

DAXUESHENG JIUYEZHIDAO

GAILUN

大学生就业指导 概论

◎ 主 编 邓长青 李斌成 王 燕

DXSJYZDGL

华中科技大学出版社

<http://press.hust.edu.cn>

大学生就业指导概论

主 编	邓长青	李斌成	王 燕
副主编	吴芮凌	费世森	
	汪小曼	颜新华	

华中科技大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生就业指导概论/邓长青 等主编
武汉:华中科技大学出版社,2005年9月
ISBN 7-5609-3418-8

I. 大…

II. ①邓… ②李… ③王…

III. 大学生-职业选择

IV. G647

大学生就业指导概论

邓长青 等主编

责任编辑:刘丽昆

封面设计:刘 卉

责任校对:代晓莺

责任监印:张正林

出版发行:华中科技大学出版社

武昌喻家山 邮编:430074 电话:(027)87557437

录 排:华大图文设计室

印 刷:华中科技大学印刷厂

开本:850×1168 1/32

印张:9

字数:215 000

版次:2005年9月第1版

印次:2006年7月第2次印刷

定价:12.80元

ISBN 7-5609-3418-8/G·589

(本书若有印装质量问题,请向出版社发行部调换)

内 容 简 介

本书通过讲解就业政策,分析就业形势,传授求职择业基本技巧,帮助大学生以正确的价值观和择业观、良好的心态参与求职择业活动,增强大学生适应新的就业形势的能力,使大学毕业生顺利就业,愉快地走向工作岗位。

本书结合新生入学定位、在校学习期间的能力储备、实习的机会把握、入职之前的心理调试、求职技能培训及试用期角色转换等环节,分别从“臻善知行 厚积薄发”、“知己知彼 量体裁衣”、“开阔眼界 多手准备”等九个章节,对大学生就业工作从心理、技能、素质等多方面进行指导。不仅摘选了与毕业生息息相关的政策法规,更是列举了权威的就业网站等方面的内容。不仅阐述了端正就业态度、合理职业规划、诚信为先等观念,更是从如何写简历、着装、打电话等细节上给予指导。通过这些内容的学习,可以使大学生明确自己的定位,为自己选择的奋斗目标做好准备。

序

迎着知识经济的浪潮,踏着信息时代的步伐,同学们走进了大学的校门,登上了通向知识殿堂的阶梯。曾几何时,考入大学即意味着毕业时能够拥有一份理想的工作,人生也将会处处充满鲜花和掌声。近年来,随着大学毕业生供需见面、双向选择、自主择业就业机制的全面实施,尤其是在当前就业形势比较严峻的情况下,如何帮助大学生转变择业观念,引导他们合理规划职业生涯,培养他们的求职技巧,提高就业能力,是高校就业指导工作义不容辞的责任。因此,高校毕业生就业指导工作就提到了一个日益重要的位置。

作为一名从事毕业生就业指导工作的同志,我深刻体会到高校毕业生就业市场发生了深刻的变化,实现高校毕业生就业指导工作“四化”(全程化、全员化、信息化、专业化)是迫在眉睫的重要任务。根据当前新的形势与要求,我认为,大学生就业指导工作要实现“三个转变”。一是从速成型培养向蓄积型培养转变。过去,我们的就业指导工作往往集中在毕业前夕,内容也多以就业技巧为主,对就业能力培养不够系统。今后,从学生入学开始就要对其进行职业规划引导、综合素质培养、就业能力培训等多方面的指导,使之不断蓄积力量,厚积薄发。二是从粗放型指导向集约型指导转变。过去,由于时间、精力和技术的原因,我们对大学生的就业指导往往采取大、一、统的方式,局限在“面”上,很少在“点”上针对大学

生个人的实际情况进行指导。而职业发展生涯是具有个性的,因此,加强个性化、精细化就业指导,也是大学生就业工作的重点。三是从纸上谈兵向实践操作转变。在指导中,不仅要讲授理论知识,更要结合实际,提供舞台和实践机会,使就业指导更加形象化、立体化、实际化。

