



毕业生择业 与就业指导

主 编 赵 峰 王忠宝

副主编 戴青春 李 槐

长春出版社

毕业生择业与就业指导

主 编 赵 峰 王忠宝

副主编 戴青春 李 槐

长 春 出 版 社

●●致读者

这是一本为大、中专和“五大”及技校应届毕业生写的择业与就业安排的指导性用书。对下一年度毕业生也十分适用。本书紧密结合我国各大、中专院校学生的实际情况与社会各部门的实际需求，对毕业生择业、就业诸多问题，作全面的“有的放矢”的描述与介绍。本书对毕业生朋友们有很好的启迪与指导作用。并附有一些测试资料，供毕业生朋友们参考。

毕业生择业与就业指南

主编 赵峰 王忠宝

责任编辑：董辅文

封面设计：翁立涛

长春出版社出版
(长春市重庆路40号)

长春出版社发行
吉林工学院印刷厂印刷

开本：787×1092 1/32

1990年3月第1版

印张：11 插页：2

1990年3月第1次印刷

字数：245 000

印数：1—10 300册

ISBN 7-80573-181-0/Z·10

定价：3.70元

第一章 择业指导概述…………… (1)

- 职业选择是人生的紧要关头 (3)
- 我国社会职业分类和结构现状 (5)
- 影响职业选择的因素 (6) ● 树立正确的职业观 (9) ● 职业选择与毕业生素质 (11) ● 广泛交际有助你择业成功 (13) ● 求职是一门艺术 (17)

第二章 毕业分配基础知识…………… (21)

- 毕业生分配工作机构及其内容 (23)
- 毕业生分配的基本原则 (28) ● 毕业生分配的办法和程序 (31) ● 大中专毕业生分配中的若干具体规定 (39)

第三章 毕业前的准备…………… (47)

- 毕业前的思想准备 (49) ● 毕业论文 (毕业设计) (50) ● 毕业实习 (52) ● 毕业前的心理适应 (55)
- 重温专业 (58)

第四章 认识你自己 (上) …………… (61)

- 毕业生的一般心理特点及矛盾 (63)

- 男女生生理特点与职业选择 (65)
- 性格与职业选择 (67) ●兴趣对职业选择的影响 (69) ●气质与职业选择 (74)

第五章 认识你自己 (下) (79)

- 开发你的智力 (81) ●成为有能力的人 (83) ●不能让低落情绪支配你 (87) ●挖掘你的潜能 (98) ●借助“旁观者”来认识自己 (103)

第六章 社会主要部门和行业简介及对毕业生的要求..... (105)

- 机关 (107) ●事业单位 (113)
- 企业 (117)

第七章 毕业生心态分析和选择类型..... (125)

- 心态分析 (127) ●选择类型 (135)

第八章 毕业分配中协调人际关系的艺术..... (141)

- 协调人际关系的重要性 (143) ●取得父母的理解与支持 (146) ●创造良好的同学关系 (150) ●建立真诚的师生感情 (156)

第九章 获取求职信息的渠道..... (161)

- 宏观信息渠道(163) ●微观信息渠道 (169) ●国外新职业动态介绍 (174)
- 国外毕业生求职途径 (182)

第十章 目标选择与选择策略…………… (187)

- 目标选择：从政·搞实业·做学问·搞文、体、美·进京·去特区 (189)
- 选择策略：超前准备与主动出击·低目标与高标准·条条道路通罗马·志当存高远 (209)

第十一章 自我推销术 (上)…………… (215)

- 自荐信——“推销自我”的“广告” (217)
- 简历与自荐材料 (228)
- 推荐信——与用人单位建立联系的介绍信 (231)
- 感谢信的作用 (236)

第十二章 自我推销术 (下)…………… (239)

- 给人以永久不忘的笑容 (241)
- “我能干” (242)
- 意志坚强地多次拜访 (244)
- 礼轻情谊重 (245)
- “危言”可引起对方注意 (247)
- 找出替自己说话的人 (249)
- 把自己看成什么角色 (251)
- 向上级求教 (252)

第十三章 面试艺术…………… (255)

- 做好面试前的准备 (257)
- 要做到“心中有人”、“目中无人” (258)
- 让用人单位喜欢你 (259)
- 面试中的交谈艺术 (261)
- 介绍好自己 (262)
- 回答问题的艺术 (264)
- 面试“卡壳”的解脱技巧 (266)
- 在面试中要

不断地进行反馈调整 (266) ●不要只想做好而过分“谨慎”(267) ●在多名主考人员前面面试的谈话艺术(268)

