

大学生就业 知识问答

主 编 王德炎

副主编 王海滨 阮敏 刘义



北京交通大学出版社

大学生就业知识问答

主 编 王德炎

副 主 编 王海滨 阮 敏 刘 义

编委成员 郭 佳 刘 虹 仲福建 张 萍

北京交通大学出版社

· 北京 ·

内 容 简 介

本书分为四大板块,主要以400个问答的形式从职业生涯规划、就业政策法规、就业技巧、创业技能等方面进行指导,使大学生能轻松自如地了解、学习在职业生涯规划、择业、就业、创业过程中的各种知识,能较好地帮助大学生科学制定适合自己的职业发展规划,提高大学生就业创业能力,破解就业疑惑,清晰解决思路与方法。

本书十分适合高校教师和学生使用。

图书在版编目(CIP)数据

大学生就业知识问答/王德炎主编. —北京:北京交通大学出版社,2009.11

ISBN 978-7-81123-872-3

I. ①大… II. ①王… III. ①大学生-就业-问答 IV. ①G647.38-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第201904号

责任编辑:赵娟

出版发行:北京交通大学出版社

电话:010-51686414

北京市海淀区高粱桥斜街44号

邮编:100044

印刷者:北京交大印刷厂

经 销:全国新华书店

开 本:185×230 印张:9.5 字数:210千字

版 次:2009年11月第1版 2009年11月第1次印刷

书 号:ISBN 978-7-81123-872-3/G·89

定 价:16.00元

本书如有质量问题,请向北京交通大学出版社质监组反映。对您的意见和批评,我们表示欢迎和感谢。

投诉电话:010-51686043, 51686008; 传真:010-62225406; E-mail: press@bjtu.edu.cn。

前言

就业是民生之本。当前,大学生就业已成为国家、社会和高校最为关注的热点与难点之一。如何通过简明有效的方式帮助大学生学会规划自己的职业生涯、了解就业法规政策、掌握求职方法和途径、提高求职就业能力、树立创业理念、实现理想就业和创业呢?

《大学生就业知识问答》一书既考虑了就业理论体系的完整性,又突出了就业指导实践性,更重要的是能充分满足学生的实际需求。我们在通过对近几年大学生就业指导总结的基础上,深入基层,开展调研,与学生、用人单位、相关政府部门和校友广泛交流,参考了国内外职业规划与就业指导方面的著述,根据学生实际需求,编写了这本书。各高校大学生就业指导有些方面是相通的,本书在一些地方以绵阳师范学院为例论述了就业方面的具体问题,以便于学生掌握。

本书分为四大板块,主要以400个问答的形式从职业生涯规划、就业政策法规、就业技巧、创业技能等方面进行指导,使大学生能轻松自如地了解、学习在职业生涯规划、择业、就业、创业过程中的各种知识,能较好地帮助大学生科学制定适合自己的职业发展规划,提高大学生就业创业能力,破释就业疑惑,清晰解决思路与方法。学生不必正襟危坐,只要顺手翻看,看到就能记住,就能使用。

本书十分适合高校教师和学生使用。由于我们的水平和实践方面的局限,书中会存在一些欠缺和问题,诚恳地希望大家不吝批评指正。

编 者

2009年10月

目 录

第1篇 职业生涯规划基础知识

1 什么是职业?	2
2 影响职业发展的因素有哪些?	2
3 什么是职业生涯?	2
4 什么是职业生涯规划?	2
5 职业生涯规划的主要理论有哪些? ...	2
6 职业生涯规划应遵循哪些原则?	4
7 影响职业生涯规划的因素有哪些?	5
8 大学生进行职业生涯规划有何重要意义?	5
9 一个完备的职业规划书应该包括哪些部分?	5
10 大学生怎样进行职业生涯规划?	6
11 大学生进行职业生涯规划要从哪些方面考虑?	6
12 做好职业生涯设计应具备哪些方面的前提条件?	7
13 职业生涯规划应注意哪些方面的问题?	8
14 大学生怎样才能做好职业规划? ...	8
15 大学四年里你将如何制定和实施自己的职业生涯规划?	9
16 大学生活对职业生涯发展有哪些影响?	10

