



全国高协组织教材研究与编写委员会审定

个人发展与择业

曹广辉 主编

中国科学文化出版社

本书由全国高协组织教育发展中心、香港教科文出版有限公司资助出版
全国高协组织教材研究与编写委员会审定

个人发展与择业

主 编:曹广辉

撰稿人:王志宏 王少峰 王尔新 白树新 孙庆群
陈颖峰 石固欧 董连阔 于连坤 鲍远通
董双波 李焕旭 王占宇 赵晓峰

中国科学文化出版社

个人发展与择业

曹广辉 主编

出版发行:中国科学文化出版社

排 版:新天地文印中心

印 刷:盛源印务有限公司

开 本:850mm × 1168mm 1/32

印 张:12.4

字 数:320 千字

版 次:2002 年 3 月第 1 版

书 号:ISBN 962 - 8467 - 21 - 2

定 价:20.00 元

版权所有 翻印必究

编 委 会

主 任:丁德全

王纪安

副主任:曹广辉

委 员:王少峰

王尔新

白树新

孙庆群

陈颖峰

石固欧

董连阔

于连坤

鲍远通

董双波

李焕旭

前 言

随着我国市场经济体制的逐步完善,大学生自主择业已经成为现实。特别是我国已加入 WTO,更加快了人才流动和产业结构变化速度,新兴产业的建立与发展带来了新的就业机会和新的职业领域。与计划体制一岗定终身相比,为大学生实现人生价值提供了广阔的天地。可另一方面,受长期计划体制观念和高考指挥棒的影响,多数大学生,长期依赖父母、依赖学校、依赖老师,在获得选择自由的同时,往往伴生出巨大的困惑,甚至于家长、老师也力不从心。具有现代观念的大学生已不再把“学而优则仕”视为发奋读书的唯一动力了,希望经过十余年的寒窗苦读,为自己从事一个理想的职业或岗位,为了更好地实现人生价值,达到成就自己、报效社会的目的。

为此,为了解决大学生们在自主择业过程中的一些心理和观念上的困惑,更好地引导大学生择业,《个人发展与择业》一书应运而生。本书参编人员都是长期工作在学生就业指导 and 政府就业工作第一线的同志,我们本着教育工作者和政府就业部门特有的责任感,凭着对大学生就业心理的熟悉了解,群策群力,向大家奉献出了这本经验总结。

本书不仅帮助大学生树立正确的人生观、价值观和择业观,掌握求职择业技巧,成功选择一个踏入社会的初始职业,而且帮助大学生树立全新的职业生涯设计与职业生涯发展观念。以职业生涯设计、职业生涯发展为主线,统领全书的编写,全面介绍求职、择业、成才、发展的终身职业发展技能。帮助毕业生不断自我调整,适应社会发展,在全社会实现“人尽其才、才尽其用”。

本书帮助学生从入学开始就把握好职业生涯的航向,了解国家有关方针政策,将个人愿望、社会需求和国家需要有机地结合起来。帮助学生了解自我,了解职业,了解社会,“知彼知己”,顺利迈入社会,为开创美好事业打下坚实基础,本书为大学生自己创业也提供了基本方法,可供有志创业的青年参考。

为与现行政策、体制保持同步,全文附录毕业生择业必读的政策法规。帮助毕业生对国家的教育方针、就业政策、就业法规有具体的理解,避免盲目求职,并学会依法保护自身合法权益。

我们衷心希望本书的出版能够为即将走上社会大舞台的广大青年、学生提供帮助,愿每一位志愿报效祖国、实现自我人生价值的青年都能选择一个充分发挥自己才能的工作。让青春的生命在辉煌的新世纪闪闪发光。

