

大学毕业生 就业指导

罗明晖 龙健飞 主编

DAXUE BIYESHENG
JIUYE ZHINAN



华中师范大学出版社

新出图字(第)10号

图字(第)10号

大学毕业生就业指导

大学毕业生就业指南

主 编：罗明晖 龙健飞
副主编：赵慧娟 张 越



DAXUE BIYESHENG
JIUYE ZHINAN

新出图证(鄂)字 10 号

图书在版编目(CIP)数据

大学毕业生就业指南/罗明晖,龙健飞主编. —武汉:华中师范大学出版社,2005.11

ISBN 7-5622-3328-4/G·1701

I. 大... II. ①罗... ②龙... 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 137744 号

大学毕业生就业指南

© 罗明晖 龙健飞 主编

责任编辑:高东军

责任校对:章光琼

封面设计:罗明波

编辑室:第二编辑室

电话:027-67867362

出版发行:华中师范大学出版社

社址:湖北省武汉市珞喻路 152 号

电话:027-67863040(发行部) 027-67861321(邮购)

传真:027-67863291

网址:<http://www.ccnp.com.cn>

电子信箱:hscbs@public.wh.hb.cn

经销:新华书店湖北发行所

印刷:湖北恒泰印务有限公司

督印:姜勇华

字数:168 千字

开本:880mm×1230mm 1/32

印张:6.5

版次:2005 年 11 月第 1 版

印次:2005 年 11 月第 1 次印刷

印数:1—11 500

定价:10.00 元

欢迎上网查询、购书

敬告读者:欢迎举报盗版,请打举报电话 027-67861321

寄语毕业生

时光荏苒，岁月飞渡。

转瞬间，你们已走过大学四年的求学时光。即将步履新程，你们激情满怀，斗志昂扬！

有人说，人生有三个关口：第一关是出生，这不由你们选择，唯有欣然领命；第二关是高考，你们已并肩闯过，成为象牙塔里的骄子；如今，最后一关——择业已朝你们挥手，我们同样有理由相信，你们亦将用实力证明，无论过去将来，你们同样卓越。

在择业的路上，你们或许曾经迷茫，辨不清路在何方；或许曾经跌倒，感慨前路多坎；但无论如何，我们始终相信，你们是最杰出的！

求职显然是你们面对生活的第一件大事。第一次跨出校门直接与社会面对面，有点紧张是很正常的，毕竟社会不像校园那么简单，也远没有校园那么包容。但社会却是真实的，不容你有一点不切实际的想像与虚幻。它就像一面镜子，既能将你的优点照出来，也能让你的缺点现形。作为社会新鲜人，面对走出校园的生活，有缺点并不是致命的，刻意地去掩盖自己的不足才是最危险的。用人单位在挑选适合自己的人才时，并不会过多看重一个人的缺点有多少，而是看他的优势有多少，如何在用人单位面前，恰如其分地表现自己的能力，让别人发现自己的优点，才是面对社会、融入社会最有效的做法。困难，困难，困在家里就难；出路，出路，走出去就有路！

作为学校就业指导服务中心的老师，尽管我们不能与你们一同战斗在最前线，但我们将为你们装膛上药，做你们坚定的总后方。毕业在即，华中农业大学和中南财经政法大学两所兄弟院校

携起手来,共同编写了这本《大学毕业生就业指南》,希望能对同学们的求职有所帮助。本书第一章由张越撰写,第二章由赵慧娟撰写,第三章由魏鹏撰写,第四章由龙健飞撰写,第五章第一、二节由余小朋撰写,第三节由王长城撰写;案例部分由龚家友(案例一至案例四)、张安玲(案例五至案例六)和赵慧(案例七至案例十一)编写;就业问答部分由周小川撰写,服务网站由赵慧摘录。就业指导服务中心将竭诚为大家服务,为大家解决就业过程中碰到的问题,保障每一位毕业生的权益。

回首往昔,我们备感亲切;

展望未来,我们意气风发。

看,烈日已点燃前行的流火;

听,鸣蝉已奏响青春的号角。

今天,让我们一同举杯,互道珍重!

明天,愿你们一路凯歌,捷报频传!

就让我们相约,多年以后重聚这方土地,

用积蓄的光,点亮母校的窗!

祝全体毕业生在求职过程中一帆风顺! 前程似锦!

