	/3
第三节 我国的就业制度与政策	/10
第二章 职业生涯规划	/15
第一节 职业生涯规划流程	/15
第二节 职业生涯规划的原则和方法	/18
第三节 自我设计,合理定位	/23
第四节 选好单位与岗位,力求做到个性特长与职业匹配	/26
第三章 就业的准备	/39
第一节 就业形势分析判断	/39
第二节 就业前的心理与信息材料准备	/43
第三节 就业的知识和技能准备	/48
第四章 择业的程序和方法	/53
第一节 择业的程序	/53
第二节 求职方法的种类	/55
第三节 自荐的方法与技巧	/70
第四节 如何应对面试、笔试	/73

第五章	就业权益保护	/87
第一节	掌握国家的就业政策及法律法规	/87
第二节	就业协议签订注意事项	/91
第三节	如何签订劳动合同	/97
第四节	社会保障	/104
第六章	适应社会,走向成功	/111
第一节	适应环境求发展	/111
第二节	自主创业,走向成功	/116
第七章	护理专业毕业生就业须知	/125
第八章	会计类专业毕业生就业须知	/133
第九章	机械设计制造类专业毕业生就业须知	/137
第十章	职业形象设计实训	/145
附录		/159
一	中华人民共和国劳动合同法	/159
二	中华人民共和国劳动合同法实施条例	/174
三	中共中央办公厅、国务院办公厅印发《关于引导 和鼓励高校毕业生面向基层就业的意见》的通知	/180
四	山西省引导和鼓励高校毕业生面向基层就业的 实施意见	/186
	参考书目	/192

第一章 动态发展的职业需求

社会在进步，经济在发展，职业也在不断地分化、重组，新的职业层出不穷，传统职业面临消亡。在我国，由于农业社会、工业社会和信息社会的多元特征并存，目前，第一、第二产业的社会职业以消亡和变动为主，第三产业则正在迅速发展，如交通运输物流业、邮电通讯业、商业、服务业、金融保险业、信息咨询业、汽车维修服务业、教育培训和文化艺术等，尤其是信息产业，发展潜力巨大。这些新兴行业的出现和兴起，将为社会提供更多的就业岗位。同时，新技术、新成果的不断推广应用，为传统产业又提供了新的发展机遇，这使大中专毕业生就业时将面临一些新的情况。首先，劳动岗位中体脑劳动混合，且体力劳动所占比例越来越少；其次，传统专业绝对对口的岗位越来越少；第三，劳动岗位的地域空间越来越小，行业特征不像过去那么鲜明；第四，岗位所需的职业知识和技能更新周期缩短，符合程度提高。这些特征使宽口径、复合型、通用型专业的大中专学生择业余地较大，也使用人单位对毕业生的非专业综合素质的要求空前提高。

第一节 职业发展趋势

一、社会职业种类越来越多

随着科学技术的进步、社会分工的发展、职业的分化，职业已经远远超过了“360行”。据有关资料显示，大约在20世纪70年代，全世界职业种类就已经超过了42000种。我国1999年颁布的《中华人民共和国职业分类大典》将职业归为8个大类，66个中类，413个小类，1838个细类（职业）。但随着经济的发展，有的职业在渐渐消亡，新型职业却在不断出现。

二、社会职业结构的变迁速度越来越快

从农业革命到工业革命经历了数千年，而从工业革命到新的产业革命才用了200多年。在这200多年里，不断出现新的行业，且行业的主次地位的变化也越来越快。工业革命时期，主要是纺织业；20世纪，钢铁、汽车和建筑业先后超过纺织业，而电子行业从产生到发展成为一个主要行业，只用了十几年时间。进入21世纪，以互联网为代表的信息产业突飞猛进，正在改变我们的生活，改变人们的职业结构。

三、脑力劳动者职位在社会职位总额中所占比例越来越大

据有关资料介绍，1960年，美国脑力劳动者占就业总人数的43.3%，1997年上升到51.4%。在我国，脑力劳动者和专业技术人员的比重也在不断增加。

有关专家预测，今后几年增长速度最快的将是如下一些行业：计算机操作与信息处理、院外保健和家庭护理、汽车维修保养服务、个人供应服务及其他新的服务项目，如咨询、演讲、电话电信的服务等。