本书编写得到了多方面的支持,广泛吸取了各人之长、各书之长,所参考书目在书后列出,在此表示衷心的感谢。

《个人发展与择业》编写组

目 录

第一篇 职业奠基

第一章 职业理念.....	(3)
一、职业与人生价值的实现	(3)
二、个人选择与社会需要	(7)
三、就业准备从入学开始.....	(10)
四、大学生应有的现代职业意识.....	(12)
五、确立正确的职业期望值.....	(16)
六、大学生职业理想定位.....	(21)
七、女大学生扬长避短自我完善.....	(28)
第二章 知识准备	(30)
一、现代职业应具备哪些素质.....	(30)
二、现代职业要求怎样的知识结构.....	(31)
三、学会学习为终生所用.....	(33)
四、知识储存厚积薄发.....	(37)
第三章 能力准备	(41)
一、能力是成功的重要因素.....	(41)
二、知识经济要求具备哪些能力.....	(44)
三、发现和提高自己的最佳才能.....	(46)
四、锻炼事业成功的能力素质.....	(48)
五、社会实践——提高能力的有效途径.....	(50)

六、勤工助学——能力、效益双丰收	(53)
七、职业资格证书,技能的凭证	(56)
八、完善自我,迎接挑战	(58)
九、大学校园影响成才的几大因素	(65)

第二篇 职业瞭望

第一章 职业认知	(71)
一、什么是职业	(71)
二、职业分类	(71)
三、WTO 对职业的影响	(78)
四、决定职业地位的因素	(83)
五、当代热门职业扫描	(91)
六、未来职业的瞭望	(98)
第二章 职业选择	(105)
一、行业选择	(105)
二、单位选择	(107)
三、地区选择	(110)
四、综合选择	(113)
五、认识企业	(113)
六、中国的国有企业	(118)
七、中国的民营企业	(119)
八、外企	(120)
九、三类企业就职利弊分析	(121)
十、新兴的 IT 业	(125)
十一、国家公务员的报考与录用	(134)
十二、影响大学生择业的因素	(137)
十三、抓住机遇,主动选择	(140)

第三章 创业立业	(143)
一、自主创业——青年面临的选择	(143)
二、树立创业理念	(144)
三、创业的时代特征	(145)
四、从创办小企业开始	(147)
五、创业的心理准备	(149)
六、创业的能力准备	(153)
七、创业的知识准备	(158)
八、创业过程	(161)
九、经营项目的选择	(167)
十、创办私营企业应办理哪些手续	(173)

第三篇 求职与应聘

第一章 把握就业信息与机遇	(177)
一、树立信息意识增强信息敏感性	(177)
二、获得信息的渠道	(178)
三、信息筛选	(180)
四、准确把握信息、抓住机遇	(181)
第二章 塑造良好的第一印象	(184)
一、求职面试要自信	(184)
二、装束仪表要大方	(185)
三、言谈举止要得体	(191)
第三章 写好求职信	(202)
一、弄清招聘者的要求	(202)
二、求职信的一般方法	(203)
三、求职信常见毛病与建议	(207)
四、履历的写作方法	(210)
五、电话求职方法	(219)
六、E-mail 求职方法	(220)

七、什么是电子简历？	(222)
第四章 面试技巧	(226)
一、面试前的准备	(226)
二、面试的内容与对策	(230)
三、面试中的一般技巧	(234)
四、面试提问与应答的规则	(239)
五、面试常规回答	(242)
六、面试实战分析	(248)
七、外企应聘技巧	(253)
第五章 签约	(259)
一、签约前的思考	(259)
二、大学毕业生签约程序概述	(261)
三、大学生要谨慎签约	(264)
四、劳动合同介绍及常见法律问题解析	(267)
五、警惕职场骗局	(270)

第四篇 透视自我

第一章 职业价值观自测	(277)
一、职业价值观类型	(277)
二、职业价值观自测	(278)
第二章 兴趣与择业	(283)
一、兴趣与成功	(283)
二、兴趣自测	(284)
第三章 个性特点与择业	(292)
一、性格与择业	(293)
二、气质与择业	(307)
第四章 能力与择业	(315)
一、能力概述	(315)
二、能力测验	(318)

第五篇 走向成功

第一章 迈好第一步,缩短适应期	(335)
一、实现社会角色转换	(335)
二、迈好第一步	(337)
第二章 发挥潜能,优化人品	(347)
一、充分发挥自身潜力	(347)
二、培养好的人品	(348)
第三章 成功之路	(350)
一、不断完善自己的知识结构	(350)
二、顽强拼搏,奋发向上	(351)
三、让理论在实践中升华	(352)
四、成功之路	(353)
第四章 让事业和家庭共完美	(356)
一、建立真正的爱情	(356)
二、建设理想的家庭	(357)
三、实现爱情和事业双丰收	(358)