目 录

第一章 毕业生择业程序与择业决策指导	1
第一节 毕业生面临的就业形势和社会环境.....	1
第二节 毕业生求职择业的一般程序.....	4
第三节 就业决策程序及实施.....	9
第四节 就业决策与人生设计	12
第二章 毕业生就业准备指导	17
第一节 认识自我	17
第二节 求职信息准备	25
第三节 知识能力准备	32
第四节 就业的心理问题与心理调适	41
第五节 就业材料准备	54
第三章 毕业生择业方法与技巧指导	70
第一节 求职途径与方法技巧	70
第二节 自荐方法与技巧	72
第三节 面试方法与技巧	76
第四节 笔试方法与技巧	88
第五节 试用期指导	91
第四章 毕业生特别指导	94
第一节 报考国家公务员指导	94
第二节 国有企事业单位就业指导.....	105
第三节 非国有企事业单位就业指导.....	110
第五章 就业规则与毕业生就业权益保护	116
第一节 就业规则.....	116

第二节 就业协议·····	122
第三节 毕业生就业权益维护·····	129
附录一 大学生就业案例及评析·····	140
附录二 相关政策法规·····	161
附录三 就业问答·····	185
附录四 毕业生就业工作部门及就业服务网站选萃·····	201

第一章 毕业生择业程序与择业决策指导

第一节 毕业生面临的就业形势和社会环境

风靡全球的电影《指环王》中的第一句话是“the world is changed”。目前，高校毕业生的就业形势可以用两句话来概括，那就是：不乐观，非常严峻，毕业生就业压力依然很大；不悲观，机遇横生，毕业生就业潜在市场仍很广阔。

一、毕业生就业压力依然很大

（一）毕业生人数快速增长

2003年进入就业市场的高校毕业生人数212万，2004年毕业生人数达到280万，到2005年，高校毕业生很有可能突破340万人。美国在1969年到1997年的27年时间内，高等教育的总规模才增长了79%，达到近1500万人，中国教育规模的扩张，只用4年时间就超过了美国27年的历程。高等教育已由“精英教育”阶段进入“大众教育”阶段，就业大众化时代已经来临。

（二）用人单位对毕业生的实际需求不容乐观

首先国企改革处于攻坚阶段，实行减员增效，下岗分流，就业与再就业人员汇合，使得就业市场更加拥挤，国有企业一直是吸纳高校毕业生的主体。但近年来引进毕业生的比例在逐年下降。国务院部委所属院校的毕业生到国有企业的比例：1996年为34.3%，1998年为29.3%，2000年为26.5%，2001年为

22.0%，今后也很难有大幅度增长。其次，政府机关及事业单位用人指标有限、需求层次较高，难以接收大量毕业生。在就业总量的压力下，供需的结构性矛盾将更加突出，学科专业之间（热门专业、冷门专业）、学历层次之间、地区之间等的各种矛盾影响有些毕业生顺利择业。

（三）毕业生的素质与用人单位的期望之间还有一定的差距

目前，用人单位对毕业生的要求越来越高，一方面，体现在学历层次上，对本科以上学历的毕业生需求较大；另一方面，体现在综合素质上，用人单位对毕业生外语、计算机水平要求越来越高，对毕业生综合能力、素质的期望值也不断提高，对是否担任过学生干部、是否是党员也有一定的要求。从毕业生这一层面来看，一些毕业生忧患意识、竞争意识明显薄弱，自我评价不客观，期望值不切实际，“等、靠、要”的依赖心理还比较突出。

（四）社会需求与学校人才培养规格、教育结构之间的矛盾依然突出

首先，在经济发展过程中，发展中国家由于经济总量的限制，本身提供适合大学生的就业岗位就有限，从而产生了就业总量的矛盾。近年来，我国整体就业环境不宽松，与大学扩招幅度产生较大矛盾。当前，我国正面临着城镇新增劳动力就业、农村劳动力转移和下岗失业人员再就业“三碰头”的局面。这加剧了城市劳动力市场供大于求的紧张态势，从而对高校毕业生就业带来了负面影响。

其次，教育模式与产业结构不相适应。在经济发展过程中，产业结构是经常发生变动的，为之服务的教育模式的转变往往滞后，部分高校学生毕业后，因不能适应劳动力市场的需要而不能马上就业。这一情况在扩招后被放大，使得就业问题更加严重。

再次，高校专业结构调整的滞后也影响大学生的就业。高校毕业生就业已经市场化，但大学的教育体制改革较缓慢，专业设置调整滞后，毕业生所学习的专业结构与市场需求出现了错位，

这是制约高校毕业生就业最突出的原因。大学的专业及课程设置缺乏科学的需求预测和规划,有较大盲目性,许多大学盲目追逐热门专业,致使专业趋同现象十分严重,专业人才的产出与岗位需求不成正比,供给明显大于需求。

