

大学生

就业指导

DA XUE SHENG JIU YE ZHI DAO

林夕宝 王传明 编著



 **北京理工大学出版社**
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

大学生就业指导

林夕宝 王传明 编著

 北京理工大学出版社

BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

内 容 简 介

本书根据目前高等学校在人才培养方面的需要,结合社会上比较典型的案例和最新的人才市场动向讲解了大学生的立业背景、求职准备和面试技巧、创业基础知识、初入社会应注意的问题和相关劳动政策等内容。希望通过本书的学习,让大学生迅速成为成熟、理智、和谐的人才,零距离走向社会岗位。本书适合于各高等院校师生、职业指导人员、社会求职人员学习和参考。

版权专有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

大学生就业指导/林夕宝,王传明编著. —北京:北京理工大学出版社,2006.8

ISBN 7-5640-0850-4

I. 大… II. ①林…②王… III. 大学生-就业-基本知识

IV. G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 092761 号

出版发行 / 北京理工大学出版社

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010)68914775(办公室) 68944990(批销中心) 68911084(读者服务部)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 北京国马印刷厂

开 本 / 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

印 张 / 9.75

字 数 / 260 千字

版 次 / 2006 年 8 月第 1 版 2006 年 8 月第 1 次印刷

印 数 / 1~5000 册

定 价 / 15.00 元

责任校对 / 张 宏

责任印制 / 刘京凤

图书出现印装质量问题,本社负责调换

前 言

自改革开放以来,我国的国民经济持续高速增长,创造了世界上新的奇迹,中国教育事业也已经站在一个崭新的发展起点上,在现代化建设中的地位和作用得到了空前提高。我国的高等教育在保证质量的基础上,在校大学生数量规模达到了世界第一,取得了跨越式的发展。大学生资源的配置方式也发生了重大变化,逐步实行和完善了“市场导向、政府调控、学校推荐、学生与用人单位双向选择”的就业机制。在我国高等教育近年来迅速实现由精英教育到大众教育的转型以后,大学毕业生的数量逐年增多,大学毕业生感到了很大的就业压力。为了提高大学生就业工作的科学性和有效性,及时向大学生讲授职业、择业、创业等方面的知识,我们编写了《大学生就业指导》这本教材。

我国目前什么市场最火?人才市场最火。去年我国东部一个沿海城市的人才市场举办了一个冬季大学生招聘专场,开场那天碰巧遇到了该市当年最低的气温,在零下十几摄氏度的寒冷天气里,几万名大学生蜂拥而来,在售票处前排起了长长的队列,不知冻病了多少学生。这明显地表现出大学生们在求职问题上的盲目、孤立和无助,就业期望与现实严重错位。在国外一些经济发达的国家和地区,已基本上看不到类似的求职招聘场面,大学生一般在毕业前就已经学习了就业指导课程,接受了就业辅导,掌握了相应的就业技巧和招聘渠道,又加上各个大学比较宽松的学习环境和实习环境,企业招聘员工多通过报纸和互联网等新闻媒介与求职者直接联系和见面,因而就不会出现大学生在求职时一窝蜂的拥挤现象。这从另一个侧面也说明我国还没有足够多的中小企业来分流和容纳大学毕业生这一高质量的人才群体,需加大对大学生的创业教育,各个大学的就业中心也应当加强大学生就业工作的力度,为企事业单位开展常年性的就业服务,建立广

泛有效的就业渠道。

在新的就业形势下，社会对人才的综合素质提出了更高的要求，本书根据目前高等学校在人才培养方面的需要，将有效地指导和帮助学生掌握国家的就业政策，了解人才市场的变化和需求，帮助学生开发自己的潜能，树立正确的成才观、择业观；及早对个人职业生涯进行规划，强化专业意识，树立正确的就业观念，掌握求职的方法和技巧，熟悉社会上的用人渠道，迈好职业生涯的第一步；使大学生能够结合其他基础课和专业课的学习，逐步地认识社会、了解用人单位、把握自己，增强社会责任感、紧迫感和自信心，为毕业后的职业选择、职业发展及自主创业打好基础，实现成功的人生。

本书共分为八部分，结合社会上比较典型的案例和最新的人才市场动向讲解了大学生的立业背景、求职准备和面试技巧、创业基础知识、初入社会应注意的问题和相关劳动政策等。希望通过本书的学习，让大学生迅速成为成熟、理智、和谐的人才，零距离走向社会岗位。本书适合于各高等院校师生、职业指导人员、社会求职人员学习和参考。

