

浙江省高校重点教材

大学生 就业指导

(第4版)

浙江省教育厅 组织编写

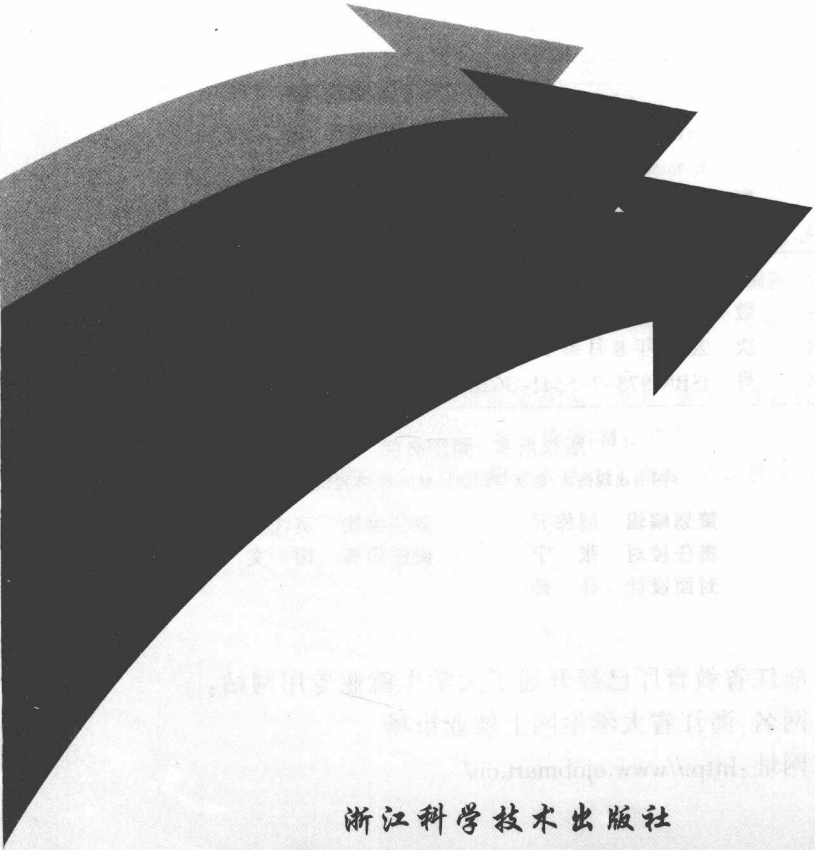
浙江科学技术出版社

浙江省高等教育重点教材

大学生就业指导

(第4版)

浙江省教育厅组织编写



浙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生就业指导/浙江省教育厅组织编写. —4 版.—杭州:
浙江科学技术出版社, 2009.8

浙江省高等教育重点教材

ISBN 978-7-5341-3620-7

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 107020 号

书 名 大学生就业指导(第 4 版)

组织编写 浙江省教育厅

出版发行 浙江科学技术出版社

杭州市体育场路 347 号

联系电话:0571-85158774

E-mail: zjkjzwy@163.com

印 刷 杭州钱江彩色印务有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 880×1230 1/32 **印 张** 8

字 数 220 千字

版 次 2009 年 8 月第 1 版 2009 年 8 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5341-3620-7 **定价** 15.00 元

版权所有 翻印必究

(图书出现倒装、缺页等印装质量问题,本社负责调换)

策划编辑 周伟元

责任编辑 莫沈茗

责任校对 张 宁

责任印务 田 文

封面设计 孙 菁

浙江省教育厅已经开通了大学生就业专用网站:

网名:浙江省大学生网上就业市场

网址:<http://www.ejobmart.cn/>

编 委 会

(按姓氏笔画为序)

王文勇	史永安	包奕峰	吕金海	伍大伟	许国君
孙 鹰	孙广福	严建雯	李晓华	李晓英	李海滨
杨勇春	吴 霖	张卫明	张伟波	张伟慷	张志军
陆桂芹	陈 刚	陈 晏	陈跃泉	竺 波	郑文山
郑庆照	俞金波	袁秀川	徐 勇	徐颖云	郭志平
黄 胜	黄新敏	曹仁清	梅亚明	董世洪	蒋肖波
惠太望	傅晓炜	鲁丽春	谢薇薇	潘燕军	

