

程文玉 刘平 主编

*The guide for
students to obtain employment*

大学生就业指南

四川出版集团 • 四川科学技术出版社





大 学 生

就业 指南

主 编 程文玉 刘 平

副主编 惠 曦 龙玉川 杨桂兰 王建英

编 委 (以姓氏笔画为序)

冯天明 阮德胜 李国辉 刘圣斌

刘祚玉 邹 清 周晓昀 赵忠明

胥兴贵 程文玉 唐 雁 熊忠东

颜 婕

四川出版集团·四川科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生就业指南/程文玉,刘平主编. - 成都:四川科学技术出版社,2005.1

ISBN 7-5364-5624-7

I. 大... II. ①程...②刘... III. ①大学生 - 就业 - 指南 IV. G647.38-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 137790 号

大学生就业指南

主 编 程文玉 刘 平
责任编辑 罗小燕
封面设计 李 庆
版面设计 翁宜民
责任校对 王初阳
责任出版 周红君
出版发行 四川出版集团·四川科学技术出版社
成都盐道街3号 邮政编码 610012
开 本 787mm×1092mm 1/16
印张 17.5 字数 220 千
印 刷 郫县犀浦印刷厂
版 次 2005 年 1 月成都第一版
印 次 2005 年 1 月成都第一次印刷
定 价 18.00 元
ISBN 7-5364-5624-7/G·1080

■ 版权所有·翻印必究 ■

■ 本书如有缺页、破损、装订错误,请寄回印刷厂调换。

■ 如需购本书,请与本社邮购组联系。

地址/成都盐道街3号

邮政编码/610012

高校毕业生是国家培养的高素质后备人才,是建设中国特色社会主义不可缺少的宝贵财富,是全面建设小康社会的生力军。高校毕业生就业是国家就业和再就业工程的重要组成部分,关系到千家万户最现实、最直接的切身利益。搞好高校毕业生就业工作,既是促进经济社会高速发展的必然要求,也是实践“三个代表”重要思想和人才资源向人才资本转变的具体体现。高校毕业生由于社会经历不长,社会经验不足,客观分析自己和正确判断形势的能力还较弱,往往在求职过程中不能准确把握机遇,必须通过系统的就业



教育和培训,促进毕业生择业技巧、择业观念的进一步完善和成熟。泸州医学院编写的《大学生就业指南》一书,是毕业生做好职业生涯设计、提高面试艺术技巧、加强就业心理准备、转变就业观念、保护就业权益的一本可读性强、实用性高的教科书,是帮助高校毕业生提高择业水平和职业能力的好教材,具有较好的使用和推广价值。

何如宁

2004.10.28



第一章 就业指导概论..... 1

- | | |
|-------------------------|---|
| 第一节 就业指导的产生、发展与变化 | 1 |
| 第二节 就业指导的作用、意义与特点 | 3 |
| 第三节 就业指导的内容与方式 | 6 |

目
录

第二章 就业制度与就业市场..... 10

- | | |
|--------------------------|----|
| 第一节 我国大学生就业制度的沿革 | 10 |
| 第二节 毕业生就业市场的形成及其作用 | 17 |
| 第三节 毕业生就业市场与人才市场 | 21 |

第三章 大学毕业生择业倾向及应树立的正确择业观 ... 31

- | | |
|---------------------|----|
| 第一节 就业形势和环境 | 31 |
| 第二节 当代大学生择业倾向 | 37 |
| 第三节 树立正确的择业观 | 45 |