第六篇 政策法规汇编

普通高等学校毕业生就业工作暂行规定(节选)	(361)
人才市场管理暂行规定	(366)
人事争议处理暂行规定	(374)
中华人民共和国企业劳动争议处理	(383)

第一篇 职业奠基

第一章 职业理念

一、职业与人生价值的实现

选择职业就是选择自己的未来,自己的人生。选择职业是人生的一个重大课题。人生价值,在某种意义上讲是由所从事的职业实现的。对于即将步入社会的大学生,作好职业选择将对自己人生未来产生重大影响。

(一)职业对人生的作用

职业及其运动本身,构成了人类社会存在的丰富内容,对维持社会稳定、创造社会财富、发展社会生产力具有积极、重大的作用。职业生活是人们生活的重要组成部分。解决好职业问题,对于促进人的社会化、促进个人发展、实现人生价值,都具有重要的意义。

职业对于人生的作用主要表现在三个方面:

第一,职业是生存基础。职业是人类谋生的基本手段。人们通过职业劳动取得生活来源,维持个人及家庭的生存,这是从事职业劳动的基本目的。通常,人们在评判某种职业时用“好”或“坏”来描述或形容,主要衡量标准是收入高低,其原因就在于职业是获得经济收入的载体,是个人赖以生存以及维持家庭生活的手段。由此,待遇优厚、收入较高的职业往往成为许多人向往和追求的目标。

第二,发挥个人才能,实现人生价值。职业不仅为人们的生存提供经济支持,同时也与人的理想联系在一起,包含着丰富的精神内容。职业可以满足个人兴趣,发挥个人才智,并从职业中获得名誉、地位、权利,得到心理上的满足。人生理想的实现,需要通过从事某种职业,通过在具体岗位上的创造性劳动。人们必须在某种

职业中,展示自己的智慧和才华,发挥自己的潜能,在职业劳动中实现自己的抱负和人生理想,从而实现自己的人生价值。辉煌的职业生涯带来辉煌的人生,人生幸福,也在于事业的成功。职业与人生价值联系在一起,因此,选择职业就是选择人生。为了实现人生价值,人们必须选择某种职业,必须对所选择和从事的职业具有发自内心的热爱,投身于所从事的职业劳动。

第三,创造社会财富。现实生活中,每个劳动者都是社会的一分子,既享受着社会所提供的服务,同时,又应承担一定的社会义务,为社会创造财富,为他人提供服务。多种多样的职业岗位既是接受社会所提供的教育、保障、服务的途径,又是个人为社会、为他人提供服务、做出贡献的途径。在选择职业时,把择业标准建立在为人类谋幸福、为社会做贡献的基础上,而不仅仅是为了物质利益和个人的名誉地位,人生才能从职业中获得幸福的体验。马克思关于职业选择的一段话富有激情,充满哲理,感人至深:“如果我们选择了最能为人类福利而劳动的职业,那么,重担就不能把我们压倒,因为这是为大家而献身,那时我们所感到的就不是可怜的、有限的、自私的乐趣,我们的幸福将属于千百万人,我们的事业将默默地,但是永恒发挥作用地存在下去,而面对我们的骨灰,高尚的人们将洒下热泪。”(《马克思恩格斯全集》第40卷,第7页)。

(二)职业与人的需要

需要是人类生存和发展的必要条件,是人对某种目标的渴求和欲望。一旦有需要动机,就会支配人的行为。需要是人类一切活动的基本动力,求职是人生的重大需要又是满足需要的手段。人们在求职过程中,会有大量的心理活动,这些心理活动受到需要的制约和驱使。需要按其性质既有物质需要,又有精神需要。美国心理学家马斯洛将人的需要分为“生理的需要、安全的需要、社交的需要、尊重的需要和自我实现的需要”五个层次。同时,人的需要又因人、因时、因地而异。在对待职业的问题上,求职的动机来源于人们谋生的需要和自我实现的需要。由于选择职业实质上