作 者

2006年6月

目 录

绪论	(1)
第一节 就业指导及意义	(1)
第二节 就业指导的产生和发展	(2)
第三节 大学生全过程就业指导的学习内容	(5)
第一章 职业的基本理论	(9)
第一节 职业基本知识	(9)
第二节 职业发展理论及其应用	(17)
第三节 职业能力及分类	(28)
第四节 职业与气质	(32)
第五节 个人性格与职业选择	(35)
第六节 兴趣爱好与职业发展	(41)
第二章 大学生立业背景	(46)
第一节 当前我国经济形势简介	(46)
第二节 我国大学毕业生的现状	(50)
第三节 当前大学生就业问题及对策	(52)
第四节 高等学校毕业生就业协议书及签订注意事项	(58)
《全国普通高等学校毕业生就业协议书》	(60)
第三章 正确进行职业规划	(63)
第一节 职业锚理论	(64)
第二节 职业规划的意义	(69)
第三节 职业规划的内容	(77)
第四节 职业规划的步骤	(81)
第四章 求职渠道	(100)
第一节 国内人才市场状况	(100)
第二节 正确进行求职的专业选择	(110)

第三节 认真把握专业实习环节·····	(113)
第五章 求职与面试·····	(117)
第一节 就业信息的收集与处理·····	(117)
第二节 制作就业推荐表·····	(128)
第三节 求职方式·····	(146)
第四节 面试·····	(154)
第五节 笔试·····	(175)
第六节 劳动合同签订·····	(179)
第六章 大学生创业基础·····	(185)
第一节 大学生创业教育·····	(185)
第二节 创业思维及素质·····	(190)
第三节 创业机会与创业计划·····	(203)
第四节 风险投资常识·····	(209)
第五节 法律与金融知识·····	(218)
第六节 创业园地·····	(225)
第七章 步入社会,挑战职场·····	(232)
第一节 从天之骄子到社会人·····	(232)
第二节 主动性·····	(241)
第三节 打造成功人生·····	(246)
第八章 大学生就业政策及问题解答·····	(252)
第一节 大学生就业政策介绍·····	(252)
第二节 大学生就业工作实务问题解答·····	(268)
第三节 北京市部分人才中介服务机构信息网介绍·····	(301)
参考文献·····	(303)

绪 论

《中华人民共和国高等教育法》规定：高等教育必须贯彻国家的教育方针，为社会主义现代化建设服务，与生产劳动相结合，使受教育者成为德、智、体等全面发展的社会主义事业的建设者和接班人。高等教育的任务是培养具有创新精神和实践能力的高级专门人才，发展科学技术文化，促进社会主义现代化建设。大学生在校学习完毕，走向社会为祖国各项建设事业服务是一个必然的过程。如何使大学生顺利地达到学以致用，充分发挥他们的聪明才智，使我国的高级人才资源达到合理的配置，是大学生教育尤其是就业指导教育的首要任务。

第一节 就业指导及意义

一、就业、大学生就业指导的定义

什么是就业？就业是指具有劳动能力的公民在法定的劳动年龄内，依法取得从事某种比较稳定的有报酬的社会劳动的过程。大学毕业生是接受过高等教育并取得相应资格证书的公民，是具有较高文化层次和一定专业技术能力的劳动者。

大学生就业指导，是为了帮助大学生根据个人的特点和社会发展的需要，做出合理的职业规划，建立相应的专业知识基础，选择能发挥自己才能的职业，实现大学生的个人价值和社会价值。

二、就业指导的意义

大学生就业指导具有重要的现实意义，对大学生进行就业指导有利于我国高等教育任务的实现和高等教育改革的深化，能促进国家的

经济建设,提高大学生的学习积极性和自觉性,强化大学教育在人才培养方面的工作力度,从而提升大学生人才资源的使用效率。

三、大学生就业指导的主要内容

我国大学毕业生就业制度是随着社会的发展而不断变化的,目前我国社会主义市场经济正在逐步建立和不断完善,教育体制的改革也不断深入进行。随着毕业生就业制度改革的推进,过去“统包统分”的计划经济模式已被现在“双向选择、自主择业”的就业方式所取代。目前我国高校都已不同程度地开展了就业指导教育,如有的学校已将就业指导列入教学计划,作为选修课或必修课开设,有的学校以系列讲座或专题讲座的形式开展,但目前的大学生就业指导基本上只针对应届大学毕业生进行。对大学生在校期间推行全程化的大学生就业指导,有针对性地开展大学生就业教育理论方面的探索仍是值得探讨的课题。