编 写 名 单

编 写 组 长:史永安

编写副组长:张志军 曹仁清 严建雯 吕金海 徐颖云

编 写 人 员:(按姓氏笔画为序)

李晓华	李晓英	李海滨	吴 霖	张卫明
郑文山	袁秀川	徐 勇	俞金波	郭志平
黄 胜	黄新敏	蒋肖波	鲁丽春	谢薇薇

前 言

改革开放三十年来,党中央、国务院坚持把教育摆在优先发展的战略地位,先后做出了一系列推进高等教育改革、加快高等教育发展的重大战略决策和部署。与之相适应的大学生就业制度打破了传统的“计划分配”模式,建立了“市场导向、政府调控、学校推荐、学生与用人单位双向选择”的就业机制。《中华人民共和国教育法》明确规定:“高等学校应为其毕业生和结业生提供就业指导与服务。”近年来,一方面,高等学校毕业生数量迅猛增加;另一方面,伴随着经济体制转轨、产业结构调整、国有企业转制、国家机关机构精简,原有接收毕业生的主渠道的接收能力降低,而新增长的就业点如私营、民营企业、基层及欠发达地区因相关政策尚不完善;同时,受国际金融危机影响,企业接纳高校毕业生的能力普遍降低,就业工作面临一些新情况、新问题。

在新的就业机制下,提供就业指导与服务,不仅是表层意义上的向毕业生提供就业信息和向用人单位推荐毕业生就业,而且是更深层次意义上的职业辅导与服务。高等学校除了要日益完善课程教育体系外,对学生的职业教育和职业辅导也越来越不容轻视。同时,不能狭隘地把就业指导与服务的对象局限于毕业生,职业教育与职业辅导必须贯穿于大学生学习的全过程,这是所有关注高校毕业生就业工作的有识之士业已达成的共识。

目前我国高校在职业指导方面普遍比较薄弱,大学生在职业生涯规划、职业定位、求职方法和途径等方面得不到有效的指导和帮助,有的学生专业成绩很好,但在社会上找不到适合自己的职业;有的学生具有远大的理想抱负,但在职业生涯中屡屡受挫,不知何去何从;有的学生不能及时适应工作要求,造成用人单位不得不对录

用的大学生实施再培训。凡此种种,影响了高等学校毕业生资源的合理配置,使毕业生不能充分学以致用、人尽其才,最终导致高等学校的教育质量难以得到全社会的广泛认可。这绝非危言耸听。

有鉴于此,适应新形势的需要,不断加强和改进就业指导与服务工作已迫在眉睫。这项工作的开展有许多行之有效的方式和途径,而开设职业发展与就业指导课是最重要的载体,这是毋庸置疑的。

教材乃教学之本。目前国内众多高校虽然已开设了职业发展与就业指导课,但使用的教材体例不一,参差不齐,它们或偏重理论分析,或偏重政策导读,或偏重个案陈述,而对大学生亟须的职业生涯规划和就业实践指导却较少顾及。

本教材由浙江省教育厅组织编写,是浙江省高等教育重点建设教材,浙江省委教育工委书记、教育厅副厅长蒋胜祥同志要求编写人员在编写中要注意分析直接影响大学生就业的因素,要注意分析大学生就业“结构性”问题的根源,要注意分析大学生的思想实际,按照教育部印发的《大学生职业发展与就业指导教学要求》精神,结合浙江省大学生就业工作实际编写。本教材按此要求,针对大学生这一群体的特点和求职择业的需要,并参考国内外就业指导的成熟做法,以理论分析与技术指导并举为编写原则,在内容编排上,注意理论性、系统性、全面性和实用性,从环境分析到择业技巧、从就业心理到创业深造、从素质要求到职业规划等,力求给予全方位的阐述、分析和诠释。为便于学生更好地理解各章节内容,我们还选择了一些案例,意在使教材更生动,实战性更强。当然,它的客观效果如何,尚有俟时间的评判。

本教材由史永安教授担任编写组组长,浙江工业大学张志军教授、曹仁清研究员、宁波大学严建雯副教授、杭州电子科技大学吕金海副教授、浙江理工大学徐颖云副教授协助编写,浙江工业大学、宁波大学、浙江理工大学、杭州电子科技大学、浙江中医药大学、中国计量学院、浙江财经学院、浙江海洋学院、浙江传媒学院、衢州学院、宁波职业技术学院、湖州职业技术学院等院校长期从事就业指导课教学工作的教师参加了本书的编写,他们都有着丰富的就业指导理

