

科学的理论 + 实用的措施 + 有效的指导 = 大学生轻松就业

大学生 就业胜经

——高校毕业生职业发展与就业全程指导

刘文东 谢强 袁毅 等编著

大学生
最新
就业指南

- 合理职业规划
- 提升职业能力
- 轻松面对求职
- 顺利步入职场



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS



大学生就业胜经

——高校毕业生职业发展与就业全程指导

◎刘文东 谢强 袁毅 等编著



机械工业出版社

本书以高校毕业生如何才能实现就业,作好职业生涯规划为主题,从求职就业的全过程多角度地为高校毕业生提供就业指导。本书共分四篇:第一篇,面向就业——认清形势,正确规划。从社会人才供需与行业发展的视角,指导大学生进行合理的职业生涯规划与求职定位。第二篇,社会实践——完善知识,积累经验。把提高就业能力、完善各项就业准备作为求职基础,指导大学生客观认识自我、有目标地参与社会实践活动,从而完善知识结构、锻炼职业能力、丰富社会经验。第三篇,备战求职——多重选择,有的放矢。本篇是全书的重点,突出择业、求职的信息化特色,指导大学生搭建自己的求职就业信息网络,并通过对信息的分析与处理,有效利用信息推动求职就业;除此之外,本篇还着重于求职实战,指导大学生如何编制简历、应对面试和笔试、展现职业能力,以及如何评估用人单位。第四篇,完美就业——转换身份,和谐发展。本篇强调从大学生到职业人的角色转换,指导大学生进行心理调节与职业素质的全面培养,以适应激烈的职场竞争。

本书不仅可以作为大学生职业生涯规划 and 就业指导的教材,而且可以为广大青年规划职业生涯与实现完美就业提供参考。

图书在版编目(CIP)数据

大学生就业胜经:高校毕业生职业发展与就业全程指导/刘文东等编著. —北京:机械工业出版社, 2009.9

ISBN 978-7-111-28206-8

I. 大… II. 刘… III. 大学生—职业选择 IV. G647.38

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第155675号

机械工业出版社(北京市百万庄大街22号 邮政编码100037)

策划编辑:曹俊玲 责任编辑:隋兰兰 孙晶晶

版式设计:霍永明 责任校对:张玉琴

封面设计:张静 责任印制:李妍

北京汇林印务有限公司印刷

2009年11月第1版第1次印刷

184mm×260mm·19.75印张·485千字

标准书号:ISBN 978-7-111-28206-8

定价:38.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

电话服务

网络服务

社服务中心:(010) 88361066

门户网:<http://www.cmpbook.com>

销售一部:(010) 68326294

销售二部:(010) 88379649

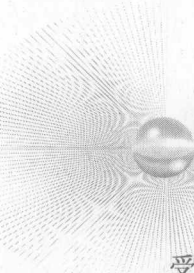
教材网:<http://www.cmpedu.com>

读者服务部:(010) 68993821

封面无防伪标均为盗版

编委会成员

首都经济贸易大学劳动经济学院党总支副书记、高级职业指导师	刘文东
北京文畅智悦文化有限公司总经理	谢 强
中国地质大学学工处处长	沙淑清
首都医科大学招生与就业指导中心主任	王威威
东方慧博人力资源公司总经理	孙大元
中华全国律师协会劳动法和社会保障法专业委员会主任	姜俊禄
中国太平洋经济合作全国委员会人力资源开发委员会主任	杨培青
中国四达国际经济技术合作公司副总经理	刘益荣
北京市人力资源和社会保障局大中专毕业生就业处处长	卢 林
北京市人力资源和社会保障局劳动关系处副处长	柏 澜
北京市人力资源和社会保障局就业处副处长	王福刚
北京赛尔汇力安全科技有限公司总经理	张凤波
小红帽发行股份公司副总经理	全 锋
英美烟草中国公司大中华区人力资源总监	王之波
包商银行董事会	李鹏飞
中远物流公司人力资源部总经理	何汉欣
汉王科技人力资源总监	杨晶涛
北辰集团人力资源部部长	江苏平
首开股份公司人力资源部经理	崔景松