17 教师职业的内容是什么?	10
18 如何了解本专业应该学习的课程设置?	11
19 师范院校中的非师范生具有哪些优势?	11
20 大学期间如何制定社会实践规划?	11
21 如何选择参加社团?	11
22 社会实践有哪些作用?	11
23 社会实践的类型有哪些?	12
24 大学生如何进行学业规划?	12
25 大学生进行学业规划的关键因素有哪些?	12
26 如何熟悉职业环境?	12
27 如何尽快熟悉工作内容?	12

第2篇 就业政策与法规

28 目前,教育部有关大学生就业的政策主要是什么?	14
29 目前,我国关于大学生就业的法律主要有哪些?	14
30 什么是基层就业?	14
31 国家鼓励毕业生到基层就业的主要优惠政策包括哪些?	14
32 什么是基层社会管理和公共服务岗位?	14

33	什么是其他基层社会管理和 公共服务岗位?	14
34	什么是公益性岗位?	15
35	什么是公益性岗位社会保险 补贴?	15
36	什么是公益性岗位补贴?	15
37	学费补偿和助学贷款代偿的 政策内容主要是?	15
38	国家实施补偿学费和代偿助学贷 款的就业地域范围包括哪些?	15
39	学费补偿和助学贷款代偿的 标准和年限是多少?	16
40	中央部门所属高校毕业生如何申 请学费补偿和助学贷款代偿?	16
41	地方所属高校毕业生到基层就 业如何获得学费补偿和助学贷款 代偿?	16
42	到基层就业如何办理户口、 档案和党团关系等手续?	16
43	中央有关部门实施了哪些基层 就业项目?	16
44	什么是农村义务教育阶段学校 教师特设岗位计划?	17
45	农村教师特岗计划实施的地区 范围包括哪些?	17
46	农村教师特岗计划招聘对象和 条件是什么?	17
47	农村教师特岗计划的招聘程序 有哪些?	17
48	什么是选聘高校毕业生到村 任职?	17
49	选聘到村任职的对象是什么? 要满足哪些条件?	18
50	选聘到村任职的程序是什么?	18
51	什么是“三支一扶”计划?	18

52	什么是大学生志愿服务西部 计划?	18
53	参加中央部门组织实施的基层就 业项目, 服务期满后享受哪些 优惠政策?	18
54	大学生志愿者服务期间有 工资吗?	19
55	大学生志愿者在服务期间享受 哪些保险?	19
56	大学生志愿者服务期间可以参加 司法考试吗?	19
57	大学生志愿者如何才能享受到 考研加分的政策?	20
58	大学生志愿服务西部计划志愿 者如何才能享受报考公务员加分的 优惠政策?	20
59	服务期间, 大学生志愿者由什么 部门指导和管理?	20
60	服务期间, 大学生志愿者如何 参加党团活动?	21
61	服务期间, 大学生志愿者在工作、 生活中遇到困难该怎么办?	21
62	大学生志愿者服务期满后, 组织 单位安排就业岗位吗?	21
63	国家鼓励高校毕业生入伍, 这里的 “高校毕业生”如何界定?	21
64	征兵工作由哪个部门负责?	22
65	公民应征入伍需要满足哪些 政治条件?	22
66	公民应征入伍要满足哪些 基本身体条件?	22
67	面向高校毕业生的征兵预征 工作何时开始?	22
68	高校毕业生应征入伍要经过 哪些程序?	22

