



高职高专“十一五”规划教材

大学生 职业生涯规划 与就业指导

主编◎蔡安延 李旺根



吉林大学出版社

大学生职业生涯规划 与就业指导

主 编：蔡安延 李旺根 段永发 黄 丹

执行主编：柯东林

副 主 编：汪福秀 刘求明 徐自警

编 委：（排名部分先后）

蔡安延 李旺根 段永发 刘求明

徐自警 柯东林 黄 丹 汪福秀

田正波 李 媛

吉林大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生职业生涯规划与就业指导/蔡安延,李旺根主编.
—长春:吉林大学出版社,2010.4
ISBN 978-7-5601-5711-5

I. ①大… II. ①蔡… ②李… III. ①大学生-职业选择
IV. ①G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 074161 号

书名:大学生职业生涯规划与就业指导

作者:蔡安延 李旺根 主编

责任编辑、责任校对:黄凤新

吉林大学出版社、发行

开 本:787×1092 毫米 1/16

印 张:15.25 字数:330 千字

ISBN 978-7-5601-5711-5

封面设计:钱金华

北京市通县华龙印刷厂 印刷

2010 年 5 月第 1 版

2010 年 5 月第 1 次印刷

定价:29.80 元

版权所有 翻印必究

社址:长春市明德路 421 号 邮编:130021

发行部电话:0431-88499826

网址:<http://www.jlup.com.cn>

E-mail:jlup@mail.jlu.edu.cn

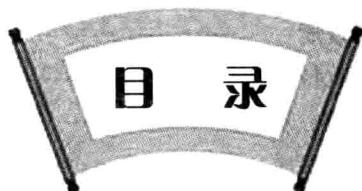
前言

随着高等教育的快速发展和高校招生的逐年扩大,高校毕业生的就业形势日益严峻,就业压力逐渐增大,如何有效指导大学生规划自己的职业生涯,帮助他们解决就业过程中所遇到的实际困难,提高大学毕业生的就业质量和就业率成为所有高校必须认真思考和积极面对的问题。目前,各级各类高校都十分关注和重视大学生的就业问题,很多高校也组织编写了指导大学生就业的相关书籍,这些书籍都有其自身的特点,有的注重系统性、理论性,有的注重专业性、实用性,应该说,这些书籍在指导大学生就业,缓解高校就业压力方面起到了很好的作用。

虽然,我国高等职业教育起步较晚,但它作为高等教育的一个组成部分,无论是学校数量还是在校学生人数都已成为我国高等教育的半壁江山。同时,伴随高等教育从“精英教育”向“大众教育”的转变,高职高专毕业生和其他层次的毕业生一样,面临的就业竞争和就业压力也越来越激烈、越来越大。鉴于这样的就业环境和就业形势,高职高专毕业生在掌握了一定的专业知识和专业技能的基础上,有必要了解国家关于毕业生就业的相关政策,认清当前的就业形势,吸取往届毕业生就业过程中一些好的经验,分析往届毕业生就业过程中遇到的一些问题,从而树立正确的择业观念,科学规划自己的学业生涯和职业生涯,增强就业竞争力,实现人生理想。

本书参编人员长期从事高职高专院校毕业生就业指导工作,所以在进行编写的过程中能紧密结合毕业生的实际,围绕高职高专院校毕业生就业的形势、中央和地方政府关于毕业生就业的政策、就业的程序、准备、途径、技巧、毕业生的权益以及自主创业等问题,作了比较全面的阐述,针对性较强。我们的愿望是,通过本教材的编写,一方面能提高自身的就业指导工作水平,另一方面是能帮助毕业生顺利就业,实现其人生价值。本书在编写过程中参考并引用了毕业生就业指导相关的一些著作和论文的观点及成果,对此我们表示衷心的感谢。当然,在本书中不可能涉及毕业生就业的所有内容和问题,因此不可避免的会出现这样或那样的缺憾。同时由于时间仓促和水平有限,本书存在的问题在所难免,敬请大家批评指正。