第十四章 “五大”毕业生和技校 毕业生就业问题…………… (271)

- “五大”毕业生的自身特点(273)
- “五大”毕业生择业的社会环境(274)
- “五大”毕业生择业的途径(278)
- 技校毕业生就业问题(279)

第十五章 跨过社会门槛之后…………… (281)

- 学会宽容(283) ●一定要让人喜欢你(285) ●心理健康是赢得喜欢的起码前提(287) ●坦诚和可靠是赢得喜欢的基本条件(292) ●给人留下美好的第一印象(294)

附 录 …………… (299)

- 性格类型测验(301) ●情绪测验(313) ●前途意向测验(321) ●职业价值观测验(326) ●社会成熟测验(332) ●环境适应能力测验(339)

后 记 …………… (343)

第一章

择业指导概述

- 职业选择是人生的紧要关头
- 我国社会职业分类和结构现状
- 影响职业选择的因素
- 树立正确的职业观
- 职业选择与毕业生素质
- 广泛交际助你择业成功
- 求职是一门艺术

絮 语

也许你是一位被称为“时代幸运儿”的大、中专学生，也许你是一位身怀一技之长的技校学生。当你整理书籍，准备结束几年的学生生活；当你打点行装，回首曾留下你行行足迹的校园小路，想得最多的是什么呢？朋友，你在面临择业和就业的严峻考验——究竟怎样选择你未来的职业？如何才能正确选择最适合你的职业？

一 职业选择是人生的紧要关头

美国著名畅销书《珍妮姑娘》中有这样一段话：“凡人一生之中，总必遇到过几次紧要关头，当时如果向一条路走，就是严格实践正义和责任，向另一条路走呢，就有获得个人幸福的可能。因此总觉得踌躇不决。而两条路的分界线，是不一定截然分明的。”该书女主人公珍妮姑娘就是在人生的紧要关头迈错一步，从而铸成终身的痛苦。

从某种意义上说，一名毕业生走出校门，进入社会，不过是刚刚开始他（她）漫长的人生旅程。在起步之初，能否选择一个最适合自己发展的职业，是至关前途、命运的重要之举。而此时，毕业生由于多年的学校生活，往往对自己的未来抱有种种美丽、迷人的幻想，对现实生活的复杂和严峻缺乏应有的估计。表现在职业选择上，如果鲁莽行事将会铸成大错，所谓“一失足成千古恨”。

某院校有位毕业生，家住外地，个人素质很不错。分配前夕，学校明确告诉他不可能留在省城，除非他愿意到郊区工作。当时，他只想先留下来，以后再想法调动，于是同意到郊区工作。然而，尽管当前我国人才管理的板结已经松动，人才流动初步形成风尚，要想随意调动，仍不是一件易事。后来，他多方努力，耗资伤神，调动未成，两年光阴付之东流。由于他根本不安心工作，自然在工作上毫无建树。

还有位某名牌大学化工系毕业生，受社会不良风气影响，只想贪图安逸，羡慕虚荣，怕从事本专业工作条件不好，一心想进机关工作。因为他学习成绩很好，有许多大企业表示欢迎他，有家企业甚至想请他去主持一项工程的设计和研发。但他固执己见，一一回绝了。经过数月奔走努力，终于如愿以偿，成为某省直机关的一名公务员，轻率地扔掉了他多年所学且学有所成的化工专业。几年后，他的同窗们有的搞出了重大科研成果，受到嘉奖；有的当上了总工程师或厂长，重任在肩。而他因所学的专业用不上，四年大学等于没学。他文字功底本来就差，公文写作更是一窍不通，加上他性格好动，坐不住椅子，根本不适合机关工作。领导和同志们也开始对他有看法。面对现状，他感到十分苦恼，也想要改变现状。但多年学业荒疏，早已今非昔比，才气不存，何况科技发展日新月异，他很难再跟上专业进展的节奏了；而且，调动工作又不是朝夕间能办到的。抚今思昔，他感到前途渺茫，只能扼腕叹惜命运的捉弄了。其实，如果他能够正确地选择自己的职业，是完全可以驾驶自己的命运之舟驶向理想的彼岸的。

作家柳青有句名言：“人生的道路虽然漫长，但紧要处只有几步，特别是当人年轻的时候。你走错一步，可以影响人生的一个时期，也可以影响你的一生。”职业的选择就是人生“紧要处”之一，每一位毕业生都应以全付身心来对待这一次选择。