69	毕业生预征工作在高校由哪个部门负责?	23	85	高校毕业生应征入伍服义务兵役, 其户口档案存放在哪里, 如何迁转?	26
70	毕业生应征入伍服义务兵役享受哪些优惠政策?	23	86	没有参加预征的高校毕业生是否还可以应征入伍并享受有关优惠政策?	26
71	如何理解毕业生“优先报名应征”?	23	87	国家和地方重大科研项目包括哪些?	26
72	如何理解毕业生预征对象“优先体检、政审”?	23	88	哪些毕业生可以被聘为研究助理或辅助人员?	26
73	如何理解对高校毕业生预征对象“优先审批定兵”?	23	89	科研项目聘用的毕业生是否为在编职工?	27
74	如何理解对应征入伍的高校毕业生“优先选拔使用”?	23	90	科研项目承担单位与被聘毕业生签订的服务协议应包含哪些内容?	27
75	什么是士官? 与义务兵有什么区别?	24	91	服务协议的期限如何约定?	27
76	具有高等教育学历的士兵退役后, 享受哪些升学考学优惠政策?	24	92	服务协议履行期间可以解除协议吗?	27
77	什么是政法院校为基层公检法定向岗位招生?	24	93	被聘毕业生如何获取报酬?	27
78	应征入伍给予学费补偿和助学贷款代偿的内容是什么?	24	94	项目承担单位是否给被聘用的毕业生上保险?	27
79	高校毕业生应征入伍都可以享受学费补偿或助学贷款代偿政策吗?	24	95	被聘用的毕业生户口、档案如何迁转?	27
80	学费补偿和助学贷款代偿的标准是多少?	24	96	服务协议期满后如何就业?	27
81	实行学费补偿和助学贷款代偿的年限如何计算?	25	97	毕业生服务协议期满被用人单位正式录(聘)用后, 如何办理落户手续? 工龄如何接续?	28
82	申请学费补偿或助学贷款代偿的程序是什么?	25	98	鼓励高校毕业生到中小企业就业有哪些政策措施?	28
83	补偿、代偿的经费如何发放到符合条件的毕业生手中?	25	99	到中小企业就业可否在当地落户?	28
84	因个人原因被部队退回, 毕业生已获补偿、代偿的经费要被收回吗?	26	100	到中小企业就业档案如何管理?	28
			101	什么是人事代理?	28

102	高校毕业生怎样办理人事代理?	28	120	困难家庭高校毕业生如何向学校申请求职补贴?	32
103	什么是社会保险? 包括哪些险种?	29	121	面对求职困难, 毕业生该如何应对?	32
104	高校毕业生怎样办理社会保险?	29	122	离校后未就业高校毕业生如何获得相应的就业指导和服务?	32
105	什么是服务外包和服务外包企业?	29	123	离校未就业高校毕业生在哪里可以办理求职登记和失业登记?	32
106	目前服务外包产业主要涉及哪些领域及地区?	29	124	离校未就业高校毕业生登记失业后, 可以享受哪些服务和政策?	32
107	服务外包企业吸纳高校毕业生有哪些财政支持?	29	125	什么是社会保险补贴政策?	33
108	高校毕业生怎样提升自主创业的能力?	30	126	什么是公益性岗位补贴政策?	33
109	高校毕业生自主创业, 可以享受哪些优惠政策?	30	127	什么是职业技能鉴定补贴政策?	33
110	什么是小额担保贷款? 小额担保贷款的用途是什么?	30	128	什么是职业培训补贴政策? 如何申请职业培训补贴?	33
111	申请小额担保贷款额度是多少? 贷款期限有多长?	30	129	离校后未就业高校毕业生如何申请参加职业培训?	34
112	怎样申请小额担保贷款? 在哪些银行可以申请小额担保贷款? ...	30	130	离校后未就业高校毕业生如何获取职业资格证书?	34
113	哪些项目属于微利项目?	31	131	什么是就业见习?	34
114	我校扶持大学生创业的措施有哪些?	31	132	离校后未就业高校毕业生如何参加就业见习?	34
115	大学生创业扶持基金的申报程序有哪些?	31	133	就业见习期限有多长?	35
116	大学生创业扶持基金的归还时限有何规定?	31	134	就业见习单位给毕业生上保险吗?	35
117	困难家庭高校毕业生包括哪些毕业生?	31	135	离校未就业高校毕业生参加就业见习享受哪些政策和服务?	35
118	就业困难高校毕业生包括哪些毕业生?	31	136	公共就业服务免费提供哪些服务内容?	35
119	机关、事业单位对招录(聘)困难家庭毕业生有何优惠?	32	137	国家相关部委开展的“大学生就业促进行动”的具体措施有哪些?	35