编者



基 础 篇

第一章 就业规划	2
第一节 就业规划的意义	2
第二节 就业者认识自我	4
第三节 就业分析	6
第四节 走出择业误区	20
第五节 个人创业	24
第二章 职业道德	26
第一节 职业道德的产生与构成	26
第二节 职业道德的基本特点与功能	29
第三节 大学生与职业理想	33
第三章 职业资格证书制度	36
第一节 我国的职业资格准入制度	36
第二节 职业资格的考试类型及方法	39
第三节 常用的资格认证	43
第四章 公务员制度	46
第一节 公务员的概念和制度	46
第二节 公务员的录用	47
第五章 劳动法和社会保障法	52
第一节 劳动法	52
第二节 劳动合同及劳动争议处理	57

第三节 社会保障法	67
-----------------	----

求 职 篇

第六章 培养良好的求职心理素质	75
第一节 求职者消极心理素质特征	75
第二节 求职者如何克服消极心理素质	77
第三节 培养积极的求职心理素质	79
第七章 学会推销自己	82
第一节 如何在人才交流会上推销自己	82
第二节 “推销自己”的基本策略	84
第三节 正确理解人才流动	85
第四节 毕业生就业基本常识	88
第八章 就业的方法与技巧	91
第一节 个人简历的制作	91
第二节 毕业生应试技巧	104
第九章 职场礼仪常规	120
第一节 衣着打扮留下美好印象	120
第二节 言谈举止展示个人风度	127
案例一 大学生就业案例	135

创 业 篇

第十章 大学生创业与创业准备	139
第一节 就业形势与创业人生	139
第二节 创业者的素质和能力	142
第三节 大学生创业法律扶助与优惠政策	146
第十一章 大学生创业设计与创业实务	151
第一节 创业项目的选择	151
第二节 创业环境分析	155
第三节 创业设计	158
第四节 创业之初实务	163
第十二章 创业企业的市场营销	168
第一节 正确认识市场营销及创业企业营销的基本思路	168

第二节	创业企业的市场机会与发掘	172
第三节	创业企业的市场定位及营销组合	175
第四节	创业企业的目标营销	186
第五节	创业企业的竞争策略	189
第十三章	创业企业管理	191
第一节	创业企业管理的基本原理与方法	191
第二节	创业企业的组织	197
第三节	创业企业的人力资源管理	199
第四节	创业企业的财务管理	204
案例二	大学生自主创业案例	218



第一章 就业规划

职业的选择是对一个人将来人生道路和生存方式的选择。随着大学生就业制度的改革,自主择业已成为大学生就业的一种主要方式,如何给自己设计一个合理的职业发展计划是每一位大学毕业生必须思考的问题。

第一节 就业规划的意义

一、就业规划的意义

一位毕业生在自己的求职资料中简要地描述了自己的生涯规划:乐意从基层的工作做起,用三至五年时间熟悉业务,掌握相应经验,然后向高级主管职位挑战。尽管他的成绩在众多竞争者中并不突出,但招聘单位负责招聘的副总却一锤定音:我相信他能成功,我初出茅庐时的想法跟这位年轻人完全相同。这正好印证了“不想当将军的士兵不是好士兵”的名言。

在某次人力资源经理业务探讨会上,几位来自知名企业的人力资源总监对于明确写出未来发展规划的做法给予了肯定。他们认为,抛开专业能力的差别来说,用人单位的确看重员工生涯规划是否透明,是否与公司的发展一致。很多求职者在简历中只标出自己学过什么课程、参加过什么社会实践活动以及曾在什么企业有过工作经历或实习经历等,只有少数求职者会写出自己的未来发展规划。这些规划让人觉得求职者的求职意向是经过深思熟虑的。即使在其规划中只有五年甚至更短的时间用于为本企业工作,用人单位也乐意聘请这种目标明确、规划透明的人。

把你的生涯规划告诉新的用人单位,可以让招聘人员对你的适应能力等做出更加真实,也更有利于你的综合评价。把生涯规划告诉用人单位,容易取得用人单位的好感。求职者的诚实会给招聘人员留下深刻印象,也更容易为自己赢得机会。网易总裁丁磊在一次记者招待会上曾表示,根据简历挑人不可能做到绝对的公平。为此,丁磊建议求职者在简历中尽可能地说清楚自己的生涯规划,如:你的人生目标在哪里?为了这个目标曾尝试过什么工作?这个目标与公司的发展有什么关联?



