

设计你的人生 • 掌握你的命运 • 认清自我 • 策划成功的未来



毕业生择业 指导

BIYESHENG ZEYE ZHIDAO

主 编: 陈安栋 黄 彬 罗远根
副主编: 李 忠 吴丽华 喻友员

人生时每一天都在寻找着成功,

惟有把握成功法则的人才会寻找到一生的快乐。

会使你感到幸福,

你更能充满智慧。



气象出版社

毕业生择业指导

主 编 陈安栋 黄 彬 罗远根
副主编 李 忠 吴丽华 喻友员

气象出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

毕业生择业指导/陈安栋等主编. — 北京: 气象出版社,
1999.10

ISBN 7-5029-2832-4

I. 毕… II. 陈… III. 毕业生-职业选择 IV. G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 65831 号

气象出版社出版

(北京市海淀区白石桥路 46 号 邮编: 100081)

责任编辑: 方益民 终审: 周诗健

封面设计: 东 生 责任技编: 陈 红 责任校对: 熊 芳

* * *

北京隆华印刷厂印刷

气象出版社发行 全国各地新华书店经销

开本: 787×1092 1/32 印张: 4.75 字数: 100 千字

1999 年 10 月第 1 版 1999 年 10 月第 1 次印刷

印数: 1—5000 定价: 7.50 元

内 容 简 介

每一个即将走出学校大门步入社会的学生，都会遇到求职择业这一新课题。本书正是从个性特点与职业选择、求职择业思想准备、求职择业技巧、不同类型单位的求职指导等几个方面帮助你认识自己 and 解决择业中遇到的难题，告诉你怎样用健康的心理和聪明的才智去适应社会，走向成功。青年朋友们，本书将帮助你迈出走向社会的关键一步。

前 言

伴随着社会主义市场经济的纵深发展，高、中等专业学校招生、就业制度发生了根本的变革。《中国教育改革和发展纲要》明确提出：“改革学生上大学由国家包下来的做法，逐步实行收费制度。”“改革高等学校毕业生‘统包统分’和包‘当干部’的就业制度，实行少数毕业生由国家安排就业，多数学生‘自主择业’的就业制度。”自费读书、自主择业，无论对学校，还是对学生都是一个新的挑战，需要认真研究，积极探索，不断改进工作，以适应新形势发展需要。

毕业生择业指导是随着毕业生就业制度改革发展起来的，内容比较广泛，系统性、针对性较强，包涵思想教育、就业指导、就业信息和咨询服务等各项业务活动。实践表明，这项工作的开展，不仅对提高毕业生素质，树立正确的择业观，沟通就业信息，拓宽就业渠道，合理配置人才资源，激励毕业生工作热情起了积极作用，而且有力地促进了毕业就业制度改革的进程。有鉴于此，我们组织部分大、中专院校招生就业办公室主任编写《毕业生择业指导》一书，供大、中专院校开设毕业择业指导课程或举办讲座使用，也

可供技校、职高开设同类课程使用。

本书由陈安栋、黄彬、罗远根任主编，李忠、吴丽华、喻友员任副主编，参加本书编写工作的还有张树泉、钟建华、肖庆波。全书由黄彬、罗远根、李忠草拟编写大纲，经全体编写人员共同商磋，确定编写大纲，然后分头组织编写。最后，由黄彬统纂定稿，陈安栋审定，李忠为全书的编写做了许多具体工作。本书在编写过程中，借鉴了同行一系列研究成果，得到各位作者单位和气象出版社的大力支持，在此表示衷心感谢！

由于编者水平有限，加上教学急需，错误和疏漏之处，敬请广大读者批评指正！

编 者

1999.10

目 录

前言

绪论	(1)
第一节 择业指导的主要内容、任务和方式	(1)
第二节 开展择业指导的意义	(5)
第一章 毕业生就业制度改革及就业市场	(7)
第一节 劳动人事制度及毕业生就业制度改革 ...	(7)
第二节 毕业生就业市场的形成及特点	(13)
第二章 社会职业与职业理想	(18)
第一节 社会职业及其分类	(18)
第二节 社会职业的发展趋势与职业流动	(23)
第三节 毕业生的职业理想	(27)
第三章 个性特点与职业选择	(33)
第一节 能力与职业	(33)
第二节 兴趣与职业	(34)
第三节 气质与职业	(36)
第四节 性格与职业	(41)
第四章 求职择业思想准备和心理准备	(43)
第一节 求职择业思想准备	(43)

