

大学生 就业实用教程

DAXUESHENG JIUYE SHIYONG JIAOCHENG

主编◎吴新中

课外借



人民交通出版社股份有限公司
China Communications Press Co., Ltd.

DAXUESHENG JIUYE SHIYONG JIAOCHENG

大学生就业实用教程

主 编 吴新中

副主编 童 隆 王 辉 朱辉荣 张 华



人民交通出版社股份有限公司

China Communications Press Co., Ltd.

内 容 提 要

本书针对我国大学生群体的新时代特征与求职择业中的实际情况,在总结多年高校毕业生就业工作经验的基础上,吸收国内外就业指导的最新成果,精选大学毕业生就业过程中的经典案例,对我国大学生,特别是重庆交通大学的毕业生当前面临的就业形势与政策、择业定位、求职材料、求职面试、就业法律及权益保障等内容进行全面介绍。

本书具有创新性、科学性、可操作性等特点,可作为高校开设就业指导课程的教材,也可作为高校就业指导工作人员的培训教材及其他择业人员的自学参考书。

图书在版编目(CIP)数据

大学生就业实用教程 / 吴新中主编. —北京:
人民交通出版社股份有限公司, 2018. 2

ISBN 978-7-114-14448-6

I. ①大… II. ①吴… III. ①大学生—就业—高等学校—教材 IV. ①G647. 38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 312278 号

书 名: 大学生就业实用教程

著 作 者: 吴新中

责任编辑: 郭红蕊 张征宇

出版发行: 人民交通出版社股份有限公司

地 址: (100011)北京市朝阳区安定门外外馆斜街3号

网 址: <http://www.ccpres.com.cn>

销售电话: (010)59757973

总 经 销: 人民交通出版社股份有限公司发行部

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京市密东印刷有限公司

开 本: 720×980 1/16

印 张: 14

字 数: 226 千

版 次: 2018 年 2 月 第 1 版

印 次: 2018 年 2 月 第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-114-14448-6

印 数: 0001—7000 册

定 价: 28.00 元

(有印刷、装订质量问题的图书由本公司负责调换)

《大学生就业实用教程》

组 委 会

主 任：赵明阶

副主任：吴新中 杨 林

委 员：许茂增 吴成国 石加友

胡志勇 吴 松 王心宁

编 委 会

主 编：吴新中

副主编：童 隆 王 辉 朱辉荣 张 华

编 委：舒 琳 谢 华 卜繁强 何荣波

宋子荣 王 辉(土木学院) 李 红

前言

对大学毕业生而言，9月开学季来临，意味着备受瞩目的就业季也将拉开帷幕。我们在多年的就业工作中，体会到大学毕业生的不易、用人单位的辛劳、大学教师特别是就业工作人员的无私付出。如何顺利渡过就业季，实现更高质量和更充分的就业，是大学肩负的历史使命和民生重担，更是每名大学毕业生的梦想和追求。上好就业指导课程，使大学毕业生学懂、弄通、做实就业各环节的要义，从而使他们顺利就业并找到理想工作是可以达到的。

我们编写此书，希望能帮助大学毕业生分析就业过程中的形势、定位、简历、面试等，并结合实际解决可能存在的问题与挑战。

形势比人强。就业年年有，就业届届难，难就难在就业形势的动态变化。我们要了解国内外经济形势、就业形势，更要了解行业、区域、本校的就业形势。教学中，我们邀请行业资深HR走进“职场大讲堂”，力求将最真实、最及时的形势信息带给大学毕业生。

定位细思量。就业过程难，择业定位更难。你是需要大平台、一步一步积累达到职业理想，还是追求“小步快跑”、创新灵活的新业界？教学中，我们帮助大学毕业生逐步厘清行业、企业、职位这些内涵，帮助把握大学毕业生的择业定位。