第四章 大学生职业生涯规划 50

- 第一节 职业生涯规划意义 50
- 第二节 职业生涯规划的原则 55
- 第三节 职业生涯规划的内容与步骤 60

第五章 毕业生就业程序 72

- 第一节 就业管理程序 72
- 第二节 就业相关政策 75
- 第三节 完善就业手续 79

第六章 毕业生的择业决策 88

- 第一节 搜集择业信息 88
- 第二节 科学处理择业信息 95
- 第三节 择业决策 101

第七章 毕业生就业准备 108

- 第一节 建立合理的知识结构 108
- 第二节 增强择业能力 112
- 第三节 准备自荐材料 119



第八章 大学生择业心理准备与调适..... 128

- 第一节 大学生择业心理..... 128
- 第二节 大学生择业心理问题..... 133
- 第三节 大学生择业心理调适..... 140

第九章 择业的面试与竞聘艺术..... 146

- 第一节 择业面试概要..... 146
- 第二节 择业面试的准备..... 151
- 第三节 择业与面试艺术技巧..... 157

第十章 大学生自主创业指导..... 167

- 第一节 创业的条件、机遇与困难 167
- 第二节 创业准备..... 175
- 第三节 自主创业..... 183

第十一章 考研、报考国家公务员与出国指导..... 189

- 第一节 考研与报考国家公务员指导..... 189
- 第二节 国企、私企与外企就业指导 198
- 第三节 出国留学指导..... 206



第十二章 毕业生就业权益保护..... 213

第一节 毕业生就业权益和就业权益侵害 213

第二节 毕业生就业权益的政策法律保护..... 220

第三节 毕业生求职中个人权益的自我保护..... 228

附录 政策法规..... 244

后记..... 271



第一章

就业指导概论

第

一

章

就

业

指

导

概

论

第一节 就业指导的产生、发展与变化

在计划经济时代,高等学校毕业生就业实行“计划分配”制度,毕业生没有选择职业的自主权。在当前社会主义市场经济条件下,与市场经济相适应的大学毕业生就业制度只能是“自主择业”。近年来高等学校逐年扩招。大学毕业生供不应求的局面已经彻底改变,就业压力越来越大,因此加强对大学生的就业指导,帮助大学生树立正确的择业观,掌握正确的求职应聘的技巧和方法是非常必要的。

一、就业指导的含义

就业是指劳动者同生产资料相结合,从事一定的社会劳动并以此获得劳动报酬的活动。一般地讲,就是找工作、挣钱。就业指导,就是帮助他人找到工作。就业是全社会所具备劳动力的人所面临的最普遍、最基本的现象,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,为社会做出贡献。



二、大学生就业指导的发展与变化

建国初期至改革开放前,我国对大学毕业生实行由国家按计划统一分配工作的制度,即由国家负责,统一招生,统包学生所有费用,按计划统一分配的“统包统分”毕业分配制,这种分配制度适应了我国高度集中的计划经济体制。这种分配制度可以集中有限的人才资源,保证国民经济和社会发展的重点部门、行业 and 地区的需要,同时也解决了大学生的充分就业问题。但人才资源很难实现合理有效配置,缺乏竞争机制。改革开放以后,随着我国市场化改革的不断深入,大学毕业生分配制度也随之改革,这种分配制的改革大致可分为三个阶段。第一阶段为供需见面阶段,即学校与用人单位通过计划内交流、洽谈,落实毕业生就业计划的阶段;第二阶段为双向选择阶段,即在国家有关政策指导下,由学生选报志愿、学校推荐、用人单位择优录用的阶段;第三阶段为自主择业阶段,即毕业生通过人才市场选择职业的自主择业阶段。“统包统分”制度的就业指导主要表现为单纯的思想教育工作,教育毕业生“服从政府分配”。十一届三中全会以后,全国各地出现了“人才交流中心”、“劳动服务中心”指导再就业人员谋求职业。20世纪80年代中期,深圳大学创建了就业指导中心,并进行大学生就业指导。以后,不少高校也相继建立了就业指导中心。20世纪90年代初期,国家教委成立了全国高校毕业生就业指导中心,全国高校相继建立了就业指导机构并进行就业指导。



