



吉林省高校就业指导教材
JILINSHENG GAOXIAO JIUYE ZHIDAO JIAOCAI



就业

指导教程

郑志宏 蒋蔓萍 朱军 / 主编



吉林文史出版社

就业指导教材

IAO JIUYE ZHIDAO JIAOCAI



就业指导教程

主 编 / 郑志宏 蒋蔓萍 朱 军

副主编 / 关晓丽 高 地 苑 锐

郑晓明 马凤琴

吉林文史出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生就业指导教程/郑志宏,蒋蔓萍,朱军主编. —长春:吉林文史出版社,2007. 1

ISBN 978 - 7 - 80702 - 497 - 2

I. 大... II. ①郑... ②蒋... ③朱... III. 大学生—就业—高等学校—教材 IV. G647. 38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 147046 号

Daxuesheng Jiuye Zhidao Jiaocheng

书 名	大 学 生 就 业 指 导 教 程
主 编	郑志宏 蒋蔓萍 朱 军
副 主 编	关晓丽 高 地 苑 锐 郑晓明 马凤琴
选题策划	范中华
责任编辑	耿 宏
封面设计	梁文强
出版发行	吉林文史出版社
地 址	长春市人民大街 4646
网 址	www.jlws.com.cn
印 刷	农安县金鼎印刷有限公司
开 本	850mm × 1168mm 32 开
印 张	10.625
字 数	250 千
版 次	2007 年 1 月第 1 版 2007 年 1 月第 1 次印刷
定 价	20.00 元
书 号	ISBN 978 - 7 - 80702 - 497 - 2

《大学生就业指导教程》编委会

主 任:孙维杰

副 主 任:郑志宏 蒋蔓萍 朱 军 徐 潜
吕丽华 李忠军

主 编:郑志宏 蒋蔓萍 朱 军

副 主 编:关晓丽 高 地 苑 锐 郑晓明 马凤琴

编 委:(按姓氏笔画为序)

于伟丽	马晓旭	马富双	马新玲	方寿国
王剑飞	王艳梅	王 爽	司长伟	石洪发
刘 欣	刘 忠	任 珊	吕海升	陈士玉
陈 梅	陈 楠	肖本强	张年友	张旭光
张存贵	张 涛	张 跃	吴安平	吴宝嘉
李秀梅	李忠旭	李 俭	李雁冰	别惠彬
单圣权	赵永春	赵 江	赵励宁	赵念文
杨雨龙	杨鹏程	周 彬	宫文山	胡丽敏
胡静涛	姜育红	姜耀武	宫 涛	钟淑萍
高文辉	高凤楼	贾秀峰	唐洪丰	徐春喜
聂海洋	董 荣	滕远杰	薛中国	

选题策划:范中华

责任编辑:耿 宏

序 言

上个世纪九十年代以来,国内大学生就业发生了根本性的变化。从最初的计划分配到现在的市场调节,从毕业生“包当干部”到“双向选择”,从卖方市场到买方市场,从用人单位去高校选才到毕业生主动“毛遂自荐”,从原来的每年几十万毕业生到如今的近五百万毕业生……

社会经济的发展不断满足人民群众的物质需要,高等教育的持续发展则较好地满足了广大群众日益迫切的高等教育需求。到2005年,我国高等教育毛入学率已经达到21%,进入了国际上公认的高等教育大众化阶段。这不仅意味着国民素质已经发展到了一个前所未有的高度,对无数望子成才的家长而言,更意味着上大学已经不再是极少数精英学生才能享受的特殊待遇,使大多数渴望接受高等教育的青年学生梦想成真。

问题常与发展共生。随着社会主义市场经济体制的逐步完善,高校毕业生就业机制也相应发生变化,逐渐形成了“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,开始把职业选择的权利交到了大学毕业生自己的手里。广大青年人在获得了走进神圣的象牙塔与选择职业道路的“双重自由”的同时,也引发了一些前所未有的困惑:寒窗苦读,书破万卷,却不知道社会到底需要什么样的人才;勤奋努力,品学兼优,毕业时面对用人单位却不知道如何“推销”自己;高不成,低不就,找工作总想