简历精打磨。一本简历打天下的侥幸，早已不适应现在的就业招聘，突出个人核心竞争力、针对性强、特色化的简历才是用人单位的真爱。教学中，“简历加油站”会手把手指导撰写、修改、完善属于你的最佳简历。

面试重实战。现实招聘中我们可以看到：短平快的面试有之，繁琐冗长的面试有之，结构化面试有之，无领导小组讨论亦有之。我们甚至会遭遇用人单位深夜发来考核题，要求第二天上午进行 PPT 汇报，这不是变态，这是日趋激烈的人才招聘现实要求使然。教学中，“模拟招聘训练营”让你提前一步接触、了解、经历真实的面试，提升面试的真本领，淬炼就业的“金刚钻”。

翻看第一页，你会看到我们的初心；合上最后一页，愿你能得始终。

作 者

2018 年 1 月

目 录

第一章 就业形势与政策	(1)
第一节 就业形势	(1)
第二节 就业政策	(15)
第三节 就业手续与流程	(25)
第二章 择业定位	(30)
第一节 择业定位内涵	(30)
第二节 大学生择业去向	(33)
第三节 择业定位方法	(37)
第三章 求职材料	(53)
第一节 自荐信	(53)
第二节 求职简历	(64)
第四章 求职面试	(86)
第一节 网申	(87)
第二节 笔试	(92)
第三节 面试	(96)
第五章 就业法律及权益保障	(122)
第一节 大学生就业权益相关文本	(123)
第二节 大学生的就业权益与义务	(137)
第三节 大学生就业侵权行为与救济方式	(142)
附录一 普通高等学校毕业生就业工作暂行规定	(155)
附录二 关于进一步引导和鼓励高校毕业生到基层工作的意见	(163)
附录三 中华人民共和国公务员法	(171)

附录四 中华人民共和国就业促进法 (187)

附录五 中华人民共和国劳动合同法 (196)

主要参考文献 (212)

后 记 (213)

第一章 就业形势与政策

进入十月，各高校的校园招聘陆续升温。当大家都在关心“大学生就业哪家强”的时候，却出现了一种被媒体称为“慢就业”的现象，即部分毕业生不急于求职和求学，而是让自己暂时处于待定状态。

对“慢就业”持批评态度的声音认为，这是在为那些不努力的年轻人开脱。比如有人“犀利”地指出，“慢就业要么是懒，要么是啃老”，认为这部分年轻人缺乏责任感和独立意识。况且，在就业行情并不乐观、就业焦虑弥漫的情况下，一味提倡“慢就业”容易被人理解为站着说话不腰疼。据估算，2018年全国高校应届毕业生在820万人以上，这个数字再加上留学归国人员和往届毕业生，求职人数将更为庞大。在激烈的就业竞争面前，递简历的动作慢一步都有可能错失良机，再提倡“慢就业”，岂不是把人往坑里带？

事实上，与其说“慢就业”是一种主动选择，毋宁说是当前大学生就业形势带来的客观趋势。

——摘录于《人民日报》(2016年10月13日05版)

第一节 就业形势

就业是指具有劳动能力的人，运用生产资料从事合法的社会劳动，并获得相应的报酬或经营收入的经济活动。从本质上来说，就业是劳动者与生产资料的实际结合。在我国，就业者需要满足以下三个基本条件：①在法定劳动年龄内，并且具有一定的劳动能力；②从事合法的经济劳动，以提供满足社会需要的商品或服务为目的；③从事该活动能够获得相应的收入。当三个条件同时满足时，才能作为真正意义上的就业。

就业是民生之本，是社会经济持续发展和生活水平提高的关键，就业不仅是劳动者谋生的手段，也是融入社会，给个人和家庭带来希望的重要途径。世界各



国对就业问题均高度重视。国际劳工组织在有关公约中提出,各国应实行积极的政策,促进充分的、生产性的自由选择的就业。世界各国都将促进就业和经济稳定发展、国际收支平衡等一起作为国家宏观政策的重要目标。