第二节 就业指导的作用、意义与特点

一、就业指导的作用

1. 教育作用

通过就业指导增进大学生对自身、对职业的了解,从而树立正确的就业观,树立健全的职业自我形象,具备良好的职业决策能力。

2. 人力资源开发作用

通过就业指导,可以更有效地开发人力资源,挖掘人才,可以减少人力浪费,通过帮助大学生找到合适的工作岗位,为工作岗位找到最合适的人选,实现人尽其才的目的。

3. 社会功能作用

大学生就业是涉及社会利益的重大社会问题,如何解决扩招以后大学生的就业问题,不仅关系到千家万户,而且关系到社会的稳定和发展。就业指导的重要任务,就是协助大学生选择职业和就业,使大学生能选择适合于自己的专业和特点的职业,更好地发挥自己的才能,促进社会的稳定和发展。

二、就业指导的意义

我国长期以来实行的大学生统包统分的模式已经结束,大学毕业生就业工作随着经济体制改革的不断深入,大学毕业生就业市场化也随之进一步深入,毕业生通过人才市场“双向选择,自主择业”已成为大学生就业的主要途径,因此加强毕业生就业指导工作意义尤为重要。



1. 有利于大学生顺利就业

一般说来,大学生社会阅历比较浅,社会生活经历比较单纯,社会经验较少。求职择业是大学生即将走出校门,步入社会生活的第一步,但却不知从何做起,因此大学生迫切需要指导,了解国家的就业政策,了解社会岗位对人才的需求信息,毕业后适合去什么岗位,如何正确看待自己,找准自己的位置,求职前应做哪些准备等。就业指导可以给大学生提供帮助,了解就业的方法、途径和步骤,帮助大学生就业。

2. 就业形势发展变化的需要

随着市场经济的建立和发展,大学生就业形势发生了根本性的变革,过去计划经济的“包分配”变为了“双向选择,自主择业”的新机制。用人单位由过去接纳大学毕业生,来者不拒,多多益善变为了按需进入。大学毕业生由“皇帝的女儿不愁嫁”变成了自主择业,双向选择。加之高校的扩招,毕业生就业压力增大,新的就业形势要求必须加强对大学毕业生求职择业的指导力度,使大学生了解新形势、新政策,树立正确的择业观。

3. 有利于高等学校教育体制改革的进一步深化

高等学校培养的大学生是否受到社会的欢迎,能否顺利就业,是关系到高等学校教育的成功与否的重要标志,大学生就是高校的“产品”,“产品”是否合格,反映了学校办学质量的高低,反映了培养的学生素质的高低。因此,自主择业、双向选择的大学生就业制度的改变,不仅是对大学生的挑战,更是对高校的挑战。通过就业指导帮助大学生就业的过程,是高校获得社会对高校评价的过程,并将作为学校提高教育质量,深化改革的重要依据。因此,大学毕业生的就业率是检验



高校办学质量的重要标准。

4. 有利于大学生成才

一个人能否成才,首先取决于社会是否提供这样的舞台,其次才是个人的主观努力。在个人成才的主观努力中,除了智力因素外,非智力因素也是非常重要的。因此,通过就业指导,可以使学生在学好专业知识的同时,全面提高自己的能力和综合素质,为就业做好准备,并以积极进取的心态走进“人才市场”选择自己的职业,在工作岗位上发挥应有的作用。

三、就业指导的特点

大学生就业指导工作具有全程性与阶段性、普遍性与特殊性、政策性与思想性、科学性与实用性等特点。

1. 全程性与阶段性

大学生就业指导贯穿于学生在校培养的全过程,从进校开始,直至顺利毕业就业。但大学生在大学期间,各年级、各阶段的就业指导内容和要求有所侧重,新生入校后,主要是进行专业教育,帮助学生认识 and 了解专业特点,稳定专业思想,热爱本专业,指导学生尽快适应大学生活。中年级则应根据社会对人才的要求,指导学生珍惜学习机会,认清历史使命,发奋学习,提高综合素质。高年级主要是进行就业准备,为学生提供就业的多方面的具体服务,实现由大学生到职业工作者的转变。