138	我校帮扶就业困难毕业生的具体措施有哪些?	35	156	参加选调生选拔有哪些条件和要求?	39
139	研究生入学考试报考条件是什么?	36	157	参加选调生选拔有专业限制吗?	40
140	什么是政审? 其内容和形式有哪些?	36	158	怎样参加选调生选拔?	40
141	硕士研究生录取的原则和标准是什么?	36	159	选调生与各单位招录的国家公务员有何区别?	40
142	招生单位对符合教育部复试基本要求, 但由于招生人数限制而不予录取的考生如何进行调剂?	36	160	毕业生的生源地如何鉴定?	40
143	应届大学本科毕业生被录取为硕士研究生后, 对保留入学资格, 先到合适的岗位工作一段时间再回来学习有何规定?	36	161	什么是报到证?	40
144	推荐应届本科毕业生免试录取为硕士研究生有哪些规定?	37	162	报到证有什么作用?	40
145	什么是公务员?	37	163	哪些学生不发报到证?	41
146	公务员报考条件是什么?	38	164	报到证有期限吗?	41
147	如何报考公务员?	38	165	报到证遗失怎样申请补发?	41
148	国家公务员考试的内容是什么?	38	166	毕业生报到时用人单位拒绝接收怎么办?	41
149	什么叫国家公务员考试录用制度?	38	167	毕业生因表现不好而在报到后被用人单位退回怎么办?	41
150	国家行政机关在什么情况下可以录用公务员?	38	168	毕业生个人要求用人单位退回, 学校还受理吗?	42
151	国家公务员录用的基本程序是什么?	39	169	毕业生到用人单位报到需要哪些手续?	42
152	国家公务员录用面试的原则是什么?	39	170	毕业生报到误期怎么办?	42
153	国家公务员录用面试的内容是什么?	39	171	在校期间犯有错误(含毕业前夕犯有错误)的毕业生能否签发报到证?	42
154	什么是选调生?	39	172	毕业生到用人单位报到应注意些什么?	42
155	如何报考选调生?	39	173	毕业时未落实就业单位的毕业生怎么办?	43
			174	升本毕业生如何就业?	43
			175	毕业生、结业生和肄业生有何区别?	43
			176	结业生如何就业?	44
			177	肄业生如何就业?	44
			178	什么是户口迁移证?	44

179	户口有哪些作用?	44	200	常见的“合同陷阱”有哪些? ...	50
180	什么是毕业生的档案?	44	201	毕业生在就业过程中常见的试用期“陷阱”有哪些?	51
181	毕业生档案有哪些作用?	44	202	报考研究生的毕业生可否与用人单位签协议?	51
182	档案可以自带吗?	44	203	单位承诺应聘者试用期合格后再签订劳动合同, 这样做合法吗?	51
183	如果在毕业后想一边考研一边找工作, 则档案又该如何处理? 是放在学校还是放到人才市场?	45	204	劳动合同法律约束力的主要表现是什么? 发生劳动争议怎么办?	52
184	档案转递过程中毕业生应注意哪些事项?	45	205	毕业生到私营、个体和外企等非公有制企业就业应注意哪些问题?	52
185	毕业生档案材料主要有哪些内容?	45	206	“四金”具体指什么? 是怎么计算的?	52
186	毕业生在校期间所受的处分能否撤销?	45	207	怎样办理违约手续?	52
187	毕业生档案的寄交时间及毕业生如何跟踪自己的档案?	46	208	什么叫改派?	53
188	毕业生在毕业时档案、人事关系有哪些处理方法?	46	209	毕业生办理改派手续应出具什么资料、到哪些部门办理手续? ...	53
189	什么是协议书?	46	210	毕业生什么情况下可以改派?	53
190	何谓就业协议?	46	211	我校毕业生怎样才可另行签约?	53
191	为什么要签订就业协议书?	46	212	如果与原签约单位违约有什么后果?	54
192	就业协议和劳动合同有什么区别?	47	213	改派的程序怎样?	54
193	签订就业协议的程序是什么? ...	48	214	为什么要制定《就业促进法》?	55
194	个人如何考察与选择用人单位?	48	215	国家应当把促进就业放在经济社会发展的什么位置?	55
195	哪些就业协议为无效协议?	48	216	我国的就业方针是什么?	55
196	签约时应注意哪些问题?	48	217	劳动者在就业方面享有什么权利?	55
197	毕业生按照什么程序签订《全国普通高等学校毕业生就业协议书》?	49			
198	签订《全国普通高校毕业生就业协议书》应注意哪些事项?	49			
199	怎样正确对待签约时用人单位的补充条款或补充协议?	50			

