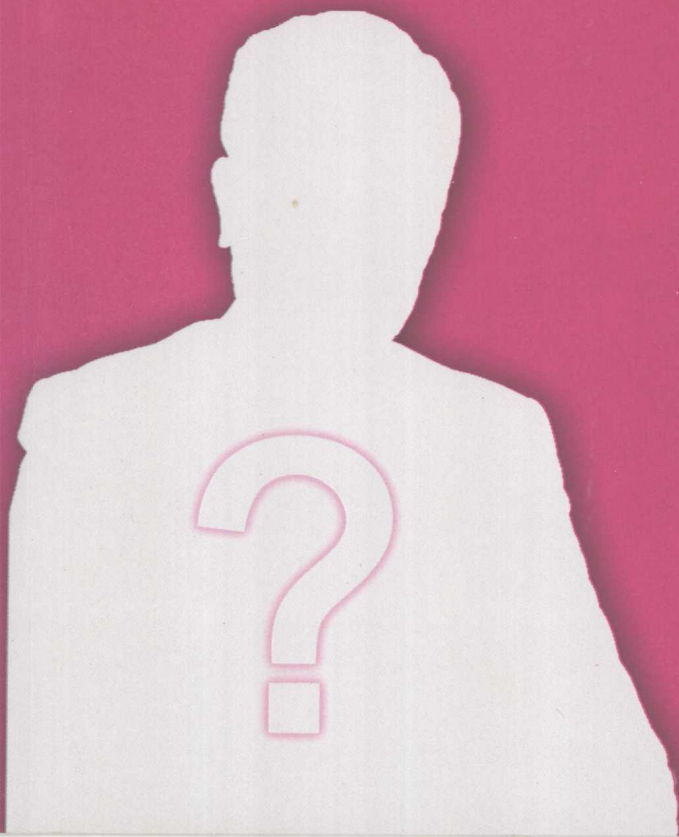


高职学生 求职择业指南

◎ 杨岚 主编



中国海洋大学出版社

高职学生求职择业指南

杨 岚 主编

中国海洋大学出版社

· 青岛 ·

图书在版编目(CIP)数据

高职学生求职择业指南/杨岚主编. —青岛:中国海洋
大学出版社, 2008. 1

ISBN 978-7-81125-116-6

I. 高… II. 杨… III. 高等学校:技术学校—毕业生—
就业—指南 IV. G717.38-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 012202 号

出版发行 中国海洋大学出版社

社 址 青岛市香港东路 23 号

邮政编码 266071

网 址 <http://www2.ouc.edu.cn/cbs>

订购电话 0532—82032573

电子信箱 junpingteng@yahoo.com.cn

责任编辑 滕俊平

电 话 0532—85901040

印 制 淄博恒业印务有限公司

版 次 2008 年 1 月第 1 版

印 次 2008 年 1 月第 1 次印刷

成品尺寸 144 mm×215 mm 1/32

印 张 7.625

字 数 208 千字

定 价 18.00 元

高职学生求职择业指南

主 编	杨 岚			
副主编	张 刚	韩淑君	张 泉	
编 者	杨 岚	张 刚	韩淑君	
	张 泉	张 涛	孙茂峰	
	贾贵贞	王 佳	梁政委	

写在前面

随着我国高等教育的快速发展和社会经济结构的巨大变革,大学生就业工作已成为我国政府、社会和高校关注的热点。本书编写是根据就业的新形势和客观需要,紧密结合高等职业教育的特点,以就业为导向,帮助高职生了解自我、塑造自我,树立正确的就业观,了解高校毕业生的就业政策与就业市场,明确求职择业的方法和技巧,为高职毕业生顺利就业提供必要的指导。

本书的读者对象是高职学生。本书的作者都是常年工作在就业指导第一线的教师,他们既要为毕业生开拓市场、提供就业指导,还要向用人单位负责输送合格的人才。本书没有深奥的理论,坚持少而精的原则,将作者的所见、所闻、所感、所想告诉毕业生,追求朴实无华、博采众长、以情动人的风格,九个章节,九个话题,给予高职毕业生全程化的就业指导。在采纳以往同类教材长处的同时,不忘凸现自己的特色,在全书不同的章节分别设计了如下板块:

