

普通高等学校通识课系列教材

大学生 就业指导

罗二平 艾 军 主编
董明利 余文婷 黄志荣 副主编

高等教育出版社

普通高等学校通识课系列教材

大学生 就业指导

DAXUESHENG JIUYE ZHIDAO

罗二平 艾 军 主编
董明利 余文婷 黄志荣 副主编

高等教育出版社·北京

内容提要

本书针对当前大学生就业存在的现实问题,融合国内外就业指导的先进研究成果,以社会需求为导向,引导大学生了解就业市场,明确社会对人才的需求,帮助大学生转换就业观念,传授就业知识,以实操模式帮助大学生掌握必备的求职技能,以提升就业竞争力。

本书主要内容有:就业形势与政策;大学生就业观念与心理调适;就业市场对人才的要求;大学生就业程序与形式;就业信息的搜索与使用;求职材料设计;求职的技巧与艺术;求职礼仪;大学生就业的权益保障与法律知识;大学生初入职场后角色转换与心理调适等。

本书可作为高等院校大学生就业课程教材,也可作为大学生创业就业参考读物。

图书在版编目(CIP)数据

大学生就业指导 / 罗二平, 艾军主编. -- 北京: 高等教育出版社, 2014. 9

ISBN 978-7-04-040989-5

I. ①大… II. ①罗… ②艾… III. ①大学生 - 职业选择 - 高等学校 - 教学参考资料 IV. ① G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 202195 号

策划编辑 徐 可

责任编辑 徐 可

封面设计 姜 磊

责任印制 张泽业

出版发行 高等教育出版社
社 址 北京市西城区德外大街 4 号
邮政编码 100120
印 刷 潮河印业有限公司
开 本 787mm × 960mm 1/16
印 张 20.25
字 数 350 千字
购书热线 010-58581118

咨询电话 400-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.landaco.com>
<http://www.landaco.com.cn>
版 次 2014 年 9 月第 1 版
印 次 2014 年 9 月第 1 次印刷
定 价 28.30 元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换
版权所有 侵权必究
物 料 号 40989-00

前言

目前,我国高等教育已经进入大众化阶段,普通高等学校大学毕业生人数逐年增加,大学生能否顺利就业越来越受到党和国家、全社会的高度重视。就业是绝大多数毕业生所面临的重要抉择,是人生的重大转折点,大学生有自己的理想与追求,也面临着更大的压力与挑战。

随着我国就业制度的改革和高等教育的发展,大学毕业生的就业观念发生了很大的变化。相关调查结果显示,近年来大学生的就业出现了三种新的趋势,即大学生就业取向的功利化、大学毕业生就业期望非风险化和大学生道德品质修养的弱化。尽管个人才能的发挥与工作环境、兴趣爱好等都是大学生非常重视和追求的,但面对真实的生活,大学生则更多地关注职业中的“含金量”,大学生面对社会压力的心理承受力不够,心理素质方面欠缺,缺少创业和职业竞争的激情,在就业选择过程中或回避现实,或选择比较稳定的工作单位,尽量减少二次就业的风险。面对目前不容乐观的就业形势,大学生有较大的思想包袱及心理压力,也使部分大学生产生就业障碍,这既不利于就业,也影响了大学生今后的工作和学习。

为了更好地促进大学生就业,国务院办公厅于2007年12月下发的《大学生职业发展与就业指导课程教学要求》,进一步明确了做好高校毕业生就业工作的重要途径,也提出了“大学生职业生涯规划”课程的教学目标、内容和评估手段。自此,“职业生涯规划”和“就业指导”作为独立课程,进入高等学校教育教学体系。根据教育主管部门的文件精神,为了帮助大学生解决在择业过程中遇到的种种难题,更好地引导大学生规划职业生涯,提升职业素养,掌握求职的基本技能,完成由校园人到社会人的转变,我们组织编写了本书。本书吸收了国内外同行对大学生就业指导的最新成果,具有创新性、科学性、实用性等特点。

本书共分为十章,分别是,第一章:就业形势与政策,对大学生就业制度、市场、形势、政策等进行了介绍和分析;第二章:大学生就业观念与心理调适,对大学生就业前的就业观念与心理,以及就业心理准备与自我调适进行了分析;第三章:就业市场对人才的要求,介绍了就业市场对人才的基本要求;第四章:大学生就业程序