很多大学生求职失败与缺少职业生涯规划有较大关系。不少人直到毕业前才考虑找工作的事情,这是非常缺乏远见的。由于未尽早对人生进行规划,到了毕业时,根本不知道什么样的工作适合自己,只好跟着潮流走。

规划做得越早,你离成功就越近。宝洁北京市技术有限公司高级人力资源经理郑云端认为,大学生找工作,最好在大学一年级的的时候就确定好自己未来的发展方向,然后找出自己的优势、特长,再分析一下就业市场有哪些趋势,应该怎样跟它相匹配,然后制定策略,采取行动。郑云端透露,该公司在中国每年招聘应届毕业生 100 名左右,那些凡是生涯规划作得早的人中的大多数现在都已成为总监、副总监或高级经理。

在当今社会,人们似乎普遍认为,一个人如果频繁跳槽,会给新单位留下不好印象,但事实并非一定如此。不妨把自己的生涯规划告诉用人单位,很多用人单位会根据求职者对跳槽原因所做出的解释来判断此人的可信度、自我意识和适应能力,如果你的跳槽的确是为了实现生涯规划,过去的跳槽经历使你完成了生涯规划中的前期部分,而现在正好步入成长期和稳定期,那么,用人单位反而会为你的果断而喝彩。

就业规划是你的人生目标和生活方式的选择意向,并不是所有人都能实现自己的人生目标和做自己所爱做的工作,但成功都是给那些有准备、有目标、有计划并为之而奋斗的人的。有人说,现在世界各地都存在劳动就业困难,马克思也说劳动力是商品,我们只是超市中的商品任聘用者挑来拣去,对于那些没有职业规划的人来说,事实的确如此,但那些有准备、有目标计划并为之而奋斗的人,就可以成为紧俏商品,甚至还可以待价而沽,反过来挑拣聘用者。

二、培养正确的就业劳动观

对于当代大学生来说,每一个人的就业劳动观,决定你的就业劳动态度,也决定你的职业取舍,影响你的生活方式的选择。“三百六十行,行行出状元”,说的就是无论你从事何种职业,只要你兢兢业业并热爱你的职业和工作,在这一行做一辈子,你就会成为这一行的精英。这其中的一个重要因素就是你的劳动就业观。试想,一个人不喜欢他的工作或职业,他能够做得出色并持之以恒吗?今天的劳动力市场远不止三百六十行,每一个人都面临着职业的选择,对待职业其决定因素就是劳动就业观。如果你想做经理,那是你的职业理想,但是你现在还没有能力做经理,你现在就必须为之而奋斗,从基层做起,摆正自己做职员的位置。这时候如果你以未来经理自居,你会服从你现在的经理的管理吗?如果你能摆正自己的位置,即使处在普通职员的位置上,你也能工作如意,生活幸福。如果你是一个有着正确的劳动就业观的人,即使从来没有走上领导岗位,你也不会选择离开。当然,如果你是一个念念不忘自己职业理想和目标的人,你会选择离开,去追求自己的目标,这也就说明你目前的工作不如意,现在的生活也不是幸福的。

有一个人,大学毕业时梦想成为一名公务员。他参加了公务员考试,果然在政府部门得到一份工作。接着,他想做他所在部门的领导。于是,他努力工作,成绩出色,后来

真的成了这个部门的领导。这时候他发现自己被这个部门的主管领导着,他不满意,于是继续拼命工作,不久他就成了这个部门的主管。这时他发现自己被政府官员领导着,于是他参加了州政府领导的竞选,他成功了。然而这时他发现他被这个国家的总统领导着,因此他继续努力,他想成为这个国家的总统。参加总统竞选后,他真的成功了。然而这时候,他发现他被这个国家的人民约束并“领导”着。至此,他完全没有了当一般公务员的自由和快乐。