二、毕业生潜在就业市场仍然广阔

(一) 市场对人才的需求缺口很大

随着我国“十五”计划的实施和向第三步战略目标的迈进,要求今后5年至10年内国民经济生产总值每年保持至少7%的增长速度。专家预测,每增长一个百分点就能提供80万至100万个就业岗位,也就是说,由于经济增长而产生的新的就业岗位每年至少在600万以上,这将为大学毕业生提供基本的就业空间。在我国加入WTO后,我国经济与全球经济一体化的进程进一步加快,随着产业结构调整和战略性改组以及国际资本和技术的进入,将进一步加大对高层次人才的需求。有关统计显示,中国加入WTO后将增加1200万个就业岗位,人才将向高层次发展,同时也将突破国家和地域的界限,在更大的范围内自由流动。越来越多的毕业生将选择出国深造和在国外就业。

(二) 国家宏观调控毕业生就业的各项措施基本到位,各类用人单位将更加自主地吸收毕业生

随着国办发[2002]19号文件的出台,人才市场进一步完善,人才引进程序进一步规范,毕业生就业的体制性障碍正在逐步消除,毕业生的就业渠道、就业形式和就业过程进一步多样化,自主创业和自由职业将有新的突破。根据国家毕业生就业的政策导向,随着毕业生就业择业期的延长,毕业生将有更多自主择业的机会。另外,各地方和部门进一步认识到人才的重要作用,主动改革人事劳动工资制度,采取一系列措施来吸引人才,更为毕业生就业创造了良好的外部环境。

(三) 有利于自主创业和灵活就业的政策环境和就业观念已

渐形成

各省市、自治区都落实了1年内免交个体工商户登记等费用和行政事业性收费的政策,在相当一部分省市已经落实了税费减免等优惠政策。毕业生就业观念也在发生深刻的变化,就业眼界也变得更加宽阔。越来越多的毕业生的择业观念更加贴近实际,选择到民营企业、三资企业和自主创业、灵活就业的人数也越来越多。

(四) 以就业为导向的高等教育结构调整和改革深入开展

全国有25个省市将就业状况与高校发展规模、学科结构、专业设置、教学评估等适度挂钩。以就业为导向、以市场为导向、以社会需求为导向的新一轮高等教育改革已在全国逐步展开。

(五) 毕业生就业市场呈旺盛发展势头

在高校校内就业市场成为毕业生获取就业信息主渠道的情况下,多种形式的毕业生就业市场发展迅速,各级各类人才市场、劳动力市场发挥各自优势为毕业生提供服务。同时,就业服务区域性协作、行业性协作也迅速发展,市场机制的活力和能量正在逐步释放出来。

第二节 毕业生求职择业的一般程序

择友、择业、择偶是青年人的三大选择。俗话说,“女怕嫁错郎、男怕选错行”。选择职业,是每一个即将结束学业的大学生所面临的很现实的问题,也是大学生走向社会,实现自己人生目标的关键一步。毕业生必须积极、主动地选择职业,变以往的“等饭碗”为主动地“找饭碗”,甚至于自己“造饭碗”。择业是一种方法,更是一门艺术,掌握择业的方法与技巧,对于我们寻找职业至关重要。对大学生来说,一个完整的择业过程,至少包括搜集信息、自我分析、确立目标、准备材料、参加招聘会(投

递材料)、参加笔试、参加面试、签订协议、走上岗位等环节。走好择业的每一步,对成功实现自己的职业理想十分重要。

第一步:搜集信息

搜集信息是就业活动的第一步。大学生在择业过程中,通过各种渠道搜集的信息大致包括五个方面的内容:

(1) 当前大学生就业市场的供需形势。主要包括:社会经济发展形势、社会各行业、各类企事业单位经营状况和对毕业生的需求等。尤其要重点了解本校、本专业的社会需求情况,用人单位对毕业生的基本要求等。

(2) 政策和法规信息。例如,国家以及学校有关毕业生就业的政策及规定,《普通高等学校毕业生就业工作暂行规定》、《中华人民共和国劳动法》、《合同法》、《国家公务员暂行条例》等。

(3) 具体用人单位的信息。例如,自己所学专业哪些用人单位需要,需求数量是多少,用人单位生产经营状况、文化背景、发展前景、工作条件、福利待遇、对人才的重视程度以及对毕业生的具体安排使用意图等。