与形式,对大学生就业程序、就业形式和就业常识进行了分析;第五章:就业信息的搜索与使用,对就业信息的获取来源、鉴别、使用进行了分析;第六章:求职材料设计,对大学生求职材料的作用、准备和个性化设计进行了介绍;第七章:求职的技巧与艺术,对大学生求职自荐的方法与技巧等进行了介绍;第八章:求职礼仪,对商务礼仪、公共礼仪等进行了介绍;第九章:大学生就业的权益保障和法律知识,对就业协议的相关知识和大学生就业权益保护等知识进行了介绍;第十章:大学生初入职场的角色转换与心理调适,对大学生完成角色转换和角色认知进行了分析和介绍。

通过学习“大学生就业指导”课程希望教育引导大学生在认识自我的基础上树立正确的职业理想和择业观,指导大学生科学规划职业生涯,提高职业素质,了解国家的就业政策及法规,掌握求职的方法和技巧,正确选择职业,顺利就业,为成才与发展打下良好基础。

因作者能力所限,书中还有许多瑕疵,恳请专家、同行及读者批评指正。

编者

2014年7月

郑重声明

高等教育出版社依法对本书享有专有出版权。任何未经许可的复制、销售行为均违反《中华人民共和国著作权法》，其为人将承担相应的民事责任和行政责任；构成犯罪的，将被依法追究刑事责任。为了维护市场秩序，保护读者的合法权益，避免读者误用盗版书造成不良后果，我社将配合行政执法部门和司法机关对违法犯罪的单位和个人进行严厉打击。社会各界人士如发现上述侵权行为，希望及时举报，本社将奖励举报有功人员。

反盗版举报电话 (010) 58581897 58582371 58581879

反盗版举报传真 (010) 82086060

反盗版举报邮箱 dd@hep.com.cn

通信地址 北京市西城区德外大街4号 高等教育出版社法务部

邮政编码 100120

目 录

第一章 就业形势与政策	1
第一节 大学生现行就业制度	1
一、就业方针和政策	1
二、就业工作管理体制	2
第二节 大学生就业市场	4
一、大学生就业市场的类型及特点	4
二、大学生就业市场的现状	7
三、大学生就业市场的发展趋势	11
第三节 大学生就业形势	14
一、严峻的就业现状	14
二、其他因素对大学生就业的影响	15
三、就业形势的应对	16
第四节 大学生就业政策	21
一、主要就业创业政策文件一览表	22
二、国家、地方基层就业项目及应届高校毕业生应征入伍	24
第二章 大学生就业观念与心理调适	33
第一节 大学生就业前的就业观念与心理	34
一、大学生应保持良好的就业观念	34
二、大学生求职过程中的消极心理	35
第二节 大学生就业心理准备与自我调适	40
一、就业心理分析	41
二、努力克服心理障碍，争取求职成功	44

第三章 就业市场对人才的要求	52
第一节 认识机关事业单位	52
第二节 机关事业单位对人才的要求	54
一、公务员端的是“金饭碗”吗?	54
二、公务员适合与不适合的人群	56
三、选调生是不是公务员?	58
四、公务员考试的“N重门”	59
五、公务员考试考些什么?	63
六、在事业单位工作是吃“皇粮”吗?	66
七、事业单位是怎样招考职员的?	68
第三节 认识企业	70
一、企业概念	70
二、企业类型	70
三、企业系统结构及特征	73
四、企业组织形式的概念与类型	74
五、我国国有企业的公司制改造	77
六、企业集团	78
七、市场化的企业经营方式	79
第四节 企业对人才的要求	81
一、国有企业对人才的要求	81
二、民营企业对人才的要求	83
三、港、澳、台资企业对人才的要求	86
四、外资企业对人才的要求	90
第四章 大学生就业程序与形式	94
第一节 大学生就业程序	94
一、大学生就业管理部门的一般工作程序	94
二、高校毕业生就业工作部门的职责及工作程序	95
三、大学生择业的一般程序	95
第二节 大学生就业形式	100

一、签约就业	100
二、灵活就业	101
三、出国留学	103
四、考研深造	103
第三节 大学生就业常识	104
一、普通高校毕业生、定向毕业生	104
二、生源地	104
三、就业协议书、接收函	104
四、毕业生就业报到证	112
五、择业代理	117
六、毕业生档案、户口及党组织关系转接	118
七、毕业学年里的时间安排	120
附1 毕业生就业报到证签发	123
附2 省内院校毕业生办理报到证改签	123
附3 省内院校毕业生补办报到证或遗失证明	124
第五章 就业信息的搜索与使用	125
第一节 就业信息的获取来源	125
第二节 就业信息的鉴别	129
第三节 就业信息的使用	133
第六章 求职材料设计	135
第一节 求职材料的作用	135
一、求职材料是自我推销的名片	135
二、求职材料是面试的敲门砖	136
三、求职材料是虚拟的求职者	136
四、求职材料是剖析自我的解剖刀	136
第二节 求职材料的准备	137
一、简历的制作准备	137
二、求职自荐信的准备	143
三、毕业生推荐表的准备	148

