

DAXUESHENG  
QUANCHENG  
JIUYEZHIDAO

# 大学生 全程就业指导

主 编 翟 瑞  
副主编 刘知贵 何 涛 周凤生 胥宗勇  
蒋道平 王智宏 谢长勇 金文萍



电子科技大学出版社



# 大学生全程就业指导

主 编 翟 瑞

副主编 刘知贵 何 涛 周凤生

胥宗勇 蒋道平 王智宏

谢长勇 金文萍

电子科技大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生全程就业指导/翟瑞主编.

—成都:电子科技大学出版社,2006.7

ISBN 7-81114-173-6

I. 高... II. 翟... 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(2006)第 068545 号

## 大学生全程就业指导

主 编 翟 瑞

副主编 刘知贵 何 涛 周凤生 胥宗勇  
蒋道平 王智宏 谢长勇 金文萍

---

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:殷 红 江进优  
发 行:电子科技大学出版社  
印 刷:绵阳西南科大三江印务有限公司  
开 本:850mm×1168mm 1/32 印张 12.5 字数 268 千字  
版 次:2006 年 7 月第一版  
印 次:2006 年 7 月第一次印刷  
书 号:ISBN 7-81114-173-6/G·57  
定 价:16.00 元

---

■ 版权所有 侵权必究 ■

- ◆ 邮购本书请与本社发行科联系。电话:(028)83201495 邮编:610054
- ◆ 本书如有缺页、破损、装订错误,请寄回印刷厂调换。



# 前言

1989年随着中国高等教育改革的深入推进,大学生毕业就业制度改革开始实施,从国家统包分配,转变到通过人才供需见面会,用人单位和大学生双向选择,和大学生在人才市场上自主择业。特别是1999年高等教育大扩招以后,大学毕业生的规模急剧扩大,大学毕业生与社会需求之间的“供求天平”发生倾斜。大学生就业难,成为了一个热门的社会和校园词汇。目前,政府、学校以及社会对大学毕业生的就业问题高度关注。就业是对大学生学习生涯的检验,是大学生求生存的手段,是大学生成人、成才的需要;同时就业率也是一所高校检验教育质量的重要指标。大学毕业生就业事关国家经济的发展和社会的稳定,促进就业是我们的基本国策。

随着高等教育从“精英教育”到“大众教育”的迅速转变,特别是社会主义市场经济深入发展,大学生就业竞争日趋激烈,从大学一年级,学生就感受到身上就业压力,如何了解自己,做好职业生涯规划?如何去充实自己,为就业准备?如何调适好就业心理?如何面对用人单位的面试?……一系列问题需要有人来为他们解答,为此大学生职业生涯规划和指导日益成为大学生就业教育的核心内容。在我国,每年有数以百万计的大学毕业生,他们迫切地需要切实可行的就业指导。对个人而言,正确



的择业是其生存的基础和发展的关键;对社会而言,正确的择业则是人力资源有效配置的良好途径。因此,深入地探讨大学生在择业过程中的种种困惑与冲突,以及如何化解冲突,如何在择业过程中保持系统思考,总体优化,持续发展的择业新观念,是一个值得全社会认真研究和探讨的重大课题。

《大学生全程就业指导》编写者为我校学生工作的一线教师,长期与学生、用人单位接触交流,亲身感受着毕业生的喜忧苦乐。他们在为毕业生和用人单位服务的过程中,既要为毕业生开拓市场,提供就业政策、就业技巧方面的指导,还要向用人单位负责,为用人单位能挑选到满意的人才提供良好的服务。因此,《大学生全程就业指导》一书没有枯燥空洞的说教,而是在教育工作者长期工作积累和实践的基础上编写出版的,贴近大学生的实际,相信《大学生全程就业指导》一书必然为广大学生所喜爱,必将更进一步推动我校就业指导工作,为大学生的职业生涯规划和发展提供更加高质量的服务。

曾贤贵

2006年8月26日



# 目 录

## 立志与就业

### 第一章 大学生的历史使命与成才 ..... 1

#### 第一节 我国的高等教育现状与人才需求 ..... 2

#### 第二节 不同大学的定位与人才培养目标 ..... 10

#### 第三节 当代大学生的历史使命与成才 ..... 16

### 第二章 大学生生活的适应与个人成长 ..... 26

#### 第一节 大学生生活的适应 ..... 26

#### 第二节 大学阶段目标的确立与成才计划 ..... 41

## 学习与就业

### 第三章 大学学习环境分析与利用 ..... 50

#### 第一节 大学学习环境的构成与自我设计 ..... 50

#### 第二节 大学学习资源的利用和开发 ..... 66

#### 第三节 面向就业 立足学业 ..... 80







|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 第三节 影响职业生涯规划设计的因素 ..... | 229 |
|-------------------------|-----|

|                  |     |
|------------------|-----|
| 第八章 职业发展概述 ..... | 240 |
|------------------|-----|

