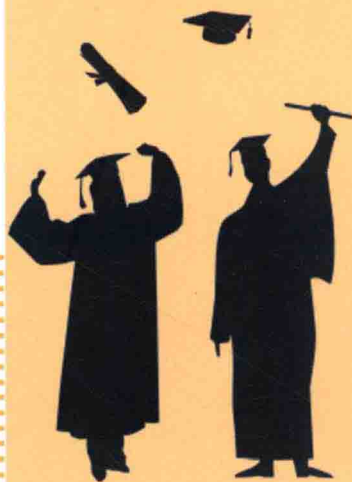


大学生 就业指导

主 编 李 石



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS



黑龙江大学出版社
HEILONGJIANG UNIVERSITY PRESS

大学生 就业指导

主 编 李 石



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS



黑龙江大学出版社
HEILONGJIANG UNIVERSITY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

大学生就业指导 / 李石主编. — 哈尔滨 : 黑龙江
大学出版社 ; 北京 : 北京大学出版社, 2016. 8
ISBN 978-7-5686-0044-6

I. ①大… II. ①李… III. ①大学生—职业选择
IV. ①G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 183186 号

大学生就业指导

DAXUESHENG JIUYE ZHIDAO

李 石 主编

责任编辑 李 卉

出版发行 北京大学出版社 黑龙江大学出版社

地 址 北京市海淀区成府路 205 号 哈尔滨市南岗区学府三道街 36 号

印 刷 哈尔滨市石桥印务有限公司

开 本 720×1000 1/16

印 张 19.25

字 数 293 千

版 次 2016 年 8 月第 1 版

印 次 2016 年 8 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5686-0044-6

定 价 32.80 元

本书如有印装错误请与本社联系更换。

版权所有 侵权必究

《大学生就业指导》

主 审：曲科军

主 编：李 石

副主编：潘景文 于 航

前 言

就业是安国之策，民生之本，积极促进高校毕业生充分就业，是党和政府执政为民、解决民生问题的重要举措。黑龙江大学积极应对社会需求和学生需要变化的新形势，树立“以学生为本，学生就业是学校最大的民生”的工作理念，深化教育教学改革，提高教育水平，大力推进创新创业教育，构建了以培养学生就业能力为核心，以就业管理机制建设为保障，以提升就业服务水平为目标的就业指导服务体系。2009年学校在黑龙江省率先将职业生涯规划 and 就业指导列为必修课程，经过七年教学实践的摸索，我们结合社会形势、高校特点、学生实际推出了这本《大学生就业指导》。本书突破了传统就业指导教程撰写的固有思维模式，引入现代企业的人力资源观，切实从用人单位对大学生职业能力和用人规格的角度编写教材。每章包含自我思考、学习目标、案例故事、课堂练习、本章小结、思与行六个环节（部分章节只包含六个环节中的某几个），对择业、就业所需的知识、重点、难点、学习策略进行深入浅出的分析，最终在态度层面树立起大学生正确的人生观、世界观、价值观和择业观；在知识层面培养起大学生丰富的文化底蕴和法律意识；在技能层面建构起大学生自我教育、自我管理的行为习惯，最终帮助大学生迈好走向社会的第一步，真正实现大学生更高质量就业的工作目标。

本书主要分为四个部分，第一部分“就业信息准备”，主要对当前的就业形势与就业政策、大学毕业生的就业流程和相关法律法规进行了分析解读，同时说明了就业信息搜集与整理的方法与技巧，为同学们端正求职心

态、明确就业目标、挖掘就业岗位提供了数据参考和教育指导。第二部分“求职材料准备”，以简历和求职信的撰写为例，针对如何围绕岗位需求和个人特点开展求职材料的准备进行了详尽细致的说明，并力求从人职匹配的角度鼓励因人而异、因地制宜地培养核心竞争力，执行差异化竞争战略。第三部分“求职应聘准备”，主要对面试的类型、内容、流程和注意事项进行了深度分析，并力图通过案例教学的方式进一步强化教学效果。第四部分“初涉职场”，从角色转变和心态调整入手，对大学生初入职场遇到的共性问题进行了归纳总结，同时对如何走出职场瓶颈、提升职业生涯管理能力，给出了相应的对策和建议。可以说本书的内容既有翔实系统的理论，又有真实生动的案例，既有课上师生互动的游戏，又不乏课后总结反思的练习，不但可以作为课堂教学的指导用书，而且可以作为学生们课外阅读和求职择业的参考读物。在本书的编写过程中参考了国内外大量的文献资料，并有无数奋战在就业一线的领导和同仁提供的众多典型的案例和宝贵的建议，可以说本书的付梓是各方努力的成果，也是集体智慧的结晶，在此谨一并表示衷心的感谢，也希望此书能够伴随各位大学生度过一段美好的青春岁月，实现一个绚烂的职业梦想。

