

打开求职之门

——大学生就业指南

主 编 程样国 李军红 李晓路
执行主编 舒 涛

DAKAI QIUZHI ZHIMEN

 中国人民大学出版社

打开求职之门

——大学生就业指南

主 编 程样国 李军红 李晓路
执行主编 舒 涛

DAKAI QIUZHI ZHIMEN

 中国人民大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

打开求职之门：大学生就业指南/程样国，李军红，李晓路主编。

北京：中国人民大学出版社，2005

ISBN 7-300-06930-4

I. 打…

II. 程…

III. 大学生-就业-指南

IV. G647.38-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 118695 号

打开求职之门——大学生就业指南

主 编 程样国 李军红 李晓路

执行主编 舒 涛

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街 31 号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242 (总编室)

010-62511239 (出版部)

010-82501766 (邮购部)

010-62514148 (门市部)

010-62515195 (发行公司)

010-62515275 (盗版举报)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.ttrnet.com> (人大教研网)

经 销 新华书店

印 刷 北京东君印刷有限公司

开 本 720×965 毫米 1/16

版 次 2006 年 1 月第 1 版

印 张 21 插页 1

印 次 2006 年 1 月第 1 次印刷

字 数 347 000

定 价 24.00 元

版权所有 侵权必究

印装差错 负责调换

打开求职之门

——大学生就业指南

编委会

主 编 程样国 李军红 李晓路
执行主编 舒 涛
编 委 程样国 李军红 李晓路 王德友
 谢继荣 曹建南 夏侯宏 游伟平
 舒 涛 蔡 磊 欧阳汝娣

编写者（按姓氏笔画排序）：

方金龙 王 芳 王 松 刘 敏 刘精棋 朱文辉
朱仁平 朱 伟 李正爱 何 方 何世剑 邱红云
严晓兰 吴玉屏 陈世伟 肖教燎 宋志豪 邹常春
周德忠 晏国彬 黄永瑚 曹建南 曹磊生 傅小龙
舒 涛 谢春华 喻 琴 蔡 丹 谭 盛 樊国宝
戴 超 魏汉添

前言

PREFACE

就

业不仅是人类生存和发展的基本手段，也是人们参与社会经济活动、融入社会、实现自身价值、获得社会承认的主要途径。党的十六大报告指出：就业是民生之本。世界许多国家也都把增加就业、促进经济增长、抑制通货膨胀、实现国际收支平衡一起作为政府宏观调控的四大指标。

大学生就业已成为中国社会经济发展中越来越突出的热点问题。教育部党组书记、部长周济同志在《再接再厉 扎实工作 开创高校毕业生就业工作新局面》报告中指出：高校毕业生是国家宝贵的人才资源，其就业问题，关系到我国经济建设、社会稳定和人民群众的根本利益，关系到高等教育的持续健康协调发展，是我们党的执政能力建设的重要组成部分。随着中国高等教育从精英教育向大众教育的转变，越来越多的青年人获得了接受高等教育的机会；但随着中国经济转型进入攻坚阶段，就业矛盾日益突出。在这种大背景下，中国大学生就业形势也愈发严峻，越来越多的大学生面临一毕业就失业的危险。随着高校扩招进程的加速，大学毕业生的规模急剧扩大，大学毕业生与社会需求之间的“供求天平”发生倾斜。2003年高校扩招后第一届毕业生就达到212万，比2002年猛增46%，同年大学本科毕业生一次就业率为70%，专科生仅为40%。2004年全国普通高校毕业生人数达到280多万，2005年则达到338万人，比2004年增加58万人，增幅达20.71%。由于大学毕业生的高人力资本存量得益于政府、社会、家庭、个人的长期人力资本投资，劳动力市场的任何波动都会引致人力资本投资的损失，并对经济增长产生消极影响。因此，不仅基于大学生就业的现实考虑，而且更是基于对经济的前瞻性战略思考，我国特别关注大学生就业问题，国家劳动与社会保



障部、人事部、教育部、团中央等各部委纷纷出台相关政策促进大学生就业。各级地方政府也纷纷响应中央的号召，根据各地区实际情况，制定地方性政策及规定，以把促进大学生就业落到实处。