这个故事告诉我们三个重要意义:

第一,没有不存在领导的职业,即使是总统也不例外。

第二,领导也是一种职业,唯我独尊的天子时代已经过去。

第三,职业是有阶段性的,登上这山看那山高,永无止境是人生进取的意境。

如果你没有明白这段故事所表述的意义,大文豪萧伯纳的一段名言或许会对你有所启迪:“征服世界的将是这样一些人:开始的时候,他们试图找到梦想中的乐园,最终,当他们无法找到时,就亲自创造了它。”

如果你还没有明白这句哲理名言,没有关系,下面这篇著名的小小说,就能使你明白劳动就业观对于一个人的生活方式和幸福观的影响。

一富翁生平第一次有时间到海边度假,看见一穷汉坐在一支破船上看出日出而不出海打鱼。富翁就问穷汉为什么不出海打鱼,穷汉反问为什么要出海打鱼。富翁就说,打到了很多鱼,就可以买大船,有了大船就能打更多的鱼,打了更多的鱼,就有很多钱,有了钱就可以自己当老板,就不用自己出海打鱼,就可以像我这样坐在海边,看着日出日落,多么幸福啊。穷汉回答说,你瞧我现在就坐在海边从日出看到日落。富翁无话可说。

如果你对现在的工作很满意,你就会觉得你生活得很幸福,你也就不会为更好的职业而奋斗,按现在的说法就是“跳槽”。从社会进步的角度来看,我们不赞同“穷汉”,更希望有更多的“公务员总统”,这样社会才会进步,才会发展。

总之,劳动是我们生存的唯一手段,但具体职业的角色是我们的劳动的外在表现形式,选择职业对我们大多数人来说,就意味着以其劳动就业观决定和选择生存的方式,它是我们生活中的一个重要组成部分,它决定我们一生的快乐与幸福。但是,职业既不像家庭那样成为我们出生后固有的独特的社会结构,也不像货架上的商品可以供聘用者随意挑选。它更像一位朋友或一位合作伙伴一样,既存在,又不一定在眼前;与其结识不乏机缘,但更需要自我设计、自我推销和自我奋斗。

第二节 就业者认识自我

面对严峻的就业形势和为自己职业发展着想,大学生们有必要按照职业生涯规划理论加强对自身的认识与了解,找出自己感兴趣的领域,确定自己能干的工作也即优势所



在,明确切入社会的起点及提供辅助支持、后续支援的方式,其中最重要的是明确自我人生目标,即给自我人生定位。自我定位,规划人生,就是要明确“我能干什么?”“社会可以提供给我什么机会?”“我选择干什么?”“我怎么干?”等问题,使理想可操作化,为介入社会提供明确方向。职业选择,不仅仅是单纯找一个单位了事,选择职业的过程本身就是一个发现自己,认识自己的过程。因此,在整个就业过程开始之前,大学生要对自己的大学生活做一个总结,认清自己的优点和缺点、长处和短处。我们认为可以认真思考以下几个方面的问题进行自我评价和定位:

- ①为什么上大学;
- ②为什么选择现在的大学;
- ③为什么选择现在的专业;
- ④对大学的老师、同学、朋友的印象如何;
- ⑤在大学期间通过各种方法所学到的知识和拥有的经验是什么;
- ⑥自己的优点、缺点、兴趣爱好是什么;
- ⑦自己的人生观、价值观和对未来的抱负是什么;
- ⑧周围人包括父母、亲属、老师、同学对自己的评价、看法和期望是什么;
- ⑨大学生活对自己将来的影响是什么。