2 大学生就业指导教程

一劳永逸,一步登天。这无疑是造成当前大学生就业难的深层次原因之一。作为一个经济正在持续高速发展的国家,中国拥有着庞大的就业市场和广阔的就业空间。除了极少数经济发达的城市和地区略显“人才过剩”以外,包括广大基层在内的绝大部分地区依旧人才紧缺,对真才实学者“望眼欲穿”。因此,当前大学生就业难,说到底是在于大学生就业观念和自身的实践能力、就业能力、创业能力和创新能力上。就业观念陈旧,就业常识、择业技巧匮乏,不了解社会就业形势,不懂得如何自我定位……这一切都为毕业生顺利就业,找到适合自己的地方及岗位施展才华、实现人生价值设置了重重障碍。

吉林省是国内高等教育比较发达的省份之一,高等教育毛入学率已达28%,每年有十几万名大学生从这里毕业,奔赴全国各地以及各条战线,为社会经济发展源源不断地输送人才血液。如何对这些大学生进行有效的就业指导,帮助其树立科学的就业观,已经成为省内大学生就业指导的重要工作之一。近几年,我省高校纷纷开设专门课程,为大学生普及就业知识,就业指导课逐渐成为大学生就业指导的重要载体。因此,吉林省高校毕业生就业指导中心组织高校编写出版了这本《大学生就业指导教程》,本着“以学生为本并适应就业需要”的编写原则,结合吉林省大学生就业的具体情况与特点,从就业形势、职业生涯规划、就业方式、就业准备、求职技巧、就业心理、自主创业、法律法规、就业案例等九个关键问题着手,对大学生就业知识进行了系统阐述和深入挖掘,旨在帮助大学生群体树立正确的就业观,到社会顺利就业、创业。

当前,大学生就业市场形势千变万化,相关的就业知识与技巧也林林总总,一本教材很难把所有的内容都囊括进去。形式虽变,但本质不变;技巧虽异,但规律永恒。在本书的编写过程中,编者更侧重于对当前大学生就业及就业市场规律的研究与介绍,以

期帮助大学生读者抓住就业的本质,并引发其对自身就业乃至职业发展与人生的深刻思考,进而有意识地设计、规划自己未来的职业生涯,为未来自我成才、实现个人价值并回报社会打下深厚的思想基础。《大学生就业指导教程》一书,尽管还存在着一些不足和疏漏之处,但作为吉林省第一部统编的结合省情与就业特点的大学生就业指导教材,对做好大学生就业指导工作,促进大学毕业生就业、创业,有着重要的指导意义。最后,我衷心地希望它能够成为吉林省高校就业指导工作的优秀教材,也希望高校就业指导部门根据省内不同层次、类别高校的需要,以及大学生就业不断发展的新形势、新特点,在就业指导教材编写方面,继续努力,为促进我省高校毕业生充分就业和创业做出新的更大的贡献!

吉林省高校工委书记
吉林省教育厅厅长



2007年1月8日

目 录

第一章 大学生就业形势的发展与变化	(1)
第一节 大学生就业指导及其意义	(1)
第二节 当前大学生就业形势分析	(7)
第二章 大学生职业生涯规划	(16)
第一节 大学生职业素质要求	(16)
第二节 大学生职业素质培养	(27)
第三节 大学生职业生涯规划	(44)
第四节 大学生职业测评	(58)
第三章 大学生就业方式	(63)
第一节 市场择业	(63)
第二节 报考研究生	(69)
第三节 报考公务员	(80)
第四节 出国留学	(98)
第五节 参加国家项目计划	(104)
第六节 参军	(110)
第四章 大学生就业准备	(113)
第一节 为市场择业做准备	(113)
第二节 为灵活的自主创业做好必要的准备	(121)
第五章 求职方法与技巧	(130)
第一节 自我推荐的方法与技巧	(130)
第二节 笔试的方法与技巧	(158)
第三节 面试的方法与技巧	(162)

2 大学生就业指导教程

第四节 网上求职的方法与技巧	(218)
第五节 就业协议的签订与试用期	(221)
第六章 大学生就业心理指导	(245)
第一节 良好的心理素质	(245)
第二节 求职过程中常见的心理问题	(248)
第三节 心理调适	(253)
第七章 大学生自主创业	(259)
第一节 国家鼓励大学生自主创业的政策	(259)
第二节 创业指导	(262)
第三节 创业模式与误区	(275)
第八章 大学生就业相关政策法规	(279)
第一节 国家大学生就业相关政策	(279)
第二节 相关的法律、法规	(294)
附录 大学生就业案例	(306)