序

受国际金融危机影响,在国内部分企业发展遇到困难、经济增长放缓的背景下,我国高校毕业生就业面临着巨大的压力和挑战。2009年初,国务院下发了《关于加强普通高等学校毕业生就业工作的通知》,强调必须把高校毕业生就业摆在当前就业工作的首位,通过“扩宽四条渠道、强化三个举措”的方式,千方百计地促进高校毕业生就业。四条渠道:一是鼓励和引导毕业生到城乡基层就业;二是鼓励毕业生到中小企业和非公有制企业就业;三是鼓励骨干企业与科研项目吸纳和稳定高校毕业生就业;四是鼓励和支持毕业生自主创业。三项举措:一是强化毕业生就业服务;二是提升毕业生就业能力;三是强化困难毕业生就业援助。

为全力以赴做好当前形势下高校毕业生的就业工作,人力资源和社会保障部、教育部及相关部门高度重视,先后出台了一系列落实性的政策文件,明确了包括鼓励高校毕业生到城乡基层参加社会主义新农村建设、城市社区建设;农村义务教育阶段学校教师特设岗位计划;国家重大科研项目聘用毕业生;鼓励高校毕业生应征入伍;实施高校毕业生见习制度等若干方面的60多项政策措施。这些政策措施不仅对做好毕业生就业工作具有重要推动作用,而且对推进社会用人制度改革,完善高校毕业生就业制度与长效机制,推动高等教育改革,都具有重要意义。

同时,国家和各级政府加强了《劳动合同法》、《就业促进法》等劳动政策、法规的宣传贯彻,为高校毕业生营造了一个就业过程中与就业后保护自身合法权益的法制环境。

《大学生就业胜经——高校毕业生职业发展与就业全程指导》一书根据政府对大学生就业的指导意见和教学要求,结合当前的多项政策措施和大学生就业中的突出问题,以提高高校毕业生就业能力为方向,从就业能力的培养以及影响高校毕业生就业的诸多环节入手,为高校毕业生提供了极具操作性的就业指导。

希望通过本书的学习,大学生们能树立正确的就业观,完善自己的知识结构,提升自身素养,增强就业能力,合理规划职业发展,顺利实现就业,并实现由大学生到职业人的社会角色转变,进而实现自我社会价值与人生理想。

人力资源和社会保障部法规司副司长
余明勤

前言

针对日益严峻的大学生就业形势,本书编委会根据教育部办公厅2007年12月印发的“大学生职业发展与就业指导课程教学要求”(教高厅[2007]7号)的内容,结合我国高校开展就业指导教学课程的实际情况,邀请具有丰富大学生就业指导经验的各高校教师及企业人力资源管理人员倾力共同编写了本书。

本书具有以下特点。

● **全程式的就业指导:**不以毕业临近为起点,而从在校学习过程中社会实践的能力与素质培养入手开始进行就业准备;不求求职成功为目的,而以高校毕业生成功实现由学生到职业人的转变,并开始良性的职业生涯发展为就业目标,使得就业指导的过程更加完整与科学。

● **社会视角的操作指南:**立足于社会化的求职竞争,从人才需求方的角度,针对高校毕业生的特性,全面客观地分析求职就业的各个细节,并提供了具有可操作性的指导建议。例如,如何进行行业与职业的发展分析、如何快速搜集有效的求职信息、如何顺利通过简历筛选与笔试面试等。

● **全方位的就业服务:**以就业为核心,从自我认知、职业生涯规划到求职心理调节、社会角色转换;从就业信息搜集、简历编写到心理测评、面试笔试技巧;从在校社会实践的知识与能力完善到就业后的自我学习和持续发展;从就业政策、创业辅导到求职就业的陷阱规避和自我维权等,多角度地为高校毕业生提供最有效的实战说明。

● **互动性强的体例设置:**每节内容都有案例导入,引导读者对此进行分析,有针对性地开始相关内容的学习。在内容学习的过程中,穿插进行小案例、小信息的讲解,增强了与读者之间的互动,激发学习兴趣。每章之后设置“探索与练习”,促进大学生相关能力与素质的提高。

本书分为四篇。

● **第一篇“面向就业——认清形势,正确规划”:**总计7章(由谢强、夏晨、沈欢、闫旭、王婷编写),分别介绍了目前的就业形势与就业机会分析、自我认知、正确制定职业生涯规划、就业的硬件和软件、就业方向以及就业政策等内容。