四、其他材料准备	150
五、求职材料的处理	150
六、面试电话	150
第三节 求职材料的个性化设计	151
一、个性化设计的设计思想	151
二、求职材料个性化设计的思路	152
三、求职材料个性化设计的几种风格	153
四、应聘外企求职材料要注意的问题	154
第四节 准备求职材料的根本原则与误区	160
一、诚信是准备求职材料的根本原则	160
二、准备求职材料常见的误区	161
第七章 求职的技巧与艺术	163
第一节 求职自荐的方法与技巧	163
一、求职自荐的种类	163
二、求职自荐的技巧	165
三、求职自荐的方式	166
四、求职自荐的要诀	168
五、赢得好感的诀窍	169
六、一分钟自我推荐的技巧	170
第二节 自荐和展示自我的策略	171
一、心境平和,不可急于求成,采取渐进策略	171
二、守愚藏锋,不可太过,别以为只有自己高明	172
三、真诚自然,不可作秀,让别人感到你华而不实	173
四、随机应变、捕捉机遇,做自荐的有心人	174
第三节 面试的应对技巧	175
一、面试的构成要素与分类	175
二、面试的内容	179
三、面试的题型	181
四、面试准备	184
五、面试应对	195

第四节 笔试及其方法与技巧	226
第八章 求职礼仪	229
第一节 商务礼仪	229
一、见面礼仪	229
二、交谈礼仪	234
三、电话礼仪	237
第二节 公共礼仪	238
一、行路礼仪	239
二、乘车礼仪	240
三、楼梯和电梯礼仪	243
四、出入公共房间	244
第九章 大学生就业的权益保障与法律知识	246
第一节 就业协议的签订与解析	247
一、高校毕业生就业协议书	247
二、高校毕业生就业协议书的签订与解除	248
三、就业协议与劳动合同的关系	251
第二节 劳动法与大学生就业权益保护	253
一、总述	253
二、重点介绍	253
第三节 大学生就业相关法律条文（节选）	267
一、《普通高等学校毕业生就业工作暂行规定》（节选）	267
二、《中华人民共和国劳动法》（节选）	271
三、国家关于高校毕业生就业的文件	277
第十章 大学生初入职场后角色转换与心理调适	280
第一节 大学生的职场角色转换和角色认知	281
一、大学生角色与职业角色的差异	282
二、角色转换与角色认知	283
三、角色转换中应注意的问题	285

第二节 大学生职业适应与心理调适	286
一、大学生应演好职场工作的首秀	286
二、建立和谐人际交往关系	288
三、特别注意试用期	289
第三节 大学生初入职场的注意事项	293
一、大学生初入职场的八项准备	293
二、大学生初入职场的常见问题	296
三、总结：请认真对待第一份工作	300
附录 全国各省区市毕业生回生源地一览表	302
参考文献	310

第一章 就业形势与政策

我国大学生就业制度的建立,经历了不同的历史发展阶段。从20世纪80年代开始,随着我国社会主义市场经济体制的建立和改革开放的不断深入,大学生就业市场也已初具雏形,并不断走向规范。对大学生来说,只有对现行的就业制度和就业市场有所了解和认识,才能形成正确的择业观念与择业行为,才能成功地实现自己的择业理想。

第一节 大学生现行就业制度

一、就业方针和政策

我国现行的毕业生就业工作的方针、政策是贯彻统筹安排、合理使用、加强重点、兼顾一般和面向基层,充实生产、科研、教学第一线的方针,坚持“公开、公正、择优、自愿”的原则,实行“市场导向、政府调控、学校推荐、学生和用人单位双向选择”的就业模式。国家采取措施,鼓励和引导毕业生到边远地区、艰苦行业和国家急需人才的地方去工作。

1. 不同类型学校毕业生的就业政策

教育部直属高等学校本、专科毕业生面向全国就业,积极满足国防、军工、科研、教学、高新技术等单位,以及国有大中型骨干企业、党政机关和人民解放军所属单位的用人需求。国务院有关部委和省(市、自治区)所属高等学校毕业生就业优先满足本系统、本行业、本地区需要,同时努力为地方、为全国的经济社会发展服务。师范类本、专科毕业生应首先满足教育系统的需要。

