



DAXUESHENG JIUYE ZHIDAO YU SHIJIAN FENXI



大学生就业指导与实践分析

主编 杨素华

ZHUBIAN YANGSUHUA

东北林业大学出版社

大学生就业指导与实践分析

主编 杨素华

东北林业大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

大学生就业指导与实践分析/杨素华主编. —哈尔滨: 东北林业大学出版社, 2007.5

ISBN 978-7-81131-012-2

I. 大… II. 杨… 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 (2007) 第 070292 号

责任编辑: 倪乃华

封面设计: 彭 宇



NEFUP

大学生就业指导与实践分析

Daxuesheng Jiuye Zhidao Yu Shijian Fenxi

主编 杨素华

东北林业大学出版社出版发行

(哈尔滨市和兴路 26 号)

东北林业大学印刷厂印装

开本 850 × 1168 1/32 印张 9.5 字数 243 千字

2007 年 5 月第 1 版 2007 年 5 月第 1 次印刷

印数 1—1 000 册

ISBN 978-7-81131-012-2

G·324 定价: 14.00 元

《大学生就业指导与实践分析》编委会

主编 杨素华

编委 (按姓氏笔画排列)

王先智 王爱民 刘 炜

陈立生 杨素华 郑 燕

赵建光 高春光 高玉娟

魏广宇

主审 赵立杰

前 言

自从 1995 年开始，国家教委就通知各高校开设就业指导课，不断完善就业指导教材。这些年来，大学生就业指导教材的编写和使用在提高就业指导课质量和帮助毕业生就业方面发挥了积极的作用，取得了可喜的成绩，但还不尽如人意。比如，我们的研究从某种角度上讲，还停留在一般性研究的阶段，鲜有一定学术分量的研究成果出现，当然这与“就业与市场接轨的时间不长”有一定关系；各种书籍教材质量参差不齐，侧重点也不同；一些就业指导教材干脆就以本校为标杆，打起了“特色”招牌。更重要的是，近些年全国毕业生每年增加的数量随着 1999 年高等院校的扩招而越来越多，就业市场压力很大，就业指导的方式方法需要创新，向着更加有利于市场需求的方向发展。

我们希望这本《大学生就业指导与实践分析》能够为推动高校就业指导工作贡献力量，催生更加有深度、创新的工作方法或研究成果出现，同时希望大学生在即将毕业的时候，能够正确地规划自己未来的事业，利用良好的求职技巧脱颖而出，走上满意的工作岗位。

正是在这样的背景下，本书编者结合自己的就业指导工作经验，指出毕业生就业指导的必要性，详细阐述了就业指导的各部分内容，并通过分析大学生就业过程中面临的种种问题，总结了当前大学毕业生就业指导工作的经验教训，为广大即将走出校门的大学生提供一个学习和借鉴的平台。

本书编委会组织了数位有就业指导工作经历的人员倾力编撰了此书。本书的出版，凝聚了所有编者们的辛勤汗水，他们在工作中紧密联系就业指导工作的实际情况，通过大量的调查研究、

数据和案例，吸收了近年来有关就业指导的研究成果，最终完成了这本分析透彻、重点突出、兼具实用性与针对性的书籍。这本就业指导书籍的出版，将更加有助于大学生们正确地认识当前的就业形势，准确地把握市场需求，科学地确定适合个人的职业生涯规划，并在人才竞争中最终获得成功。

本书由东北林业大学出版基金资助出版，而且在编写、修订过程中借鉴、参考和吸收了相关教材和资料的一些成果，在此一并表示衷心的感谢。

由于编者知识水平有限，书中难免存在缺点和错误，敬请读者朋友批评指正。

编 者

2007 年 4 月

目 录

1	就业指导概述	(1)
1.1	就业指导	(1)
1.2	就业形势	(9)
1.3	就业制度	(17)
2	就业政策指导	(23)
2.1	大学生就业相关文件汇总	(23)
2.2	重要政策支持	(27)
3	就业观指导	(73)
3.1	就业观念	(73)
3.2	职业生涯规划与设计	(78)
4	就业技巧指导	(98)
4.1	求职面试的基本礼仪	(98)
4.2	求职面试的技巧	(107)
4.3	简历与求职信	(122)
5	就业信息指导	(135)
5.1	信息指导概述	(135)
5.2	信息收集与甄选	(141)
5.3	毕业生就业基本知识	(157)
6	就业心理指导	(167)
6.1	学生就业心理素质	(167)
6.2	学生就业常见心理问题分析	(169)
6.3	培养良好的心理素质	(175)
7	案例实践	(181)
7.1	面试案例实践	(181)