● **第二篇“社会实践——完善知识,积累经验”:**总计4章(由朱勇国、刘旭、沈欢、王婷编写),从社团活动、专业实习、社会实践三个方面介绍了如何去完善专业知识,锻炼能力、铺设人脉、积累社会工作经验等。

● **第三篇“备战求职——多重选择,有的放矢”:**总计9章(由刘文东、吴可嘉、李嘉信编写),不仅介绍求职过程中信息的搜集与处理、简历编写和面试笔试的实战技巧、创业的准备,还介绍求职过程中如何进行必要的心理调节和权益保护。

● **第四篇“完美就业——转换身份,和谐发展”:**总计4章(由袁毅、吴可嘉、李嘉信、李妍编写),介绍了就业后需要注意的诸多因素,帮助大学生们顺利完成职业角色转换。

以及职业发展。

我们希望实现“授之以渔”而非“授之以鱼”的目标。这样，大学生才能在就业前根据自己的实际情况去作适合自己的职业规划，明白如何通过社会实践去提升自身能力，在求职过程中方便快捷地获取就业信息，顺利通过面试和笔试，找到工作，最后在求职成功后还能完成完美的角色转换，让职业发展沿着最佳轨迹良性前行。

在本书的编写过程中，引用和借鉴了许多学者的著作和研究成果，我们尽可能地在书中作了说明，在此表示深深的感谢。书中疏漏及不足之处，恳请读者和同行们多提宝贵意见。

编者

目 录

序

前言

第一篇 面向就业——认清形势，正确规划

第一章 机会，伴需求而生

不少高校毕业生都感叹“就业难，难于上青天”。但是，只要发现需求、把握需求、满足需求，就有了搭建“通天塔”的条件。在以用人单位为主导的人才市场上，任何一个就业群体都有自身的优势与劣势，任何一个求职者也有自身的强项与弱项。只要把握住用人单位对人才的需求规律，就可以发现属于自己的机会。

第一节 就业现状与趋势	2
第二节 社会发展与人才需求	6
第三节 专业人才需求分析	9
第四节 热门行业人才需求分析	12

第二章 我是谁

和谐是美好社会的主旋律，也是每个高校毕业生完美职业生涯的追求方向。大学生只有正确了解自己的性格特征，认知自己的职业人格特性，并在此基础上从事适当的职业，才能使自己的内在人格与外在职业和谐统一，从而推动职业生涯的良性发展，在工作中才能体会到工作的快乐与生活的美好。

第一节 自我概念与人格测评	18
第二节 MBTI 性格分析	23

第三章 画好职业生涯规划图

成功者与失败者在理想本质上的差异不是很大，而最终使其产生天壤之别的是其对实现理想的步骤规划与行动落实的不同。没有可行的规划与有效的执行落实，是不会有好的结果的。高校毕业生要想成为职业的成功者，一份好的职业生涯规划书是必不可缺少的。

第一节 职业生涯规划的重要性	27
第二节 环境因素、个人因素对职业的影响	29
第三节 确定职业方向	34
第四节 设定职业生涯目标	36
第五节 职业生涯规划的实施与修正	39
第六节 常见职业生涯规划方法及误区	41

第四章 就业能力大修炼

社会发展与市场竞争使得用人单位在人才选择上更加注重其职业能力。而对职业能力要求的多元化与专业化相结合的趋势，对高校毕业生的就业能力提出了新的要求和方向。性价比的高低决定了商品市场竞争力的强弱。大学生要想在就业市场上胜出，还需练就过硬的本领。

第一节 企业看好的基本职业能力	44
-----------------	----

第二节 重要职业能力的考查	50
第三节 能力提升的渠道及方法	53

第五章 加强你的硬件设施

对于具有特殊要求的工作岗位而言,仅仅通过短暂的面试和几页纸的笔试,是难以对求职者的专业能力有全面而深入的了解的。更多的用人单位将对求职者所获资格证书的验证,作为评估其专业知识与技能水平的依据。这个依据具有一定的客观性和社会公认性。