四、职业的更新和演变趋势

- 1.由单一基础向跨专业、复合型转化。
- 2.由封闭型向开放型转化。
- 3.由传统型向知识创新型转化。
- 4.由传统工艺型向信息化、智能化转化。
- 5.第三产业、社会服务业发展壮大。

其变化趋势是：

第一，职业种类不断增加。

第二,职业内容在改变。

第三,职业结构在调整。

五、未来最具发展潜力的职业

现列举与我院专业有关的若干职业：

汽车销售、旅行社业务、电脑销售、会计师、理财规划师、银行职员、企业公关、维修工程师、电机工程师、机械工程师、制造工程师、模具工程师、车辆工程师、心理医师、歌星、演员、导游、领队、家庭护理师、艺术指导等。

第二节 就业市场与就业环境

一、大中专学生就业市场

毕业生就业市场是学生择业、用人单位选人的场所,是毕业生就业所涉及的各种关系的总和,其主体是毕业生和用人单位。学生就业市场的形成不是孤立的、突变的、跳跃性的,它是随着我国经济体制改革、劳动人事制度改革、学生就业制度改革的不断深入发展而逐步建立和形成的。随着市场的逐步规范,学生就业市场形成了不同于其他就业市场的类型和特点。

(一)毕业生就业市场的类型

毕业生就业市场按其外在表现形式可分为有形市场和无形市场。有形市场是指有固定的场所,具体的时间和地点,特定的参加对象等。无形市场主要指毕业生联系工作不受特定的时间和空间限制,依据个人意愿自行选择,其外在表现是没有具体的时间、地点和固定的场所。它是无形的,但又是客观存在的。

目前,有形市场按不同的分类标准主要有以下几种类型:

1.按举办单位来分

(1)单个学校举办的毕业生就业市场(招聘会、洽谈会)。它是针对本校毕业生的专业特点和服务行业,邀请与其密切相关的用人单位参加,主要为本校毕业生就业服务的市场。

(2)各学校联办的毕业生就业市场。它是指两所或两所以上学校联合举办的毕业生就业市场,主要是为克服就业市场规模小、单位少、效能差而实行的“强弱联合”或“强强联合”。

(3)企业自办的毕业生就业市场。它是由大型企业或企业集团举办的招聘本

企业所需要毕业生的就业市场。

(4)政府主管部门或人才中介机构主办的毕业生就业市场。其一是主管毕业生就业的部门组织各高校所设立的毕业生就业市场；其二是地方人事主管部门或人才中介机构所设立的人才市场。

2.按举办区域来分

(1)地域性毕业生就业市场。它是由地方毕业生主管部门举办的、为本地区经济发展服务的就业市场。

(2)国际性毕业生就业市场。由国内外的人才中介组织举办的人才市场，实现了毕业生在国际间的相互交流，招聘的人才可在国内外大型企业或跨国公司就业，形成了国际性的毕业生就业市场。

3.按举办类别来分

(1)分科类毕业生就业市场。主要是地方毕业生就业主管部门从用人单位和学校两方面考虑，从市场细化的角度出发，把理、工、农、医、师等学科类的毕业生分别集中起来，与相应的用人单位双向选择。如我院每年定期举办的医学护理类、机电类、财经类、计算机类、艺术类、旅游服务管理类、动漫类等专场双选会。

(2)分层次毕业生就业市场。主要是根据招聘单位对学历层次的要求不同而形成的研究生就业市场，本、专科生就业市场，中专生就业市场等。如我院每年针对高职生的招聘会和针对中专生的招聘会等。

(3)分行业毕业生就业市场。它是中央部委主管毕业生就业的部门主办的主要为本系统、本行业毕业生和用人单位服务的就业市场。如机械类、汽车类、医护类、IT类、艺术类、财经类、旅游管理类、动漫类等行业的人才招聘会。

当然，就业市场随着经济的发展已呈现出多种多样的形式，用一种分类标准来划分尚有局限性。从目前的状况看，有些有形市场已同时具备几种就业市场的特性。

虽然有形市场的作用是显而易见的，但无形市场在毕业生就业市场中的作用也越来越明显。近年来，随着信息化建设步伐的加快，国家教育部、中央各部委、各地方和学校在这方面都做了积极的努力和探索。除了教育部出台的高校毕业生就业信息管理和决策系统外，各地方、各院校为了进一步完善无形市场的建设，都建立了自己的毕业生就业信息网站和就业信息库，加强了就业信息的交流，实现了信息资源的共享。毕业生和用人单位通过计算机网络进行双向选择，