第一章 大学生就业形势的发展与变化

大学毕业走上工作岗位是人生的一次重大转折。能否在此转折关口,尽快形成对社会的准确认知,继而在知识技能、就业观念、择业心理等方面做好充分准备,对自己今后的职业生涯进行有效的规划设计,是大学生能否顺利完成从“学校人”向“社会人”的转变,逐步走向成功的关键。开展就业指导的目的就是帮助引导毕业生正确认识 and 了解自我,并根据自身的特点与社会的实际需要,选择适合自己并能发挥个人特长的职业,实现自己的人生目标与社会价值。

第一节 大学生就业指导及其意义

劳动者为了维持生活,实现自身价值,为社会做贡献,就必须选择最适合发挥个人才智的职业,迅速有效地适应工作岗位的要求,而为这种结合开展的工作即就业指导。

就业指导作为一种专门的研究课题,最早起源于美国。早在1894年,美国加州工艺学校已有人推行就业指导课程。就业指导的创始人、美国的帕金斯首先使用了就业指导的概念,并在1909年出版了《选择职业》一书。1911年,美国哈佛大学首先开设了就

2 大学生就业指导教程

业指导课程。在我国,清华大学于1923年成立了职业指导委员会,1925年出版了《职业指导实施》一书,成为我国高校就业指导的开端。新中国成立后,我国实行高度计划经济体制,高校实行统分统配的招生分配制度,高校完全按计划统一分配毕业生工作。1978年改革开放后,高校统招统分的制度开始变革。1993年2月,中共中央、国务院颁发的《中国教育改革和发展纲要》提出高校毕业生就业制度的重大举措,高校毕业生由计划经济下的统包统分、包当干部的就业制度,转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。毕业生就业工作开始成为社会和高校关注的热点。1994年起,全国高校毕业生就业指导中心开始举办周期性毕业生就业指导人员和任课教师培训班。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》。1999年1月1日起生效的《中华人民共和国高等教育法》第59条明确规定:“高等学校应当为毕业生、结业生提供就业指导和服务。”由此,各高校纷纷对大学生开展就业指导,初期是各校开设就业指导讲座,目前发展到选修课和讲座并存。我国的就业指导从无到有,并形成一定的规模,为我们今天的就业指导工作奠定了良好的基础。

2002年3月2日,国务院办公厅转发了教育部等部门《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〕319号),明确指出:“高校毕业生就业工作要以‘三个代表’重要思想为指导,紧紧围绕促进国家经济发展和社会稳定的大局,采取积极有效的措施,进一步转变高校毕业生就业观念,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,努力实现高校毕业生的充分就业。”这对高校毕业生就业制度的改革,对高等教育的改革以及社会用人制度的改革都

有重大而深远的影响,表明大学生就业指导工作发挥着更为重要的作用。相应地我们应做好就业指导课在高校的普及,推动大学生就业指导工作的发展。

一、大学生就业指导的涵义

就业指导有广义与狭义之分。广义的就业指导是指为劳动者选择职业、准备就业以及在职场中求得发展,进一步提供切实可行的知识、经验和技能;狭义的就业指导是指为求职的劳动者传送就业信息,为其择业进行中介服务,帮助劳动者实现理想的就业。就业指导的过程是一个帮助求职者选择职业,为就业做准备和在职业中求发展的过程。它包括准确预测就业市场,汇总传送就业信息,开展就业政策咨询,培养职业技能,推荐、介绍和组织招聘等等与就业有关的综合性社会咨询服务活动。

二、大学生就业指导的目的与内容

大学生就业指导的目的在于通过形式多样的指导手段和方法来帮助大学生树立正确的就业观,培养社会责任感,选择自己满意的工作,发挥高校人才培养的优势,为社会合理分配人力资源。

大学生就业指导的内容主要包括以下几方面:

1. 思想教育指导

思想教育指导是大学生就业指导工作的重点,目的是将正确的世界观、人生观、价值观、择业观的教育渗透到就业指导工作中,落实到择业标准、求职道德、发展道路等方面。首先是帮助大学生树立正确客观的择业观,指导他们根据就业形势的变化与市场的需求调整自身的就业观念,树立“先就业,后择业,再创业”的思想;其次是帮助毕业生培养求职道德,无论对待用人单位还是对待作为竞争对手的其他同学,都能采取诚实正直、与人为善的态度;