随着社会主义市场经济体制的建立和教育体制改革的不断深化，我国大学毕业生就业制度已从“统配统分”逐步向“供需见面”、“双向选择”、“自主择业”的方式转变。这一客观现实也要求学校必须加强对大学生的就业指导。涉世之初，面对“硝烟弥漫”的求职市场，大学毕业生是否诚惶诚恐、不知所措？面对面试官，他们是否做好了充分的准备，无畏地去迎接挑剔的眼光？面对林林总总的面试、笔试，他们是否胸有成竹，最终斩将夺旗？面对大城市的诱惑，他们又是否能毅然淡泊名利，到基层创业、去西部“圆梦”？初次就业，他们是否知道如何保护自己的合法权益？大学生的这些特点和职业需求都促使学校必须予以正视大学生就业问题，以帮助他们答疑解惑。《打开求职之门——大学生就业指南》的编辑出版正是力图顺应这种需要，从求职理念、实用技巧、政策导航、立业箴言、创业宝典五个方面有针对性地、较全面地阐释就业，指导大学生全面理解就业，帮助他们树立正确的求职理念，熟悉就业的政策和法规，掌握求职的实用技巧，增强他们的就业信心，让他们能积极参与就业，找到各自称心如意的职业，为社会和人民贡献自己的智慧和力量。

加拿大作家塞维斯有首诗说：孜孜不倦会为你赢得胜利，临阵脱逃不是好汉。鼓起勇气，放弃毕竟太容易，抬头继续前进才是难题。在市场经济时代，大学生已不再是“象牙塔里的天之骄子”，在日益严峻的就业形势面前，大学生只有树立正确的就业观念，给自己以准确的定位，不断自觉地完善知识结构，提高综合素质，增强竞争意识，积极准备，把握机遇，鼓起勇气抬头走，才能成功地走向社会，实现人生价值。

目 录

CONTENTS

求职理念篇

第一章 职业设计与职业选择	3
第一节 职业基础知识	3
第二节 大学生职业设计	9
第三节 正确对待职业选择	14
第二章 就业期望与社会需求	27
第一节 大学毕业生的就业期望	28
第二节 社会对毕业生的需求期望	31
第三节 寻求就业期望与社会需求的“契合点”	36
第三章 就业形势与心理调适	43
第一节 近几年我国高校毕业生就业形势概述	44
第二节 大学生就业常见心理问题	48
第三节 以正确的心态对待求职择业	55

实用技巧篇

第四章 就业准备与适度“包装”	63
第一节 就业素质准备	63

第二节 自荐材料准备	68
第三节 适度“包装”，诚信求职	76
第五章 求职应聘与面试须知	80
第一节 求职应聘的方法和途径	80
第二节 面试须知	84
第三节 面试常见问题集锦	96
第六章 签约履约与自我保护	104
第一节 签约和履约	104
第二节 违约和自我保护	116
政策导航篇	
第七章 我国现行就业制度与人事制度	125
第一节 我国大学生就业制度	125
第二节 我国现行的人事制度	130
第八章 毕业生就业相关政策和规定	139
第一节 国家关于毕业生就业相关政策和规定	139
第二节 江西省关于毕业生就业相关政策和规定	155
第九章 就业程序	169
第一节 毕业生就业主管部门的一般工作程序	169
第二节 毕业生自身的择业程序	175
第十章 各地各类用人政策集锦	181

立业箴言篇

第十一章 角色转换与职业适应	197
第一节 顺利完成由学生向职业人的角色转换	197

第二节	尽快适应职业生涯	203
第十二章	职业习惯与事业发展	212
第一节	制定个人长远发展计划	212
第二节	养成良好职业习惯	216
第三节	既要好好做事,也要好好做人	219
第四节	不断学习为事业“充电”	221
 创业宝典篇		
第十三章	创业素质与创业准备	229
第一节	创业素质	229
第二节	创业准备	241
第三节	创业计划	246
第十四章	创业方式与实施途径	253
第一节	创业形式与途径概述	253
第二节	怎样积累创业资本	256
第三节	怎样开办自己的公司	263
第四节	怎样寻找创业的灵感	267
附录		273
附录一:	考研报考指南	275
附录二:	计算机考证指南	283
附录三:	公务员报考指南	287
附录四:	出国留学指南	292
附录五:	西部就业指南	299
附录六:	求职信的范例	305
附录七:	个人简历的范例	308
附录八:	英文简历 (RESUME)	310
附录九:	劳动合同范本 (仅供参考)	312
附录十:	毕业生就业协议书样表	315