大大提高了效率,节省了物力、财力。有的地方和学校正探索开展网上招聘和网上择业的模式。

(二)毕业生就业市场的特点

1.群体性。每年,全国有几百万毕业生走出校门,走向社会,它不是孤立的、分散的,而是集体的、聚合的,具有鲜明的群体性。如2010年全国高校毕业生达630多万,加上中专、技校、职业学校的毕业生,总数实破千万。

2.时效性。毕业生一般从每年的7月初起离校,在此之前,大多数毕业生应落实到具体单位,时间紧,任务重,且相对集中,具有很强的时效性。毕业生在校期间的有效择业期约为9个月(每年10月至来年6月)。

3.需求多变性。毕业生就业市场受整个社会政治和经济的影响较大,甚至受到国际经济发展态势的影响,其需求与经济、社会的发展成正比,供求关系是难以调节的。

4.形式多样性。毕业生就业市场形式灵活多样,既有有形的,也有无形的;既有规模大的,也有规模小的;既有综合的,也有分类的;既有区域的,也有部门的,不一而足。

5.高层次。与其他人才市场相比,毕业生是学有所长的专门人才,层次较高,素质较强。教育部门强调“准入制度”,实际上就是为了保证高层次和学有所长的毕业生优先就业。

6.年轻化。即毕业生的年龄一般较轻,同时,他们所掌握的知识也较新。他们具有蓬勃的朝气和锐气,是社会所急需的新生力量。

7.初次性。毕业生初出校门,没有实践经验,且多为第一次择业,即初次就业。在此基础上实现的就业率为初次就业率,它是衡量一所学校办学质量和办学水平的国际公认的重要指标。

毕业生可以根据上述就业市场的特点,从自己的实际出发,选择不同的市场来就业。同时,市场是变化的,毕业生就业的策略和期望值也应随市场的变化而变化。当市场需求大时,毕业生可适度提高期望值,好中选优;当市场需求小时,毕业生应及时调整就业观念,切实降低期望值,低中选高。当然,劣与优、低与高都是相对的,毕业生可酌情而定。

毕业生在就业市场中择业,必须明确自己的权利和义务。而毕业生最基本的权利是选择权,基本义务是遵守市场的规则,把个人的志愿与国家的需要紧密地

结合起来,只讲权利不讲义务是不行的。

市场是无情的,竞争是激烈的,毕业生必须清醒地意识到这一点。一旦进入市场,就是一场知识的竞争、能力的竞争、素质的竞争,危机意识是不可缺少的。有了危机感,毕业生就会更加珍惜学校生活,集中精力学习知识,提高素质,增强自己的核心竞争力。当然,毕业生也应该有“毕业即待业”的思想准备,因为暂时待业对社会、对个人、对市场都是一种调节。在待业过程中,毕业生可根据社会的需求不断地调整和完善自己的知识结构,为重新择业打下良好的基础。而对政府机构精简、企业转制,每个毕业生都应有找不到工作的准备,这是市场给我们上的第一堂课。

劳动力市场就像大河,冲走的是沙子,留下的是金子。冲走谁,留下谁,并不是由市场决定的,而是由劳动者自己来决定的。

二、毕业生就业市场环境

毕业生就业市场环境在不断变化,其特点是:

(一)需求不平衡

近年来,随着我国各项改革的不断深入、经济形势的逐步好转及“科教兴国”战略的实施,社会对大学、中专毕业生的需求量呈现上升的趋势,然而,仍然存在着学科专业、学历层次、地区、院校及用人单位等方面的不平衡。

1.学科专业之间。随着高新技术的迅猛发展和国家对基础设施投资的加大,计算机、通讯、电子、汽车、土建、机械、自动化、管理、医护、师范等学科的毕业生需求旺盛,而哲学、社会学、经济学、法学、农学、林学等学科的社会需求时有波动。