一、国内外就业形势

(一) 国际就业形势

1. 总体状况

根据国际劳工组织《世界就业与社会展望——2017 年趋势》(World Employment and Social Outlook Trends 2017),由于劳动力增长速度超过新增就业机会,预计 2017 年全球失业人数超过 2.01 亿人,而 2018 年将另增加 270 万人失业。国际劳工组织总干事盖·莱德表示,“我们正面临双重挑战,一方面要修复全球经济和社会危机造成的损害,另一方面要为每年数以千万的新进入劳动力市场的劳动者创造高质量的工作岗位。”报告指出,2017 年全球就业呈现以下特征:

全球劳动力市场不容乐观。2017 年,全球 4000 万人加入了劳动力大军,虽然数量巨大,但仍难以扭转全球劳动力市场劳动参与率下降的趋势。发达国家与发展中国家和新兴国家有所不同,但总体情况是劳动参与率都处于下降态势。发展中国家参与率比较稳定,这是因为其工作年龄人口人数增长率比较高,这些人加入到了劳动力市场中,但未找到满意的工作。2017 年全球失业率 5.8%,比上年增加 0.1 个百分点。增加 0.1 个百分点,看起来是一个小数字,但相当于增加了 340 万失业人员,其中,年轻人占很大的比例。世界一些地区,比如东南亚以及亚太地区失业率较低,南亚失业率也较低,亚洲这些地区比世界其他地区失业情况要好一些。高失业率地区的失业率是低失业率地区的 3 倍。比如,阿拉伯国家以及北非失业率超过 10%。

42%的全球就业者处于脆弱就业状态。报告显示,2017 年全世界不稳定就业形式(即家庭用工和自营劳动者)预计占总就业的 42%以上,达到 14 亿人。新兴国家超过一半的人处于这种脆弱的就业状态,在发展中国家有 4/5 的工人处在脆弱状态。全球层面,脆弱就业有两个发展趋势,一个是处于脆弱就业状况人员比例下降速度越来越慢,2015 年和 2016 年之后趋于平稳,不再下降了;另一个趋



势是，处于脆弱就业状况的绝对人数没有太大的变化，甚至有缓慢上升的趋势。国际劳工组织高级经济学家兼本报告首席作者斯蒂文·托宾说道：“从事不稳定就业的工人数量预计每年增加 1100 万人”。

私营部门是全球用人单位的绝对主体。2016 年，私营部门雇用了 28 亿人，占就业总额的 87%，其余 13% 为非市场服务。虽然私人企业在就业方面的份额不同，但一个强大的私营部门是增长、创造就业机会和减少贫穷的基础。这在《2030 年联合国可持续发展议程》和《新的征程和行动——面向 2030》中得到普遍承认，其中明确提到了创业精神的作用以及微型、小型和中型企业实现体面工作和经济增长的目标。

世界上半的劳动力在非正式经济就业。据国际劳工组织的估计，在非正式经济中，世界上约有一半的劳动力就业，其中大部分是在新兴和发展中世界。非正式经济是一个宽泛的概念，指的是“工人和经济单位在法律或实践上都没有涵盖或未得到正式安排的所有经济活动”。因此，它包括在非正式部门中运行的公司和非正式工作。

微型企业对创造就业做出了重要贡献。正规微型企业对就业增长做出了重要贡献。国际劳工组织对非洲和亚洲 14 个经济体的分析表明，在某些情况下，正规的微型企业在就业方面贡献了大量的份额。在 14 个经济体中，有 6 个微型企业占长期就业的 13.8%~48.7%。例如，在刚果民主共和国，正规微型企业的就业比例相对较高(48.7%)。在选定的发达经济体中，微型企业也是就业水平的重要贡献者。