建议毕业生用文字把上述内容整理出来,认真分析总结,以期对自己有一个准确的评价与定位。可以说,你做得越认真,对自己的定位就会越准确,就不会走弯路。也可以这样说,你做得越诚实,你就可以更清楚地看清楚自己,你也就不会欺骗自己。当然,在应聘的时候也就不会迷失自己的真正所需。

一、扬己之长

要知道个体是不同的、有差异的,我们就是要找出自己与众不同的地方并发扬光大。下面几个问题是需要特别提出来的,供就业者认真思考。

1. 我学习了什么

在上学期期间,我从学习的专业中获取了什么收益;参加过什么社会实践活动,提高和升华了哪方面的知识。专业也许在未来的工作中并不起多大作用,但在一定程度上决定自身的职业方向,因而尽自己最大努力学好专业课程是职业生涯规划的前提条件之一。

2. 我曾经做过什么

大学毕业生要善于总结自己的人生经历和体验,如在学习期间担任过学生干部,曾经为某知名组织工作过等,从中取得的成就和积累的经验,获得过的奖励等。经历是个人最宝贵的财富,往往可以从侧面反映出一个人的素质、潜力状况,因而备受招聘组织的关注,同时这也是个人简历的亮点所在和重要组成部分,绝对忽视不得。只有通过实践,才能判断一个人的才能,发现其长处与不足。

3. 我最成功的是什么

大学毕业生做过很多事情,但最成功的是什么?为何会取得成功?是偶然还是必然?是否凭自己能力所为?通过对最成功事例的分析,可以发现自我优越的一面,比如坚强、果断、智慧超群,以此作为个人深层次挖掘的动力之源,形成职业规划的有力支撑。寻找职业方向,往往要从自己的优势出发,以己之长立足社会。

二、避己之短

1. 性格的弱点

人无法避免与生俱来的弱点,必须正视并尽量减少其对自己的影响。比如,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绝对难以担当组织管理者的重任。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、克服的方法,使自我趋于完善。”因此,要注意安下心来,多跟别人好好交流,尤其是与自己相熟的人如父母、同学、朋友等交谈。看看别人眼中的你是什么样子,与你的预想是否一致,找出其中的偏差,这将有助于自我提高。

2. 经验与经历中所欠缺的方面

“金无足赤,人无完人”,由于自我经历的不同,环境的局限,每个人都无法避免一些经验上的欠缺,特别是在招聘单位纷纷提出“数年工作经验”条件的时候。有欠缺并不可怕,可怕的是自己还没有认识到或认识到而一味地不懂装懂。正确的态度是:认真对待,善于发现,并努力克服和提高。

中国有一句至理名言:“知己知彼,百战不殆。”在竞争日趋激烈的就业场,竞争职位就是一场残酷的“战争”,你不清楚你自己的分量和实力,就不能正确地估价自己,进入就业市场一定会大败而归。

第三节 就业分析

一、社会环境分析

1. 社会分析

社会在进步,在变革,作为即将进入社会的大学生们,应该善于把握社会发展的脉搏。这就需要做社会大环境的分析:

- (1)当前社会、政治、经济发展趋势,社会热点职业门类分布及需求状况;
- (2)自己所学专业在社会上的需求形势;
- (3)自己所选择职业在目前与未来社会中的地位情况;
- (4)社会发展对自身发展的影响;
- (5)自己所选择的单位在未来行业发展中的变化情况,在本行业中的地位、市场占有



率及发展趋势等。

对以上社会发展大趋势问题的认识,有助于大学生把握职业社会需求、使自己的职业选择紧跟时代脚步。

2. 组织分析

组织分析应是个人着重分析的部分。西方关于职业发展有句名言“你选择了一个组织,就是选择了一种生活”,组织将是你实现个人抱负的舞台。特别是现代组织越来越强调组织文化的建设,对员工的适应能力要求越来越高,因而应对你将置身于其中的组织的各个方面做详细地了解。只有知己知彼,才能更好更快地融入组织。