2. 定向生的就业政策

定向生原则上按入学时所签订的合同就业。如确因特殊情况不能回原定向单位就业的毕业生,须征得原定向单位的同意并出具其证明,且报就业主管部门批准后,方可调整就业单位。

3. 享受国家专业奖学金的毕业生的就业政策

享受师范、农林、民族、体育、航空、航天、航海、国防等国家专业奖学金及享受艰苦行业、地区或特殊岗位定向奖学金的毕业生原则上按国家计划就业，对不服从就业计划自谋职业的，须补缴在校学习期间普通专业的学费并返还定向奖学金、专业奖学金。

4. 结业生的就业政策

结业生就业必须在《就业报到证》上注明“结业生”字样；在规定时间内未联系单位的结业生，由学校将其户籍关系和档案材料转至家庭所在地（家居农村的保留非农业户籍），自谋职业。

5. 身体状况欠佳的毕业生的就业政策

学校应在毕业生毕业前认真、负责地对毕业生进行健康检查。对身体有病，不能坚持正常工作的毕业生，让其回家休养。一年内治愈的毕业生（须经学校指定县级以上医院证明能坚持正常工作的）可以随下一届毕业生就业；一年以后仍未痊愈或无用人单位接收的，户籍关系和档案材料转至家庭所在地，由其自谋职业。

6. 毕业生自费出国留学的政策

毕业生可以申请自费出国留学。申请自费出国留学的毕业生不参加就业，凭国（境）外大学的录取通知书，在学校规定的期限内提出申请，经学校教务部门和毕业生就业管理部门审核同意后，不列入就业计划。毕业生集中离校时未办妥手续的，原则上将其户籍关系和档案材料转至家庭所在地，继续办理出国手续。

7. 高职毕业生的就业政策

高职毕业生的就业政策原则上与其他专科毕业生就业政策相同，但必须在“就业报到证”上注明“高职”字样。

二、就业工作管理体制

我国大学生就业管理体制，大致由三部分组成：①教育部主管全国大学生就业工作；②国务院有关部委和各省（市、自治区）分管本部门、本地区大学生就业工作；③各高等学校和用人单位分别负责本校毕业生就业的具体事宜及本单位招聘接收毕业生事宜。它们各自的职责如下所述。

1. 教育部的职责

教育部的职责是制定全国高等学校毕业生就业工作的规章和宏观政策；组织

研究并指导实施高等学校毕业生就业制度改革；管理全国毕业生就业信息网络、毕业生和用人单位双向选择活动以及毕业生就业市场；汇总、审核、下达全国高等学校毕业生就业方案，指导和编制教育部直属高等学校毕业生就业方案；组织国家急需、应予保证的行业、部门和地区高等学校毕业生就业计划的实施；检查、监督全国高等学校毕业生就业全过程工作；向社会公布全国高等学校毕业生年度就业状况；与毕业生就业有关的其他工作。

2. 国务院有关部委主管部门的职责

国务院有关部委主管部门的职责是根据国家的有关方针、政策和教育部的统一部署，提出本部门毕业生就业的具体政策和工作意见；组织协调所属院校毕业生的双向选择活动和毕业生就业市场；编制并实施所属院校的毕业生就业方案；指导所属院校开展毕业生的毕业教育和就业指导工作；负责本部门毕业生的接收工作，检查本部门毕业生的使用情况，开展有关毕业生就业工作的研究和宣传工作；负责本系统、本行业人才预测及与毕业生就业有关的其他工作。

3. 省（市、自治区）主管部门的职责

省（市、自治区）主管部门的职责是根据国家的有关方针、政策和教育部的统一部署，制定本地区毕业生就业的具体工作意见；了解和掌握本地区毕业生就业工作动态情况，负责本地区毕业生就业的数据统计和上报工作；编制地方所属院校毕业生就业方案并按时上报教育部；对本地区人才需求进行预测，收集和发布毕业生供需信息，管理本地区毕业生就业信息网络、双向选择活动和毕业生就业市场；负责本地区高等学校毕业生的资格审核工作；组织开展本地区毕业生的毕业教育和就业指导工作；受教育部委托负责本地区高等学校毕业生就业报到证的签发和管理；负责监督、检查本地区毕业生的接收工作；向社会公布本地区毕业生就业状况；开展毕业生就业制度改革的研究和宣传工作；负责本地区毕业生就业过程中争议或纠纷的调解工作；负责与本地区毕业生有关就业的其他工作。