【参考资料】专栏:搜集最新的、最实用的理论以对相关章节知识点进一步完善和补充;

【交流论坛】专栏:吸收和编撰国内外最新就业指导方面的文献成果,为高职生就业提供科学的指导;

【案例分析】专栏:每个章节所含几个小案例,大都是发生在作者身边的真实小故事,从典型的案例切入,以期让广大读者从正、反两方面的事例中得到启发和警醒;

【有问必答】专栏:构建师生互动的平台,回答高职生在求职中最了解和最常见的问题;

【思考园地】专栏:让学生在学中做,在做中学,主动地发现问题、解决问题、思考问题,有利于学生开放式地创新学习。

本书以实用、创新、时效、全面为特色,具有可读性、可用性、可操作性等特点,容易被学生接受,既可作为各类高职高专院校开设就业指导课程的教材,又可作为就业工作者和其他求职者的参考手册。相信本书会成为广大高职毕业生的良师益友。

编者

2007 年 12 月

目 次

写在前面.....	(1)
第一章 高职生就业指导	(1)
第一节 高等职业教育的特征.....	(1)
一、高职教育培养目标更重视培养技术型人才	(1)
二、高职教育教学内容更加注重专业能力的培养	(2)
【参考资料】五项新举措助 2008 届 559 万大学生就业 ...	(3)
【有问必答】高校毕业生政策四问.....	(4)
第二节 高职生就业指导的内容和方式.....	(4)
一、就业指导的内容	(4)
二、就业指导的实施原则和方法	(7)
【交流论坛】人生少走弯路的 10 个忠告	(9)
【有问必答】一个优秀的电商人才具备的技术和能力 ...	(10)
第三节 就业指导的作用和意义	(11)
一、就业指导的作用.....	(11)
二、就业指导的意义.....	(13)
三、高职生做好职业岗位选择的重要性.....	(15)
【参考资料】有志者事竟成	(16)
【交流论坛】北京市大学生就业指导中心负责人 谈大学生的就业力	(16)
【案例分析】“你不用来了!”.....	(17)
第四节 高职生就业程序	(18)
一、就业管理部门的工作程序.....	(18)
二、高职生就业程序.....	(19)

三、高职生毕业选择.....	(21)
【有问必答】社会实践问答	(22)
【案例分析】一次完美版的面试	(24)
【有问必答】报到证的作用	(25)
【思考园地】认真思考下面的每一个问题， 并选择其中一项	(26)
第二章 高职生自主创业	(27)
第一节 高职生自主创业概述	(27)
一、高职生自主创业概述.....	(27)
二、高职生自主创业的背景.....	(28)
三、高职生自主创业的社会意义.....	(29)
【交流论坛】李开复、徐小平剖析 80 后创业明星现象 ...	(30)
【思考园地】	(30)
第二节 高职生创业者的素质要求	(30)
一、高职生创业者应具备的素质.....	(31)
二、高职生创业素质的培养.....	(32)
【参考资料】国内外学者谈创业者素质	(35)
【思考园地】测一测你的创业素质如何?	(36)
第三节 高职生自主创业的基本方向	(37)
一、高职生自主创业的类型.....	(37)
二、高职生创业的基本方向.....	(37)
三、获得启动资金的方法.....	(39)
四、避免创业误区.....	(39)
五、创建小企业的基本流程.....	(40)
【交流论坛】你要做好创业的心理准备	(40)
【思考园地】	(41)