是在选择人生,因此,择业时人们都希望选择理想的职业。当然,对于什么是理想的职业,不同的人会有不同的认识。

对理想职业的追求反映了人们的人生观和价值观。所谓理想的职业,基本上还是与职业对人的作用相联系。虽然人们对理想职业的理解和认识各不相同,但其主要标准不外乎三个方面:第一,要有较高的收入,使个人及家庭得以过上富裕、舒适的生活;第二,要与个人的专业、兴趣和能力相符,以便能够适应和胜任,同时最大限度地发挥自己的潜能,或尽可能发挥自己的特长,从而实现自己的理想,实现自己的人生价值;第三,职业本身要有一定的社会地位和较好的声誉,并且要有一定的稳定性。大学生受到了高等教育,文化层次较高,选择职业时多数人以实现自己最大的人生价值为追求目标,表现出强烈的发挥个人才能的愿望。也就是说,大学生的择业动机具有较明显的自我实现的特征,以实现个人的职业理想为主流,以能力发挥和事业成功为主要目的。使自己的潜在能力得到充分的发挥。大学生的择业动机中虽然包含着对经济利益的追求,但多数人并不是局限于单纯追求高收入,而是注重或强调个人发展与经济利益的统一,把追求事业上的成功摆在首要位置。对于如何选择职业,有个大学生谈了自己的想法,他说:“我觉得职业不过是解决物质生活的工具。人生应该寻找的并非是轻闲的工作,而是最能施展才华的位置。若把职业看成是门面和地位的象征,那就谈不上创业与乐业了。”

(三)职业的社会功能

职业的功能指职业活动与职业角色对人,对社会的作用及影响。概括起来,主要有如下几个方面:

1. 决定着人们的生活方式

不同职业、职位给就业者带来的经济收入存在明显差别,经济收入的高低影响着人们的生活水平,对人们的生活方式也会带来巨大影响。不同的职业要求其就业者必须掌握不同的知识和技术,遵守不同的职业规范,由此便决定了不同职业有不同的思维方

式和工作方式。人们的消费方式、日常生活方式同样也受职业的影响。由于职业不但要影响人们的兴趣、能力和性格,而且还要影响其生活方式。所以,一旦长期从事某种职业,便会形成一种特定的个性心理和行为模式,形成一种特殊的职业生活模式。当一个人较长时期从事某种职业,已经形成的职业生涯模式将会长期影响其以后的生活方式,甚至可能影响其终身。

2. 实现社会价值的同时实现个体价值

人们从事某种职业,即就业与再就业大都是出于某种需要,并使个人的需要与社会的需要较好地结合起来。当今社会在个体价值的实现过程中,社会地位的高低,即经济收入的多少、社会权力的大小、社会声望的高低是择业的重要参数。此外,还有职业声誉、劳动环境条件、安全感和传统观念等。充分考虑这些因素,才能较好地体现个体价值。这些因素又无不受社会因素制约和影响,对大学生来说,个体价值的体现一定要与社会需要很好地结合起来。

3. 完善人们个性的手段

职业作为一个特定的社会角色,影响着就业者个人兴趣、能力及性格的形成和完善。如画家对色彩与审美等兴趣的培养与完善,人们能从事的职业对其能力的影响更大,如教师对其个人口头表达能力的完善,推销员对其社交能力的培养等;职业对人们性格的影响也很明显,严肃活泼、团结紧张的军营生活可以使人变得勇敢、机智,运动员职业能培养一个人坚韧不拔、顽强拼搏的性格。

4. 推动社会进步的动力

职业的形成是合理社会分工、充分发挥人们的聪明才智的结果。人类社会由科技、教育、经济和政治等诸方面构成,人类社会的发展也要靠这些方面的发展去推动。如科技的发展主要由专职科技工作者来推动,教师是推动教育发展的主力等等。在当今的社会里,每一项主要的工作,每一种重要的劳动以及社会活动,都有与之相应的职业。如体育成了职业,文学艺术成了职业,家务劳