第一节 热门职业的相关资格考试	59
第二节 热门考试具体报考程序、要求和时间	64

第六章 就业方向面面观

就业难,外在的表现是就业竞争的激烈与残酷;而其内在的表现是高校毕业生在就业决策中的彷徨、苦恼、无奈、无助。当无法确定起始方向时,再远大的理想、再完美的职业生涯规划,都显得那么苍白与无力……其实,出路就在取舍之间,还需要一点点勇气。

第一节 城市与农村	71
第二节 市场与皇粮	73
第三节 单位与岗位	77
第四节 收入与发展	78
第五节 打工与创业	80
第六节 职业决策分析与调整	83

第七章 吃透政策助你一臂之力

解决高校毕业生的就业问题是全社会关注的焦点之一。推动高校毕业生就业的政策和各项举措也不断出台。了解政策、吃透政策、利用政策是每一个高校毕业生实现就业的有利保障。

第一节 现行的就业政策	87
第二节 促进大学生就业的优惠政策	91
第三节 毕业、就业手续及服务	93
第四节 特殊大学生的就业政策	95
第五节 社会服务	97

第二篇 社会实践——完善知识, 积累经验

第八章 别做校园里的“潜水员”

如果社会是海洋,那么高校就是一个游泳池。对于已经离开父母并即将投身大海的学子而言,在游泳池里学会游泳是未来成为好水手的关键。高校的社团就为学子们提供了这样的机会,“混迹社团”是“投身社会”的模拟……

第一节 积极参加社团活动	102
第二节 在校园活动中注意提升能力	103

第九章 在实习中开始职场第一步

专业知识是别人经验转化后的一种总结形式,是高校毕业生未来实际工作的基础。但是,由于高校的知识教育体制落后于社会发展需求,使得高校毕业生的专业知识无法全面满足未来工作的要求,在求职中就体现为学子的专业(知识)难以支持其就业。实习就是在就业前对高校毕业生专业知识的一次全面检验,开启就业的钥匙也许就在其中。

第一节 实习方向与内容	107
第二节 在实习中探寻职业生涯道路	112

第十章 社会活动多多益善

一个人能力的培养过程是日常生活中点点滴滴的积累过程。象牙塔中的学子,通过社会实践活动走出校园,去感知社会需求与人情世故,发现自身的不足并加以完善,使自己逐步融入社会。我是一个社会需要的人才吗?我未来做什么最合适?这里有我的机会吗?我还需要完善哪些……回答了这些问题,你也会收获自己的成长。

第一节 打开社会的窗口..... 118

第二节 认识自我,完善自我..... 121

第十一章 知识与经验的沉淀

发现未来的自己,学到那些书本上学不到的东西,锻炼出优于同龄人的能力,总结出适应市场的实战经验,编织一张与时俱进的信息网络和人脉网络……未来的就业不就水到渠成了吗?

第一节 知识体系的完善..... 125

第二节 社会与职业经验的积累..... 127

第三篇 备战求职——多重选择,有的放矢

第十二章 启动求职信息搜索雷达

很多高校毕业生对求职过程的描述是:先知道哪里招人,然后投简历,等通知。但是哪里会招人呢?怎样才能第一时间知道招聘信息?投递完简历就大功告成了吗?知己知彼,百战不殆。只有了解用人单位的需求和招聘渠道,有针对性地处理招聘信息,才能使高校毕业生的求职事半功倍。

第一节 搜集招聘信息的主要途径..... 136

第二节 招聘信息的处理..... 141

第十三章 完美简历是怎样炼成的

这是只需十几秒钟就能打动用人单位的文字:这里体现了你“十年寒窗”的成果。这个成果正是用人单位所需要的。你所体现出来的,是你的竞争对手不具备或没有表现出来的。这里有你的热情、你的个性、你的思考、你的人生。这就是你的简历。

第一节 简历的作用及类型..... 147

第二节 简历的主要内容..... 149

第三节 编写简历的技巧..... 152

第四节 选择漂亮的简历形式..... 154

第五节 简历的投递..... 156

第十四章 面试达人养成技巧

一见钟情,更多是从感性上而言的。与用人单位“一见钟情”是在感性中有更多的理性。让用人单位钟情于你,就是你的目的。将你最优秀的一面,用最恰当的方式在一定时空范围内展现出来,绣球就会抛向你。别紧张,这里有规律,要“知己知彼”,更要“善解人意”,不要背“定式”,高手是没有定式的。

