

大学生职业发展
与就业指导课程系列教材

总主编 郭朝辉 副总主编 李璞

第一章 就业形势与政策

- 第一节 大学生就业形势
 - 第二节 大学生就业政策
 - 第三节 大学生就业权利及义务
 - 第四节 大学生就业途径
- 第二章 就业观念与心理
- 第一节 就业观念转变
 - 第二节 就业心理分析
 - 第三节 就业心理调适
- 第三章 就业准备
- 第一节 就业准备的原则

第二节 知识与技能准备

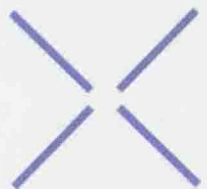
- 第三节 就业信息搜集
 - 第四节 求职材料准备
- 第四章 求职策略
- 第一节 应对笔试的策略
 - 第二节 应对面试的策略
- 第五章 认识创业
- 第一节 创业概述
 - 第二节 创业的基本因素
 - 第三节 创业精神与创业者
 - 第四节 大学生创业

第六章 创业准备及创业的一般过程

- 第一节 创业准备
 - 第二节 大学生创业的一般过程
- 第七章 大学生创业的相关法律与政策
- 第一节 大学生创业的相关法律知识
 - 第二节 国家关于大学生自主创业的优惠政策

◎ 主编 郭朝辉 王宇 邓猛

大学生



就业与 创业指导



高等教育出版社

大学生就业与创业指导

Daxuesheng Jiuye yu Chuangye Zhidao

主 编 郭朝辉 王 宇 邓 猛

副主编 王 昕 张 霞 王举兴

徐 琴 朱 捷 易 姝

高等教育出版社·北京

内容提要

本书依据教育部《大学生职业发展与就业指导课程教学要求》的有关要求,围绕大学生就业创业的实际需求,从大学生就业创业的现状入手,从就业形势与政策、就业观念与心理、就业准备、求职策略等方面对大学生就业的相关理论和实际问题进行了阐述。同时,在对创业活动进行基本概述的基础上,对创业准备和创业的一般过程进行了阐述。

本书在确保理论框架完整性的同时注重内容的实操性,并通过案例与思考题的方式增强与读者的互动,以求达到帮助在校大学生在校园里做好就业创业准备的目的。

本书可作为高校大学生、研究生就业创业相关课程的教学用书,对于大学生就业创业领域的研究者和高校相关职能部门的管理者也具有一定参考价值。

图书在版编目(CIP)数据

大学生就业与创业指导/郭朝辉主编;郭朝辉,王宇,
邓猛分册主编.--北京:高等教育出版社,2014.4

ISBN 978-7-04-033480-7

I. ①大… II. ①郭…②王…③邓… III. ①大学生-
职业选择-高等学校-教材 IV. ①G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 029261 号

策划编辑 魏 然 邱 敏 李自敏

责任编辑 魏 然

封面设计 张申申

版式设计 童 丹

插图绘制 尹文军

责任校对 殷 然

责任印制 张泽业

出版发行 高等教育出版社
社 址 北京市西城区德外大街4号
邮政编码 100120
印 刷 三河市华骏印务包装有限公司
开 本 787mm×960mm 1/16
印 张 18.25
字 数 210千字
购书热线 010-58581118

咨询电话 400-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.landaco.com>
<http://www.landaco.com.cn>
版 次 2014年4月第1版
印 次 2014年4月第1次印刷
定 价 25.00元

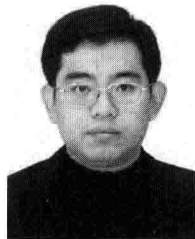
本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换
版权所有 侵权必究
物 料 号 33480-00

主 编 简 介

郭朝辉,四川资中人,教授,现任成都理工大学副校长。长期从事大学生思想政治教育和管理实践工作,撰写和参与撰写专著5部,主编教材2本,获国家级教学成果二等奖1项、省级教学成果一等奖2项、省级科研成果奖3项。主要从事大学生思想政治教育和大学生就业指导、职业生涯规划等领域的研究。



王宇,辽宁本溪人,副教授,硕士生导师。现任成都理工大学管理科学学院工商管理系教师。近年来负责并主持了省科技厅、省教育厅多项省级科研课题,在核心期刊及报纸发表论文十余篇,编撰教材和专著4部。主要从事人力资源管理、企业战略管理、创业理论与实践、职业生涯规划等领域的研究。