女性就业者处于弱势地位。一方面，女性劳动参与率在逐渐下降；另一方面，男女之间劳动参与率差别越来越大。2017 年只有 49.4% 的工作年龄女性参与到劳动力市场。不同收入水平的国家，劳动参与率也不尽相同。发展中国家女性劳动参与率高一些，新兴国家女性劳动参与率低一些，低于 50%。在阿拉伯国家和北非地区女性参与率极低，在一些发达国家，如北美国家男女之间劳动参与率差距较小。

在不同国家和不同地区，失业率性别差异也非常显著，如阿拉伯国家和北非国家女性失业率显著高于男性。从劳动参与角度，女性虽然可以找到工作，但只能进入具有局限性的职业中，且是低技能和低薪酬的职业。在发达国家，女性就业人员占比相对较高的行业包括教育、健康、社会工作等。在不同行业、不同工

种之间,职业隔离及性别差异越来越大。1997年,全球职业隔离男女之间差异是15个百分点,而到2017年,该数据上升至20.5个百分点。男女之间薪酬差距总体上不断缩减,虽然一些国家出台了各种实现同薪同酬的政策和法规,但是效果不显著。很多女性从事家庭劳动,但是没有任何收入,她们不能获得相应的合同、社会保护以及相应的薪酬,导致体面工作方面落后。

由此可见,国际就业形势依然严峻。未来的经济增长需要带来更多的就业岗位、更高和更平等的收入、更和谐的劳动关系、更好的社会保障。相应地,通过民生福祉的改善,给长远经济增长提供更有利、更健康的支撑。

2. 全球和区域青年就业趋势

根据国际劳工组织《2017年全球青年就业趋势》(Global Employment Trends For Youth 2017)分析,世界上约1/5的年轻人不参加就业教育或培训。尽管经济复苏,但失业率仍然居高不下,年轻人比成年人更有可能失业。生产力水平低、非正式经济和工作贫穷仍然是主要的挑战。随着人口老龄化,今天的年轻劳动力将不得不越来越多地承担老年人的生活。这些全球趋势需要我们共同努力,确保青年男女有机会获得体面的工作。

青年劳动力参与人数急剧下降。全球就业青年的比例显著下降。在1997年和2017年之间,青年比例下降了9.3%。同期,青年劳动力减少了3490万人,尽管青年人口增长了1亿3900万人,但青年参与劳动力市场的趋势明显下降。

全球青年失业率略有上升。最新的国际劳工组织估计,2016年全球青年失业率为13.0%,略低于2011—2013年危机高峰期的13.1%。由于新兴国家的失业率不断上升,2017年全球青年劳动力市场状况不断恶化。这些国家的青年失业率预计将从2016年的13.6%增加到2017年的13.8%,增加了20万人。在发展中国家,青年的失业率预计将在2017—2018年保持稳定,约9.5%。然而,考虑到每年有大批年轻人进入劳动力大军,发展中国家的失业青年人数预计在2016—2018年之间将增加100万人。在发达国家,青年失业率预计将下降,从2016年的14.0%下降到2017年的13.4%,2018年略有增加。

与此同时,尽管失业青年的人数在2015年下降到了7030万人,是近年来的最低点,但这一下降趋势已经逆转。虽然2017年估计约7090万失业青年相比2009年的危机高峰期有很大的改善,但与上年同期相比有较轻微的上升。全球失业青年人数预计将上升13.4万人,到2018年达到7110万人。



青年就业质量仍然是主要关注点。青年在劳动力市场面临许多挑战。虽然就业是一个主要的问题,但工作质量却是一个突出的挑战。许多已找到工作的年轻人无法解决自己及其家庭的贫困。通常,他们的工作是非正式的,因此他们的法律和社会保护有限。此外,今天许多青年没有参加就业教育或培训,因而构成未开发的资源,可能对他们的职业前景产生长期影响。2017 年新兴和发展中国家的就业青年估计有 16.7% 的人生活在赤贫收入门槛以下(每天 1.90 美元),高于受雇成年人的 10.6%。这意味着大约 7000 万年轻工人生活在赤贫之中。如果统计生活在中等贫困中的就业青年,数据将达到 1.6 亿人以上。