论和实践经验。

经过参加编写的全体同仁近一年的辛勤劳动,本教材终于在2009年得以顺利付梓,这是让我们每一个编写者感到欣慰的,而本教材能够在大学生就业中发挥其应有的效用,才是我们真正期待的。

限于水平,书中难免会有疏漏之处,敬请读者指正。

编 者

2009年7月

目 录	
绪 论	1
第一章 职业生涯与发展规划导论	5
第一节 职业的基本知识	5
第二节 职业与专业	9
第三节 职业生涯规划概述	17
第二章 职业生涯规划认知	29
第一节 评估自我	29
第二节 了解职业	39
第三节 认识环境	46
第三章 职业发展决策	53
第一节 职业生涯发展理论	53
第二节 职业目标的选择	59
第三节 职业目标的确定与实施	65
第四章 大学生职业素质培养	74
第一节 社会对大学生素质的基本要求	74
第二节 职业素质的基本要求	82
第三节 大学生职业素质的培养	89
第五章 大学生创业素质培养	102
第一节 大学生创业及其意义	102
第二节 大学生创业必备的素质和条件	110
第三节 大学生创业实践探索	121
第六章 大学生法律素养提升	133
第一节 大学生的法律意识	133

第二节 毕业生法律事务	137
第三节 毕业生权益保护	148
第七章 就业的程序与途径	157
第一节 就业程序	157
第二节 就业途径	164
第三节 就业指南	171
第八章 就业的方法与技巧	178
第一节 求职准备	178
第二节 应对测试的准备	183
第三节 自荐艺术与技巧	198
第九章 角色的转换与适应	205
第一节 及时转换角色	205
第二节 主动适应社会	211
第三节 尽快走向成功	217
典型案例汇总	225
参考文献	243

绪 论

教育是推动经济发展和社会进步的重要力量。加快高等教育发展,扩大高校招生规模,迅速造就规模宏大的专门人才队伍,不断满足人民对于高等教育的强烈需求,是党中央、国务院根据经济和社会发展形势的变化而做出的一项重大决策,体现和维护了广大人民的根本利益,对增强综合国力、提高国民素质、促进经济发展和社会进步具有深远的意义。第三次全国工作会议后,高等教育规模持续扩大,高等教育的发展充满生机和活力。2008年4月教育部发布的《2007年全国教育事业统计公报》显示:2007年我国共有普通高等学校和成人高等学校2663所,其中普通高等学校2263所,成人高等学校400所。普通高校中,本科院校1079所,高职(专科)院校1184所。全国各类高等教育总规模达到2907万人,高等教育的毛入学率达到23.3%。各类高等教育的发展在育人模式和人才培养结构等方面更体现出区域经济发展的需要和特色。以计算机网络技术为基础的远程教育从无到有,为广大人民群众特别是西部地区经济发展共享优质教育资源开辟了一条新途径。民办高等教育也取得快速发展,连同成人、电大、自学考试等多种类型的继续教育,开始形成我国的终身教育体系。

教育事业的发展促进了高等教育质量和水平的不断提高,具体表现为:第一,我国高校的育人质量和水平有了较大提高。高教战线始终把“育人”作为学校的根本任务,大力推进素质教育,不断深化思想理论课教育,进一步加强党的建设和思想政治工作,深入推进邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观“三进”工作,使青年学生的思想道德素质和文化科学素养有了明显提高,有效地促进了学生的创新精神和实践能力的培养。教育部于2001年8月发布了

《关于加强高等学校本科教学工作提高教学质量的若干意见》(教高[2001]4号文件),高校进一步加强教学工作,不断深化教学改革,教育质量得到明显提高。第二,高校的学术水平、科研能力和师资质量有了显著提高。近年来,高校的科学研究和技术应用取得了高水平的成果,建成了教育科研网、图书文献保障系统、现代化仪器设备共享系统等公共服务体系和一大批基础设施,有效促进了学科水平的提高和办学条件的改善。高校普遍加强了培养和引进优秀人才的工作,大力加强高水平的师资队伍建设,强化师德师风的建设,使教师队伍的面貌发生了根本的变化,高学历教师的比例有了较大幅度地提高,一批国内外知名学者脱颖而出。第三,高校的基地建设和校园环境建设上了一个新台阶。在国家的重视和支持下,新建成了一批国家重点实验室、国家工程研究中心和国家技术转移中心,形成了近千个重点学科。近几年来,高校校园建设力度普遍加大,校园环境不断改善,学校面貌焕然一新。