第一节 常见的面试种类..... 160

第二节 面试的技巧和原则..... 163

第三节 面试结束后的有关事项..... 170

第十五章 笔试完胜攻略

在这几页纸中,你的专业知识能完全展现吗?对一件事的处理方式能代表你的工作能力吗?一道与专业和工作都无关的题到底要得到什么?这只是一个测试,答案也许并不重要,但是你的价值观、社会视角、逻辑思维、专业素养、处事思路等都会跃然纸上。

第一节 常见的笔试类型·····	173
第二节 笔试的注意事项·····	175

第十六章 求职心理大挑战

将最真实的自我、最有价值的自我展现出来的前提就是正常发挥。任何患得患失、投机取巧、急于求成、怯懦畏缩都将使高校毕业生背上沉重的心理包袱。何不放下包袱,轻装上阵,用阳光心态去面对精彩的世界。

第一节 求职中常见的心理问题·····	178
第二节 调节求职心理·····	180

第十七章 你的选择是最好的吗

一个毕业生虽然找到了工作,但是始终工作不愉快或在短期内又失去了工作,这是为什么呢?工作的激情受损、生活和精神的压力巨大、职业发展一片茫然,无奈中身心疲惫,还要去面对职场老手的竞争与下一届毕业生的挑战。能找到一份工作固然不易,但这是高校毕业生职业生涯的起步,不可等闲视之……

第一节 规范企业的特性·····	183
第二节 行业状况与发展前景·····	185
第三节 职业状况与发展前景·····	187
第四节 经营管理状况评估·····	189
第五节 内在薪酬与外在薪酬·····	191

第十八章 捍卫你的权益

“外面的世界很精彩,外面的世界很无奈。”高校毕业生单纯、社会阅历少、生活经验不足,而又急于求职的特性,往往会被一些人利用。所以毕业生要擦亮双眼,不要轻信馅饼会砸到你头上……

第一节 求职过程中常见的侵权行为·····	194
第二节 就业诚信·····	199
第三节 求职中的陷阱与防范·····	202

第十九章 条条大路通罗马

大学毕业是人生的一个重要节点。大学毕业生主要面临的是毕业以后怎么办,到企业求职只是一个较大众化的选择。政府推动高校毕业生就业有众多举措,何不试一试?

第一节 报考公务员·····	211
第二节 选调生·····	216
第三节 应届毕业生参军政策·····	220
第四节 大学生志愿服务西部计划·····	223
第五节 “三支一扶”计划·····	225
第六节 农村义务教育阶段学校教师特设岗位计划·····	228
第七节 选聘高校毕业生到农村任职计划·····	230
第八节 考研深造·····	232
第九节 出国留学·····	237

第二十章 为自己打工

什么工作是最好的?最适合你的就是最好的!刘备打过工,但始终在创业;诸葛亮是一个很有成就的好员工,这两人基本都实现了自己的职业追求。那么,看看你的选择是什么?天时、地利、人和,你占了多少?

第一节 创业的成功因素·····	240
------------------	-----

第二节 创业程序	243
第三节 创业的风险与防范	246
第四节 各地大学生创业优惠政策	249

第四篇 完美就业——转换身份，和谐发展

第二十一章 职场菜鸟变形记

上班不是目的，职业生涯能否顺利开始才是关键。能否由一个象牙塔的学子转变为一个符合时代要求的职业人，是关键中的关键。就业成功只是在职业征途上刚刚起跑，能否实现社会角色的完美转变，决定了你的速度和未来的名次。

第一节 角色转换	256
第二节 影响角色转换的因素	259

第二十二章 杜绝就业中的法律风险

进入工作环境，面临的第一个矛盾就是劳资矛盾。员工和用人单位无不希望自己的成本最小化、利益最大化。要在这个矛盾的环境下生存和发展，是高校毕业生必须面对的。方法只有一个，就是熟知规则，运用法律，保住自己的底线。

第一节 就业协议与劳动合同的签订	263
第二节 违约责任与劳动争议	269
第三节 劳动报酬与社会保险	273
第四节 顺利通过试用期	276

第二十三章 成就完美职业人

支持一个人良好职业发展的要素是什么？为什么有的人能出人头地？为什么有的人在工作中轻松自如？为什么有的人能运筹帷幄……这些人都具有职业人的特性，这些特性已经融入了他们的血液中。