7.2 求职案例实践	(191)
7.3 就业心理案例实践	(202)
7.4 自主创业案例实践	(244)
7.5 数据与资料	(290)
主要参考文献.....	(295)

1 就业指导概述

大学生就业指导是高校毕业生工作的一个重要组成部分,是帮助毕业生了解国家就业方针政策,树立正确的择业观念,保证毕业生顺利就业的有效手段。学校和各院系都应重视就业指导工作,为毕业生就业提供各方面服务,帮助大学生根据自身特点和社会需要,选择最能发挥自身特长的职业岗位;同时,毕业生要主动接受就业指导,提高自身素质和择业能力,掌握择业方法和技巧,积极做好求职择业的各项准备。

1.1 就业指导

学生就业指导工作具有连续性与阶段性、普遍性与特殊性、政策性与思想性、科学性与实用性等鲜明的特点。就业指导工作贯穿于学生培养和就业的全过程,其内容是渐进的和连续的,其目的是共同的,即为全面提高学生素质,为其顺利就业提供多方面的服务,以使这种知识劳动力资源得到合理配置。具体地讲,在新生入学后,即要根据对社会需要情况的预测,帮助学生认识 and 了解所学专业,热爱本专业,稳定专业思想,指导学生尽快适应学习生活;随后,则应根据社会对专业人才素质的要求,指导学生认清肩负的历史使命,珍惜学习生活,发奋学习,全面提高自身素质,为将来的就业竞争创造条件;在准备就业阶段,就业指导即为学生提供多方面、多形式的具体服务,并依据职业岗位的特殊需要,指导学生弥补思想、知识、能力和心理上的不足,以缩短其走向社会后适应的时间,实现由学生到职业工作者的转变。

1.1.1 就业指导的含义与内容

所谓就业就是劳动者同生产资料相结合,从事经济和其他有益于社会的劳动,并以此获取劳动报酬。就业必须是较长时间连续进行某项活动,并通过该项活动稳定地获得经济收入。偶然参加某项活动并不算就业。同时,就业必须是从事社会活动并得到社会承认,否则也不算就业。就业是全社会所有具备劳动能力的人所面临的最普遍、最基本,也是最重要的现象。人的基本职责是劳动。人要维持生活,就得工作,就得“挣钱”,同时在工作中实现自己的价值,为社会作出贡献。为了实现自己的价值,为社会作出贡献,劳动者必须选择最能发挥自己作用的工作,与生产资料和工作岗位全面、迅速、有效地结合。为这种结合而开展的工作就是就业指导。

就业指导也可称为“求职择业指导”、“职业指导”或“职业辅导”,它有狭义和广义之分:狭义的就业指导是给被指导者传递就业信息,帮助其求职与择业,为其与职业的结合牵线搭桥。广义的就业指导则是以被指导者的自身特点、意愿与社会职业的需要相协调为前提,帮助和指导其树立正确的就业意识,并为其选择职业、准备就业,以及在职业中求发展、求进步等提供知识、经验和技能,组织劳动力市场以及推荐介绍、组织招聘等与就业有关的综合性社会咨询服务活动。就业指导的目的是使无业者有业,有业者敬业,敬业者乐业,乐业者创业。学生就业指导,一方面要为全面提高学生的素质和其顺利就业提供多方面的服务;另一方面则是要帮助和引导学生根据自身特点和社会职业的需要,选择最能发挥自己才能的职业,全面、迅速、有效地与工作岗位结合,实现其人生价值和社会价值。

就业指导的主要内容包括以下六个方面。

1.1.1.1 就业政策指导

就业政策是国家为完成一定时期的就业任务而制定的行为准

则。学生就业必然要受到国家就业方针政策的制约。国家根据经济建设和社会发展需要及各个时期的发展重点,制定总的就业政策和需要重点照顾的地区、行业、部门和单位。这些应是学生就业指导的依据。在就业过程中,一些毕业生由于对就业政策缺乏了解,择业时往往在思想上带有很大的随意性和盲目性。学校只有通过就业指导,广泛宣传就业政策,才能引导毕业生走出择业的“误区”,才能使毕业生根据国家需要并结合个人实际,有针对性地选择职业。