本书由曲科军担任主审，李石担任主编，潘景文、于航担任副主编。书中各部分内容撰写分工如下：李石（第一章、附录）；潘景文（第二章第一节、第三章）；于航（第二章第二节、第四章）。

编者

2016年7月

目录

第一章 就业信息准备	1
第一节 了解就业形势	3
一、高校毕业生就业形势	4
二、高校毕业生就业特点	9
三、树立科学合理的就业观	10
第二节 掌握就业政策	13
一、高校毕业生就业政策	13
二、国家促进毕业生就业相关政策解读	16
第三节 熟知就业流程	27
一、企业招聘流程	27

二、就业主管部门的工作流程·····	30
三、毕业生就业派遣流程·····	31
第四节 分析招聘信息·····	42
一、获取招聘信息的渠道·····	43
二、识别有价值的招聘信息·····	52
第五节 了解法律法规·····	55
一、就业权益概述·····	55
二、侵权行为及案例·····	60
三、维护就业权益·····	66
 第二章 求职材料准备·····	 71
第一节 求职材料内容·····	72
一、求职材料内容·····	73
二、分析目标职业岗位胜任素质·····	75
第二节 求职简历与求职信·····	104
一、如何制作求职简历·····	104
二、如何写求职信·····	125
 第三章 求职应聘准备·····	 135
第一节 面试准备·····	137
一、面试流程·····	137
二、面试筛选标准·····	144
三、面试类型·····	147
第二节 面试礼仪·····	161
一、面试礼仪·····	161
二、职场礼仪·····	186

第四章 初涉职场	204
第一节 职场适应	205
一、毕业生角色转换	205
二、职场适应	213
第二节 管理职业生涯	232
一、职业生涯管理	232
二、职业素养提升	247
三、谨慎对待跳槽	255
附录	
附录一 本书收录的职务说明书目录清单	263
附录二 某公司职务说明书样例（部分）	270



第一章

就业信息准备

【自我思考】

就业是大学生校园生活的终点，也是大学生人生和事业的起点，面对就业，现在的你准备好了吗？在开始求职之前，你不妨问自己三个问题，你的专业如何？你找到自己求职的优势所在了吗？你锁定求职的目标和行业了吗？回答了这三个问题之后，你是更加坚定了，还是更加迷茫了？大家都在说：就业真难、找个好工作更难，你怎么看？你知道企业是如何招聘员工的吗？你知道自己就业时要经历怎样的流程吗？你知道从哪里可以获取招聘信息吗？打开那些招聘网站，面对无数的职位，你知道自己能投什么职位吗？在职业生涯规划中唯有努力可以化解迷茫，在求职就业中唯有信息可以减少疑虑。

【学习目标】

1. 了解毕业生就业形势，树立科学合理的就业观。
2. 掌握毕业生就业政策，保障就业机会和就业质量。
3. 了解企业招聘流程、高校就业工作流程和毕业生就业流程，保障顺利就业。



4. 掌握获取招聘信息的主要渠道，学会识别有价值的就业机会。
5. 了解就业权益，增强依法就业意识，掌握权益保护的方法与途径。

【案例故事】

小洪，某大学计算机科学技术专业本科毕业生，大学期间就是一个活跃分子，一直担任班级班长，还担任过学校科技协会副主席，演讲比赛、辩论赛、职业规划大赛、程序设计大赛都有他的身影。父母希望他毕业后考取公务员，老师觉得他从事管理工作更合适，但是小洪有自己的主意，他的职业目标很明确，毕业后从事与专业相关的职业，即软件开发工作。在别人还在迷茫选择什么行业、选择什么职业的时候，小洪在大三第二学期已经在各大招聘网站上进行注册，完善自己的求职简历并向目标企业发出实习申请，并且他只针对 IT 企业或互联网企业投送求职简历，他每天都会浏览学校的就业信息网，并关注学校推送的微信求职平台，只要有软件开发岗位的招聘会，他都积极参加，他的面试机会几乎都是通过网络和招聘会获得的。除了关注网络、参加招聘会以外，他还经常与上两届的师兄师姐联系，请教专业笔试和面试的注意事项，这些师兄师姐都是他在协会工作和各种活动中结交的。最终，在大四刚开学没多久，他就顺利签约，按照双方的约定提前进入实习岗位，并且可以在企业实习中完成毕业论文设计。小洪的成功案例在很多人看来是他本人那么优秀，再加上贵人相助，找到一个好工作肯定没问题，但是，现实中，像小洪一样优秀甚至更优秀的相当一部分毕业生却因为缺少清晰的自我定位，缺少充分的就业信息准备而与机会失之交臂。