4 大学生就业指导教程

再次是帮助毕业生树立择业的自信心,克服一些毕业生面对择业求职的恐慌心理;最后是帮助毕业生选择正确的成才之路,了解大局,服从大局,树立为社会服务的思想,力争达到个人价值与社会价值的完美统一与结合。

2. 政策指导

政策指导是大学生就业指导的基础。毕业生就业制度由传统的计划经济体制下接受分配到很大程度上由个人到市场去选择职业的改革,使毕业生个人有了较大的自主权,对广大毕业生来讲是一个很大的机遇。为使毕业生在择业过程中避免盲目性、随意性,准确地捕捉机遇,顺利就业,有必要对大学生进行政策指导。只有充分了解各种就业政策,大学生才有可能走出择业中的误区,端正认识,在政策允许的范围内找到适合自己的理想工作岗位。

3. 职业规划设计指导

就业指导工作者通过谈话、问卷调查、心理测试等多种方式,对毕业生的性格、能力、优缺点进行客观评价,并将这种评价反馈给毕业生,帮助他们正确认识自己,在此基础上进行职业规划,使毕业生根据自己的身心特点、专业特色,充分考虑社会的需要,科学制订职业发展计划。

4. 信息指导

信息指导是一种通过职业信息的提供来帮助学生加深对职业了解程度的方法。职业信息主要包括国家经济发展趋势、人才市场供求状况分析、毕业生供需信息发布与调查等方面。就业指导者通过口头、书面、声像等形式向学生全面深入介绍社会职业状况、各种职业的条件、发展机会等信息,并在介绍各种职业资料时,结合学生具体情况进行说明与分析,使学生针对相关职业的知识和自身条件进行对比性评价,以收到良好的指导效果。

5. 心理指导

心理指导的目的在于增进学生的自我认识,确定与个人性格相吻合的职业领域。心理指导应该在对学生心理状况充分了解的前提下,运用心理学原理,针对大学生心理发展特点提供深入而具体的帮助,使大学生保持良好的择业心态,帮助他们实现求职目标,尽快适应职业需求,顺利完成角色转换。

6. 技术指导

在求职过程中毕业生要敢于并善于推销自己,这是求职过程中一个重要环节。针对用人单位的笔试、面试、考察,毕业生应如何巧妙地表现自己,应试礼仪有哪些,言谈举止应怎样,对应聘材料如何准备与整理,自荐材料如何设计等等,若能给予必要的指导,就可以尽量避免由于各种技术原因造成的求职困境。

7. 创业指导

创业不仅指求职者到工作单位工作后创立的业绩,也包括大学毕业生创立自己的事业。大学生不仅是就业者,而且可以成为职业领域拓展和新职业的缔造者。从就业指导和服务咨询上应相应地对大学生进行发展性的指导,把创业延伸到学生的职业生涯之中,使大学生在走上工作岗位后,在适应社会、创造工作业绩之外,为社会成员创造更多的就业机会和新的职业领域。自主创业将越来越成为大学生谋求职业的重要途径。对大学生自主创业进行指导,在高校就业指导中将占越来越大的比重,发挥积极的作用。

三、就业指导的意义

高校毕业生是国家的人才资源,大学毕业生就业问题也是党和政府重视和关注的问题,因为这既关系到我国经济发展和社会的进步,又关系到高等教育体制改革目标的实现,同时关系到大学生自身的发展、成才与人生价值的实现。因此,开展大学生就业指

6 大学生就业指导教程

导有重大的现实意义。

1. 有利于推进国家经济建设与社会稳定

大学生是国家培养的专门人才,是高素质人才群体的核心,是实施科教兴国战略的重要支柱。我国全面建设小康社会需要培养与经济建设相适应的高素质劳动者和大量专门人才,这关系到 21 世纪我国社会主义现代化事业的大局。加强大学生就业指导,帮助大学生顺利就业,对于推进社会主义现代化事业具有十分重要的意义。人才的闲置与不合理使用不仅会造成浪费,也会给社会安定带来不稳定因素。