2.学历之间。社会对毕业生学历层次的要求趋于理性,对高层次的复合型、外向型和开拓型的人才需求旺盛。本、专科生存在结构性过剩,中专技校等适用型人才需求旺盛。社会出现学历越高越不好就业的情况,这主要是由于高学历毕业生期望值过高所致。

3.地区之间。东部沿海经济发达地区和中心城市如上海、北京、广东、江苏、浙江等省市,社会需求比较旺盛,呈现出供需平衡或供不应求的局面。随着西部大开发、中部崛起、东北老工业基地振兴、环渤海地区开发等战略的实施,中西部地区的需求也有所回升,而一些边远省区及经济欠发达地区需求明显不足。

4.院校之间。名牌院校、名牌专业的“名牌”效应呈现出优势,社会需求增长,其就业率高;而一般院校、一般专业的需求相对较弱。

5.用人单位之间。作为传统毕业生就业主渠道的国有大中型企业,引进毕业生的比例逐年下降。政府机关及事业单位,用人指标有限,难以接受大量毕业生。而三资企业、民营企业及高新技术产业企业,尤其是信息产业的毕业生需求量却连年增加。

(二)社会对毕业生素质的要求提高

目前,毕业生就业形成了“买方市场”,人才竞争越来越激烈,用人单位对毕业生的素质要求越来越高,选择毕业生也更加理性,不再单纯追求人才的数量,而是更加注重毕业生的综合素质。许多用人单位已将综合素质作为评价毕业生“实力”的主要依据和择人标准。例如,在毕业生就业市场上出现了即使同一学校、同一专业,由于综合素质不同而就业差别较大的现象。综合素质高的毕业生受到青睐,他们就业面宽、就业机会多、选择余地大,常常是供不应求。相反,综合素质低者因受到嫌弃而过剩,出现了“就业难、难就业”现象。综合众多用人单位的招聘条件,可以看出,具有下列素质和条件的毕业生受到用人单位的欢迎。

1.较高的政治思想素质和高尚的品德。从多年的毕业生就业情况看,用人单位普遍欢迎政治思想素质好、品德高尚的毕业生。例如,爱岗敬业、诚实守信、甘于奉献、善于合作的毕业生在就业市场上受用人单位青睐。

2.具有强烈的事业心和责任感。事业心和责任感是许多用人单位对毕业生素质的基本要求。用人单位特别欢迎事业心强、眼光远大、胸怀开阔、具有强烈使命感和社会责任感的人,而对那些只关注实现个人价值,或刚到就业单位稍不顺心就“跳槽”者则表示极大的不满。

3.具有吃苦耐劳的创业精神。现在的毕业生由于基础教育阶段,家长、师长包揽得过多,其最大的弱点是怕吃苦,缺乏实干奋斗精神。那些缺乏吃苦精神、经受不了任何挫折、想坐享其成的人是不受欢迎的。

4.具有扎实的基础知识和宽广的知识面。在就业市场上,学习成绩优良、知识面宽、综合能力较强的毕业生普遍受到欢迎。专业技能等级证书、计算机等级证书、护士资格证书、会计等级证书等各种证书是许多用人单位接收毕业生的基本要求。在校期间拿到“双证书”甚至“多证书”是就业的敲门砖。

5.具有较强的动手能力和创业意识。许多用人单位在招聘毕业生时,总希望毕业生动手能力强,并且具有一定的能力和精力。例如,当过学生干部、表现突出或技能大赛获奖的毕业生之所以“走俏”,就是因为他们大多适应能力强,一上岗

就能独当一面。学生在校期间有论文、作品、著作发表者之所以“抢手”，就是因为他们用自己的“成果”证明了其实践能力和创新意识。

6.具有团队协作的团队精神。现代社会越来越依靠集体的智慧和力量，越来越需要发挥团队协作精神。那些集体观念淡薄、自以为是、很难与他人合作的人是不受欢迎的。

7.身心健康者。身心健康是现代企业对人才基本素质的要求。如果一个毕业生其他方面条件不错，但有严重的心理障碍，或者体弱多病，甚至未工作先要治病，用人单位也是不愿接受的。现在一些用人单位在招聘过程中，对毕业生进行心理测试、身体健康检查等，就是对身心素质要求的体现。