第二节	求职择业心理准备	(47)
第三节	常见择业心理问题分析及调适	(59)
第五章	求职择业的知识能力准备	(70)
第一节	建立合理的知识结构	(70)
第二节	锻炼求职的能力	(80)
第六章	求职择业技巧	(91)
第一节	自荐的综合技巧	(91)
第二节	写自荐信的技巧	(95)
第三节	笔试的技巧	(101)
第四节	面试的技巧	(104)
第五节	仪表与举止	(110)
第七章	不同类型单位的求职指导	(114)
第一节	应聘国有企事业单位须知	(114)
第二节	应聘非国有企事业单位须知	(117)
第八章	适应社会 走向成功	(122)
第一节	角色转换与角色认知	(122)
第二节	如何尽快适应社会	(127)
第三节	艰苦创业 奋斗成才	(132)
附录：	江西省普通院校毕业生就业派遣须知	(135)

绪 论

在邓小平理论的指引下，我国建立社会主义市场经济体制的步伐不断加快，整个教育体制（包括就业制度）的改革面临着新的形势。新的就业制度要求毕业生熟悉国家的就业政策，了解社会需求信息，树立正确的择业观，增强择业意识，掌握求职技巧，不断提高主动适应社会需要的能力。开设择业指导课程，就是为了帮助毕业生适应就业制度改革的新形势，做好就业准备，成功地步入社会，为祖国的现代化建设贡献自己的聪明才智。本章简要介绍有关择业指导的主要内容、任务和方式及开展择业指导的意义。

第一节 择业指导的主要内容、任务和方式

一、择业指导的主要内容和任务

择业指导的主要内容和任务有以下几个方面：

1. 思想教育

思想教育是择业指导的中心。这是我们国家的性质和学校的基本任务所决定的。择业指导中的思想教育是平时思想教育的继续和深入，它的任务就是要把世界观、人生观、价值观的教育渗透到择业指导工作中，落实到择业标准、求职道德、成才道路等方面。

(1) 要帮助毕业生树立正确的择业标准。当前毕业生的择业标准总体来说呈现出多样化的趋势。指导毕业生择业的基本原则是把个人理想与国家需要结合起来，从个人实际出发，主动适应社会需要。避免和纠正在择业上的短期行为，抵制眼前功利的诱惑，真正做到以事业为重，首先考虑国家的利益，勇于到基层去为四化建功立业。有些毕业生往往留恋城市，只图选择理想的工作单位，而不顾个人实际条件能否胜任具体工作。此类现象，也可以通过就业指导加以避免。

(2) 要帮助毕业生确立高尚的求职道德。无论对待用人单位或作为竞争对手的其他同学，都要采取诚实正直、实事求是、与人为善的态度，决不能在求职择业时吹嘘自己，贬低别人，更不应有拉关系、走后门等不正当行为。通过择业指导，应该使所有的毕业生懂得，缺乏道德修养的人是难以顺利成才的，在当今市场经济日益发达的环境中，个人的信誉和操守尤为重要。

(3) 要帮助毕业生选择正确的成才道路，一个人能否成才，首先取决于社会的需要，其次才是个人的主观努力。在个人成才的主观努力中，除了智力因素外，非智力因素也是十分重要的。通过思想指导，可以帮助毕业生正确地处理社会需要与个人成才、事业与生活、个人与集体、自己与他人等关系，以提高思想境界，并以积极进取的心态，过好“择业关”，进而在工作岗位上发挥应有的作用。

2. 政策指导

政策指导是择业指导的基础。一些毕业生由于对国家的就业政策缺乏了解，在择业时往往思想上带有很大的随意性

和盲目性。只有广泛地进行政策宣传和教育，使学生了解国家制定的全国性就业政策、有关部门和省市制定的行业性和区域性就业政策及学生所在学校制定的具体实施意见，才能引导毕业生走出择业的“误区”，帮助毕业生消除择业的困惑，并纠正自己的片面认识和幻想。

3. 信息指导

信息指导是择业指导的重要内容。主要包括国家经济发展趋势，人才市场供需形势分析、毕业生供需信息发布及查询等方面。如果没有择业指导就会成为“无的之矢”、“纸上谈兵”，也就难以收到实效。