(4) 就业活动安排信息。比如,用人单位在什么时候召开供需洽谈会,学校、社会什么时候举办招聘会等。

(5) 有关择业的经验、教训的信息。“择业过来人”的择业经验、教训,就业指导老师的体会和建议等,都会为大学生的成功择业助一臂之力。

第二步:自我分析

在搜集信息的基础上,大学生要联系自身实际,理智地进行自我分析。首先是明确自己的能力大小,给自己打打分,看看自己的优势和劣势,这就需要进行自我分析。通过对自己的分析,旨在深入了解自身,根据过去的经验选择,推断未来可能的工作方向与机会,从而彻底解决“我能干什么”的问题。只有从自身

实际出发、顺应社会潮流，有的放矢，才能马到成功。自我分析包括以下四个方面：

(1) 自身综合素质、能力的自我测评。我学习了什么，在学期间，我从学习的专业中获取了什么收益；我曾经做过什么，参加过什么社会实践活动，提高和升华了哪方面的知识。即自己已有的人生经历和体验，如在学期间担当过学生干部，曾经为某知名组织工作过等社会实践活动，取得的成就和积累的经验，获得过的奖励等。

(2) 分析自己的性格、气质。一个人的性格和气质对所从事的工作有一定的影响，如果能从事与自己的性格、气质相吻合的工作，就容易出成绩。可以通过职业素质测评体系对自己的性格、气质进行一定的分析。

(3) 自己在择业过程中，有哪些优势或劣势。如自己的兴趣、特长、爱好是什么，有何出众的能力（包括潜能）等；有哪些劣势，如性格的弱点，经验与经历中所欠缺的方面，应该如何扬长避短。

(4) 问问自己究竟想做什么。自己想在哪一方面有所发展，想成为什么样的人，换句话说，即自己的“满足感”是什么，价值标准是什么。

第三步：确立目标

自我分析的结果，是确立自己的择业目标。从大的范围来说，大学生首先需要确定的择业目标是：

(1) 择业的地域。首先考虑的是地区经济环境和地区人才环境，即在沿海城市就业，还是在内地就业；还要考虑家庭环境因素，是留在本地，还是去外地就业，同时还要考虑生活习惯。此外，既要考虑是否符合政策规定，也要考虑实现个人价值和今后发展的因素。

(2) 择业的行业范围。先应该了解你感兴趣的行业发展情

况,行业的社会地位、发展前景如何,再进一步考虑是在本专业范围内就业,还是跳出本专业到其他行业就业;是从事本专业范围内的技术工作、管理工作、社会工作,还是从事教学工作、科研工作等。此时应多想自己的综合素质、能力及兴趣、特长。

(3) 择业的单位。首先需要了解用人单位对人才需求的迫切程度和领导人的素质,这直接关系到单位对人才的使用和重视程度。其次要对这个单位的综合情况进行全面了解,看清用人单位的发展前景。最后要了解用人单位内部的人际关系以及今后深造的机会和条件等等。

择业过程中,当然会遇到一些不可预测的变化。但是,事前给自己的择业确定一个比较明确的目标,可以使整个就业活动有的放矢,有条不紊;不然,就会出现乱打乱撞的盲目被动局面。

第四步:准备自荐材料

在确定了择业目标之后,接下来即可准备自荐材料。自荐材料包括:学校推荐表、个人简历、自荐信以及有关的辅助证明材料。这几种材料,虽然都能单独使用,但各自的侧重点不同。自荐信主要表明自己的态度,个人简历主要说明自己过去的经历,证明材料强调自己所取得的成绩,主要由以下几个材料组成:

1. 学习成绩材料。包括学习成绩单、英语和计算机等级证书等。
2. 荣誉证书。如“三好”学生、优秀学生干部、优秀团干部、优秀毕业生等证书,以及各种社会实践活动,各种竞赛活动的证书等。
3. 成果证明材料。如获得的发明专利证书和正在申请的专利材料,在报刊、杂志上发表的文章,出版的专著,和有一定价值的科研成果报告等。
4. 证明自己具备某方面素质或能力的其他材料。如汽车驾照、技能鉴定证书、大赛获奖证书等。学校推荐表则体现了学校对自己的认可。缺了任何一个方面,自荐材料都不够完整。

自荐材料是反映毕业生个人总体情况和综合素质的主要材

料，是毕业生与用人单位信息交流的载体，也是用人单位透视大学生的一扇“窗户”和决定是否面试的重要依据，故自荐材料被称为大学生求职择业、赢得面试的“敲门砖”。具体如何准备自荐材料，后面的章节会详述。