2. 有利于国家对人才资源的合理配置

只有将毕业生输送到合适的工作岗位,才会调动他们的积极性,使他们的专业知识转化为生产力。现实生活中常有“英雄无用武之地”或“用武之地”找不到“英雄”的怪现状出现,一方面社会需要大学毕业生,另一方面大量毕业生找不到适合自己的工作。就业指导一方面可以使用用人单位适应市场机制,了解各专业情况与使用方向,了解大学生的心理与性格特点;另一方面可以帮助毕业生客观分析自己的主观条件与客观需要,使其找到最能发挥自己专长和才能的岗位,以达到人尽其才,才尽其用,各取所需,人力资源合理配置的目的。

3. 有利于大学生正确认识就业形势和政策

我国是一个发展中国家,在社会主义经济建设中需要大量专门人才,但在现实生活中,有相当一部分毕业生无法实现较好的职业选择,成就自己的事业与理想。其原因当然是多方面的,但与大学生对就业政策理解不深,对就业形势认识有误、就业准备不充分不无关系。就业指导有助于大学生深入细致地了解我国现行就业制度,了解就业形势,把握机遇,顺利就业。

4. 有利于大学生成才和就业

毕业生能否顺利就业,不仅关系到自身的发展与人生价值的实现,也关系到国民经济的顺利发展与社会稳定。在新的就业制度下,就业指导可以帮助毕业生以正确的价值观、道德观与行为规范进行求职择业,增强适应新的就业形势的能力,获取及时准确的社会供求信息与求职的基本技巧,从而为顺利就业搭桥铺路。择业直接影响个人的前途和发展,大学生涉世不深、经验不足、职业目标不确定,职业规划不明确,容易在众多职业面前眼花缭乱,不知所措。就业指导可以帮助大学生对这些问题有一个正确的认识,并提供解决这些问题的途径和办法,为大学生将来的发展与成才打下坚实的基础。

第二节 当前大学生就业形势分析

就业形势是有关就业的环境状况和发展趋势。社会在不断发展变化,就业形势也随之发生了巨大的变化。大学生就业虽然是个体社会化的过程,但一个人的发展决不会游离于大环境之外,是与国家、社会的大环境息息相关的。对即将毕业的大学生来说,就业是人生道路上的一次重要选择。如果对就业形势一无所知或知之甚少,对当前的就业形势缺乏全面、理性的分析,仍然坚持传统的就业观,很可能会错失就业良机。“知己知彼,百战不殆”。大学生面临就业时,应该对当前的就业形势及其未来发展方向有一个全面、客观、清醒的认识,主动适应就业形势,转变就业观念,准确为自己定位,在择业时做出理智选择。

一、当前的就业形势

就业问题是世界性难题,它直接关系到经济的发展和社会的稳定。当前,我国面临的就业压力与挑战比世界上任何国家都要严峻。2006年全国普通高校毕业生达到413万人,人数再创新高。2007年高校毕业生人数可能达到500万。严峻形势之下有两大因素值得注意:一是国家宏观调控力度加大,使得一些基础设施建设、能源、钢铁等行业供求关系发生变化,这必将影响这些行业对毕业生的需求;二是人民币升值和金融风险压力增大,这对纺织、服装等传统劳动密集型出口企业的用人需求也产生影响。

高校毕业生就业结构不均衡的矛盾依然存在。从地区看,东部省市吸纳了全国50%以上的高校毕业生,而西部不足20%;从学历看,高职高专毕业生仍是就业的难点和重点;从学科专业看,工科和应用性较强的学科专业就业形势较好,而一些文科专业就业出现困难。此外,一些新情况也值得关注:一是用人需求向重点大学、向研究生集中,一些地方院校的毕业生就业难度增大;二是高校毕业生就业“重心”下移受阻,由于下岗失业人员、农民工的抢占,一些低端岗位被占领;三是研究生就业率出现下降的趋势;四是近年来待业毕业生人数有增加的趋势;五是社会的有效需求赶不上高校毕业生的快速增长,以及东部一些中心城市限制人口政策的出台。

综合分析,以下几方面因素可能会导致2007年大学毕业生就业难度增大:

第一,市场容量不足。从国际上看,一个国家99.5%的企业属于中小企业,劳动者65%—80%在其中就业(包括社区与中介),但我国中小企业与人口总量相比数量太少。日本1.25亿人,中小企业有660万个,中国13亿人,中小企业仅有700万个。