附录十一：毕业生聘用就业劳动合同书样表	319
附录十二：毕业生就业热门网站	323
参考资料	325
后 记	328

求职理念

篇

岁月，街着老歌从窗前飞过，那些羽毛是如此洁白美丽，正印证着我们纯洁的心迹。想着自己曾经年少气盛，深信自己会是所有故事的主角，所有合唱的领唱，执意要求自己轰轰烈烈；想着自己曾一次又一次振臂高呼：追逐梦想，拒绝平淡！于是，在寂静的黑暗中，想到那些未达成的愿望，想到那些永恒的渴望，想到那围墙之外的万丈红尘与我们的大学时代，想到那些蓝色而温暖的老歌与自己起起伏伏的心情，想到“谈笑间、檣櫓灰飞烟灭”的周公瑾，想到春天的花开秋天的风以及冬天的落阳，想到曾经一切的一切，它们都是那光阴的故事，它们都会随风而逝，惟一能做的便是把握好今天，今天，我们毕业。我们把梦想放飞蓝天。青春是不会散场的，它彻头彻尾的辉煌灿烂。那青春的纯洁浪漫让我们回味，就似希腊神话中的安泰，脚踩在坚实的大地上，汲取了巨大的力量。

对于临近毕业的大学生来说，最关心的问题就是能否找到一个理想的职业，因为从某种程度上说，选择职业就是选择未来，关系到今后人生理想抱负能否实现。大学毕业生是最有朝气和创造力的人群，总是充满幻想和希望。他们憧憬未来，对职业充满美好的期待，希望在职业岗位上能够充分发挥自己的聪明才智，实现人生的价值，又同样希望获得社会的认可和高报酬的物质回报。因此他们希望能了解职业的基础知识，认识社会职业，掌握成功就业的一些基础知识。对处于择业期的大学毕业生，我们要引导他们准确地掌握社会需求，正确地分析自我，把握求职择业的基本准则，按照一定的择业决策计划来实施，就能使自己处于主动地位，适应当前的就业环境，提高择业的成功率。此外，还要引导他们真正根据社会需要选择自己的职业，适时调整择业的期望值。对择业过程中出现的心理失衡现象，要及时地矫正，正确地认识自我、认识社会现实，以乐观积极的平和心态对待就业中的种种困难。

第一章 职业设计与职业选择



年少的作文虽然不能成真/你我都愿意再笑着重温/我们所说的爱我们想的未来/可能是今天再相聚的缘/我们年少时不经心许下的愿/再提起时依然是多温暖/也曾约定彼此间常见面/相见时已多年/长的心情短的命/长长短短谁也说不清/遥遥的梦想远远的人/遥遥远远我们的笑脸

——《关于理想的课堂作文》·演唱：李晓东

毕业在即，大学生们是否还有时间和心情聆听那曾经传唱在四季风中的熟悉的校园民谣，是否还记得年少的自己在记事本或作文中书写下的理想，在午后的阳光中从梦中醒来告诉大家，自己要做自己理想的主人，那犹如飘落的树叶一样发黄的小本上写着自己将来想从事的职业。那时的自己或许十分的轻狂，对未来的工作和前途豪情满怀。确实，职业的选择，对于每个即将踏足社会的个体来说都十分重要，这很大程度上关系到人生事业的成败，甚至影响到个人今后生活的幸福与快乐。据统计，在选错职业的人当中，有80%的人在事业上是失败者。因此，对于职业的选择，每个人都必须慎重，务必对自身素质、特性和社会环境提供的可能条件做尽可能全面、深入的认识和分析，找到最适合自己的那条道路，否则“一步错，满盘皆输”，留下终身遗憾！

要做出最好的职业选择，就必须对职业的相关知识有全面的了解，并对自己的职业生涯做出合理的规划设计，否则，所谓的选择只不过是切实际的空想，根本没有任何针对性，也不可能竞争激烈的社会中如愿以偿。

第一节 职业基础知识

人的一生中，除了生活，就是工作，而无论何种工作，必属于某个职业



范畴。职业在人的一生中占有极其重要的地位，不仅在于职业为人们的生存提供了基本的物质条件，使人们拥有丰富多彩的生活，而且也为每一个人施展才华提供了广阔的舞台。大学生要想成功地踏入社会，成为一名社会职业者，对于他们来说，详尽了解职业及其特点，把握社会职业的发展趋势，为自己在社会职业体系中尽快找到适合的位置就显得尤为重要。

一、职业的概念

所谓职业，是指人们所从事的相对稳定的、有收入的、专门类别的社会劳动，是一个人社会地位的一般性表现，是“个人在社会中所从事的作为主要生活来源的工作”^①。也就是说，职业不仅使劳动者获得稳定的经济收入，保证其生存，同时这种持续稳定性的劳动生活也为实现劳动者的社会角色提供了场所，是其社会职责的内容。因此，职业既是人们的生活方式、经济状况、文化水平、行为模式、思想情操的综合反映，也是一个人的权利、义务、职责。具体来讲，职业具有如下五个特性：