1.1.1.2 就业信息指导

就业信息是指通过各种媒介传递的有关就业方面的消息和情况,它是择业的基础。就业信息指导就是学校通过多种渠道收集和掌握社会需求信息,通过整理、归纳和分析,预测就业动态和人才的供需矛盾,了解和掌握用人单位对人才素质的要求,并及时将信息传递给学生,以对他们的求职择业及自我塑造和发展起到帮助和导向作用。此外,在学生就业中,往往存在收集信息不全面、容易被假象迷惑的现象,就业信息指导可使学生会全面准确地收集就业信息,并结合自己情况对其进行加工处理,去伪存真。

1.1.1.3 就业观指导

就业观是学生选择职业的前提,是他们对职业的基本评价和看法,也是其世界观、人生观和价值观在就业问题上的反映。由于政治、经济、文化教育和社会因素的影响,学生的就业观是不相同的,择业标准也是多样化的。有的把事业放在第一位,有的把地区放在第一位,有的把金钱放在第一位,有的则把出国放在第一位,等等。因此,要通过就业观指导,首先使学生树立远大的理想和抱负,树立较强的事业心和艰苦奋斗的思想,把个人理想与国家需要结合起来,避免和纠正择业中的短期行为,抵制眼前功利的诱惑,真正做到以事业为重;其次,要通过就业观指导,帮助学生确立高尚的求职道德,无论对用人单位或作为竞争

对手的其他同学，都应该采取诚实正直、实事求是、与人为善的态度，决不能在求职择业中吹嘘自己、贬低别人，更不应采取拉关系、走后门等不正当行为。

1.1.1.4 就业技巧指导

求职是一门艺术，有许多技术和技巧。求职择业技巧对于学生能否成功择业影响极大。一般来说，面临就业的学生，普遍思想准备不足，有惶恐感，缺乏择业技巧。通过就业技巧指导，首先要帮助学生认识自己的个性特点，诸如专业、爱好、特长、志愿、身体状况、实际能力等，确定最能发挥自己聪明才智和最符合自己心愿的择业目标，以便使他们在不同的需求形势下选择适宜或比较适宜的工作；其次，要帮助学生提高求职择业的能力，掌握自荐、应聘和面试的技巧；再次，帮助学生在择业时树立竞争意识和把握机遇的意识，以便在求职择业中保持主动。

1.1.1.5 就业心理指导

学生在走向就业市场，参与“双向选择”的过程中，在择业走向及选择职业岗位方面，由于主观上的不稳定性和不成熟性，客观上的诸多制约因素及就业的压力和困惑，容易在择业时产生矛盾心理。例如，患得患失，难以抉择；急躁焦虑，临阵怯场；缺乏自信以及自卑、自弃等。要通过就业心理指导，帮助学生培养健康的心理，提高心理素质。

1.1.1.6 关于“走向社会”的指导

学生从学校走向社会，是人生道路上的一大转折。在他们刚刚走上新的工作岗位之时，由于环境发生了变化，需要一个适应过程。在这个过程中，要完成从学生到职业工作者的角色转变，需要经历社会化和再社会化的过程。如何尽快适应环境，进入新的角色状态，完成工作以后的心理调适，这便是就业指导需要解决的问题。要通过走向社会的指导，帮助学生及时调整自己的心理，尽早进入新的角色状态；尽快适应环境，适应社会；树立信心和责任感，用自己所学知识在实际工作中乐业、敬业，脚踏实

地干一番事业。

1.1.2 就业指导的原则与方法

1.1.2.1 就业指导的原则

原则是人们处理问题时依据的准绳。学生就业指导的原则是高等学校开展就业指导工作应遵循的标准、法则或规范。学生就业指导应遵循以下几个原则。

(1) 教育性原则

教育性原则是学生就业指导的首要原则,因为就业指导工作的不单纯是帮助学生求职择业,而是作为一个教育过程来体现的。它要求就业指导工作必须着眼于学生综合素质和整体素质的培养和提高,通过一系列活动,促进学生身心健康发展。同时,学生就业指导也是学生教育的一个重要方面,特别是在职业理想教育、择业观教育、职业道德教育等方面体现了很强的教育性。它是思想教育和品德教育的载体,是把思想教育与品德教育落到实处的一个有效途径。