高等教育的目的是向全社会不断输送有用的合格人才,而大学毕业生是我国人力资源的重要组成部分,是社会主义现代化建设的重要力量。现阶段,我国大学毕业生面临着就业困难的问题,原因众多,比如,大学的人才培养模式、专业及其课程设置与社会人才需求不一致,具体表现为众多学生找不到合适的岗位、众多用人单位找不到合适的学生;比如,大学传统的教育教学方法、学生拥有的知识能力素质与用人单位的需求衔接不顺畅,具体表现为毕业后的大学生不一定能立即胜任岗位,还需要有较长时间的实习期和适应期;比如,大学生对就业地域城市、初始薪酬、岗位要求期望过高,具体表现为大学生在进入“大众化”高等教育阶段依然存有“精英化”就业期望,只希望拥挤在大城市,只瞄准高薪酬岗位。对此,社会、高校、学生都有着不可推卸的责任,单从高校就业工作方面来讲,普遍存在一些倾向:重就业结果轻就业过程、重就业市场轻就业课程、重就业推荐轻就业指导、重就业数量轻就业质量,等等,其结果极有可能造成高校就业工作的功利化和短期化。

对大学生进行就业指导是高校就业工作的重点之一。就业指导又称职业指导,从狭义上讲,是给要求就业的劳动者传递就业信息,

帮助劳动者求职与择业,为他们与职业之间牵线搭桥的过程。从广义上讲,是指为劳动者选择职业、准备就业,以及在职业中求发展等提供知识、经验和技能。它包括预测要求就业的劳动力资源及社会需求量,汇集传递就业信息,开展就业政策咨询和就业观教育,培养劳动技能,组织劳动力市场以及推荐、招聘等与就业有关的综合性社会咨询服务活动。因此,在大学阶段广泛而深入地开展就业指导,具有重要意义。对大学生而言,有利于自身的顺利就业及日后的发展与成才;对学校而言,可以作为人才培养全过程中的“包装”和“推销”环节,引导学生更接近并更容易融入社会;对用人单位而言,可以实现职与人的进一步匹配,促进双方的共同发展;对社会而言,有利于教育体制改革的进一步深化和人力资源配置的进一步合理化。

就业指导既是高校大学生就业工作的重要组成部分,也是高校大学生思想政治教育的重要任务,即通过对学生就业意识、职业道德、就业能力等方面的教育,帮助学生树立正确的人生观、价值观、职业观,让学生学会职业生涯规划,学会职业选择,顺利实现社会就业。它充分体现了学校以人为本、服务育人的思想。对即将离校的毕业生来说,就业指导的内容主要包括:就业观教育、就业政策讲解、就业信息提供、求职择业技巧指导、就业心理辅导和创业意识、创业精神等教育。随着大学生就业制度改革的深化,大学生就业指导工作普遍得到重视。特别是市场经济体制的建立和完善,以及高校大学生新的就业机制的建立,大学生就业工作由以就业市场的拓展和维护为主转向以就业指导教育为重心。在这一新的历史条件下,国家和社会对大学生就业指导和教育提出了新的更高的要求,并寄予了更高的期望。

职业生涯规划是做好就业指导工作的基础和前提,大学生职业生涯规划对大学生的职业发展有着极其重要的作用。首先,帮助大学生建立科学的择业观。大学生毕业时往往容易走向两个极端:一是盲目自信,更多地考虑自身需要而脱离实际,对求职单位和职业提出盲目的要求;二是怀着一种过于现实的心态,认为“只要社会需要的就是我们要选择和考虑的”,这显然与科学的择业观同样相距甚远。科学的择业观倡导的是建立在知己知彼基础之上的“人职匹