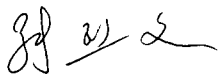
湖北大学、武汉生物工程学院、湖北财经高等专科学校等几所高校里的一批长期从事毕业生就业指导工作、实践经验丰富的同志,在力图实现这“三个转变”上做出了很好的探索,以审慎的态度和对学生高度负责任的精神,集体编写了《大学生就业指导概论》一书。该书具有三个明显特点。一是全。该书内容全面,涉猎面广,通过讲解就业政策,分析就业形势,传授求职择业基本技巧,帮助大学生以正确的价值观和择业观、良好的心态参与求职择业活动,增强大学生适应新的就业形势的能力,使大学毕业生顺利就业,愉快地走向工作岗位。全书涵盖了就业过程中的方方面面,是一本针对性、实用性很强的好书。二是实。该书的作者都是长期在一线从事毕业生就业指导工作的同志,有着丰富的实践经验,因此特别注重实用性。不仅摘选了与毕业生息息相关的政策法规,更是列举了权威的就业网站等方面的内容。不仅阐述了端正就业态度、合理进行职业规划、诚信为先等观念,更是从如何写简历、着装、打电话等细节上给予指导。三是新。该书观点新、内容新、表述方法新。在观点上紧密结合新形势、新环境,鼓励学生勇于创新、创业,冲破传统就业观念的束缚,从容就业;在内容上充分运用案例分析,帮助读者加深印象,加强理解,具有较强的可读性。

操千曲而后晓声,观千剑而后识器。《大学生就业指导概论》是一本指导在校大学生成才与就业的好书,可以作为大、中专院校学生就业指导的教材,值得广大青年学生、从事高校毕业生就业指导工作的同志和承担毕业生就业指导课的教师一读。阅读本书,有助于青年学生拓宽自己的视野,正确自我定位,找到现实坐标,勉励自己在校期间科学地学习、生活、锻炼和发展;有助于教师、家长和

其他有关人员科学而有效地为全面建设小康社会培养和输送一大批社会主义事业的建设者和可靠接班人。

受该书编委会各位同仁邀请,我有幸为本书作序,很是高兴。谨此,衷心地祝愿广大青年大学生直面就业挑战,正确规划自己的职业发展生涯,学有所成,择业成功,早日实现自己的理想和抱负。同时也希望我省从事毕业生就业指导工作的同志再接再厉,大胆探索,在青年大学生就业指导工作方面取得更丰硕的理论成果。

湖北省高等学校
毕业生就业指导服务中心主任



2005年7月



第一章 臻善知行 厚积薄发	(1)
第一节 大学新生,你准备好了吗?	(1)
一、大学欢迎主动者——做自己的主人	(1)
二、调整四种心态	(4)
三、认识工作的意义	(6)
第二节 你可以为自己准备投身的行业做哪些?	(8)
一、企业需求的四大类人才	(8)
二、给自己做个职业生涯规划	(10)
三、做自己人生职业的CEO	(13)
第三节 完善的个人素养,你准备好了吗?	
——人力资源师的录用准则	(13)
一、人力资源师眼中合格的大学生	(13)
二、你靠什么去应聘	(17)
三、大学生增强就业能力的几种途径	(20)
第四节 定位自己——如何挖掘自己的核心竞争力	(21)
一、确定大学生生活目标	(22)
二、培养你的核心竞争力	(23)
第二章 知己知彼 量体裁衣	(27)
第一节 你完成角色转换了吗?	(27)
一、求职态度的转换——从消极等待到主动出击	(27)