(2) 系统性原则

学生就业指导不同于社会上其他职业申请者进行应试选拔、改行或下岗再就业的指导,也不是毕业时才有的临时性工作,而是一个发展过程,是一项系统工程。由于就业指导贯穿于学生生活的始终,因此应分阶段、有计划地进行,这样才能使学生较早地做好就业准备。同时,就业指导不仅是就业指导者的事情,学校的教师、干部都有责任,社会、家庭等各方面也要配合学校做好此项工作。

(3) 辅助性原则

学生是就业指导的对象,也是就业指导活动的主体。要使就业指导富有成效,就必须发挥学生的主体作用。就业指导仅仅是一种外因,是一种辅助性因素,指导者不可能把就业意识、就业观念及职业素质简单地转化为学生个人的内在品质,也不可

能决定学生的就业方向。学生就业指导实际上是在指导者的引导、帮助下,学生自我认识、自我教育、自我提高的过程。

(4) 实践性原则

学生就业指导是一门应用性学科,是实践性很强的工作。它以激励、引导、测验、训练为手段,以提高学生综合素质和求职择业能力、社会适应能力为目标,指导和帮助学生明确奋斗目标,正确认识社会 and 了解自己,在社会实践中检验和锻炼自己,培养新观念,开拓新视野,并自觉调整自己的行为以适应不断变化的社会要求。

1.1.2.2 就业指导的主要方法

学生就业指导的内容十分丰富,其方法也是灵活多样的,归纳起来,主要有如下几种。

(1) 开设就业指导课或就业指导讲座

专门开设系统的就业指导课或就业指导讲座是许多高校对学生进行就业指导采用的主要方法。此种方法主要采用教与学、讲与听的形式,从正面进行灌输与引导,帮助学生解答就业过程中可能遇到的各种问题。其特点是内容正规、系统、全面,所提供的就业信息、就业政策具有权威性。主讲人多是具体从事就业指导工作且经验丰富的教师、干部或就业指导等部门的领导。

(2) 开展就业咨询

就业咨询是就业指导工作中最常用的方法。此种方法采用启发教育、平等协商、共同探讨等形式解决学生就业中的有关问题,为其选择职业提供意见和建议。这种咨询既可以是面对面的,也可以是书面的;既可以是正式的,也可以是非正式的;既可以是定期的,也可以是非定期的。咨询的内容十分广泛,既包括就业形势、就业政策、就业信息,也包括择业心理、自我评价和求职择业技巧等各个方面。提供咨询者既可以是干部、教师或就业指导工作人员,也可以是家长、亲友、校友或同学。此种就业指导方法的特点是针对性强,不受时间、地点的限制,气氛宽松,灵

活多样。

(3) 进行心理测试

学生在求职择业过程中,最困难的莫过于对自己的正确认识和评价。通过心理测试,对学生的性格、志趣、爱好、价值观等方面进行客观评价,可以帮助他们正确认识和评价自己,并依据自身的特点和优势扬长避短地选择职业。

(4) 提供就业信息

提供的就业信息包括用人单位的需求信息、社会对学生素质的普遍要求及每种职业对就业者素质的具体要求、就业形势的分析与预测、各专业的供求情况等。这种方法既可以帮助学生认清形势,审时度势,实事求是地择业,也可以帮助学生按照社会和职业的要求来塑造和完善自己。

(5) 其他方法

个案分析,即对以往学生就业过程中正、反两方面最有代表性的若干实例进行分析比较,找出其成功或失败的原因,供学生在就业活动中借鉴;模拟训练,即通过对假想求职择业活动中可能出现的各种情况,以及在假想基础上的演示或情景练习,训练学生灵活应变和运用各种技巧的能力,以克服临场的紧张或恐惧心理,提高成功的几率;组织参观访问或参加有关社会实践,使学生具体了解某些职业或专业,同时也可以使其亲身体验一些社会职业;帮助学生制订个人求职择业的计划,这样可以使学生求职有目的、有计划,并起到指导、督促、检查的作用。