青年就业前景受到人口老龄化的影响。随着年轻人进入工作年龄或通过劳动力迁徙,劳动力的增加可能会加剧某些国家的就业竞争。在其他情况下,随着人口老龄化和老龄工人退出劳动力大军,迁徙可能有助于解决劳动力短缺和维持产出水平。2015 年,年轻人占全球人口的 16.2%,年长的成年人(年龄在 65 岁或以上)只有 8.3%,相当于青年人口的一半。到 2030 年,这种差距将会更加缩短。预计青年人口将增加 1 亿 170 万人,而老年人的人数预计将增长 3 亿 8500 万人。因此,全球青年比例将下降到 15.2%,而年龄在 65 岁或以上的人的比例将扩大到 12%。老龄化社会对青年劳动力市场将产生重要影响,人口老龄化意味着在职人员必须为越来越多的退休工人维持养老金和医疗保健计划。

总而言之,尽管全球经济前景逐渐看好,但今天在劳动力市场上做一个年轻的女人或男人并不容易。一方面,青年在教育方面的时间较长,因而人力资本不断增加。青年的劳动力参与率正在下降,尽管性别差距正在缩小。另一方面,在劳动力市场上,年轻人在就业方面面临着重大挑战,失业率再次上升。年轻人经常被非正式地雇佣,或者没有足够的收入来使自己和家人摆脱贫困。在年轻人的生活中,向劳动力市场的过渡至关重要。

(二) 我国就业形势

党中央、国务院高度重视就业工作,坚持把实现就业更加充分作为全面建成小康社会的重要目标,把稳定和扩大就业作为宏观调控的主要目标,深入实施就业优先战略,千方百计增加就业岗位。

瑞士于 2017 年 5 月 31 日发布了全球经济竞争力报告,报告把中国的就业、劳动力市场和国内经济排在世界第一。中国 2017 年上半年就业形势总体稳定,



并稳中向好。1—6月份就业人数增加了735万人,同比增加18万人,登记失业率同比下降0.1个百分点,环比下降了0.02个百分点,创10年以来新低。城镇人员再就业287万人,困难人员再就业89万人,外出务工1.79亿人。

中国整体就业形势良好,主要基于以下几个方面:

经济持续发展,是稳定和扩大就业的重要基础。中国经济增速放缓,但保持在合理区间,连续八个季度保持在6.7%~6.9%的区间。2017年上半年就业增长基本平稳,新增就业735万人,接近全年目标的70%。登记失业率低于4%,调查失业率低于5%。居民可支配收入增长7.3%。物价水平基本平稳。“十一五”期间GDP增长一个点,平均拉动就业100万人;“十二五”期间GDP增长一个点,平均拉动就业170万人。

产业结构不断改善。我国三个产业的产值构成是:第一产业占8.6%,第二产业占39.8%,第三产业占51.6%。第三产业自从2016年开始超过了第二产业,第三产业对中国就业的拉动作用非常明显。据测算,第三产业在“十二五”时期对就业的驱动,每增长一个点可以带动71万~72万人就业。在“十三五”时期,2012—2016年,第三产业可以带动120万人就业。所以,中国的第三产业的生长,对中国就业的拉动作用非常大。

改革持续释放红利。2012年以来,持续转变政府职能,推进“放管服”改革,推进商事制度改革,推进“营改增”。2016年日均新增企业户数15000户,同比多增了3000户,就这一点,对于城镇新增就业的贡献率就达到了40%。

就业政策与公共就业服务体系不断完善。我们经过这么多年的实践,中国特色的就业政策体系基本建立起来,大力推行网上服务,公共服务体系从省到社区、乡镇,都比较完整。

新经济释放更多就业机会。随着“大众创业、万众创新”持续深入推进,新经济、新业态不断出现,有效供给大量就业机会。《中国分享经济发展报告2016》指出,截至2016年年底,我国的新产业、新业态、新商业模式增加的就业人数已经达到5000万人,比2010年增加了32%。城乡就业结构不断优化,现在的城乡就业结构是46.6%和53.4%。