- (1) 职业具有经济性，即从中取得收入；
- (2) 具有技术性，即可发挥才能和专长；
- (3) 具有社会性，即承担生产任务，履行公民义务；
- (4) 具有服务性，即符合社会需要，为社会提供有用的服务；
- (5) 具有连续性，即所从事的劳动相对稳定，是非中断性的。

对大学生来说，深刻理解职业的内涵，应从以下三个方面把握：一是从社会的角度认识职业是劳动者获得的社会角色；二是从国家的角度认识职业是社会分工的一个部门；三是从个人的角度认识职业是为承担一定义务并享有相应权利而“扮演”的社会角色。因而，大学生在结合自己特点选择职业的过程中，应该认识到求职首先对个人来说是一种生存；其次是发展个性，或者说是发挥个人才能；再就是参与社会劳动，承担社会义务，为他人提供服务。

二、职业的功能

职业使劳动者体现个人价值的同时，也将个体的人融入社会组织当中，使个体的人在社会关系中自由和谐地发展。因此职业是劳动者社会角色获得

① 《现代汉语词典》，3版，1616页，北京，商务印书馆，1997。

和实现的方式和手段,他既要通过职业实现个人的理想抱负,将个人的才能贡献给社会,实现精神生活的需要;也要通过职业作为生存手段,来维持个体自身和家庭的延续和发展,为自身生活做出持续性的贡献,获得物质需求的满足。职业一方面是劳动者个人获得名誉、权力、地位和金钱的来源,为个人展现自身的特长、兴趣提供现实舞台,促进个人才能的充分发挥及个性的充分发展。另一方面,职业也体现了人作为社会存在的意义,构成了人类社会的存在和社会活动;劳动者在职业劳动中是以社会主体的形式出现,其劳动为社会创造财富,为社会进步发展奠定物质基础;职业的分工是构成社会经济制度运行的主体,是维持社会稳定、实现社会控制的手段;职业最主要的社会功能还在于,通过它的运动,如职业结构的变化、职业层次间矛盾的解决,推动社会的进步发展。

在人们的社会生活中,职业生活是处于首要地位的活动,解决好职业问题,对于人的一生发展具有重大的意义。

三、职业分类及特征

社会分工是职业分类的依据。不同职业是依据各种职业之间的特殊性来划分的,具体由各种职业在分工体系中的地位、劳动对象、劳动工具以及劳动的支出形式来决定。各种职业一旦形成,或者被划分成类以后,就先验地具有了本类职业才具有的职业特征,也很自然地与其他职业区别开来。

1. 职业分类

因世界各国国情不同,其划分职业的标准也有所区别。

(1) 根据西方国家的一些学者提出的理论,在国外一般将职业分为三种类型:

第一,按脑力劳动和体力劳动的性质、层次进行分类,也即所谓的“白领”和“蓝领”。“白领”包括:专业性和技术性的工作,农场以外的经理和行政管理人员、销售人员、办公室人员;“蓝领”包括:手工业及类似的工人、非运输性的技工、运输装置机工人、农场以外的工人、服务性行业工人。这种分类方法明显地表现出职业的等级性。

第二,按心理的个别差异进行分类。根据美国著名的职业指导专家霍兰创立的“人格—职业”类型匹配理论,把人格类型划分为六种:即现实型、研究型、艺术型、社会型、企业型和常规型。与此相对应的是六种职业类型。

第三,依据各个职业的主要职责或“从事的工作”进行分类。这种分类

方法较为普遍，以国际标准职业分类为例。它把职业由粗至细分为四个层次，即8个大类、83个小类、284个细类、1506个职业项目，总共列出职业1881个。其中8个大类是：1) 专家、技术人员及有关工作者；2) 政府官员和企业经理；3) 事务工作者和有关工作者；4) 销售工作者；5) 服务工作者；6) 农业、牧业、林业工作者及渔民、猎人；7) 生产和有关工作者、运输设备操作者和劳动者；8) 不能按职业分类的劳动者。这种分类方法便于提高国际间职业统计资料的可比性和国际交流。