邓猛,四川简阳人,现任成都理工大学学生工作部(处)部(处)长、招生就业处处长。近几年主持省教育厅科研课题2项,撰写专著1部,公开发表论文多篇。主要从事大学生思想政治教育和大学生就业指导等领域的研究。



大学生职业发展与就业指导课程系列教材
编写委员会

总主编

郭朝辉

副总主编

李 璞

编委(按姓氏笔画为序)

王 宇 王 昕 王举兴 邓 猛 朱 健
杨 帆 杨德祥 张惠琴 张 霞 易 姝
徐 琴 董亚妮 程虹娟 谢 琨

本书参编者(按姓氏笔画为序)

王 梅 李苏涵 单 羽 殷 俊 欧阳洋

总 序

当前,由于全球经济低迷,我国经济也受到了巨大冲击,许多以出口、制造和加工业为主的企业出现减产、停产,甚至倒闭现象。前几年已经成为吸纳高校毕业生就业主渠道的非公有制单位大规模缩减用人需求,毕业生就业外部环境仍不宽松。过热的社会舆论、有待完善的社会就业服务体系、毕业生本身能力素质的不全面等因素,使得高校毕业生就业问题成为全社会关注的焦点问题。

人力资源和社会保障部的相关数据显示,2013年,我国应届大学毕业生近700万人,按照以往70%的初次就业率计算,加上往年未就业的大学生,2013年可能有300万以上的大学生难以初次就业。大学生就业难的现状,伴随着近几年高校招生规模的扩大和我国经济增长放缓的状况,还将持续一段时间,今后几年高校毕业生就业形势会更加严峻。

近年来,国家高度重视高校毕业生就业工作,提出要以“全力以赴”的精神,重视和关心高校毕业生就业问题。2007年4月22日,国务院办公厅下发了《关于切实做好2007年普通高等学校毕业生就业工作的通知》(国办发[2007]26号),提出“将就业指导课纳入教学计划”的要求。2007年12月28日,教育部办公厅印发了《大学生职业发展与就业指导课程教学要求》(教高厅[2007]7号)的通知,强调将大学生职业发展与就业指导课程作为公共必修课,贯穿学生从入学到毕业的整个培养过程。2010年发布的《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010—2020年)》中明确提出要加

强就业创业教育和就业指导服务。这是当前和今后一段时期我国高校毕业生就业工作的战略任务,也是广大高校毕业生就业工作者的历史使命。

目前各高校在大学生职业发展与就业指导课程建设、创新创业教育等实际工作中,都做出了积极的探索和努力。各高校逐步从以高校毕业生就业服务为重转向以就业指导为重,提升就业指导人员的专业能力,全面加强就业指导工作,以提高学生发现和把握就业机会、快速适应社会环境的能力,增强就业竞争力,让高校毕业生在激烈的社会就业竞争中充分发挥主动性和积极性,促使大学生自主分析就业形势、自觉锻炼个人能力、与用人单位双向选择,顺利迈出从学校到社会的关键一步。

成都理工大学职业经理研究所作为全国高校首家从事职业经理人研究的科研机构,多年来致力于职业经理人和大学生职业化的研究和实践工作,对大学生职业发展与就业指导课程的教学做了很多的努力和探索。2006—2007年,研究所所长李璞教授带领的科研团队申请、获得了四川省教育发展研究中心“大学生就业竞争力培养模式研究”和四川省哲学社会科学普及规划项目“择业——实现人生理想的第一步”两项科研课题;2009年组织编写了《大学生职业设计与职业发展》教材,该教材于2012年被评为第一批四川省“十二五”普通高等教育本科规划教材;2012年申请、获得了成都理工大学“大学生职业生涯规划 and 就业指导”精品课程建设项目;自2006年以来,连续六年举办全校性的大学生职业规划大赛和“赢在起点”大学生职业能力提升训练营,从理论和实践两方面对大学生如何提高就业竞争力和职业发展能力进行了积极的探索。为了将这些年来所积累的实践经验和取得的科研成果更好地应用到教学当中,结合成都理工大学在大一、大二开设大学生职业生涯发展规划课程,在大三、大四开设大学生就业与创业指导课程的教学实际,2012年10月,研究所在2009年编写的《大学生职业设计与职业发展》一书基础上重新编写了“大学生职业发展与就业指导课程系列教材”,并成立了由专门从事大学生职业生涯规划研究