进入大学的第一天，同学们为自己种下一颗希望的种子，开始追逐梦想和目标，这颗种子发芽、开花、结果，到了收获的季节，有的同学收获的是专业技能，有的同学收获的是实践技能，有的同学收获的是人脉资源，收获什么、收获多少取决于努力的方向和大学生活方式的选择，无论你是否认真地过好大学的每一天，步入社会、进入职场的一天终将如期而至。如果说职业生涯规划是从入学的第一天开始的，那么，就业也绝不是大四的事情，就业的背后隐藏的是对自己职业的定位和系统的职业生涯规划，是职业知识的丰富和职业能力的提升。因此，就业是对未来职业所做的准备程度的检验，是职业生涯规划的



阶段性体现。

社会中各种各样的职业，都需要人去从事。然而任何一个人并非天生就具备从事某种职业或承担某种职务的能力，都需要或长或短的就业准备期。所谓就业准备，有广义和狭义之分。广义的就业准备是指未就业者为了能够从事某种职业或获得某个职位，在一个相当长的时期内所做的就业准备工作，也包括已就业者为了进一步做好本职工作，或转换职业所进行的准备工作。狭义的就业准备是指未就业者为了能够从事某种职业或获得某个职位，在一定阶段内所做的准备工作。

我们这里所说的大学生的就业准备，包括学生生涯阶段知识的积累和能力的提高，属于广义的就业准备；而进入毕业学年为就业而做的各种具体准备，则属于狭义的就业准备，狭义的就业准备即“求职”。求职前，求职者需要从就业信息、求职材料和求职应聘三个方面做好准备工作，而信息准备是所有准备工作的基础，它主要包括了解毕业生就业形势、掌握毕业生就业政策、了解企业招聘流程和毕业生就业流程、分析招聘信息、了解就业相关法律法规等，所有这些信息构成了职业选择的支持系统，为个体选择职业提供直接或间接的帮助。

第一节 了解就业形势

近几年，高校毕业生就业形势成为媒体关注的热点话题，“最难就业季”或“更难就业季”成为就业形势的常态，庞大的毕业生就业规模和集中的就业时间、大量不能及时就业的毕业生和毕业生就业区域和行业的不平衡，都是就业形势严峻的主要体现。面对严峻的就业形势，国家高度重视大学毕业生就业问题，出台了一系列政策和措施为毕业生充分就业、高质量就业创造有利条件，全面了解当前的就业形势，客观理性地分析就业形势，是形成科学合理的就业观的基础。



一、高校毕业生就业形势

高校毕业生面临“就业难”的形势，将会是一定时期内长期存在的。高校毕业生人数始终保持较快增长，而转型升级下创造的岗位仍然难以跟上毕业生数量的增加，毕业生专业结构、就业观念与市场需求脱节的结构性矛盾仍然突出，一些影响毕业生流动的体制机制性障碍依然存在。

（一）毕业生就业总量压力持续存在

1999年，我国的高等教育开始大规模扩展，打破了高等教育的“精英化”格局，逐渐进入“大众化”教育发展阶段，从而提高了城乡适龄人口接受高等教育的机会。到2014年，高等教育的毛入学率（高校在校生与适龄人口之比）已经达到37.5%，比1999年提高了27个百分点。在《国家中长期教育改革和规划纲要（2010—2020年）》制定的战略目标中，规划用十年的时间进一步提高高等教育的大众化水平，高等教育毛入学率达到40%；新增劳动力平均受教育年限从12.4年提高到13.5年；主要劳动年龄人口平均受教育年限从9.5年提高到11.2年，其中受过高等教育的比例达到20%，具有高等教育文化程度的人数比2009年翻一番，进入人力资源强国行列。^①