4. 心理辅导

心理辅导同样是择业指导的重要内容。运用心理学的原理和方法，针对学生心理发展特点进行深入而具体的帮助，可使学生保持良好的择业心态，有利于学生求职目标的实现，也有利于学生尽快适应职业、完成角色转换。由于种种原因，青年学生的心理问题近年来呈上升的趋势。学生生理与心理的成熟程度存在差异，自我心理调节能力的发展明显滞后。特别是面临职业选择和就业竞争，往往容易引发各种心理障碍和心理疾患，影响了学生顺利地走向社会。因此，择业指导时大力加强心理辅导无疑是十分必要的。

5. 技术指导

求职技巧方面的指导，也是择业指导不可或缺的内容。一般地说，面临就业选择的毕业生，普遍思想准备不足，有惶惑感，对种种具体的求职技巧往往缺乏必要的了解。加强这方面的指导，可以避免由于种种技术原因造成的求职障碍。

二、择业指导的主要方式

1. 提供职业信息

职业需求信息是毕业生求职择业的基础，为毕业生提供大量准确的职业需求信息无疑是择业指导的一种重要方式。职业需求信息可由学校及择业指导机构集中统一发布，也可建立信息库供毕业生查询，还可由用人单位通过广告形式直接向求职者公布。不但向毕业生提供具体的职业需求信息，还要对信息进行分类整理统计，并对就业形势进行分析预测。

2. 帮助毕业生进行自我评价

择业指导工作者通过谈话、观察、问卷调查、心理测试等方式，对毕业生的气质性格、知识能力、长处、缺点等方面进行客观评价，并把这种评价提供给毕业生。帮助毕业生正确认识自己，依据自身的特点和优势选择最适合自己、最能发挥自己特长的职业。

3. 开展择业咨询

所谓咨询，就是征求意见、商量的意思。择业咨询，也就是回答毕业生有关就业的一些问题，为其选择职业提供一些意见和建议，包括进行一些问题的探讨和平等协商。这种咨询既可以是面对面的，也可以是书面的；既可以是正式的，也可以是非正式的。咨询内容包括职业信息、自我评价、就业政策、择业心理、求职技巧等各个方面。提供咨询者既可是教师或择业指导工作人员，也可是家长、亲友、同学。这种择业指导方式的特点是针对性强，不受时间地点的限制，气氛宽松，灵活多样。

4. 进行择业教育

择业教育与择业咨询有所不同。它主要采用教与学、讲与听的形式来帮助毕业生解答就业过程中面临的各种问题。最常用的择业教育形式包括：为学生开设较系统的择业指导课程，不定期地举办择业指导讲座，个别谈话等。此种择业指导方式的主要特点是内容正规、系统、全面，所提供的就业信息和就业政策具有权威性。主讲人多是从事择业指导工作、经验丰富的教师或择业指导等部门的领导和工作人员。

第二节 开展择业指导的意义

开展择业指导、帮助毕业生择业，有着多方面的意义。

一、有利于毕业生顺利就业

毕业生能否顺利就业，从个人方面来讲，关系到自身将来的发展成才和人生价值的实现；从社会方面来讲，关系到国民经济的发展和社会的稳定；从教育本身来讲，关系到教育目标的最终实现。

当然，毕业生能否顺利就业主要取决于社会的需求以及自身的素质。在新的就业制度下，择业指导无疑会帮助学生用正确的价值观念、道德标准和行为规范参与求职择业活动，增强适应新的就业形势的能力，提供准确的社会需求信息和求职择业的基本技巧，从而为学生顺利就业搭起桥梁，铺平道路。

二、有利于毕业生的发展与成才

一个人为社会贡献的大小、生活方式的选择以及发展与成才，在相当大的程度上取决于他的职业。择业是人生关键性问题之一，它直接影响到个人的前途和发展，如果处理不好，将在人生的道路上出现波折。因此，职业的选择，是对未来发展成才道路的选择，是对人生幸福的选择。人的一生绝大部分精力用在工作上，如果所从事的职业与自己的兴趣相投，与能力相符，就会乐此不疲，不断努力，奋发成才，在职业实践中实现自己的价值。一般来说，毕业生涉世不深，经验不足，职业目标不确定，容易在千千万万的职业面前眼花缭乱、左顾右盼、无所适从、见异思迁。面临就业的选择，究竟应该怎样分析自己的主客观条件，怎样看待不同工作岗位的利弊得失，在市场经济不断发展、竞争日益加剧的环境下，如何把握机会，找到一个比较满意的工作岗位，以便心情愉快地走向社会生活，已成为大多数毕业生思虑的焦点，而择业指导正是帮助同学们对这些问题有一个正确的认识，并提供一些解决这些问题的途径和办法，从而为毕业生将来的发展与成才打下良好的基础。