第三章 树立正确的就业观和职业道德观	(43)
第一节 高职生就业形势分析	(43)
一、高职院校毕业生就业基本情况	(43)
二、高职生就业中存在的问题	(43)
【交流论坛】成功入职的不二法则	(47)
第二节 树立新型的就业观和择业观	(48)
一、就业观念的更新	(48)
二、树立适应社会主义市场经济的就业观	(50)
【交流论坛】没有任何借口	(51)
【交流论坛】不缺人手缺人才	(52)
【有问必答】适应社会、适应工作	(53)
第三节 社会主义职业道德	(54)
一、职业的含义	(54)
二、职业道德的含义	(54)
三、社会主义职业道德规范	(55)
【交流论坛】专科生的比较优势	(56)
【交流论坛】高职生就业后被辞退的思考	(57)
【有问必答】外贸从业人员职业道德	(58)
第四节 社会主义对人才素质的要求	(59)
一、国有、非国有企事业单位简介	(59)
二、高职生求职应该具备的知识和能力	(62)
【参考资料】高职生常用的职业资格证书考试介绍	(64)
【交流论坛】选择大公司还是小企业?	(66)
【有问必答】	(68)
【思考园地】写出一份职业及任职要求调查	(69)
第四章 高职生职业生涯规划	(70)

第一节 高职生职业生涯规划的内容和意义	(70)
---------------------------	------

一、职业生涯规划的定义.....	(70)
二、大学生职业生涯规划的内容.....	(70)
三、职业生涯规划必须坚持原则.....	(71)
四、大学生职业生涯设计的准则.....	(71)
五、大学生职业生涯规划的意义.....	(72)
【交流论坛】目标对人生有巨大的导向作用	(73)
【案例分析】我是谁?	(74)
【有问必答】如何做到人与职位匹配?	(74)
【思考园地】	(75)
第二节 个性与职业	(75)
一、气质与职业.....	(75)
二、性格与职业.....	(77)
三、能力与职业.....	(77)
四、兴趣与职业.....	(78)
【参考资料1】气质测试量表	(80)
【参考资料2】性格类型测试量表	(84)
【参考资料3】求职应该遵循的四大原则	(85)
【阅读资源】国内人才测评机构网站	(86)
【案例分析】个性与职业	(86)
【有问必答】职业的困惑	(86)
【思考园地】按照要求,给自己做一份完整的 职业定位表	(87)
第三节 高职生实施职业生涯规划的具体步骤	(87)
一、职业生涯发展时期.....	(87)
二、职业生涯规划步骤.....	(89)
三、高职生实施职业生涯规划常见的问题.....	(90)
【参考资料】职业锚	(91)
【参考资料】对求职择业有价值的证书	(91)
【案例分析】	(92)

【有问必答】	(93)
【思考园地】	(93)
第四节 高职生职业生涯规划样本	(94)
一、一年级上学期为试探期	(94)
二、一年级下学期和二年级上学期为定向期	(94)
三、二年级下学期为冲刺期	(95)
四、三年级为分化期	(96)
五、高职生各种能力的培养	(96)
【参考资料】高职生如何规划大学生活	(97)
【阅读资源】	(98)
【交流论坛】高职生考证的两大误区	(98)
【有问必答 1】高职生要与本科生“PK”吗?	(99)
【有问必答 2】怎样才能学会自我控制?	(99)
【有问必答 3】关于外贸从业人员的证书	(100)
第五章 高职生就业心理准备	(103)
第一节 高职生的就业心理	(103)
一、高职生就业常见的心理问题	(103)
二、高职生就业常见的心理问题指导	(105)
三、培养健康的就业心理素质	(107)
【交流论坛】高职生踏入职场的心理困惑	(107)
【交流论坛】良好的心理素质对一个人的成功 有何作用?	(108)
【案例分析 1】盲目攀比的教训	(109)
【案例分析 2】自信是成功的前奏	(109)
【案例分析 3】不能无原则地谦虚	(110)
【有问必答】被管教出来的自卑	(110)
第二节 女高职生求职择业	(111)
一、女高职生就业难成因分析	(112)

二、女性的职业优势	(113)
三、女高职生求职要过好四关	(113)
【交流论坛】女大学生择业观透视	(114)
【交流论坛】一位女业务员的成长经历	(115)
【有问必答】女高职生求职心理特征	(117)