3. 人际关系分析

个人处于社会庞杂环境中,不可避免地要与各种人打交道,因而分析人际关系状况显得尤为必要。人际关系分析应着眼于以下几个方面:

- (1)个人职业发展过程中将与哪些人交往;
- (2)其中哪些人将对自身发展起重要作用;
- (3)工作中会遇到什么样的上下级、同事及竞争者,对自己会有什么影响,如何相处、对待等。

4. 未来十大热门专业分析

有专家预测,有关电子信息、生物科技、现代中药及生物医药技术产业的发展已是势在必行。依照分析,在5年左右的时间,以下十大热门行业所需人才将浮出水面:

- (1)电子信息类。相关专业:电子信息工程、通信工程、信息对抗技术、信息工程、信息与计算科学等。
- (2)生物技术类。相关专业:生物技术、生物工程、生物资源科学等。
- (3)现代医药类。相关专业:药物制剂、制药工程、生物医学工程、中药学等。
- (4)汽车类。相关专业:车辆工程专业、汽车服务工程、热能与动力工程、工业设计等。
- (5)物流类。相关专业:物流管理、现代物流等。
- (6)新材料类。相关专业:高分子材料与工程、复合材料与工程、再生资源科学与技术、稀土工程等。
- (7)环境能源类。相关专业:环境科学、环境工程、能源与环境系统工程、资源环境与科学等。
- (8)管理类。相关专业:工商管理、人力资源管理、工程管理等。
- (9)法律类。相关专业:法学、国际法、国际经济商业法、国际商法等。
- (10)营销类。相关专业:市场营销等。

二、明确自己所需,正确选择职业方向

通过以上自我分析认识可知,我们首先要明确自己该选择什么职业方向,即解决“我

选择干什么”的问题,这是个人职业生涯规划的核心。职业方向直接决定着一个人的职业发展,职业方向的选择应按照职业生涯规划的四项基本原则之一,结合自身实际来确定,即遵循“选择自己所爱”的原则,你必须对自己选择的职业是热爱的,从内心自发地认识到要“干一行,爱一行”。只有热爱它,才可能全身心地投入,做出一番成绩。其次,遵循“择己所长”的原则,只有选择自己所擅长的领域,才能发挥自我优势,注意千万别当职业的外行。再次,遵循“择世所需”的原则,即所选职业只有为社会所需要,才有自我发展的保障。最后,遵循“择己所利”的原则,应该本着“利己、利他、利社会”的原则,选择对自己合适、有发展前景的职业。

职业生涯目标的确定,是个人理想的具体化和可操作化,它是指可预想到的、有一定实现可能的最长远目标。按照马斯洛的需求层次理论,人一般具有五种需求:

第一、生理需求:基本生活资料需求,包括吃、穿、住、行、用。

第二、安全需求:人身安全、健康保护。

第三、社交需求:社会归属意识、友谊、爱情。

第四、尊重需求:自尊、荣誉、地位。

第五、自我实现需求:自我发展与实现。

以上五种需求是依次从低层次到高层次的需求。职业目标的选择并无定式可言,关键是要依据自身实际,适合于自身发展。值得注意的是:伴随现代科技与社会进步,个人要随时注意修订职业目标,尽量使自己职业的选择与社会的需求相适应,一定要跟上时代发展的脚步,适应社会需求,才不至于被淘汰出局。

三、规划未来职业

1、职业通路选择与自我提升发展计划

根据职业方向选择一个对自己有利的职业和得以实现自我价值的单位,是每个人的良好愿望,但这一步的迈出要相当慎重。例如,西门子公司就特别鼓励优秀员工根据自身能力设定发展轨迹,一级一级地向前发展。他们认为最好的人才应“有很好的人生目标,不断激励自己”,并提出“员工是企业内的企业家”的口号,给员工以充分的决策、施展才华的机会,而不是让他干什么就干什么,管得太死,统得过细。随着职业、职务的变化,必须制订一个完善的自我发展计划以备应对:选择一个什么样的组织,预测自己在组织内的职务提升步骤,个人如何从低到高拾阶而上;预测工作范围的变化情况,不同工作对自己的要求及应对措施;发展过程中若出现偏差(工作不适应或解聘),如何改变自己的方向;预测可能出现的竞争,如何应对,分析自我提高的可靠途径。比如,你想从事销售工作并想有所作为,你的起步可能是一个公司的业务代表,你可以设定通路计划:从业务代表做起,在此基础上努力,经过数年逐步成为业务主管、销售区域经理、销售经理,最终达到公司经理的理想职业生涯目标。