和课程教学的专家、教师以及长期从事大学生就业指导工作的管理干部组成的编写委员会。该系列教材包括:《大学生职业生涯发展规划》《大学生职业生涯发展规划实操手册》《大学生就业与创业指导》《大学生就业与创业实操手册》。本套教材是根据教育部《大学生职业发展与就业指导课程教学要求》中对大学生职业发展与就业指导课程的教学目标、内容、方式、管理与评估提出的明确要求编写的,并参考了目前各高校开设大学生职业发展与就业指导课程的具体情况,希望能帮助大学生认清自我、规划自我、塑造自我,帮助高校更好地开展大学生职业发展与就业指导课程的教学工作。本套教材也是编著者多年从事大学生职业发展与就业指导课程教学、研究和实践的成果,是对高校毕业生就业指导和服务体系的有益补充。

“凡事预则立,不预则废。”大学生应该尽早进行职业生涯规划,及时了解就业政策法规、就业形势,掌握就业择业技巧。希望广大的大学生通过对“大学生职业发展和就业指导课程系列教材”的学习,在高校、教育系统、全社会的高度重视和正确引导下,能够正确认识自我,了解社会和职业,确立科学的人生目标,努力提高各项职业化能力和素养,提升就业竞争力,找到理想的就业岗位,进而成为自信又成熟、有激情又有胸怀、有能力又懂得抓住机遇的优秀的职场人士。

郭朝辉

2013年6月于成都

前 言

中国经济正面临调结构、转方式的转型进程,这一点不可避免地反映在对就业市场的影响上。今天的大学生,面对着比以往更加复杂的就业形势,因此,大学生必须在校园中为将来的就业创业做好准备,方能适应未来的就业市场。

在长期承担职业规划类课程的教学和实践工作中,我们深感,无论对教师,还是对大学生,都迫切需要一本完整、系统、严谨、务实的就业创业教材。学生们需要一本这样的教材,它不仅可以帮助他们熟悉就业创业政策法规,做好求职的各项准备,还能够指导他们的创业活动,甚至在求职或者创业遇到暂时挫折的时候,还能够为他们提供精神上的激励,增强他们戮力前行的勇气;教师们需要一本这样的教材,它不仅可以帮助他们系统地开展教学工作,还要能够帮助他们对学生的就业创业活动提供实实在在的帮助和指导。鉴于此,我们编写了这样一部教材,从就业形势与政策、就业观念与心理、就业准备、求职策略等方面介绍有关内容,为大学生未来的就业奠定基础,同时也介绍了创业的一些基本知识和与创业有关的法律知识、优惠政策。

本书具有自己的特点:

第一,体现了教育部对此类课程的一般要求。既注重理论讲解,又不忽略实际运用;既有对就业创业心态的阐述,又有实战案例的支撑。

第二,坚持面向读者,以满足大学生的需求为出发点。我们在编写本

教材的时候,以解决大学生对就业创业的疑问作为编写工作的一条重要指导思想。因此本教材注重将对就业创业真实环境的描述、对相关前沿理论的阐述和对就业创业实际工作与例证的介绍三者融为一体。

第三,坚持贴近实际,帮助大学生提高实际操作水平。我们相信,“虽小道,必有可观者焉”,因此,实实在在地为学生传授就业创业起步阶段的一招一式,实在是一件有利于社会的事情。

第四,注重体例的设计,这本教材在章前设有本章概要与学习重点,作为全章的引领;在主要内容中穿插阅读材料,旁征博引,以帮助读者从不同的角度加深认识;在每章主要内容结束后附有全章小结以及问题与思考,系统梳理全章内容并进一步激发思考。这种安排符合青年学生的认知特征,有助于提升教学效果。

承担本书编写任务的团队中,既有长期从事相关领域教学、研究工作的经验丰富的一线教师,也有来自相关部门的管理专家。在本书编纂的过程中,我们还有幸得到了一批长期在企业从事管理工作的资深人士的帮助,他们为本书提出了很多弥足珍贵的意见和建议。正是所有这些心系大学生就业创业,具有深厚学养经验的人们共同付出心血,才使得本书得以呈现在读者面前。

各章的主要编写负责人如下:

第一章:徐琴、朱健;第二章:张霞;第三章:王昕;第四章:郭朝辉;第五章:邓猛;第六章:王宇;第七章:王举兴、易姝。郭朝辉、王宇设计了全书的框架结构并对全书进行统稿和修改,王昕、邓猛负责对本书进行具体的校改和完善工作。