二 我国社会职业分类和结构现状

1982年我国进行人口普查，将职业分为15个大类，62个中类和222个小类，每个小类中又有许多专业。这种分类方法基本上还是按行业划分，而科学的分类方法则要探讨职业结构的内在联系和特点。

可以把我国职业结构的现状及其特点概括为如下几点：

1. 从行业的在业人口比重看

在15个职业大类中，农业、工业、建筑业、地质勘探和普查业、交通运输业、邮电通讯业和商业列入物质生产部门，其在业人口比重为94.37%。其它部门划入非物质生产部门，只占5.63%。这说明我国物质生产部门的人口比重很大。

2. 从在业人口的职业分布状况看

将在业人口按工作性质划分，可分为8大职业。在这些职业中的人口分布特点是：（1）从事体力劳动的多，占91.98%；从事脑力劳动的少，只占8.02%。（2）专业技术人才所占比重小，从1982年人口普查结果看，只占5.07%。目前，我国职称评定工作已基本结束，专业人才的比重相对增大。但与其它人员相比，仍占少数。

3. 从在业人口的科学文化素质构成看

在业人口的文化程度比例分别为：大学程度占1%，高中占10.52%，初中、小学占60.34%，文盲、半文盲高达28.25%。

4. 职业结构的发展趋势

从全国形势看，主要有三个特点：（1）第三产业发展迅速。目前，我国第一产业比重很高，第二、三产业比重明显偏低。据预测，到2000年我国第三产业将增至24%。（2）新兴行业不断涌现。全世界每年新增学科约60~70门，新的技术专业约150~200种。（3）脑力劳动者逐步增加，专业技术人员的比重增大。

三 影响职业选择的因素

青年人对未来的生活充满美好的理想，而职业选择常常是实现理想最主要的内容之一。职业选择在任何时候都不可能是随心所欲、异想天开的，而是受许多因素的影响和制约，如社会经济因素、家庭教育因素、自身素质因素、生活经历因素等等。

1. 社会经济发展速度和规模的影响

社会在不断进步，生产在不断发展。生产力发展水平越高，社会经济越发达，社会分工越精细，职业与行业种类就越多。这就为更多的毕业生提供了选择职业的天地。

2. 家庭对职业希望和职业态度的影响

学生时期是人生观和自身理想形成时期。由于学生本身的涉世狭窄决定了他们受家庭的影响和制约的程度很大。一般的家庭，都会在很早以前就对子女的未来职业存有一种希望，并采取不同的态度给子女以影响。例如，有些家长希望子女从事涉外工作，很早就督促子女学好外语；有的家长自己已从事文艺工作，也就有意培养子女的“文艺细胞”；

也有的家长本身献身教育事业，但由于某些不良社会风气影响，不愿让子女再步其后尘——吃“粉笔灰”了。

3. 学校的影响

各级各类学校所设专业性质的不同及教学质量的高低，学校办学声誉等因素，在学生填报高考志愿时会产生影响，从而也影响了学生毕业时的职业选择。

4. 毕业生自身条件对职业选择的影响

自身条件包括：（1）政治、道德、文化、技能等方面的素质；（2）兴趣、爱好、性格、情感、气质、能力等等心理特征；（3）性别、年龄等生理特点；（4）个人生活经历与生活状况；（5）人生观及自我认识的水平。

其中，政治、技能等方面的素质决定了毕业生选择职业的根本方向。一个政治思想觉悟水平较高，有着健康人生观的毕业生，一定会选择那些国家最需要、有益于人民和社会的职业，而不会一味去追求高享受、高待遇的职业。

毕业生所拥有的文化知识 with 技能水平影响其职业选择的层次。一般技工学校的毕业生只能选择与本专业有关的工种；而受过高等教育的毕业生，则希望获得专业性较强、有较大研究价值的职业。

毕业生的身体状况，影响其职业理想的实现。男、女性别之分，健康状况好坏等等，都在一定程度上限制了毕业生对未来职业的选择。

毕业生的气质、性格与能力，是其个性不同的表现，也影响着其职业的选择。兴趣广泛，对职业的选择面就广泛；兴趣单一，对职业的选择面就狭窄。那些性格坚强、实干苦干的毕业生，容易选择比较艰苦的职业；那些办事严谨、认真的毕业生，容易选择要求严格的职业；具有一般能力的

毕业生，倾向于从事比较普通的职业；而具有特殊能力的毕业生，自然会选择比较“高、精、尖”的职业。

个人生活经历也影响毕业生的职业选择。那些出身于较富裕的家庭、生活一帆风顺的毕业生，选择职业时容易好高骛远，缺乏专一性；而家庭生活条件差、家庭受过某些挫折的毕业生，在选择职业时就比较实际。