伴随着高等教育的大规模扩展，高校毕业生人数逐年增加（如图1-1所示），2016年高校毕业生人数达到了765万，再创历史新高，在“十三五”时期（2016—2020年），高校毕业生仍将处于就业人数的高峰期，年均700万左右。规模庞大的应届毕业生再加上往年沉积下来的未就业毕业生，每年至少需要800万个就业岗位，再加上就业时间主要集中在每年的9—11月份，导致高校毕业生这一群体的就业总量压力巨大。

^① 引自《国家中长期教育改革和规划纲要（2010—2020年）》。



图 1-1 2003—2016 年全国高校毕业生人数

(二) 毕业生就业结构性矛盾突出

在毕业生就业总量压力巨大的同时,中西部地区、基层单位以及民营企业迫切需要大量的毕业生,一些急需人才的行业和岗位招不到理想的毕业生,毕业生就业结构性矛盾凸显,主要体现在以下四个方面:

1. 行业结构。2013 年全国人口变动和劳动力调查数据显示,大学专科以上人口仅占全国就业人口的 13.7%,从毕业生就业的行业分布来看,教育、公共管理及社会组织、卫生、社会保障和社会福利业是吸纳毕业生就业最多的行业,教育行业中的毕业生比重最高,达到 67.4%;而农林牧渔业、建筑业、住宿及餐饮业、居民服务和其他服务业等行业中,毕业生所占比例很低,农林牧渔业从业人员中毕业生的比重仅占 0.72%。

2. 专业结构。由于人才培养与社会需求之间存在差异,人才培养机制改革滞后于毕业生就业市场变化,专业结构调整滞后于或未能准确预测出产业、行业及岗位结构的变化需求,人才供给难以满足社会经济发展对人才多样化及快速变化的需求,导致一些专业的毕业生供给数量大于需求数量,而另一些专业的毕业生需求数量大于供给数量,供过于求的专业的毕业生就业困难、就业率低。当前,劳动力市场对理工科类及应用性较强的专业的毕业生较为青睐,而像毕业生人数众多的文科类专业,比如政法类、文史类、艺术体育类毕业生



存在岗位需求偏少、要求偏高、起薪偏低的现象,毕业生的供给质量和供给类型还不能完全满足劳动力市场的需求。

3. 区域结构。“宁要浦西一张床,不要浦东一间房”、“孔雀东南飞”等现象虽然已经成为历史,但是毕业生流向东部发达地区,流向大城市和省会城市就业的现象依然没有得到根本性的转变。从分布地域看,毕业生就业主要集中在东南沿海经济发达城市,就业热点地区主要是:环渤海京津地区、长江三角洲地区、珠江三角洲地区。2002年,北京、广东、山东是毕业生优先选择的就业地区,这三个省(市)聚集了全国毕业生总量的26.4%,到了2009年,北京、广东、上海更是聚集了全国28.3%的大学毕业生。从城乡结构看,由于城乡差别、户籍管理制度以及“鲤鱼跳龙门”传统观念的束缚,大量毕业生不愿到农村、基层以及艰苦的地方去。尽管相关政府部门不断出台一系列政策措施,积极促进毕业生到农村和基层就业,但是到农村和基层就业的大学毕业生在毕业生总量中的占比仍然非常低,毕业生就业的城乡结构依然失衡。

4. 单位性质结构。毕业生在就业单位性质选择上存在着较为严重的趋同现象,国家机关、事业单位一直是毕业生比较青睐的就业选择,但是国家机关、事业单位人才需求呈现基层多、机关少的发展趋势,并且国家机关、事业单位“逢进必考”的要求,导致这一渠道吸纳毕业生的能力逐年下降。而与毕业生体制内就业相反的是,以民营企业和私营企业为主的中小企业为社会提供了大量的就业机会,一些国家的经验也证明,发展中小企业可以有效地解决大学毕业生的就业问题。这些国家中的发展中国家,每千人企业数量在20至30个,在发达国家更是达到45至55个,这些国家中99%的企业是中小企业,劳动力平均规模在9至15个,提供的就业岗位占全部劳动力的65%至80%。

(三) 毕业生就业市场的发展趋势

1. 经济结构逐步优化升级,对就业的拉动能力不断增强

“十二五”以来,影响我国经济增长的要素投入结构、需求结构和供给结构持续优化,逐步向中高端水平迈进。从要素结构看,由以前主要依靠劳动力数量和资本存量增长来驱动经济增长,转变为主要依靠科学技术和人力资本增