第一节 职业形象	282
第二节 职业道德	284
第三节 职业思维	286
第四节 工作方法	288

第二十四章 保持良好的职业发展

高校毕业生要成为一个社会人、一个职业人，就业只是开始！未来职业生涯目标的实现，要靠工作中的不懈努力与勤奋追求。做事，先做人，不断完善自我、超越自我，才能应对职场风浪，迎接属于你的彩虹！

第一节 养成良好的职业习惯	292
第二节 把握细节、寻求发展	295
第三节 及时充电、完善自我	298
第四节 职业危机处理	301

第一篇

面向就业

——认清形势，正确规划

第一章 机会，伴需求而生

不少高校毕业生都感叹“就业难，难于上青天”。但是，只要发现需求、把握需求、满足需求，就有了搭建“通天塔”的条件。在以用人单位为主导的人才市场上，任何一个就业群体都有自身的优势与劣势，任何一个求职者也有自身的强项与弱项。只要把握住用人单位对人才的需求规律，就可以发现属于自己的机会。

第一节 就业现状与趋势

【案例引导】

大学生竞标“厕所管理员”

2009年5月9日《扬子晚报》报道，苏州市58座公厕面向社会招标管理员。令招标者始料未及的是，参加竞标的746人中，竟有46名苏州籍应、往届大学生。采访中一位毕业生这样说道：“做厕所管理员毕竟也是一份很好的工作，有工作总比失业在家好。”

【案例分析】

案例所反映的大学生放低就业姿态，实际上是出于对现实就业难的无奈选择。苏州市环卫处招聘大学生去看公厕，属于人才浪费。而对于大学生来说，看公厕只不过是个中转站而已。他们十几年寒窗苦读，耗费了国家大量的教育资源，到头来却不得不去公厕谋生，去和只有小学毕业文凭的人甚至“文盲”同等竞争，实属无奈之举。从劳动力分割理论来看，大学生一旦进入了低端就业领域，就很难再迈进高端就业领域。

【课程内容】

在就业形势日益严峻的今天，大学生就业到底有多难？大学生就业存在哪些问题？大学生在就业过程中有哪些优势与劣势？现实中，一方面大学生找不到合适的工作，另一方面企业又招不到满意的员工，这又是为什么呢？本节将分析高校毕业生的就业现状以及未来就业形势，并介绍大学生应如何应对金融危机带来的职场风暴。

一、每年新增就业群体与待就业和失业群体

目前，我国正面临着就业压力的严峻考验。城镇新增劳动力、农村剩余劳动力和下岗失业人员这三股力量汇成了中国的就业大军，并且，当前人口总量、劳动就业人口总量不断增加，而且劳动就业人口总量将在今后几年达到峰值。这些都进一步加剧了劳动力市场供大于求的紧张态势。虽然中国的专业人才有巨大的空缺，但每年新增就业人数约为2000万人，

而就业岗位仅约为 1200 万个。这样的就业局面给高等学校毕业生就业带来了极其不利的影响。我国在未来几年的就业形势依然严峻。

(1) 劳动力供大于求的矛盾仍然存在。表现在: ①随着国企改革的深化, 每年还有 500 万人左右下岗或者失业。②城镇新增劳动力数量较大。国务院办公厅在 2009 年 4 月 13 日发布的《国家人权行动计划》中指出: 2009 ~ 2010 年, 我国将新增 1800 万城镇就业人口。(包括初中、职高、技校、中专、大专、大学生、退伍军人等)。③农村大量富余劳动力要转移到城市就业, 大约有 1.5 亿人左右。

(2) 劳动力结构的矛盾仍然存在。许多人找不到合适的工作, 同时, 许多岗位又找不到合适的人。^①



2008 年全国高校毕业生 532 万人, 全国平均就业率为 70%。2009 年中国高校毕业生人数又将再创新高——达到 610 万人, 还有 100 多万往年没有就业的大学生, 加之金融危机导致部分企业发展失利, 求职人数激增、经济增长速度放缓, 使得 2009 年中国应届高校毕业生在就业问题上面临着不同以往的难题。截至 2009 年 5 月 11 日, 全国大学生就业率整体为 35.6%, 之前人力资源和社会保障部发布消息称力争 2009 年大学生就业率达到七成, 现在距离目标完成还有一段距离。