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 第一节 职业的产生和发展 ..... | 240 |
|--------------------|-----|

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 第二节 职业的特征及类型 ..... | 248 |
|--------------------|-----|

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 第三节 专业与职业发展 ..... | 254 |
|-------------------|-----|

## 自我准备与就业

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 第九章 信息资源整合与分析 ..... | 265 |
|---------------------|-----|

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 第一节 就业信息的收集与整理 ..... | 265 |
|----------------------|-----|

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 第二节 社会需求与自我认识 ..... | 275 |
|---------------------|-----|

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 第三节 就业政策及法规 ..... | 283 |
|-------------------|-----|

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 第十章 大学生就业技能训练 ..... | 299 |
|---------------------|-----|

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 第一节 求职计划的制定与实施 ..... | 299 |
|----------------------|-----|

|                        |     |
|------------------------|-----|
| 第二节 自我推荐材料的设计与准备 ..... | 306 |
|------------------------|-----|

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 第三节 自我形象设计与面试技巧 ..... | 310 |
|-----------------------|-----|

## 创业与就业

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 第十一章 大学生创业教育 ..... | 321 |
|--------------------|-----|

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 第一节 大学生自主创业意识培养 ..... | 322 |
|-----------------------|-----|

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 第二节 国家对大学生自主创业的政策 ..... | 330 |
|-------------------------|-----|



|      |                 |     |
|------|-----------------|-----|
| 第三节  | 大学生自主创业应具备的基本素质 | 335 |
| 第十二章 | 大学生创业指导         | 345 |
| 第一节  | 创业信息的收集与分析      | 345 |
| 第二节  | 创业计划的制定         | 370 |
| 后记   |                 | 389 |

# 立志与就业

## 第一章 大学生的历史使命与成才

大学学子历来被看做是国家的栋梁、社会改革和民族振兴的希望,正所谓“铁肩担道义,妙手着文章”。宋代的陈东、明代的东林大学士、清末的“公车上书”,都曾在中华民族的兴衰史上写过动人的篇章。“五四”以来,大学生成为社会进步的先驱和骄傲。

当今的时代是一个知识经济蓬勃发展的新时代,而人才的竞争是其时代特征的一个重要方面。当代大学生要真正成为这个时代的佼佼者,肩负起自己的历史责任,不仅要努力学习科学文化知识,更为重要的是要提高自己的思想道德水平,树立起服务祖国和人民的远大理想,并且为之奋斗终生。

大学生要成为德、智、体等全面发展的合格接班人和建设者,在德、智、体三者中,德是灵魂,是重中之重。伟大的物理学家爱因斯坦曾经说过:“光靠科学和技术,不能把人类带向幸福与高尚的生活,人类有理由将崇高的道德准则置于客观真理的发现之上”。多么经典的名言,给了当代大学生深刻的启示。当代大学生要树立服务祖国人民的远大理想,因为理想是精神支柱、是力量源泉、是指路明灯、是为之奋斗的不竭动力。邓小



平说：“为什么我们过去能在困难的情况下奋斗出来，战胜千难万险，使革命成功呢？就是因为我们理想，有马克思主义信念，有共产主义信念。”可见理想对我们大学生的作用之大。

当代大学生要立志肩负起民族振兴的使命，成为一个理想远大、热爱祖国的人；追求真理、勇于创新的人；德才兼备、全面发展的人；视野开阔、胸怀宽广的人；知行合一、脚踏实地的人。不要问祖国能为我们做什么，而要问：我们的历史责任是什么，我们自己能为祖国做些什么。

## 第一节 我国的高等教育现状与人才需求

### 一、我国的高等教育现状

近年来，我国的高等教育改革取得了显著成绩，这集中体现在：发展明显加快，质量稳步提高，特色显著加强。在党中央、国务院的正确领导下，近几年来，我国的教育事业形势喜人，各项改革陆续出台，发展态势健康平稳。