第六章 高职生求职择业的方法和技巧

(119)

第一节 就业信息的收集与筛选

(119)

一、就业信息的收集渠道	(119)
二、求职信息的筛选和使用	(122)
三、如何分辨真假招聘信息	(123)
【参考资料】青岛市主要人才市场介绍	(123)
【有问必答】经验与求职	(124)
【思考园地】	(125)

第二节 精心准备求职材料

(125)

一、个人简历	(125)
二、写好一封求职信	(130)
三、英文简历	(134)

第三节 面试准备与应答技巧

(138)

一、面试前的准备	(138)
二、面试常见的十大问题	(140)
三、面试难点与应答技巧	(142)
【交流论坛】快速被 HR 淘汰的 8 种求职者	(146)
【交流论坛】检查面试时的形象仪表	(147)
【交流论坛】面试必胜经	(147)
【案例分析 1】“我还不是比尔·盖茨”	(150)
【案例分析 2】自信助我成功	(150)
【案例分析 3】一份小礼物	(151)
【案例分析 4】细节取胜	(151)

【有问必答】外贸公司一般面试特点	(151)
【思考园地】	(152)
第七章 就业信息网的使用与网上求职	(153)
第一节 就业信息网使用	(153)
一、就业信息网简介	(153)
二、在信息网上登录注册	(154)
三、在信息网上制作电子简历	(154)
四、信息网上求职搜索	(156)
五、在信息网上申请就业	(157)
六、在信息网上签约	(158)
【参考资料】	(162)
【交流论坛】一位学姐的求职感悟	(163)
第二节 网上求职的优势及前景	(163)
一、网上求职	(163)
二、如何进行网上求职	(164)
三、网上求职技巧	(165)
【参考资料】国内著名求职网站介绍	(166)
【交流论坛】互联网求职	(168)
第八章 就业协议书与劳动合同	(171)
第一节 就业协议书与就业流程	(171)
一、就业协议书	(171)
二、就业协议书的性质和特征	(171)
三、就业协议与劳动合同的区别	(172)
四、签订就业协议注意事项	(173)
五、签订就业协议书填写说明	(174)
【交流论坛】企业人事专家谈大学生实习	(175)
【案例分析 1】不签协议书,埋头做“苦力”	(176)

【案例分析 2】未签劳动合同,自身利益受损	(176)
【案例分析 3】学会观察用人单位	(177)
第二节 人事代理制度	(177)
一、人事代理的内涵	(177)
二、人事代理的具体内容	(178)
三、人事代理制度的特点	(178)
四、人事代理服务内容	(178)
五、到非公有制企业工作的大中专毕业生的 人事代理程序	(179)
六、如何签订《人事代理协议书》	(179)
【思考园地】测试你实习的前前后后	(179)
第三节 正确对待试用期	(182)
一、试用期	(182)
二、如何顺利通过试用期	(184)
三、警惕“试用期陷阱”	(185)
【交流论坛】建立和谐的人际关系	(185)
【案例分析】爱岗敬业最重要	(186)
第四节 劳动合同的基本内容与订立原则	(186)
一、劳动合同	(186)
二、劳动合同订立的原则	(187)
三、劳动合同的基本内容	(188)
四、劳动争议的处理	(188)
【参考资料】“四险一金”	(189)
第五节 高职生就业权益及其保护	(190)
一、毕业生权益保护	(190)
二、高职生求职中的安全应对策略	(191)
【交流论坛】传销魔窟坑骗求职者	(192)
【案例分析 1】利用招聘,诱骗毕业生踏入 非法“传销”陷阱	(193)