第一章 毕业生就业制度改革 及就业市场

中华人民共和国建立以来，毕业生就业制度经历了不同的历史发展阶段。在改革开放深入发展的今天，适应社会主义市场经济运行需要的毕业生就业制度正在逐步形成和完善，与之相应的毕业生就业市场也已初具雏形并不断走向规范。对于求职择业期间的学生来说，只有首先从宏观上对就业制度和就业市场问题有所了解和认识，才有可能形成正确的择业观念和择业行为。本章即就此略作论述。

第一节 劳动人事制度及毕业生 就业制度改革

毕业生就业制度是国家整体劳动人事制度的一个组成部分。毕业生就业制度改革与劳动人事制度改革之间的关系极为密切。两者的改革发展趋势，均对毕业生的就业问题产生着直接的影响。

一、关于劳动人事制度改革

随着经济体制改革和政治体制改革的深入发展，我国劳动人事制度改革的步伐也逐步加快，政府机关推行国家公务员制度，事业单位逐步实行自主用人的聘用制度。国有企业实行合同用工制度，这些改革措施逐步打破统包统分的用人

制度，促进了劳动力资源合理配置。

1. 劳动就业制度改革概况

在过去相当长的时间里，我国的就业制度、就业模式为了适应当时的计划经济体制，在劳动用人制度方面实行了劳动力的统包统分。即国家对企业用工长期实行高度集中统一的指令性计划管理，依靠行政手段直接控制企业的用工数量、用工形式和用工办法。

这种统包统分的模式，忽视了企业和劳动者的自主行为，造成许多国有企业严重超员，包袱沉重，经营越来越困难，阻碍了生产力的发展。

1995年《劳动法》正式颁布实施，标志着我国已基本建立了符合社会主义市场经济发展需要的新型劳动用工制度。通过订立劳动合同的形式建立劳动关系，从根本上改变了以往计划经济条件下企业劳动用工依靠行政手段分配的管理体制，使企业和劳动者可以在平等的基础上实现双向选择，从而使劳动关系双方真正成为平等的主体，为培育和发展劳动力市场，建立统一、开放、竞争、有序的劳动力市场运行机制创造了条件。

在发展社会主义市场经济的条件下，要实现生产要素的优化配置，实现企业的生产经营从粗放型向集约型转变，必须建立与之相适应的劳动力就业机制，这就需要继续加快改革的步伐。我国人口众多，做好就业工作是一项长期任务。解决这一问题的根本途径，是保持国民经济的持续、快速、健康发展。此外，还要不断开拓新的就业领域，破除只有国有和集体单位才算就业的概念，破除把工作岗位分成高低贵贱的观念，破除靠国家安排就业、端铁饭碗的观念。

从目前看，拓宽就业渠道，需从以下几方面着手：

(1) 充分发挥中小企业在吸纳就业人员方面的重要作用。

(2) 更好地加快农村市场的开发步伐。

(3) 加快中西部特别是西部地区的开发步伐。

(4) 努力通过到国外搞工程承包、资源开发和经济技术合作等方式，带动国内相关企业的发展，缓解就业压力。

(5) 实行劳动预备制度，对城镇未能继续升学的初、高中毕业生，进行1~3年的职业技术培训后再上岗，延缓就业时间、提高劳动者素质。

由于长期以来重复建设、盲目建设以及企业经营机制深层次矛盾多年的积累，造成企业人员臃肿、人浮于事的现象。从长远看，随着各项改革的不断深入以及科技的进步和经济结构的调整，劳动力的相应调整与流动也会经常发生。根据国有企业改革的总体部署，并考虑到社会各方面的承受能力，中央要求，当前和今后一个时期，主要解决国有企业职工基本生活保障和再就业问题，争取用5年左右的时间，初步建立起适应社会主义市场经济体制要求的就业机制。同时要完善社会保障体系，在所有企业（包括个体、私营等非国有企业）以及外商投资企业的中方职工中推行和深化养老、医疗、失业等社会保险制度及住房制度的改革，建立健全社会保障体系，为劳动力资源的合理配置和正常流动创造条件。

2. 人事制度改革概况

我国的干部人事工作长期存在“能进不能出、能上不能下、干好干坏一个样”，领导职务终身制，人才难以流动等