(2) 根据我国不同部门公布的标准分类，主要有两种类型：

第一，根据国家统计局、国家标准总局、国务院人口普查办公室1982年3月公布，供第三次全国人口普查使用的《职业分类标准》。该标准依据在业人口所从事的工作性质的同一性进行分类，将全国范围内的职业划分为大类、中类、小类三层，即8大类、64中类、301小类。其8个大类的排列顺序是：1) 各类专业、技术人员；2) 国家机关、党群组织、企事业单位的负责人；3) 办事人员和有关人员；4) 商业工作人员；5) 服务性工作人员；6) 农林牧渔劳动者；7) 生产工作、运输工作和部分体力劳动者；8) 不便分类的其他劳动者。

第二，根据国家发展计划委员会、国家经济委员会、国家统计局、国家标准局批准，于1984年发布，并于1985年实施的《国民经济行业分类和代码》。这项标准主要按企业、事业单位、机关团体和个体从业人员所从事的生产，或其他社会经济活动的性质的同一性分类。即按其所属行业分类，将国民经济行业划分为门类、大类、中类、小类四级。共13个门类：1) 农、林、牧、渔、水利业；2) 工业；3) 地质普查和勘探业；4) 建筑业；5) 交通运输业、邮电通信业；6) 商业、公共饮食业、物资供应和仓储业；7) 房地产管理、公用事业、居民服务和咨询服务业；8) 卫生、体育和社会福利事业；9) 教育、文化艺术和广播电视业；10) 科学研究和综合技术服务业；11) 金融、保险业；12) 国家机关、党政机关和社会团体；13) 其他行业。这两种分类方法符合我国国情，简明扼要，具有实用性，也符合我国的职业现状。

2. 职业基本特征

对职业不同的划分方式，会产生不同的职业分类，但概括起来职业具有以下几个基本特征：(1) 产业性特征。目前国际上一般将职业分为三大产业，即工业、农业和第三产业。现今，第三产业越来越显示出对经济发展的重要性。(2) 行业性特征。它是根据某行业的职业内部条件、特征、内容、对象、手段的相同或相近而划分，按从职业具有的社会经济活动性质的同一

性来分类。(3) 职位性特征。它体现的是职业所具有的职权和责任的社会特征和特殊性。(4) 组群性特征。它是由职业的学科性特点决定的。(5) 时空性特征。它由职业的时代内容和特征所决定。空间上的特征,则是由职业的地域差异性决定的,如城乡、国别上的差异。

四、职业发展的新趋势

职业从诞生到如今,无日不在变化和进一步地精细化,被社会发展淘汰的职业会很快地消亡,新的为社会需求的职业马上取而代之,成为时代发展的佼佼者。从少到多,从简单到复杂,越来越多的职业成为社会发展必不可少的推动机制。现代社会的发展,使职业发展具有了以下几个新的特征:

1. 职业活动的内容日益更新,信息化成为当今职业的主要内容

职业的内容总是随着时代的不同发生变化,旧的业务知识、技术方法总是被新的所代替。在信息技术高度发达的今天,信息获得和交流日益成为生活的主要内容,因而依托发达的计算机技术,人类的许多职业正在朝着信息化的方向发展,信息化势必会在未来的职业内容上唱主角。

2. 职业专门化增强的同时,又朝多元化和综合化发展

现代科技的飞速发展,使许多职业专门化大大提高,如果不具备一定的专门知识,达不到职业的基本需要,就根本无法适应现代职业发展的需要。例如,在通信行业中,由于新技术的广泛应用,缺乏现代电子技术和无线电子控制技术的人就难以胜任。在职业进一步专门化、精细化的同时,职业也开始向综合化、多元化方向发展。这表现在现代职业打破原先固定的职业范围界限,不同职业之间相互渗透交叉。例如,现今的会计,不仅要熟练掌握传统的会计业务知识,还必须懂得熟练操作电脑,运用电脑进行自动化办公,甚至还要掌握电脑软件的设计和硬件维护等专门知识。

3. 第三产业的职业数量大量增加

随着现代人们对服务性需求的日益膨胀,第三产业也迅猛发展。人们正在逐渐改变第三产业不创造社会物质财富的陈旧观念,对其日益重视。第三产业的飞速发展,在国民经济中的作用越来越大,给社会提供了大量的就业机会。据亚洲开发银行报告,1990年第三产业在国民生产总值中所占的份额,新加坡达到63.8%,泰国为50.1%;第三产业从业者的比例占全部从业者的比例,在发达国家均已超过50%,而我国目前该比例仅为17%,不过发展潜力非常大,预计2010年,沿海发达地区第三产业就业人数可达到或超过全部