二、大学生就业存在的问题

(1) 由于毕业生数量的急剧增加, 用人单位的选择空间越来越大, 用人单位的条件限制及性别限制情况越来越普遍。例如, 2009 年北京市一个公检法部门要招聘一名书记员, 该职位的选择条件是硕士、男生、党员。此外, 社会普遍反映女大学生就业难, 其中也不乏名牌院校毕业的女大学生。

(2) 大学生自身存在的问题。近年来, 学生的择业观念、择业期望值虽然已有调整, 但与实际需要还有距离。例如, 在北京地区的高校中, 京外生源不愿到京外就业, 北京生源不急于就业, 择业的现象仍比较突出。有的高校调查显示: 有 90% 的学生选择在京就业, 一些毕业生单位远了不愿去、工资少了不愿去、工作累了不愿去。不少毕业生处于“高不成, 低不就”的挣扎之中, 不同层次高校的毕业生由于定位问题都感到就业难。

(3) 就业歧视日益严重。由于高校毕业生就业市场由供不应求转为供大于求, 加之中国目前反就业歧视的法律不健全, 使得大学生在求职过程中遭遇就业歧视的现象严重。目前对高校毕业生遇到的就业歧视一般有以下几种形式: 年龄歧视、户籍歧视、性别歧视、经验歧视、学历歧视。由于种种就业歧视, 部分毕业生失去了很多机会, 这对高校毕业生的自信心是一种沉重的打击。



小张的困惑

小张是江西某大学的大三学生, 他一直把成为一名教师当做自己的奋斗目标, 但正当他雄心勃勃准备毕业后投身教育事业的时候, 却意外发现, 自己根

① 潘霞. 大学生职业指导之实践 [J]. 太原理工大学学报: 社会科学版, 2008, 12.

本就不具备资格。“我一直梦想当名教师，现在绝望了。按照江西省教育厅网站公布的体检标准，男子身高低于160cm、女子身高低于150cm，或者男子体重低于45kg、女子体重低于40kg者，不予录取成为教师。”小张说，自己的问题恰恰就出现在身高上。至于为什么要在教师身高上设限制，他很不理解：“我从小也接触过不少个子不高的老师，他们也很受同学欢迎啊！”

其实，不仅是小张有过这样的困惑，越来越多的求职者都遇到过类似的问题。“长相端庄”、“只要男性”、“35岁以下”、“本地户口”等类似的要求和限制在众多用人单位的招聘启事上层出不穷，仅凭这些限制条件就可以轻易地将很多求职者直接淘汰出局。

三、大学生在就业群体中的优势与劣势

孙子兵法云：“知己知彼，百战不殆。”大学生只有深刻认识自己的优势和劣势后，才能在扬长避短的基础上对就业做出准确定位。通过表1-1的对比，你将对大学生在就业群体中的优势和劣势有一个较清楚的定位。

表1-1 大学生在就业群体中的优势与劣势对比表

求职主体	优势	劣势
大学生	具有很高的文化水平，对事物较有领悟力	缺乏社会经验和职业经历
	自主学习知识的能力强	市场预测不够客观准确
	接受新鲜事物快，甚至是潮流的引领者	眼高手低，好高骛远
	思维活跃，创新性强	心理承受能力相对较差
	计算机、外语水平高，善于利用信息	缺乏足够的人脉关系
	自信心较足，对认准的事情有激情去做	不能吃苦
	年纪轻，精力旺盛	对薪酬要求较高，用人单位难以满足
	没有成家的大学生暂无家庭负担	
职场跳槽人员	有较强的社会经验和丰富的职业经历	过分跳槽被企业认为不够忠诚
	人脉关系广	注重“潜规则”
	对市场的定位准确	做事缺乏激情
	专业知识强	对薪酬要求高，用人单位难以满足
下岗再就业人员	社会经验较丰富	文化水平较低
	比较吃苦耐劳	对新鲜事务接受能力差
	对薪酬要求低，容易被企业雇佣	缺乏创新能力
		家庭负担重