二、求职方法的转换——从盲目求职到合理规划·····	(28)
三、求职观念的转换——从理想职业到现实状况·····	(29)
四、求职心理的转换——从自大自卑到正确定位·····	(31)
五、求职角色的转换——从学生到社会人·····	(32)
第二节 正视企业对你的估价·····	(33)
一、企业叹息找不到合适的人才·····	(33)
二、企业需要怎样的新人·····	(35)
三、正视企业估价,合理定位求职·····	(36)
第三节 细节管理——提升自己·····	(38)
一、成也细节,败也细节·····	(38)
二、注重细节,提高你的责任心·····	(40)
三、细节管理中应注意的几个问题·····	(43)
第四节 适合自己的才是最好的·····	(44)
一、大学生职业规划的现状·····	(45)
二、职业规划的重要意义·····	(46)
三、职业规划应注意的问题·····	(48)
第三章 开阔眼界 多手准备·····	(51)
第一节 你可以有多种选择——就业渠道分析·····	(51)
一、就业方针、政策·····	(51)
二、就业原则·····	(52)
三、就业渠道·····	(52)
第二节 公务员、选调生的报考程序及应试准备·····	(54)
一、如何报考国家公务员·····	(54)
二、报考选调生·····	(64)
第三节 农村基层支教、支援西部报名程序事宜·····	(66)
一、农村基层支教·····	(66)
二、支援西部·····	(68)
第四节 研究生考试与出国指导·····	(70)
一、研究生考试·····	(70)

二、出国留学·····	(71)
第五节 走进幕后 了解真相——各类就业单位	
人才评判标准·····	(72)
一、应聘国有企业事业单位·····	(72)
二、应聘非国有企业事业单位·····	(74)
第六节 如何平衡、兼顾多种选择·····	(76)
第四章 主动出击 直面就业·····	(79)
第一节 你把握住实习的机会了吗?·····	(79)
一、实习的重要意义·····	(79)
二、寻找实习机会·····	(81)
三、用实习敲开企业大门·····	(82)
第二节 如何谋职——毕业生从校门到厂门有多远·····	(86)
一、正确评估薪资水平·····	(86)
二、就业方向选择·····	(90)
三、就业单位选择·····	(90)
四、就业地域选择·····	(92)
第三节 做好简历这块敲门砖·····	(92)
一、简历的作用·····	(92)
二、简历的种类·····	(94)
三、简历的结构·····	(95)
四、简历的主要内容·····	(99)
五、简历模板·····	(100)
六、编写简历的技巧·····	(102)
七、网上求职和电子简历·····	(105)
八、优秀简历的禁忌·····	(107)
九、如何投递简历·····	(109)
十、简历投递的要点·····	(111)
第四节 勇气和智慧叩开成功的大门——面试闯关技巧	
·····	(111)

一、面试前的准备	(111)
二、面试种类	(113)
三、面试的一般程序	(117)
四、面试礼仪	(117)
五、面试交谈	(119)
六、面试常见问题应答技巧	(120)
第五章 亡羊补牢 再接再厉	(124)
第一节 今年你准备就业吗?	(124)
一、就业与考研的两难抉择	(124)
二、就业形势的理性分析	(126)
三、就业成功的关键在自己	(129)
第二节 你是否想过在就业过程中该做什么?	(134)
一、就业信息的作用	(135)
二、就业信息的收集	(136)
三、就业信息的筛选和运用	(140)
第三节 为什么你没有被录用——就业失利可能性 因素分析	(143)
一、就业失利的原因	(143)
二、用人单位的用人取向	(145)
第六章 学会自保 恪守诚信	(152)
第一节 如何识别就业陷阱	(152)
一、试用期陷阱	(152)
二、传销陷阱	(153)
三、中介陷阱	(154)
四、合同陷阱	(156)
第二节 了解相关法律 捍卫自我权利	(160)
一、无效合同	(161)
二、不签劳动合同或增加附加协议问题	(162)
三、就业试用期问题	(162)