配”,系统的职业生涯规划有利于这种观念的建立与发展。第二,有助于大学生明确职位定位,提高就业市场配置的成功率。经过比较系统的职业生涯规划教育的学生,一般都有明确的职业方向,对第一次择业往往都很慎重,建立在供需双方共同需要的基础上找到一个相对适合自己的职业,从而降低人职不匹配现象的发生率。第三,有利于大学生发掘自我潜能,增强发展的目的性与计划性,提升成功的概率。一份好的职业生涯规划,能够引导大学生正确认识自身的个性特质及现有的潜在资源优势,重新对自我价值进行定位并使其持续增值;能够引导大学生对自己的综合优势与劣势进行对比分析,评估个人目标与现实之间的差距,并树立明确的职业发展目标与职业理想;能够使大学生进一步学会运用科学的方法,采取可行的步骤和措施,不断增强职业竞争力,实现职业目标与理想。

大学生职业发展与就业指导,是研究大学生职业生涯规划、职业发展与就业,并指导大学生规划职业与就业的一门学科。《大学生就业指导》系统地介绍了职业生涯规划 and 大学生就业指导的相关基础理论和详细方法,强调理论与实际相结合、知识与游戏相结合、学习与运用相结合的教学方法,设置思考题,帮助学生巩固学习重点;推荐课外参考书目,帮助学生加深理解;提供典型案例,指导学生实践。

大学生学习这门课程,就是要通过理论的指导,增长就业知识,提高就业能力和职业发展能力。因此,在学习这门课程时,首先要全面、系统地学习和掌握其理论知识体系;其次要注意理论联系实际,正确理解有关理论知识,并将其转化为自己的能力;进而要针对实际情况制订计划,强化训练,不断丰富、提高自己的知识、能力、素质,以增强大学生的就业能力和职业发展能力。

第一章 职业生涯规划导论

在一生中,人们几乎都在依托一定的工作、专业和职业,努力地成就自己的事业。凡事预则立,不预则废。一个人特别是当代大学生对职业生涯是否有明确的规划,会对自身的成长、发展产生巨大影响。

第一节 职业的基本知识

职位是与任职者一一对应的组织位置。工作是组织中一组职责相近的职位的集合。职业由不同时间内、不同组织中的相似的工作组成。

一、职业的内涵及特征

职业是人们为了谋生和发展而从事的相对稳定的、有经济收入的社会活动,是人的生活方式、经济状况、文化水平、行为模式、思想情操的综合反映,也是一个人的权利、义务、职责以及社会地位的一般性特征。

1. 职业的内涵

职业的内涵主要包括 5 层内容:经济性、技术性、社会性、连续性、规范性。

(1)职业的经济性。从事职业活动的就业者能获得经济收入,并且相对稳定、持续。

(2)职业的技术性。从事职业活动的就业者,需要具备相应的知识和技术。随着社会的进步和发展,许多职业对劳动者所具备的知识和技术水平的要求会越来越高。

(3)职业的社会性。从事职业活动的就业者,其从事的职业活动是个人在社会性劳动体系中从事的一种活动,也是为社会提供服务的过程。

(4)职业的连续性。从事职业活动的就业者,其从事的劳动是稳定的、螺旋上升的,具有明显的连续性。如果职业生涯出现断层,或者一条发展良好的职业道路突然掉转行进方向,对于职业发展来说就是一种“倒退”。

(5)职业的规范性。从事职业活动的就业者,其从事的每一种职业都有其特定的职业规范,即人们在职业活动中应该遵守的各种操作规则及章程。

2. 职业的特征

各种职业角色分布在社会各个领域,职业与职业之间、职业与人之间、人与人之间交织为一种社会关系,在职业活动中表现出了属于职业本身的多种特征,即同一性、区域性、差异性、稳定性和时代性。

(1)同一性。相同或相似的职业,其劳动条件、工作对象、生产工具等也基本相同或相似,促使人们形成相同或相似的行为模式和劳动、生活习惯。有共同的职业体验,也就有了共同的价值取向和对生活的理解、对职业的感悟,因而形成了诸如行业协会、商会等组织。

(2)区域性。职业分布的区域特征主要表现为自然环境的差异、城乡区别、经济发展的不平衡等因素造成的职业分布上的差异。如草原地区畜牧业比较发达,文教科研之类的职业在城市分布较多等。

(3)差异性。职业之间存在种种差异,这体现了社会本身的多种分工,也体现了劳动者相互间的差异,这种差异往往表现在社会责任、工作环境、工作对象、工作方式以及报酬等方面。