长来驱动经济增长,2014 年科技进步贡献率提高至 53.1%;从需求结构看,由主要依靠投资需求,转变为主要依靠消费需求来拉动经济增长,2014 年消费率提高至 51.2%,同时,消费需求对经济增长的贡献率提高至 50.2%;从供给结构看,由主要依靠第二产业发展,转变为主要依靠服务业发展来促进经济增长,2014 年服务业对经济增长的贡献率提高至 48.9%。^①从经济结构的发展趋势我们可以看出,“十三五”时期,甚至更长的一个时期内,科技创新、消费需求和第三产业将成为拉动就业需求的主要力量。

2. 非公有制经济健康发展,对毕业生的需求不断增加

党的十八大报告中指出:“要毫不动摇巩固和发展公有制经济,推行公有制多种实现形式,深化国有企业改革,推动国有资本更多投向关系国家安全和国民经济命脉的重要行业和关键领域,不断增强国有经济活力、控制力、影响力。”^②同时,“毫不动摇鼓励、支持、引导非公有制经济发展,保证各种所有制经济依法平等使用生产要素、公平参与市场竞争、同等受到法律保护”^③。非公有制经济的快速、健康、稳定发展是国民经济与社会和谐健康发展的必要前提,其中,民营企业为经济的发展做出了重大贡献,占 GDP 的 60% 并创造就业的 80%,发展成为中国经济新的支撑点。民营企业提供大量就业岗位的同时,其雇主形象不断提升,由智联招聘联合北京大学社会责任与雇主品牌研究中心进行的“中国年度最佳雇主(2014)”百强榜单显示,23 家民营企业入选百强。随着社会养老保险、失业保险、住房公积金制度的不断改革完善,在民营企业工作也不用担心个人保障问题。

3. 战略性新兴产业吸纳、带动就业能力显著提高

2010 年,国家出台《国务院关于加强培育和发展战略性新兴产业的决定》,确定节能环保、新一代信息技术、生物、高端装备制造、新能源、新材料和新能源汽车七个产业为战略性新兴产业,决定中明确战略性新兴产业的发

① 引自人民网:《辉煌“十二五”:我国经济社会发展成就辉煌》。

② 引自《坚定不移沿着中国特色社会主义道路前进 为全面建成小康社会而奋斗》。

③ 引自《坚定不移沿着中国特色社会主义道路前进 为全面建成小康社会而奋斗》。



展目标是：“到2020年，战略性新兴产业增加值占国内生产总值的比重力争达到15%左右，吸纳、带动就业能力显著提高。节能环保、新一代信息技术、生物、高端装备制造产业成为国民经济的支柱产业，新能源、新材料、新能源汽车产业成为国民经济的先导产业；创新能力大幅提升，掌握一批关键核心技术，在局部领域达到世界领先水平；形成一批具有国际影响力的大企业和一批创新活力旺盛的中小企业；建成一批产业链完善、创新能力强、特色鲜明的战略性新兴产业集聚区。再经过十年左右的努力，战略性新兴产业的整体创新能力和产业发展水平达到世界先进水平，为经济社会可持续发展提供强有力的支撑。”^① 国家强调生态发展、协调发展，与之相对应的新兴产业都具有巨大的发展空间，将创造更多的就业岗位。

4. 大众创业、万众创新蓬勃发展，创业引领就业、创业带动就业

大众创业、万众创新是培育催生发展新动力的源泉，是走创新驱动发展道路的必然选择。“十二五”时期，国家强调“保就业”，创业是一种补充措施，目的是充分就业，而“十三五”时期突出了创业，把就业促进和创业引领放在同等重要的位置。现在，中央和地方政府围绕“大众创业、万众创新”采取了一系列具体措施，简政放权、降低创业门槛、针对创业需要提供有针对性的帮扶，基本上做到了大众能创得了业。此外，我国处于经济增长方式转变、产业转型时期，国民受教育程度普遍提高，交通、电信等基础设施，特别是互联网的普及，实现了“去中介化”，也削弱了实体经济中限制资源流动和重新配置的壁垒，促进了资源的快速流动，为创业提供了有利条件。当然，不管是创业还是就业，最主要的群体依然是大学生和青年人。多项有关创业者群体的调查均显示，创业者中，18—35岁所占比例至少超过60%，18—45岁所占比例至少超过80%。随着高等教育进入大众化阶段，以及专业学位教育和终身学习意识的强化，接受高等教育的青年人比例迅速扩大，高校毕业生自然会成为创业群体的主力。

^① 引自《国务院关于加快培育和发展战略性新兴产业的决定》。