四、违约问题	(163)
五、在劳动合同中争取最大权益	(164)
第三节 机遇就在诚信旁边	(167)
第七章 调整心态 从容面对	(176)
第一节 你一定要到大企业、大城市工作？ ——求职中的地域选择	(176)
一、改变观念，认清形势	(177)
二、选择基层，选择成功	(179)
三、理性定位，放眼未来	(182)
第二节 违约，请慎用你的权力	(183)
一、签约后毕业生享有的权利和 应承担的责任与义务	(184)
二、违约的一般流程	(185)
三、违约的性质与影响	(187)
四、如何避免违约——构建四位一体的 社会诚信监督体系	(188)
第三节 “跳槽”的艺术	(190)
一、跳槽的可能时机	(191)
二、跳槽的一般流程	(191)
三、跳槽技巧略谈	(192)
四、跳槽的风险	(194)
五、如何理性跳槽	(195)
第四节 有“硬伤”怎么办	(197)
一、由“乙肝歧视”说开去	(197)
二、特殊毕业生就业政策与促进就业现状	(199)
三、准确定位，扬长避短	(201)
第八章 自主创业 奋斗成才	(204)
第一节 创业的意义及创业者的素质	(204)
一、创业的定义和意义	(204)

二、创业者的素质	(206)
第二节 创业方向及地点的选择	(209)
一、创业方向选择	(209)
二、地点选择	(211)
第三节 创业融资及风险评估	(211)
一、融资的定义	(211)
二、融资方式	(212)
三、投资风险	(213)
第四节 创业准备及注册程序	(215)
一、创业计划	(215)
二、小企业创建	(215)
三、企业注册程序	(216)
第九章 转变角色 迎接挑战	(220)
第一节 迈好工作第一步——试用期应注意什么？	(220)
一、真正认识试用期	(220)
二、提防试用期陷阱	(224)
三、如何安全渡过试用期	(229)
第二节 真正的角色转换：从学生到职业人	(230)
一、学生与职业人的区别	(231)
二、从学生到职业人要迈过的四道“门槛”	(232)
三、塑造良好的职业素养	(234)
四、要注意的细节问题	(235)
第三节 在奋斗中跨越	(240)
一、深入实际，深入群众	(240)
二、艰苦创业，自强不息	(241)
三、加强学习，尽快成熟	(241)
四、面向基层，到祖国最需要的地方去建功立业	(242)
附录一 毕业流程	(244)
附录二 网络资源	(251)

附录三	相关政策网站·····	(256)
附录四	国务院办公厅转发教育部等部门关于进一步 深化普通高等学校毕业生就业制度改革有关 问题的意见的通知·····	(258)
附录五	《中华人民共和国劳动法》中与大学毕业生 有关内容摘录·····	(263)
后记	·····	(269)

第一章 臻善知行 厚积薄发

第一节 大学新生,你准备好了吗?

一、大学欢迎主动者——做自己的主人

进入大学是每一名莘莘学子人生求学路上的一个里程碑。十二载寒窗苦读终于换来了金榜题名,不论分数高低、学校好坏,毕竟成为了象牙塔中的一员。但考上了大学,并不意味着自己已经是一个合格的大学生了。从大学开始,“素质教育”将不仅仅是时髦的口号和装饰,个人的能力与才华将在这一时期真正地得到挖掘与发展。在竞争激烈的高考中脱颖而出的大学生,可谓是一路爬坡。为了实现那曾经模糊、现在日益清晰的梦想,对自己未来人生方向必须有明确的选择和定位。在很多人看来是令人羡慕的,但是距离真正的成功还有很长的一段路要走。这段路可能艰辛,也可能相对平坦,在很大程度上将取决于职业定向。铁饭碗、计划分配的时代已经过去,大学生分配渐渐纳入市场化的竞争机制。把谋求一个饭碗看做择业的全部内容,这种被动择业方式已不再适应严峻的就业形势了。如果能从人生发展的大背景下考虑择业的问题,视野也就更开阔一些,考虑的问题就更有针对性一些。

大学新生从跨入大学校门起,脑子里就充满新奇、兴奋的感觉,带着些许骄傲——你成为一名大学生了;或许许失意——因为种种原因,你未能如愿考上我理想的大学、理想的专业;作为新生,又有些许茫然——脱离高中老师手把手的教导模式,大学老师离学生却是这么遥远,他们也许不记得你的名字,不认识你的面孔。