【案例分析 2】收取保证金, 诈骗毕业生	(194)
【案例分析 3】利用求职者个人信息进行诈骗	(194)
第九章 高职生就业上岗	(195)
第一节 主动实现角色转换	(195)
一、角色转换的过程	(195)
二、尽快实现角色转换	(198)
【参考资料】如何判断一份好的工作	(200)
【案例分析 1】小余成功的诀窍在哪里?	(200)
【案例分析 2】个性变奏曲	(201)
【案例分析 3】心态是奠定职业发展的良好基础	(201)
第二节 积极适应社会	(202)
【参考资料】与客户相处的遵循原则	(205)
【交流论坛】当你与职场“告别”	(206)
【交流论坛】盲目就业之后就是失业	(207)
【案例分析 1】跳槽, 小心翼翼	(208)
【案例分析 2】奋斗者离不开毅力	(208)
附 录	(210)
主要参考文献	(224)

第一章 高职生就业指导

第一节 高等职业教育的特征

高等职业教育是我国高等教育的重要组成部分。近几年,随着社会主义市场经济发展的需要,我国的高等教育有了巨大的发展,已经从精英教育迈进了大众化教育的行列,为我国整个民族素质的提高和综合国力的发展起到了巨大的推动作用。高等职业教育属于高等教育的范畴,但不同于普通高等教育,其培养与社会需要紧密结合,突出实践操作能的培养,以培养高等技术应用性专门人才为目标。

党和政府十分重视发展高等职业教育,把大力发展职业教育作为一项重大的战略决策加以实施。1996 年我国颁布的《职业教育法》确立了高等职业教育的法律地位。《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》中明确指出:“高等职业教育是高等教育的重要组成部分,要大力发展高等职业教育”。近年来,高等职业院校如雨后春笋,在全国得到飞速发展。目前全国共有独立设置的高等职业院校全国高职高专类学校已经突破 1000 家,在校生达到 800 多万人,达到高等教育总人数的一半,高等职业教育已成为我国高等教育的半壁江山。

一、高职教育培养目标更重视培养技术型人才

高等职业教育系统具有多个组成部分,其中培养目标是具有决定意义的组成部分,在一定意义上是其他组成部分的基础。高等职业教育的培养目标多种多样,几乎覆盖社会的各行各业,但就其人才

培养类型而言,主要是技术型人才。

高等职业教育本身是随着现代科学技术与现代大工业的产生和发展而出现的,强调要根据劳动力市场的需要培养人才,以就业为目标。职业教育追求的人才培养目标是做到学校教育与社会生产实践的零距离。这些都表明高等职业教育必须根据生产实践的需要进行人才培养,针对不同的岗位培养不同的专门人才。而现在的普通大学本科教育为了加强创新型人才的培养,强调的是淡化专业,加深加宽基础。如果说高等职业教育是面向具体的生产实际岗位进行人才培养的话,那么普通大学本科教育就是面向较为宽泛的行业进行人才培养;如果说高等职业教育人才培养的目标是对应一个“点”的话,那么普通大学本科教育的人才培养的目标则对应的是一个“面”。正如有的学者所说:高职教育的职业性指向比较具体明确,基本上按照建设、生产、服务、管理第一线的工作岗位或岗位群来设置专业,而普通大学本科教育的职业性针对的是某种职业岗位范围,只是指明了就业的大体方向。

近几年,国家颁布了示范性高等职业院校建设计划,它遴选学校的重要标准就是看一所学校职业教育的办学理念、实验实训条件建设、师资队伍建设以及工学结合的程度等。高等职业教育的办学方针以及由此而决定的人才培养目标的岗位特征是十分鲜明的,它与普通高等教育的人才培养目标及培养方法的区别也是十分显著的。

二、高职教育教学内容更加注重专业能力的培养

从教学内容的设计看,高等职业教育注重的是学生的专业能力的培养,而普通高等教育则注重的是学生的专业素质养成。高职院校必须坚持以服务为宗旨,以就业为导向,为社会主义现代化建设培养千百万技能型高素质人才,职业教育必须与市场需求和劳动就业紧密结合。这就要求高职教育必须按不同的就业岗位所需要的职业能力进行教学内容的设计,要打破传统的学科体系模式组织教学内容,以能力为本位进行教学,这样,培养出来的学生才具有很强的职业能