2. 职业生涯规划の時限



面对发展迅速的信息社会,仅仅制定一个长远的规划显得不太实际,因而有必要根据自身实际及社会发展趋势,把理想目标分解成若干可操作的小目标,灵活规划自我。一般说来,以5~10年的时间为一规划期为宜,这样就会很容易跟随时代需要,灵活调整自我,太长或太短的规划都不利于自身成长。具体可有两种方式:

(1)根据自己的年龄划分目标,如25~30岁职业规划、2010~2015年职业规划;

(2)以职业通路中的职位、职务阶段性变化为划分标准制定不同时期的努力方向,如5年之内向部门经理职位冲刺,10年之内成为主管经理。

3. 自我肯定与进步

清楚地了解自我之后,就要对症下药,无则加勉,有则改之。重要的是对劣势的把握、弥补,要做到心中有数。要注意分析

问题产生的原因,是自身素质问题、人际关系问题、还是工作本身的问题?

有这样几种具体可利用的自我修正的方法:

(1)加强学习。大学生要在竞争中站稳脚跟,必须做到善于学习,主动学习。在校期间,要针对自身劣势,制定出自我学习的具体内容、方式,做好时间安排,尽量落于实处,便于操作。进入工作岗位后,要善于在实践中学习,主动利用组织开展的相应培训学习提高。

(2)实践锻炼。在校期间,主动参与学生活动,接触各色人群,“不耻下问”,锻炼自己能力欠缺方面。如果可能的话,不妨多看、多听、多写,把自己的收获体会用文字表达出来,这对你提高和帮助更为直接。参加工作以后,更要主动在实践中锻炼才干,不断总结、不断提高。

(3)来自他人的帮助。家庭、同学、朋友、师长和专业咨询机构都可以成为个人提高的有力支援,关键要学会求得他人帮助。对你了解最深的莫过于你周围最亲密的人,多听听他们的经验与教训以及对你的评价,尤其是注意倾听他们对你的职业选择和通路发展的建议与评价。各类专业咨询机构在指导个人认识和选择职业方面都有一套比较完整的测评手段,可以借助他们加深自我认识,全面了解自己。

下面我们列举了目前我国有关行业职业素质要求和资格认证考试的情况,仅供大学生进行职业规划参考。

附录 1

项目：(一)高级市场营销员 (二)市场营销经理

职业定义：以企业营销计划为框架管理并从事具体营销作业行为的专业人员

适应人员：

(一)高级市场营销员

1、取得《全国营销员资格证书》(营销员等级)后从事市场营销工作一年以上

2、大学专科以上应届毕业生

3、从事市场营销工作四年以上

4、担任大中型企业部门经理、业务主管以上职务

(二)市场营销经理

1、取得中国商业技师协会市场营销专业委员会颁发的《全国高级营销员资格证书》后从事市场营销或相关工作两年以上

2、大学本科学历(或同等学力)，且担任企事业、社会组织中高级管理职务或技术职务两年以上(或相当的工作资历)

3、大学专科学历(或同等学力)，且担任企事业、社会组织中高级管理职务或技术职务三年以上(或相当的工作资历)

发证机构：中国商业企业管理协会、中国商业职业资格认证中心

考试时间：

3月30日、6月15日、9月28日、12月7日，由全国营销人员职业资格认证办公室组织全国统一笔试(市场营销经理笔试时间单独安排)

报名资料：彩色1寸、2寸相片各2张，身份证复印件1份