据统计，我国高等教育规模居世界第一。截止 2005 年底，我国的高等学校数为 2300 余所，在校大学生总数已超过 2300 万人，高等教育总体规模已位居世界第一位，高等教育毛入学率提高到 21%，实现了高等教育大众化的历史目标。新中国成立之初，我国的高等学校数约为 200 所，在校大学生大约 11 万人。到 1998 年，高等学校发展到 1000 余所，在校大学生达到 623 万人。近年来，我国高等教育实现了历史性的跨越式发展，为现代化建设培养了大批人才，为经济社会的发展提供了有力的人力

资源支持。在未来一个时期,我国高等教育发展的重点将进一步集中于质量的保障与提高,把提高质量作为高等教育发展的核心目标,作为大学创新的主要追求。人才培养尤其是拔尖创新人才的培养,必须是高水平大学提高质量的根本点。

高等教育的适度扩招,是党中央、国务院审时度势,适应我国第三步战略目标的一项重大战略决策,既是党中央、国务院对我国教育改革和发展所提出的总体要求,也符合高等教育的发展趋势,并满足了人民群众和社会各界对高等教育发展的迫切要求,这是我国高等教育深入贯彻江泽民同志“三个代表”重要思想的集中体现,社会效果是好的。近几年来,通过不断深化改革,我国高等教育在增加教育投入、改善办学条件、调整专业设置和教育教学内容等方面都取得了很大成绩,我国高等教育的总体质量是好的。同时,也应该正确和全面地看待质量问题。近几年来,我国高等教育在专业设置、教育教学内容、人才培养规格、学校布局等方面都作了大的改革,从而使我国的高等教育进一步适应了我国面向新世纪的现代化建设对人才数量和规格的要求,这本身就是质量提高的集中体现。我们认为,对于质量,应该从质量与数量、质量与人才要求多元化等方面进行全面认识,对于在局部出现的质量问题,也应该从发展的角度去认识,并在发展中逐步加以解决。从高等学校自身来看,随着近几年来形势的不断发展,高等学校越来越把人才培养质量视为学校生存和发展的生命线。

## 二、高校人才培养与社会人才需求

高校是人才培养的主渠道,高校培养的人才最终要走向社



会,担当社会重任,满足社会的需求,只有这样,高校才能在社会上得以生存和发展;社会是人才施展才能的大舞台,是人才的最终归宿,社会对人才的需求渴望越强烈,高校人才培养的动力才越强大。高校人才培养与社会人才需求之间应该是一种相辅相成的关系,同时,又始终都呈现着一种动态的对立统一的矛盾关系。在过去计划经济时代,人们用行政计划,想把高校人才培养与社会人才需求理想化地统一起来,但是计划涵盖的有限性与社会需求的无限性,仍然使许多人学非所用,用非所学,造成社会资源的浪费和效率的低下。在推行社会主义市场经济的今天,市场通过体现价值规律的供求关系来最大限度地配置社会资源,高校人才培养作为供给方,必须要与社会人才的需求方实现总量动态平衡,方能使整个社会和谐地运转。

从高校人才培养的角度来看,造成人才培养与社会人才需求之间的矛盾既有历史的渊源,又有现实的原因,更是学校教育自身特点及其教育功能所决定的。高校人才培养是一个周期性相对较长的过程,讲究系统性、稳定性和正规化,其效益作用的显现也比较滞后缓慢。同时教育的功能不仅仅局限于解决社会就业的问题,特别是毕业生就业问题。如果把社会就业或者说毕业生就业等同于教育的功能,将会窄化教育的功能,影响整个教育事业的健康发展。社会不发展,经济不发达,提供的就业岗位就十分有限,学校培养的毕业生就难以充分就业。而学校教育从本质上来讲是提高人的素质、培养人才的。对于我们这样一个人口大国,只有大力发展教育,才能把沉重的人口负担转化为优质的人力资源,从而促进经济发展,社会进步,全面提升全

体劳动者的素质。高校必须要培养市场需要的人才来服务于经济建设,没有社会需求,不受市场欢迎的高等教育是没有前途和出路的,兴学办高等教育必须要认真研究市场需求,面向市场,依靠市场。

从社会人才需求而言,造成高校人才培养与社会人才需求之间的矛盾,有社会人才市场发育不完善的因素,市场在人才资源配置中的基础性作用尚未完全发挥出来,一些非市场的人为因素还影响着人才资源的合理配置,人才市场对不同层次、不同类型的学校教育的导向制约机制正在建立之中。社会的用人制度和环境还有许多值得改进的地方,社会人才需求的现时性、实用性、盲目性、功利性等问题也需要探索。