4. 高等学校的有关职责

高等学校的有关职责是负责本校毕业生的就业指导和服务工作；根据国家有关就业的方针、政策和规定及学校上级主管部门的工作意见，制定本校毕业生就业的实施办法；负责本校毕业生的资格审核和统计工作并按时上报主管部门；收集需求信息，建立毕业生就业信息网站（页），向学生全面公开就业政策与需求信息，组织本校毕业生的双向选择活动，完善校内毕业生就业市场；按照主管部

门的要求提出本校毕业生就业建议方案,并根据主管部门的意见,具体实施就业方案;向用人单位推荐毕业生,公正客观地介绍学生的学习成绩和在校表现;开展毕业教育,及时办理毕业生的离校手续。

5. 用人单位的职责

用人单位的职责是及时向主管部门报送毕业生需求计划,向有关高等学校提供需求信息;参加供、需见面会和双向选择活动,如实介绍本单位情况,积极招聘毕业生;按照国家下达的就业方案接收、安排毕业生;负责毕业生见习期间的管理工作;向有关部门和学校反馈毕业生的使用情况。

就毕业生就业的管理办法而言,不同隶属关系的高等学校的毕业生,其就业办法又有所不同。

教育部直属院校的毕业生,面向全国就业,主要用于加强重点,调整质量。其就业方案主要由学校根据国家的就业方针、政策和社会需求,通过毕业生与用人单位“供需见面、双向选择”提出建议就业方案,报教育部审核后执行。

国务院有关部委所属高等学校毕业生主要面向本系统、本行业安排就业。毕业生就业方案的制定办法大体有两种形式:一是由有关部委主管毕业生就业部门根据本系统需求情况,提出分专业、分单位的就业方案下达给学校,由学校采取措施指导毕业生到上述单位就业;二是采取“供需见面、双向选择”的形式落实就业方案,由部委将所属高等学校毕业生就业方案报教育部审核后下达给各高校。

各省(市、自治区)所属高等学校毕业生主要面向本地区安排就业。国家也可根据需要对某些专业的毕业生进行调剂,以满足中央各业务部门和军队等单位的需要。各省(市、自治区)所属高等学校毕业生就业方案,由各省(市、自治区)毕业生就业主管部门在国家就业方针、政策指导下,根据本地区实际情况,采取“供需见面、双向选择”的办法落实。

第二节 大学生就业市场

一、大学生就业市场的类型及特点

大学生就业市场是大学毕业生找工作、用人单位选人才的场所,是大学毕业生就业所涉及的各种关系的总和,其主体是大学毕业生和用人单位,因此也称毕

业生就业市场。大学生就业市场的形成不是孤立的、突变的、跳跃性的，它是随着我国经济体制改革、劳动人事制度改革、大学生就业制度改革的不断深化和发展而逐步建立和形成的。随着就业市场的逐步规范，大学生就业市场形成了不同于其他就业市场的类型和特点。

1. 大学生就业市场的类型和形式

大学生就业市场按其外在表现形式可分为有形市场和无形市场。有形市场是指有固定的场所、具体的时间和地点、特定的参加对象等。无形市场主要指毕业生联系工作不受特定的时间和空间限制，依据个人意愿，自行选择，其外在表现是没有具体的时间、地点和固定的场所，它是无形的，但又是客观存在的。

目前，有形市场按不同的分类标准，主要有以下几种形式。

根据举办的单位来分：

(1) 单个学校举办的毕业生就业市场（招聘会、洽谈会）。它是针对本校毕业生的专业特点和服务行业，邀请与其密切相关的用人单位参加，主要是为本校毕业生就业服务的市场。

(2) 学校联办的毕业生就业市场。它是指两所或两所以上高校联合举办的毕业生就业市场，主要是为克服就业市场规模小、单位少、效能差等问题而创办的强弱联合或强强联合的就业市场。

(3) 企业自办的毕业生就业市场。它是由大型企业和企业集团举办的，以招聘本企业所需要毕业生的就业市场。

(4) 政府主管部门或人才中介机构主办的毕业生就业市场。其一是省、市、区主管毕业生就业部门组织各高校所设立的大学生就业市场；其二是地方人事主管部门或人才中介机构所设立的人才市场。

根据举办的区域来分：

(1) 区域性毕业生就业市场。它是由地方毕业生就业主管部门举办的为本地区经济发展服务的就业市场。

(2) 国际性毕业生就业市场。它由国内外的人才中介组织举办的人才市场，实现了毕业生在国际间的相互流动，招聘的人才可在国内外大型企业或跨国公司就业，形成了国际性的毕业生就业市场。

根据举办的类别来分：

(1) 分学科类毕业生就业市场。这类市场主要是地方毕业生就业主管部门从用人单位和学校两方面考虑，从市场细化的角度出发，把理、工、农、医、师