四、大学生应如何应对金融危机对就业的冲击

这场全球范围内的金融危机带来的全球经济滑坡导致消费需求下降，投资需求萎缩，而引起对新增劳动力需求的大幅减少，企业应对金融危机的首要对策就是取消新员工招聘甚至裁员。同时，为有效应对快速变化的外部环境，企业也在不断地计算现有人员工作时间与

新增人员替代选择之间的成本收益关系, 这也会降低增量就业。在我国, 金融行业、外贸行业、与出口相关的制造业受到巨大冲击而降低了对新员工的需求, 因此, 大学毕业生将会成为受冲击最大的就业群体之一。那么, 大学生该如何应对职场风暴呢?

1. 先就业再择业, 为职业发展积累人力资本

在金融危机的大背景下, 获得就业是将来职业发展的基本前提。高校毕业生应解放思想, 转变陈旧的就业观念, 增强自立自强的意识, 强化刻苦奋斗的精神, 正视现实, 积极参与新形势下的多元化就业。在就业环境不是很理想的条件下, 大学生也可先选择到中小企业就业, 还可以从事灵活就业, 包括临时就业、非全日制就业等。此外, 目前国家和各级政府对志愿服务西部和基层的大学生出台了不少优惠政策, 这为大学生到西部和基层发展创造了一定的条件和空间。刚出大学校门的毕业生知识结构新, 有想法、有胆量、有魄力, 不妨去西部或基层大展身手, 从而找到适合自己的工作岗位, 实现自我的人生价值。职业生涯的成功与否关键在于能否积累经验, 为今后职业的成功奠定基础。当然, “先就业后择业”的前提, 应该是大学毕业生对自己在学术水平、个性特点、人际沟通等各方面素质有全面、客观的认识, 并对自己的职业选择有科学、长远规划的基础上, 从大形势出发作出的明智选择, 而不该将眼光仅仅局限于眼前。

2. 挖掘人脉资源, 扩展求职渠道

在发达国家, 即便是劳动力市场中中介体系相当完善的条件下, 基于人脉资源的社会网络资本的使用在大学生寻找工作中也扮演了非常重要的作用。例如, 美国哈佛大学过半数的MBA毕业生都利用了校友的人脉关系寻找工作。在我国文化背景下, 社会关系网络的使用已是大学生实现就业的典型行为特征。特别是在就业市场紧张的环境中, 人脉关系资源的使用对于成功求职就显得格外重要。虽然在我国大学生使用的社会关系网络中, 选择父母的人数最多, 但是由于专业上的联系, 校友资源的挖掘应该更加充分。如果各个大学或学院能够注重校友资源的建设与维护, 这将对大学生寻找工作发挥更有效的作用。

3. 继续深造, 度过就业困难时期

从微观选择来看, 大学生可以尝试继续深造以错过职场风暴的高潮期。由于金融危机带有一定的周期性, 在危机这一段时期内就业市场低迷, 就业需求减少, 工作岗位不理想, 因此, 大学生可以选择在国内攻读研究生或者出国留学, 一方面强化自己的专业知识, 另一方面也能够避过劳动力市场不景气时期。不过, 这样做也是有风险的, 因为未来的市场预期并不明确。而且, 这个行动还取决于政府的高等教育政策。

4. 提升就业能力, 增强竞争力

对于大学生职业发展而言, 自己唯一可控的就是自己的就业能力。就业能力是指获得与保持工作的能力。对个人而言, 就业能力包括专业能力与市场能力两个部分。专业能力取决于他们所拥有的知识、技能与态度等资产以及他们使用和配置这些资产的方式, 而市场能力取决于他们向雇主展示这些资产的方式以及把握劳动力市场需求的能力。在专业能力方面, 以敬业精神、职业道德和职业操守为代表的态度是大学生专业能力中的关键, 以解决问题的能力为代表的知识技能是专业能力的基石。在市场能力方面, 为寻找更好的职业发展机会, 大学生必须要了解现在整个劳动力市场, 特别是大学生劳动力市场的总体供求数量信息和结构信息, 要了解职位具体的职责要求, 要了解自己的就业能力水平, 同时还必须改进自己的展示能力。所谓展示能力, 最核心的问题就是大学生如何把自身的各种资本、能力的信息传