从社会人才需求本身而言,也有其自身的缺陷和弱点,社会人才需求的现时性、盲目性与高校人才培养的周期性、计划性就是一对天然的矛盾。社会需要的人才,高校不可能立竿见影地就培养造就出来。高校培养的人才有的不可能马上就满足社会的需求,产生直接效益。根据社会人才的需求,高校调整学科、专业结构和人才培养模式等,需要时间和经费的投入,也是一个相对较为漫长的过程。人们的就业观念也是影响高校人才培养和社会人才需求的重要因素。许多人读书只读普通教育、高等教育,不愿意上职业学校,社会只重视学历文凭,不重视能力素质,这是中国社会的传统。出校门就要进国家机关、事业单位,最低也要进国有企业,才算是就业。结果造成有的人没事干,有的事没有人干。社会用人制度正处于破旧立新之中,优胜劣汰,能上能下,能进能出的用人环境尚未完全形成。计划经济时代,



人们端的是铁饭碗,一辈子就干一个工作,职业的流动性差,稳定性强。而市场经济要求社会职业、岗位要开放,人才要流动,要通过公平竞争,优胜劣汰。然而越是在经济不发达的地区,就业岗位越是极为稀缺的社会资源,一些行业、岗位被不需要的、低水平的人占据着,而急需的、高素质的人却进不去,导致用人单位对高校培养的人才吸纳能力降低。

综上所述,我们认为高校人才培养与社会人才需求之间的矛盾,无论从高校的角度,还是从社会的角度,从内在到外在的角度来看,这种矛盾是客观存在的,产生的原因是多方面的,既有高校的因素,也有社会的问题,不能把问题简单地归结于任何一方。

解决高校人才培养供给与社会需求之间的矛盾,是一项涉及面广、政策性强、内容丰富的系统工程,调整和理顺高校人才培养与社会人才需求矛盾问题需要较长的运转周期,不能因为这种矛盾长期存在并有所加剧,而把这一问题看做难以解决的社会矛盾问题。结合当前实际,主要从以下几方面着手:

1. 要建立政府宏观政策调控,人才市场需求拉动,高校和社会各界共同参与的社会人才供需动态平衡机制,扭转高校人才培养与社会人才需求脱节的倾向,形成合力,全面促进人才资源的开发利用。

树立人才资源是第一资源的思想,加大对人才资源开发的投入,大力发展教育事业,切实把经济建设转到依靠科技进步和提高劳动者素质的轨道上来。教育是发展科学技术和培养人才的基础,在现代化建设中具有先导性、全局性的作用,必须摆在





优先发展的战略地位。全社会都要以实际行动,尊重知识、尊重人才,加大在人才资源开发上的投入,兴学办教育,培养和造就数以万计的高素质的人才,这是我们事业兴衰成败的根本所在。同时,还要充分发挥政府在高校人才培养和社会人才需求之间的宏观调控作用,形成人才供需的统筹协调机制,促进人才供求动态平衡,适时进行学科和专业结构调整,稳步扩大教育规模,大力提高教育水准和人才培养质量,使教育与社会经济发展形成相互依存的良性循环。也就是说,要在政府的宏观调控下,高校人才培养从源头上就要根据社会人才需求的情况来进行,而不是等到毕业生出来后,才来谈学用不一、供求矛盾的问题。学校应该根据社会人才预测、需求情况进行人才培养。政府有义务向高校提供真实可靠的人才需求信息,甚至应该与高校签订人才培养订单,以利于高校人才培养工作的顺利开展。进一步扩大高校的办学自主权,切实把毕业生就业的具体实施工作转移到高校,并在专业设置、招生计划制定等方面给予学校应有的权利,使学校在人才培养上能有更大的自主权,以应对社会人才需求的变化。今后要把毕业生就业情况作为衡量评价高校教育质量、安排投放招生计划、划拨教育经费等的重要依据,以促进高校按需办学。此外,政府还要构建人才培养和人才需求的信息平台,及时沟通信息,使社会用人的信息、用人的要求等,及时反馈到高校,高校人才培养的情况能为社会熟知了解,防止相互隔绝,互相封闭,使培养和需求协同发展,供需一致。

2. 要进一步加快调整高等教育规模和结构,使之社会经济发展及产业结构调整相适应,构建以社会需求为导向的开放式