1.1.3 就业指导的意义

1.1.3.1 做好就业指导有利于毕业生树立正确的择业观

做好就业指导工作可以使学生了解大学生就业形势与政策法规,帮助学生明晰时代赋予的责任。

毕业生就业是毕业生个人面临的一次重要的人生转折,能否充分做好走向社会的思想、心理和技能准备,实现人生的第二次

飞跃,就业教育是关键。要通过教育引导毕业生端正择业态度,树立正确的人生观和价值观,自觉到基层,到生产第一线去接受锻炼,增长才干,实现报效祖国、奉献社会、服务人民的人生理想。

1.1.3.2 做好学生就业指导有利于国家对人才资源的合理配置

大学生是国家人力资源的重要组成部分,将毕业生输送到合适的工作岗位,有利于充分发挥他们的专业特长,将知识转化为生产力,推动经济和社会的发展。帮助毕业生找到最能发挥自己专长和才能的职业岗位,既要考虑个人发展,也要兼顾国家重点行业、地区和单位的人才需要,使毕业生资源实现合理配置,做到人尽其才,才尽其用。

1.1.3.3 做好学生就业指导有利于促进高校教育教学改革,提高人才培养质量

促进高校教育教学要面向社会,面向市场。促进学校改革课程体系,要注重学生综合素质和实际能力的提高。

高校是专门人才的培养基地,其培养的人才能否被社会接受,受用人单位欢迎,直接影响到学校的社会声誉,甚至生存和发展。高校要使自己的毕业生适应社会需要,必须及时了解社会需求信息和培养质量反馈,就业指导工作是学校与社会联系的桥梁和纽带,是展示学校人才资源和办学实力的窗口。通过它学校可以获得大量反馈信息,及时了解、掌握社会需求毕业生的层次、专业、素质和能力结构要求,有针对性地进行教育教学改革,及时调整专业结构、课程体系、培养模式,提高学生培养质量和毕业生的整体素质,增强适应社会的能力,就可以占领人才市场制高点。

1.1.3.4 做好学生就业指导有利于大学毕业生充分就业

帮助学生分析所处的时代背景和面临的就业形势,确立正确的就业观念,找准定位。

就业问题是个世界性的难题,与许多发达国家相比,我国人

口多,资源不足,又面临体制转轨、结构转型的艰巨任务,因此就业问题更加复杂,任务更加艰巨。大学生能否充分就业,不仅关系到国家发展,也关系到学生及其家庭的切身利益。毕业生在就业过程中不熟悉就业政策,不掌握就业技巧,不了解就业信息的情况经常存在。在目前严峻的就业形势下,毕业生期望值过高,不考虑自身的专业和素质特点,盲目追求大城市、大单位、高收入、高职位,就会错失许多就业机会。因此,就业指导可以帮助大学生了解就业形势,转变就业观念,进行合理的职业定位,帮助毕业生掌握择业方法和技巧,促进毕业生的充分就业。

1.1.3.5 做好学生就业指导有利于提高大学生的自身素质,促进学生的发展和成才,促进学生尽早确定发展方向和目标,并为之而努力

随着经济发展和社会竞争的进一步激烈,用人单位对大学生的要求也越来越高,越来越全面。就业指导可以为大学生自我发展提供信息,帮助他们根据社会的要求提高自身素质,对他们在校园期间的学习和生活起到良好的导向作用,激励他们勤奋学习,完善自我,适应社会需要。就业是人生一次重要的选择,学生就业前要做到三个“了解”:了解自己,了解社会,了解职业。只有了解自己,才能知道自己想干什么,能干什么;只有了解社会,才能知道社会需要什么;只有了解职业,才能知道什么岗位更适合你,否则盲目择业,不仅造成人才浪费,也会影响个人的发展。因此,通过就业指导帮助大学毕业生找到适合自己的工作岗位,使其充满信心地走向社会,将为其一生的发展和成才打下良好基础。

1.2 就业形势

我国高等教育进入大众化阶段,毕业生人数大幅增长,就业压力陡然增长,在这种就业形势下,分析就业工作新的变化特