但我们也应清醒地看到,目前也存在一些困难和问题:

1. 供求规模压力大

就业总量巨大。我国是世界人口第一大国,大量的人口会带来严峻的就业压



力。伴随着 20 世纪末市场化程度的加深,我国城镇失业人口绝对人数一直处于较大规模,以 2008—2016 年的数据为例,登记失业率峰值为 2009 年的 4.26%,2011—2016 年维持在 4.0%~4.1%之间,就业压力持续凸显。

岗位需求有限。以 2017 年为例,我国高校毕业生 795 万人,中职毕业生 500 万人,40 万“海归”留学生,煤炭、钢铁等去产能分流安置职工 100 万人,400 万新增农民工,不含就业后失业人员,新增就业劳动力 1835 万人。

以“十二五”期间 GDP 每增长 1 个点拉动城镇新增就业 170 万人左右计算,如果按照经济增长保持 6.5%~7%的速度,每年可新增 1100~1200 多万就业岗位,加上补充自然减员,可安排就业 1300 万人左右。按 2017 年新增就业劳动力 1835 万人计,我国大约 535 万新增劳动力存在就业缺口,总体上供大于求的就业压力依然非常巨大。

2. 结构性矛盾突出

市场需求快速变化。我国四年一个周期的高校专业设置决定着专业人才的产出量,大学生就业与产业结构的调整以及地区经济发展周期有较大的关联。调查发现,产业结构调整带来的是职业、职位、岗位的变化,企业对各类专业技术人才和管理人才的需求变化速度是高校专业培养人才的 2~4 倍,形成了人才供需市场配置的时间差,四年前还是社会需求的热门职业,四年后就变成了滞销专业。如以前很少提及的大数据、人工智能等专业人才,专业开设数量和专业毕业生规模非常小,市场需求非常强劲,人才培养满足不了快速变化的市场需求。

人才需求结构失衡。近年来的人才市场需求供给情况反映,各技术等级的劳动力呈现供不应求的局面,用工企业招工难、用工荒的声音不绝于耳。除了原本就缺乏的中高级技术工人,普通农民工、保姆、育儿嫂等都变得稀缺起来,他们的工资也水涨船高。此外,我国技能劳动者总量严重不足,技工短缺的现象非常突出。人力资源和社会保障部的数据显示,目前技能劳动者数量只占全国就业人员总量的 19%左右,高技能人才的数量更是仅占 5%。另一方面,人文社科类人才、传统长线专业类人才供大于求的矛盾非常突出。

区域供给不平衡。一方面,在就业地域的选择上,普遍存在着“重东部,轻西部”“重大城市,轻中小城市和农村”的思想,就业者正以越来越大的规模涌向大城市和经济发达地区;另一方面,广大农村和欠发达地区,尤其是西部地区存



在着大量的空缺岗位需要劳动力,但却少人问津。此外,目前我国东部与西部、沿海地区与偏远山区、经济发达地区与欠发达地区,每万人中大学生占有量、适龄劳动力数量差距很大。

二、大学生就业形势

(一) 当前基本态势

1. 规模屡创新高

2014—2018 年我国高校毕业生人数分别为 727 万人、749 万人、765 万人、795 万人与 820 万人(图 1-1),近五年大学生就业规模不断创出历史新高。