大学生就业指导的主要内容包括:职业的基本理论,大学生的立业背景,如何进行职业规划,所学专业与求职趋向,求职途径与面试技巧,大学生创业基础,就业政策指导,初入社会应注意的问题等。

第二节 就业指导的产生和发展

大学生在校学习期间必须接受就业教育,这在国内外高等教育中已不是一个新的课题。从就业工作研究中发现,就业指导工作开展的程度如何,显现着一个国家社会经济的发展水平。

一、国内就业指导的产生和发展

我国的就业指导有着长期的历史。孔子是我国古代著名的教育家、世界上知名的儒教创始人,早在 2000 多年以前就拥有“贤人七十、弟子三千”,规模可谓大矣。其教育思想诸如“因材施教”,“性相近也,习相远也”,“仕而优则学”,“不患人之不己知,患其不能

也”等论述非常有哲理，至今仍有很深刻的现实意义，他培养的学生多在当时的各个封建国家中任管理职能，他的职业培训指导目标应该是很明确和非常有效的。

在1916年，清华学校校长周寄梅就开始指导学生择业。1920年中华职业教育社设立了职业指导部，以后建立职业指导所，负责调查上海主要商行和工厂雇用店员或其他社会雇员的情况，使职业学校的学生能确立自己所适应职业的明确目标。20世纪30年代，当时政府教育部曾经在中小学实行过职业指导制度；80年代中期，随着我国的改革开放，人力资源科学不断发展，社会重新重视作为个体的人，重视人才，注重人才的合理使用与科学培养，职业指导在停顿多年以后再次恢复并迅速成长起来。

二、国外的就业指导工作的状况

在国外发达的国家中，政府机构和各大学都十分重视大学毕业生尽快服务于社会的工作，并注意统计各大学的毕业生在工作岗位上的劳动质量，依此项指标作为各大学之间相互竞争的砝码。

在美国，大学毕业生就业工作开展的历史比较早，1908年美国波士顿大学教授弗兰克·帕森斯设立波士顿地方职业局，第一次使用“职业辅导”。1909年英国政府指导就业介绍所负责安置青年就业。美国的大学生就业指导经过长时期的发展，目前相关组织机构也比较健全和完善，其模式可概括为：国家不包分配，学校进行就业指导服务，毕业生自主择业。

美国劳动就业指导机构很多，按其性质划分有三种：政府机构、高校就业指导机构和民间就业服务机构。其中高校就业指导机构在大学内处于就业工作的核心地位，有的可以解决他们学校三分之一的应届毕业生的就业。高校就业指导中心的职能：收集和发布毕业生就业需求信息和短期实习计划；向社会发布本校毕业生资源信息；编办毕业生就业指导的报纸、杂志；组织招聘活动；指导在校学生选择专业；与用人单位建立联系，组织校友会；讲授就业指导课。其信息服

务方式为：通过校园计算机网络发送就业信息；免费提供就业报纸杂志；设置广告栏公布信息；提供主要大型企业、公司的信息资料。其指导内容：如何对自己进行评价；通过自我评价确定适合的职业种类；如何撰写简历和自荐材料；怎样获取工作机会和信息；怎样与用人单位谈判；怎样表示接受和拒绝用人单位的招聘；怎样进入职业并保持良好的状态；怎样设计个人的职业生涯并保持可持续发展，等等。

三、我国大学生就业指导工作的发展方向

目前我国的高校毕业生就业制度改革，应该借鉴国外的经验，结合我国的特点，向以下几个方面进行改革和完善：

(1) 转变就业指导工作观念。

(2) 建立适应我国社会主义市场经济体制的毕业生宏观调控机制。

(3) 加强大学生就业信息的收集和发布。

(4) 加大毕业生就业指导管理工作力度。

(5) 加强和企业、用人单位长期稳定合作。

加大毕业生就业指导管理工作力度，对大学生实行全过程就业指导是一个行之有效的基础教育工作，许多专家认为，大学生的就业指导不应只是学生毕业时才进行的一个阶段性的工作，而应是一个择业的准备过程，是一个指导学生制定初步的职业发展规划和选择好第一份工作并正确履行职责的过程。

大学生的就业指导应兼顾学生个人特征与社会需要，进行系统的学习和训练，科学地规划职业发展目标，合理选择职业。大学阶段是大学生进入职业领域前系统的、完整的准备阶段，大学生就业指导在于帮助大学生客观地认识自己的生理、心理特征，发展自己有兴趣、爱好的专业，用职业理论规划自己的职业生涯。要帮助学生做好从业前的准备，把成才方向同知识的学习、素质的发展、能力的提高协调起来，把个人的追求与社会的需要结合起来，为今后的就业、创业做