(4)稳定性。社会分工要求劳动者相对稳定,这样才能不断积累经验,不断丰富各个职业门类的知识。任何一个相对复杂的职业都需要具备一定的专业素质、能力素质、身体素质和道德素质的从业者,职业对从业人员的素质要求越高,该职业的稳定性也就越高。

(5)时代性。随着生产力的不断发展,社会分工不断细化,职业种类不断增加,不合时宜的职业消失了,或被另外的职业所覆盖。

3. 职业的形成

职业形成的过程包括:职业选择、职业准备、就业定位、职业适应和职业满足。

(1)职业选择。是个人从自己的职业能力和意向出发,在社会的不同职业岗位中选择其一的过程。

(2)职业准备。是个人为了能从事某种职业或获得某个职位,在一个相当长的时期内所做的准备工作。

(3)就业定位。指个体为了发挥才能,把自己定位在最适合的职业岗位上。

(4)职业适应。也称工作适应,是指个体对工作环境、工作任务、工作活动的适应,以及对自身行为和新的工作需要等的适应。

(5)职业满足。是指个体适应了职业后,获得的各方面的满足。

二、职业的功能

职业生活在人类社会生活中居首要地位,职业生活充实和丰富了人生发展的过程。职业生活质量高,对社会的贡献大,人生的价值就容易得到实现。因此,职业在人一生的发展过程中至关重要。

1. 从个人角度看职业所具有的功能

(1)个性功能。当一个人从事的职业符合其个人的特点、兴趣时,这个人的工作积极性就会得到充分发挥,也就促进了个性的充分发展。因此,职业活动是个体实现个性功能的重要渠道。

(2)贡献功能。职业活动既是一个不断创造和实现自身价值的过程,也是为社会创造价值的过程,个人对社会的贡献主要通过其从事职业活动的过程实现。因此,职业是个人为社会做贡献的重要途径。

(3)发展功能。人们通过从事职业生活,获得相应的荣誉、权力、地位和收入,满足了个人的需要,在促进个人发展的同时,也推动了社会向前发展。

2. 从社会角度看职业所具有的功能

(1)职业是社会分工的结果。职业是劳动者的社会角色,每个劳动者通过职业活动与社会发生关系,形成社会关系。

(2)职业是推动社会发展、维持社会稳定、加强社会控制的手段。职业结构的变化、职业层次间矛盾的解决,都是推动社会进步的动力。

(3)职业的存在和职业活动构成了人类社会的存在和社会活动。职业种类越多,社会活动越多样化,社会生活就越丰富多彩。

3. 从经济角度看职业所具有的功能

(1)职业是个人获得经济收入的来源。人们通过职业活动获取相对稳定的报酬,以维持个人生存、家庭生活及职业发展。

(2)职业劳动创造社会财富。人们通过职业活动为社会创造物质财富和精神财富,使社会不断进步。

(3)职业分工是构成社会经济制度运行的主体。随着社会不断进步,职业分工更加合理,社会经济制度也将越来越完善。

三、职业的发展

原始社会初期,氏族成员之间只存在着以性别、年龄等生理因素为基础的自然分工,不存在社会分工,因此也就没有明确的职业存在。随着生产力的不断发展,人类出现了3次具有重大意义的社会分工,产生了农业、畜牧业和手工业3种职业。随后,随着商品生产的发展,商业从农业中分离了出来。

社会分工的发展决定和制约着专业的发展。科学技术的进步、生产工具的改进和生产的社会化使分工越来越细致,专业化程度越来越高,职业门类也越来越多。如18世纪80年代,由于蒸汽机的诞生,产生了蒸汽机制造、安装、修理等多种职业。随着蒸汽机在许多行业中作为动力源使用,使这些行业发生了重大变化。蒸汽机在交通运输业中的应用,产生了蒸汽机司机、锅炉工、调度员、列车长、乘务员、站长、售票员、巡路工、扳道工、信号工等一系列职业,而且派生出火车头和车厢制造、信号灯制造和修理、火车票印制等众多相关职业,促成了新职业产生的连锁反应。又如,电的广泛使用,使人类进入了电器时代。家用电器的广泛使用,也同样为电器制造、安装、修理提供了许许多多的新职业。

科学技术的不断发展,电子计算机、核能、空间技术等高科技的