(三) 就业竞争日益激烈

在当今毕业生就业市场上，就业竞争日益激烈。一方面，毕业生择业受毕业时间相对集中、选择职业时间较短的影响；另一方面，近几年，随着高等教育大众化和职业教育扩招的实施，毕业生的数量在不断增多，而社会的有效需求在短期内增加有限，因而就业岗位有限，就业压力增大。尤其是当前毕业生趋之若鹜的“热门”职业、“热门”岗位，求职人数多，就业竞争更为激烈。

除毕业生之间存在激烈的竞争外，学校之间、用人单位之间也存在着激烈竞争。学校为了使自己的“产品”——毕业生顺利就业，在不断提高学校的就业率和就业层次、就业质量，提高教学质量，按市场要求调整学科专业招生，加强学生综合素质教育和实施宽口径培养的同时，也在千方百计采取各种措施加强就业指导，拓宽就业渠道，加强与用人单位之间的联系，为毕业生和用人单位提供优质的服务。我院专门成立了“就业指导委员会”，加强对学生的就业指导工作。从新生入学开始，就为其提供就业信息和资料，促使学生面向未来、面向社会的需求塑造自己。在就业方式上实行“四化”，即态度上主动化，时间上经常化，力量上全员化，手段上信息化。用人单位也在加大宣传自己的力度，树立企业形象，重视人才的使用和培养，不断提高人才的待遇。近年来，越来越多的用人单位为了在激烈的竞争中选拔到优秀的毕业生，已不再局限于参加校园招聘会，而是采用各种方法与学生接触，经常与学校保持联系，随时物色合适人选。

(四) 以学校为基础的毕业生就业市场已经基本形成

尽管社会上已形成了各类人才市场，但由于市场规模过大，缺乏严格的市场规则，或由于针对性不强，而使就业签约率不高。相比之下，以学校为主的就业市

场,由于学校与用人单位经常保持密切的联系,供需双方专业较对口,学校的中介作用可以得到充分的发挥等,这样就使得学校的就业市场签约率较高,市场效益发挥较好,因其高效、可靠、真实、规范而受到了毕业生和用人单位的普遍欢迎。毕业生对就业信息的获得主要通过学校,并且已经对学校举办的就业市场产生了依赖性,这标志着以高校为基础的毕业生就业市场已经基本形成。

(五)就业管理工作进一步规范和完善

1.以学校为基础的毕业生就业市场和就业指导服务体系已经建立,并为毕业生和用人单位提供了多方面的帮助、指导和服务。目前,各学校的就业指导正向专业化方向迈进,即通过就业指导的专业化、专家化来进一步提高就业指导水平。

2.市场机制在毕业生就业工作中的作用越来越明显。公平竞争、优胜劣汰得以充分体现,公开、公正、公平竞争的择业氛围正在逐步形成。

3.毕业生就业市场正在从传统的管理模式向以信息技术为基础的现代化管理模式转变。就业指导的手段正在向信息化、网络化迈进。各院校积极创造条件,依托全国毕业生就业信息网站,为毕业生提供网上信息交流和服务。

4.就业关系合同化。即无论是企业、事业单位,还是国家机关、社会团体,只要录用毕业生,都必须签订就业协议,这从客观上反映了毕业生就业工作已进入规范化、法制化的轨道。

三、就业市场的发展趋势

随着我国改革开放的深入和社会主义市场经济体制的不断完善以及毕业生就业市场的进一步发展,今后几年,毕业生就业市场将呈现以下发展趋势:

(一)供求形势将发生变化

随着大学扩招、中等教育普及,毕业生人数在短期内会迅猛增加,然而,社会的有效需求在短期内却增速有限,使得毕业生竞争更加激烈,用人单位对毕业生越来越挑剔。这样一来,势必造成部分专业、少数毕业生供过于求,形成“求职难”的状态,部分毕业生也会因此暂时待业。同时,农村、基层单位及边远地区将成为一部分毕业生的自愿选择。

(二)无形市场加快发展

由于计算机网络技术的广泛应用,择业自由度不断增大,毕业生除利用有形市场直接洽谈外,更多地通过无形市场,即在不见面的远程情况下进行。网络、传真、电话等会越来越显示出择业方面的巨大活力。毕业生可以通过网络查询用人