大学,人才济济,开始让你感到困惑,身边的人都比你优秀,都比你强,挫折感、失落感油然而生。失落——自卑——平淡——奋进这一种心理状态变迁是许多大学生四年的心路历程。此时的大学在你脑中的概念也许不如想像中那样美好,但你一定要明白:这是一种新的成长方式,大学给你们足够的空间去发挥你们自己。自己的未来掌握在自己的手中,你不做主谁做主?作为一名新生,你要做的第一件事情就是要学会融入到一个新的环境中去,时间越短越好。

大学给每一位学子提供了自主学习、自主生活的环境,就看你会不会灵活加以利用。然而还是有相当一部分的学生没能调整好自己,不能适应环境,而是自暴自弃,“混”字当头。有的学生认为就读的学校并非名牌、重点院校,专业也并非自己感兴趣的,就失去了学习的动力,得过且过,严重缺乏自信。

案例1 小许是某大学机械制造与修理专业的毕业生,在大学毕业后,参加了多家公司的应聘,都没有成功。起初,他想去政府机关工作,并参加了公务员招聘考试,笔试涉险过关;但第一次面试,因其口头表达能力欠佳,又加之平时不太关心时事,对国家政策与方针了解甚少,所以未能如愿。第二次,某部队招聘毕业生,他也参加了应聘,成绩尚可;但在体检时,身体不合格。据了解,小许在读书期间就不爱体育活动,早晨经常懒卧不起,所以体检过不了关,又只得望“业”兴叹了。最后,他经过多方努力,好不容易找到了可望落实就业的某单位。试用期间,由于小许养成了“天马行空,独来独往”、“我行我素”的性格,以致走向社会后表现出对集体不关心、对公益活动不热心、组织纪律涣散,在该单位员工中留下了“团队意识淡薄、组织观念不强”的印象。同时,小许又不爱爱岗敬业,经常利用上班時間私自学开车。一次在学开车时,由于技术未过关,还出了车祸。该单位经过对小许的几个月试用考察后,最终以“试用期内不合格”将其退回了学校。

小许“我行我素”的性格,是个人性格的不足和缺陷。性格对人

生发展影响很大,必须予以重视,尽量减少其对人生的负面影响。譬如,一个独立性强的人会很难与他人默契合作;而一个优柔寡断的人难以担当组织管理的重任。“金无足赤,人无完人”。由于个人经历的不同,环境的局限,任何人都存在这样或那样的欠缺和不足。卡耐基曾说:“人性的弱点并不可怕,关键要有正确的认识,认真对待,尽量寻找弥补、克服的办法,使自我趋于完善。”如果一个人要想提高自己的素质,就必须从注重完善自我做起,虚心接受别人的指导、帮助,逐渐改正自己的缺点,完善自己的性格,这样才有助于自我提高。

小许多次求职未果的事例,从反面说明了大学生就业目标与应具备的素质须基本协调。假如你想毕业后去政府机关当公务员,那么你在大学期间就必须加强自身的政策理论水平的修养,尤其要不断地加强对国家大政方针的学习与理解,加强个人口头表达能力、文字处理能力、组织协调能力的训练;假如你毕业之后想从事营销工作的话,那么,你就必须培养自己的敏锐意识、应变能力以及市场分析、预测能力;假如你毕业之后想成为一名军人的话,那你必须注重加强自己的组织纪律观念以及身体素质的提高;假如你毕业后想开办公司,那你必须培养自主创业、勇于开拓的精神,踏实的工作作风,吃苦耐劳的意志。大学生们应该及早立志,磨砺自己,以便适应社会。

在当今社会,新的知识、新的商机层出不穷。这样,应聘者的思维能力、反应能力、判断能力及对事业追求的执著程度便成了企业选用毕业生的原则之一。不管哪个单位、哪个部门,员工团队意识、爱岗敬业的要求,是起码的要求。一个人的能力,如果独立于集体的滋润与组织的支持之外,这种能力就无法融入集体的合力之中。员工个体的能力不能成为集体的合力,这种单位就没有凝聚力,没有战斗力,就会影响企业的可持续性发展。爱岗敬业精神同样重要。因为一个人不爱岗,就无法敬业,不敬业就无法创业,不创业就