好准备。

第三节 大学生全过程就业指导的学习内容

全过程大学生就业指导就是要与德育教育、专业教育、素质教育有机结合,从大学生的入学开始,直到毕业后走上工作岗位,进行全过程的就业指导学习。

全过程大学生就业指导的内容,主要有职业生涯规划、政策学习、创业指导、信息服务、思想指导、应聘指导、职业指导等内容。大学生可根据在大学期间人才培养的各个阶段分年级逐步实施,及早在职业生涯规划、择业、就业、创业等方面得到相关的知识。

一、大学期间各阶段学习的内容

在大学一年级学习就业理论,其对象是刚刚进入大学的新生,他们对大学的学习生活充满着美好的愿望,渴望通过四年(大专三年)的学习成长为有用之材,他们非常关心自己今后的就业问题,迫切希望了解所学专业与今后职业的关系,对学好专业、树立人生理想有着强烈的追求,因此,这个阶段是开展职业发展教育的最佳时期。大学一年级就业指导的内容主要有所学专业与职业发展方向、职业指导理论、社会职业和人才市场的基本知识、了解专业知识及职业适应范围,掌握大学阶段专业知识学习的方法和手段,可以用课堂讲授和德育课程及社会实践相结合的形式进行。

大学二年级的就业指导要结合专业学习阶段来进行,这时公共基础课即将结束,开始进入专业课程的学习。此时个人的专业发展方向定位十分重要,这时的就业指导应在大一阶段学习就业知识的基础上进行职业发展规划指导,指导学生进行职业兴趣、职业能力、职业倾向的测试,了解自己的心理、性格特征,了解与之相对应的职业适应范围,了解专业发展方向,初步定位个人今后的职业发展方向,初步拟出个人的职业发展规划。大学二年级的就业指导应该在结合讲授专

业课的基础上进行,侧重指导学生进行职业兴趣、职业能力、职业倾向测试的具体操作,指导学生定位自己的职业发展目标,让学生焕发出追寻远大目标、进行努力学习的进取动力。

大学三年级是学生全面进入专业学习阶段和毕业准备的阶段,也是最初的职业发展规划开始实施的时期,此时的就业指导应结合学生的专业发展方向和职业发展目标学习专业知识,增加和选修有关课程,培养专业技能,建立合理的知识结构,并开展创业教育,掌握如何创业的基本知识,通过教学实践、社会实践提高自身的综合素质和职业素养。大学三年级的就业指导主要是以咨询和分类指导的形式进行,指导学生根据自己的职业发展方向、创业意愿选修课程,做好参加社会实践的准备。

本科阶段的第四学年,大学生进入了毕业阶段,就业指导应引导学生分析就业形势、学习政府最新的就业政策,调整就业期望值,在课堂上进行实战演练,对学生进行求职技巧方面的指导;同时为毕业生提供就业信息,指导毕业生准备自荐材料,做好求职应聘的准备;并要对部分大学生进行职业道德教育和心理辅导,帮助其做好“从学生到社会人”的角色转换,帮助学生选择好第一份工作,办理相应的就业手续,为大学生零距离走向社会奠定一个良好的基础。

现代化大工业和知识经济的不断发展,其主要特征之一是社会分工的逐步细化和深入。在就业意识指导方面准备得越早,为大学生打造成功的人生就会准备得越充分,大学生职业生涯的成功比率就会更高,为社会所做的贡献也会越大。

[案例]

射箭比赛的启示

中国和韩国既是友好邻邦,也是许多方面的竞争对手和学习榜样。在射箭项目中,中国和韩国都是世界上的强队,但是只要有韩国队参加,中国代表队取得冠军的努力往往就会事与愿违,尽管我们代

表团的领导们和队员们无论是从赛程组织上、政治思想上、心理素质上和生活中都尽最大努力进行了周密的准备，但仍然见效不大。后来，国内一个城市代表团在去韩国进行访问后才发现其中的奥秘。我们国内射箭队员的选拔要在十多岁时才进行，然后进行专业训练。可是在韩国，六七岁的少年儿童在学校中就拿着其年龄段专用的弓和箭，有模有样地在进行演练，而且参加训练的人数也比我们的选手数量要多。从量变到质变，这样我们的队员在与韩国队同龄队员比赛时，在早年的训练时间和选材质量上就已经输了一大截，存在着事实上的不平等竞争，说我们的队员诸如意志不坚定、心理不成熟等就显得不太合理。要想在射箭比赛项目上有所作为，起码要站在同样的起跑线上，甚至在人力、财力等资源条件上先行一步才行。