我们深知,本书的编写是站在前人研究的基础上完成的。我们用脚注、参考文献等方式列出了我们所引用资料的来源,这也是我们向他们表示敬意的方式。

以高等教育出版社魏然编辑为代表的编辑团队在本书编写过程中付

出了令人敬佩的辛勤劳动,我们对他们深怀感激。

由于编者水平所限,书中难免有疏漏与不妥之处,欢迎广大读者提出宝贵的意见和建议,以便改进我们的工作。

编 者

2013年12月

郑重声明

高等教育出版社依法对本书享有专有出版权。任何未经许可的复制、销售行为均违反《中华人民共和国著作权法》，其行为人将承担相应的民事责任和行政责任；构成犯罪的，将被依法追究刑事责任。为了维护市场秩序，保护读者的合法权益，避免读者误用盗版书造成不良后果，我社将配合行政执法部门和司法机关对违法犯罪的单位和个人进行严厉打击。社会各界人士如发现上述侵权行为，希望及时举报，本社将奖励举报有功人员。

反盗版举报电话 (010)58581897 58582371 58581879

反盗版举报传真 (010)82086060

反盗版举报邮箱 dd@hep.com.cn

通信地址 北京市西城区德外大街4号 高等教育出版社法务部

邮政编码 100120

目 录

第一章 就业形势与政策	1
第一节 大学生就业形势	2
一、我国总体就业环境	2
二、大学生就业体制的演变	7
三、大学生当前就业形势	9
第二节 大学生就业政策	13
一、总体政策	13
二、促进政策	15
三、派遣接收和准入政策	18
第三节 大学生就业权利及义务	22
一、就业权利	22
二、就业义务	27
第四节 大学生就业途径	32
一、签约就业	35
二、自主创业	38
三、出国留学	39
四、考研	41



第二章 就业观念与心理	44
第一节 就业观念转变	46
一、走出观念误区,树立正确的就业观	47
二、增强自信心,培养主动性	61
第二节 就业心理分析	64
一、就业认知心理问题	65
二、就业情绪心理问题	68
三、就业社会心理问题	72
第三节 就业心理调适	76
一、就业心理调适的内容	78
二、就业心理调适的方法	82
第三章 就业准备	91
第一节 就业准备的原则	93
一、适应社会的原则	93
二、客观评价的原则	93
三、主动出击的原则	94
四、持续发展的原则	96
第二节 知识与技能准备	97
一、知识准备	98
二、技能准备	99
第三节 就业信息搜集	101
一、就业信息搜集的原则	102
二、就业信息搜集的途径	103
三、就业信息搜集的内容	106



四、就业信息的使用	107
第四节 求职材料准备	110
一、求职材料准备的原则	110
二、求职信的撰写	111
三、简历的制作	118
第四章 求职策略	134
第一节 应对笔试的策略	136
一、笔试的类型	136
二、笔试的准备	141
三、笔试的技巧	143
第二节 应对面试的策略	148
一、面试的类型	149
二、面试的准备	151
三、面试的技巧	157
四、面试后的工作	168
第五章 认识创业	171
第一节 创业概述	174
一、创业的含义	174
二、创业的特征	178
三、创业的类型	179
四、创业的动机	183
第二节 创业的基本因素	187
一、创业者	187

二、技术	187
三、资源	188
四、组织	189
第三节 创业精神与创业者	190
一、创业精神	190
二、创业者的素质	191
第四节 大学生创业	198
一、大学生创业的意义	198
二、大学生创业所面临的问题及对策	202
第六章 创业准备及创业的一般过程	207
第一节 创业准备	211
一、创业心理准备	211
二、创业知识准备	216
三、创业能力准备	219
四、身体素质准备	224
第二节 大学生创业的一般过程	225
一、诞生创业想法	225
二、识别创业机会	227
三、分析创业风险	230
四、开展创业策划	234
五、组建创业团队	235
六、创立创业企业	238
七、建立管理体制	241

第七章 大学生创业的相关法律与政策	247
第一节 大学生创业的相关法律知识	249
一、企业法律形态	249
二、创业相关的法律知识	252
第二节 国家关于大学生自主创业的优惠政策	256
一、国家相关政策	256
二、地方相关政策	259
参考文献	266