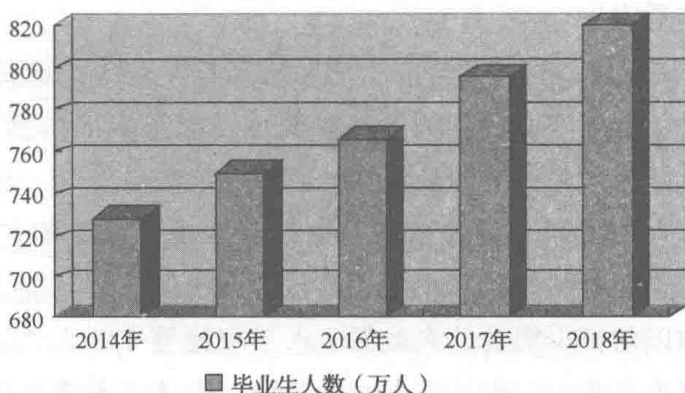


图 1-1 2014—2018 年毕业生人数统计

2. 基本形势

根据第三方专业调查机构近期在北京发布的《2017 年中国大学生就业报告(就业蓝皮书)》,以 2016 届毕业生就业半年后数据为例,对我国大学生就业形势分析如下。

(1) 就业率:2016 届硕士、本科、专科毕业生就业率分别为 90.66%、85.76%、90.50%;2015 届硕士、本科、专科毕业生就业率分别为 94.84%、89.57%、89.32%(图 1-2)。

其中,就业率高于平均水平的学科门类是:

硕士——经济学(97.74%)、工学(95.82%)、管理学(93.89%);

本科——工学(88.47%)、管理学(86.41%)。

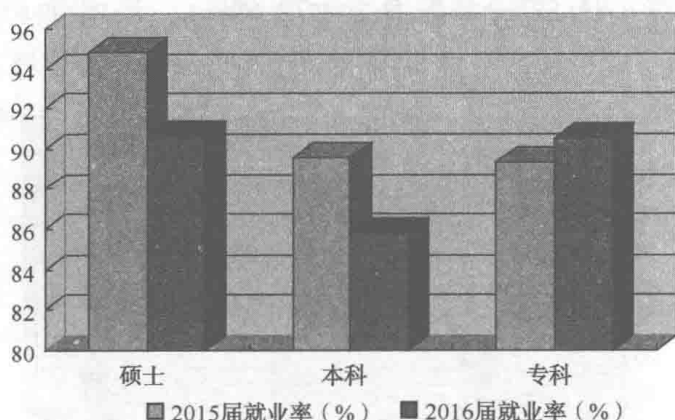


图 1-2 2015 届、2016 届毕业生就业对比统计

(2) 薪酬：硕士、本科、专科毕业生就业半年后平均月薪起薪分别为 4929 元、3797 元、3081 元(图 1-3)。

其中，就业薪酬高于平均水平的学科门类是：

硕士——经济学(6120 元)、管理学(5606 元)、工学(5148 元)、理学(5075 元)、文学(4960 元)；

本科——工学(4054 元)、经济学(3995 元)。

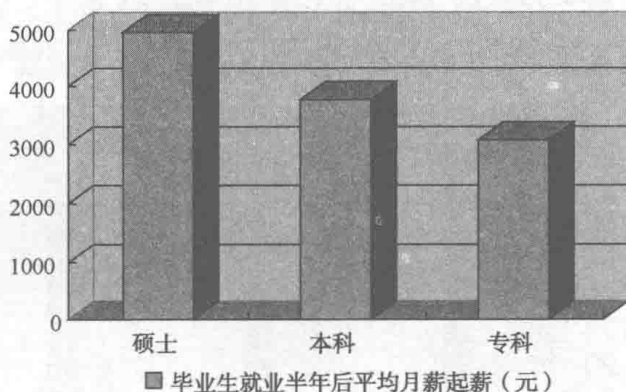


图 1-3 毕业生就业半年后平均月薪起薪统计

(3) 专业相关度：硕士、本科、专科毕业生就业工作与所学专业的相关度分别为 70.96%、59.90%、57.01%(图 1-4)。

其中，就业的专业相关度高于平均水平的学科门类是：

硕士——医学(83.73%)、教育学(73.58%)；