第五步：投递材料，参加招聘会

在大学生就业活动中，招聘会或就业市场在用人单位与大学生之间架起了见面、沟通的桥梁。在招聘会或就业市场上，用人单位与大学生之间只有初步认识：用人单位向毕业生宣传单位发展情况，同时搜集众多毕业生的自荐材料（有的单位可能向应聘学生发放登记表）；毕业生则在了解用人单位的大致情况后，将自荐材料和登记表交给招聘单位。从某种意义上说，大学生参加大型招聘会或就业市场，大多数仅完成了一项材料递交工作。当然，也有一些毕业生与用人单位“一见钟情”，当场签约。为提高效率，毕业生可以有选择地去几个招聘会或就业市场，不要盲目地“赶场子”，今天去一个招聘会，明天进一次人才市场，结果却是“广种薄收”，这样既浪费时间和精力，效果也不会太好。另外，毕业生还可以将自己的自荐材料通过邮寄等方式寄给用人单位，用人单位可以凭借此材料进行分析，决定是否通知你参加笔试或面试。

第六步：参加笔试、面试，接受用人单位考核

不少用人单位在招聘过程中，采用笔试的方式考核应聘者的知识、能力与素质。笔试主要检验大学生运用所学知识及所掌握技能处理实际问题的能力。当然，笔试不仅在卷面上考核大学生的知识能力，同时也在考核其他方面的素养，比如，书写是否工整，卷面是否整洁，答题是否细心等。因此，大学生应珍惜并认真对待笔试。

面试是众多用人单位考核大学生综合素质的重要手段。通过

面对面的沟通、交流，用人单位可以了解大学生的表达能力、思维能力、处事能力、仪容仪表，以及对一些问题的看法和其他一些不能通过笔试反映出来的综合素质。因此，大学生在面试前要做好充分准备，适当进行形象设计。面试中要充满自信，用平和的态度应对主考官的提问，用简明扼要的言语回答问题，并运用合理的体态语言，积极主动地“推销”自己，展示自己的综合素质，以最终取得面试的成功。

第七步：签订就业协议书

用人单位通过自荐材料和供需见面、笔试、面试等招聘活动，选拔出自己合意的毕业生后，便向被录用的学生发出录用通知书。毕业生在接到录用通知书后，如果愿意到该单位工作，则双方签订就业协议书。就业协议书一旦签订，就不得随意变更。如果一方提出毁约，须征得另外一方同意，并要交纳违约金。

第八步：报到

与用人单位签订好协议，并得到学校、政府教育主管部门的审核同意后，接下来大学生要做的事便是以优异的成绩完成学业，等待发放就业报到证，做好毕业离校的各项准备工作。至此，毕业生的求职择业程序完成，毕业生可在领取报到证并办理离校手续后，按照报到证规定的期限和指定的地点去单位报到上班。

第三节 就业决策程序及实施

毕业生在走向社会时，总是想找到一个理想的工作单位。就业决策是否科学合理，不仅影响到能否顺利就业，而且影响到今后能否走好人生的每一步以及实现自己的职业目标、人生理想。大学毕业生掌握决策的基本方法，遵循决策过程的基本程序，对

于做出较为合理的职业选择是很有帮助的。择业者根据自身条件和择业原则制订具体的择业方案就是就业决策。如何进行科学的就业决策，我们认为主要包括五个过程：

一、选准核心标靶

决策的任务在于选定一个最有利的行动，而行动的有利或不利都是针对目标来说的。缺少一个目标，就无从拟订行动方案，更谈不上选择方案。择业目标是择业者的职业理想的具体确立，是发挥兴趣爱好，展示个人能力，体现自身价值从而得到社会承认的一种期望或追求。因此，毕业生在进行就业决策时，首先要决定的是：我想成为一个什么样的人，我想从事一份什么样的工作。每个人都应该思考自己的目标，而且，目标越明确、越具体、越具有可操作性，就越能够使自己制订出合适的实施策略和计划，也就越能顺利实现自己的目标。

二、了解重要资源，获取选择主动权

前面已经提到，信息是决策的重要资源，就业信息的获取对职业选择起着举足轻重的作用。获取信息可通过直接或间接的途径，渠道也是多方面的，可以采取用“望远镜”和“放大镜”的方法，一方面通过学校、校友、就业市场、社会传播媒介以及各种社会关系等远距离获取信息，另一方面可以通过实习等方式近距离获取信息，最后将这些信息进行综合和密集处理，进行准确判别并筛选出有价值的信息，只有这样才能最有效地运用信息资源，作出决策，才能获得择业的主动权。大家在进入就业市场后，就要主动地去了解相关重要信息并确定目标，及早地根据自己的专业与相关行业的要求，着重训练提高自己相关方面的能力技巧，才能在求职择业中尽得先机，如愿以偿。