如果射箭运动员也是一个职业，我们就可从上述案例中得到启示：人生的设计和职业目标定位越早越好。在世界上许多国家，都会产生一些名门望族，如工艺世家、教育世家、行医世家等，甚至还有政治世家，其中的共同特点就是让这些家中的儿童自幼进行专长教育，潜移默化、耳熏目染，达到及早在该行业中确立领先地位的目标，有时一个继承人会集中家族中几代人的优点和精华，甚至还有祖传秘方，这样其他的同行们就很难与之竞争，并且他们也会有较大的专业发展空间，对社会的贡献也会越大。

二、就业指导课程的学习方法

就业教育理论是一门综合学科，在以后各章节中的学习过程中，还需要结合哲学、经济学、心理学、法学等多方面基础知识和研究成果进行学习探讨，并结合本教材提供的案例、国家最新的就业政策、社会上人才市场的供求变化进行学习，本着学以致用要求，要加强互动式教学，多做课堂练习和模拟情景教学，以达到融会贯通，博取众长的效果。尤其哲学，是各大学的基础课程，在就业理论的学习、职业规划以及在社会求职的过程中，都需要以哲学原理进行辩证思考

和处理，对种种复杂的社会现象和激烈的职场竞争要有充分的心理准备，要调整好心态，不要走极端，要辩证地看待问题和处理问题，才能达到理想的学习效果。

第一章 职业的基本理论

只要你有一件合理的事去做，你的生活就会显得特别美好。

——爱因斯坦

大学生就业是指大学毕业生通过学校、社会等相关组织的介绍、推荐、面试、应聘和个人创业等形式，找到相应职业的全过程。职业是个人生涯的重要组成部分，我们通过这一章的学习，要掌握职业的有关基础知识、职业能力及其分类、个人能力与气质之间的相互关系、个人的性格与职业选择等知识，为求职择业创造基础。

第一节 职业基本知识

一、职业的定义

职业，是人们在社会中所从事的相对稳定的为主要生活来源的劳动。

职业，简单讲就是工作。人们常说：三百六十行，行行出状元。这行业，其实就是由最基本的各个职业而组成的。在各行各业中有像农民、工人、教师、服务人员这样的大类，也有诸如汽车制造、汽车司机、汽车维修工等专业人员。职业的组成有成千上万种，而且层出不穷，职业的存在也源远流长。

在原始社会中，为了生存，人们最早的劳动是简单劳动，男人打猎，女人采集。随着人群的不断进化和劳动工具的不断改善，社会分工也不断发展而形成专门的职业。随着生产力的发展，社会分工也越来越细，职业也就越来越多，老的职业不断消失，新的职业也不断涌现。如过去的铜匠、炉匠等消失了，而现在则又出现了心理咨询师、

网络维护师、时装模特、微机程序员等新型职业。有的职业不断发展，如剃头的变成理发师，车把式变成了司机，猪倌变成了饲养员。目前在中国，博士亦有经营养猪场的，也不能简单以“饲养员”称之，当然，这是随时代的发展而产生的变化。现在，科学的现代化使人们探索空间的能力不断增强，飞行员有一部分又成了宇航员，等等。

[案例]

好大一棵树

——有关专家谈职业

关于职业，职业的本质是什么？什么叫职业生涯？他们的特征和相互关系是什么？什么是好工作？这些概念应该在学生学习时期和刚参加工作的时候帮助他明确。

打一个比方，把个人职业生涯发展比喻成一棵大树，谁都希望自己硕果累累；它必须还得做到根深蒂固，只有真正的根深蒂固，才能枝繁叶茂，硕果累累。这树的根是什么？就是内职业生涯。内职业生涯是指从事一种职业时的知识观念、经验能力、健康、心理素质、内心感受等因素的组合及其变化过程。一个人的职业生涯是不是进步快，关键是内职业生涯。注重内职业生涯就如同注意大树长根，树根长好，大树自然会开花结果，如果不长好根，很难结出硕果。

什么是我们为社会培养的优秀学生？应该符合三个条件：第一，具有符合社会需求的职业技能；第二，拥有正确的就业观念；第三，掌握职业生涯快速进步的方法。如果这三个条件差一个，将来他走上职场会遇到很多麻烦。有的学校的学生对上述三个条件一个条件都没有掌握就进入了企业，工作上纰漏百出。以至于公司老板评价说，现在的学生就是希望钱多一点，领导松一点，上班时间短一点，因为学校没有给他一个启蒙的教育。职业生涯也许从20多岁开始，但是，为职业生涯的准备从学生时代已经开始，我们应该教会学生如何认识