5. 社会心理因素的影响

学生自身的从众心理倾向决定了他们必然受社会心理因素的影响。例如，人们对外贸、金融等职业普遍有强烈兴趣，自然也会“传染”给毕业生。从众的心理反应决定了职业选择的倾向。

6. 逆反心理因素的影响

一位美国心理学家在《发展心理学》一书中指出：“青年自己安排生活的迫切愿望决定要干什么，要去哪里，要从事什么活动，要采取什么准则等，往往与他们父母习惯的既定权威作用相违背。”当前，学生中普遍心理特征是：好胜、好奇、好变、好动、好疑。应该说，这与他们自身存在的逆反心理因素分不开。

在分配前的思想教育动员大会上，有些学校往往只谈“红色标语式”的空洞大道理，学生对此非常反感，产生了“逆反心理”，即使是言之有理，也拒绝接受，故意“拧”着劲儿、对着干。如分配方案中的乡镇企业单位，效益好、资金多、惜人才、重使用，其实很受学生青睐。但校方在宣传、鼓动中往往加上许多没有多大意义的漂亮“红帽子”，结果，学生受逆反心理影响，反而不愿去“高就”，适得其反。

总之，影响职业选择的因素有许多，做为一名毕业生，

了解这些有助于他们根据自身的主客观条件，正确地选择真正理想而满意的职业。

四 树立正确的职业观

何谓“职业观”？就是一个人对职业的认识、意向等基本观点，以及对就业所抱的基本态度。“概括地讲，它包括对人类职业的本质、起源、形成、发展和职业的社会意义的基本看法，以及在这一认识基础上形成的职业的劳动观、幸福观、道德观等等。”（引自《青年生活向导》）

从个体上讲，它包括作为个体的人与具体职业结合的过程中表现出来的一系列思想过程，如职业选择、谋职道路、职业态度等应持有的基本观点。

当前毕业生普遍存在着择业目标过高的问题，主要表现为对城镇、机关或外贸、金融单位的选择，即使学非所用，也趋之若鹜；对急需人才的边远山区、乡镇企业、集体企业和生产第一线，尽管专业对口，却畏缩不前。造成这种情况，除了长期实行的“统招统分”的旧的分配体制，用人方式的地区、部门、单位所有制的束缚，以及实行“供需见面、双向选择”在客观上造成毕业生相互攀比、见异思迁现象所带来的影响外，更主要的是毕业生个体素质的问题。或认为学识贬值，一味抱怨社会环境不好；或跳不出“自我设计”的小圈子，把学用一致的原则理解过窄，不肯屈尊；或畏惧艰苦，贪图安逸，弃鸿鹄之志，垒燕雀之巢。这些都是

造成择业目标过高问题的主要因素。

因此，就毕业生而言，择业是认识自我、驾驭自我的重要尝试。正确的择业态度应当是以充分认识自己为基点，对自我有个客观、冷静的分析；同时，直面社会现实，以胆识、智能、毅力、勇气去接受改革的挑战，适应社会需求。

树立正确的职业观，还要求我们注意职业的地区选择。当前，毕业生分配难的问题客观存在，其中一个重要的原因是，愿去的地方不要人（主要是直辖市、大城市），要人的地方不愿去（主要是中小城镇和边远地区）。有志报国的大学毕业生，就要响应党和国家的号召，克服“唯大城市不去”的观念和家乡地区观念，到边疆去，到祖国需要的地方去，到艰苦的地方去，去大显身手，去磨炼才干。

除了地区选择，更重要的是注意单位选择。

工作单位是否适宜，对将来工作成绩如何、才能发挥怎样，关系极大。单位选择，主要是在大单位与小单位之间、机关和企业与事业单位之间、全民和集体与个体单位之间的选择。一般来讲，大多数毕业生乐于到大单位、机关、事业单位和全民所有制单位，而不愿到小单位、集体所有制企业或个体单位。

应该说，机关、高等院校、一些事业单位和大企业单位的工作条件、生活环境、文化生活等一般都优越于边远地区或基层单位。这些都是大学毕业生和中专、技校毕业生得以施展才华的客观条件，但这些单位往往人才济济，导致人才积压，才不尽用；而基层单位则正好相反，它们尊重人才，珍惜人才，放手使用人才。相对来讲，后者比前者更宜于毕业生施展才华。对于一个年轻的有热血的毕业生，刚刚走上社会，就学无所用，才志难遂，不但会挫伤他们报效