2. 普遍性与特殊性

大学生就业指导的普遍性是指所有的学生,不同专业、不同层次、不同地区的大学生都需要得到就业指导,都要进行就业形势、就业政策、就业观、就业技能的指导。由于东西部地



区或行业经济及各高校的发展不平衡,大学生在就业过程中所面向的地区、行业和范围的差异,所面临的主要问题也不尽相同。因此,就业指导具有特殊性。

3. 政策性与思想性

国家对大学毕业生就业的管理与调控是通过政策来进行的。就业指导必须围绕国家就业政策来开展。然而在贯彻国家就业政策的过程中,离不开深入、细致的思想工作,发现和解决就业过程中学生的思想问题,帮助大学生树立正确的择业观、价值观和人生观。

4. 科学性与实用性

就业指导的科学性是指对就业形势的判断要符合实际,要有客观依据。就业指导内容应有较强的针对性,指导方法要毕业生乐于接受。就业指导的实用性是指要针对学生在就业过程中所遇到的各种实际问题,给予及时的指导、帮助并产生较好的效果。

第三节 就业指导的内容与方式

一、就业指导的内容

1. 方针政策的指导

大学毕业生就业政策是各级政府为完成一定时期的大学生就业任务而制定的行为准则。就业政策可分为全国性政策、地方性政策和行业性政策。全国性政策具有全局性、通用性的特点;地方性政策是在执行全国性政策的基础上结合本地实际情况的必要补充,具有针对性、地方性特点;行业性政



策实际上是行业从自己的实际情况和利益出发所制定的一些规范。大学生就业必然要受到就业政策的制约。只有通过就业指导,广泛宣传就业政策,才能使毕业生根据国家、地区、行业的需要并结合个人实际,有针对性地择业,避免走入择业“误区”。

2. 思想指导

主要任务是引导大学生树立正确的世界观、人生观和价值观,并把这些观念渗透到择业、就业中,形成正确的择业观,科学地把个人职业理想、知识结构及能力状况与国家需要有机地结合起来,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,避免和纠正择业中的短期行为。同时指导毕业生确立高尚的求职道德,在求职过程中采取诚实正直、实事求是、与人为善的态度,决不能在求职中吹嘘自己,贬低别人。

3. 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,这是择业的基础,主要包括国家经济发展趋势,人才市场供需形势分析,毕业生需求信息的搜集渠道、发布途径、查询方式、筛选原则等。

4. 就业技巧指导

毕业生在与用人单位“双向选择”过程中,需要在最短的时间内彼此了解对方的情况。对于求职的毕业生而言,如果不能掌握必要的技巧,将自己展示给用人单位,使对方发生浓厚的兴趣,那就意味着求职的不成功。通过就业技巧的指导,帮助毕业生提高求职择业的能力,掌握自荐、应聘和面试的技巧,可以避免因求职的种种技巧原因而造成的求职失误。



5. 就业心理指导

近年来,大学生心理问题呈上升趋势,大学毕业生心理成熟程度存在差异,自我心理调节能力明显滞后,特别是面临就业压力时,往往容易引发各种心理障碍和心理疾病。因此,有针对性地毕业生进行心理指导,可以使其保持良好的择业心态,提高择业的心理素质,有利于毕业生求职目标的实现。

6. 就业前岗位指导

毕业生从高校走上工作岗位,是人生道路上的重大转折,要完成从学生到职业工作者的角色转变,如何尽快适应新的工作岗位,进入新的角色状态,这些需要进行指导,要帮助大学生及时调整自己的心理状态,尽快进入新的角色状态,尽快适应社会,在新的工作岗位上爱岗敬业,为社会做出应有的贡献。

二、就业指导的方式

1. 就业教育

就业教育的具体方式有开设就业指导课程,开办就业指导讲座,请就业指导专家、用人单位负责人、有成就的毕业生作报告,把就业工作全过程的知识、技能及实际操作等系统地传授给学生,让学生了解就业形势、就业政策,社会对毕业生的要求,毕业生就业必须具备的资格和能力,为择业打下良好的基础。

2. 毕业鉴定和自我评价

毕业鉴定是毕业生自我评价和同学、老师对自己进行客观评价的重要方式,它可以帮助毕业生肯定成绩,找出差距,明确努力方向,对自己作出较为客观的自我评价。就业指导