218	国家倡导什么样的就业观念? ...	55	234	就业原则是什么?	57
219	根据《就业促进法》,在促进 就业方面用人单位有什么权 利与义务?	55	235	如何保障特殊群体的平等就业 权利?	58
220	为了促进就业,国家对哪些企业 和人员依法给予税收优惠?	56	236	县级以上人民政府应当为劳动者 免费提供哪些公共就业服务? ...	58
221	《就业促进法》规定对哪些人员给予 免除行政事业性收费的优惠? ...	56	237	哪个部门对《就业促进法》的 实施情况进行监督检查?	58
222	用人单位和职业中介机构在维护 公平就业中承担什么义务?	56	238	对于企业和劳动者双方来说, 《劳动合同法》更侧重保护谁 的权益呢?	58
223	《就业促进法》关于妇女平等 就业权的具体规定是什么?	56	239	什么是“民办非企业单位”?	59
224	《就业促进法》关于少数民族平等 就业权的具体规定是什么?	56	240	事业单位在编制外招用劳动者, 必须签劳动合同吗?	59
225	《就业促进法》对残疾人平等 就业权的具体规定是什么?	56	241	劳动者到新单位后,什么时候 开始签劳动合同?	59
226	《就业促进法》对传染病病原携带 者平等就业权的具体规定是 什么?	56	242	订立劳动合同的原则是什么? ...	59
227	什么是就业援助?	57	243	用人单位自用工之日起超过一年 仍未与劳动者签订劳动合同 怎么办?	59
228	国家采取哪些办法和途径,对就 业困难人员实行就业援助?	57	244	劳动者在应聘到一家用人单 位时,有哪些知情权?	60
229	就业困难人员的法定界定标准 是什么?	57	245	用人单位能扣押劳动者的 身份证吗?	60
230	就业困难人员具体包括哪些范围 的人员?	57	246	大学应届毕业生提前签订劳动 合同,劳动关系从何时起算? ...	60
231	对违反《就业促进法》规定实施 就业歧视的,劳动者可以采取什 么措施维护自己的合法权益? ...	57	247	劳动合同分为哪几种类型?	60
232	职业中介机构扣押劳动者居民 身份证等证件的,要承担什么 法律责任?	57	248	劳动合同该由谁持有?	60
233	职业中介机构向劳动者收取押 金的,要承担什么法律责任? ...	57	249	劳动合同必须具备什么条款? ...	61
			250	签订劳动合同时,试用期如何 规定?	61
			251	试用期是否包含在劳动合同 期限内?	61
			252	劳动者试用期的工资有最低 标准吗?	61

253	在试用期内,用人单位能随意解除劳动合同吗?	61
254	试用期间单位应该给职工缴纳社会保险吗?	62
255	劳动者有辞职自主权吗?	62
256	试用期内可以随时“走人”吗? ...	62
257	单位不为劳动者转移档案怎么办?	62

第3篇 就业技巧及心理调适

258	什么是就业?	64
259	什么是就业观?	64
260	什么是就业指导?	64
261	就业指导的任务是什么?	64
262	大学生就业指导的主要内容有哪些?	64
263	国家规定在校期间高校毕业生可以获得哪些就业指导和 服务?	65
264	我校就业主管部门(招生就业处)为大学生提供哪些服务? ...	65
265	毕业生就业程序是什么?	65
266	我国就业的主要领域是什么? ...	65
267	就业的误区主要有哪些方面? ...	66
268	高校毕业生就业的基本立足点是什么?	66
269	什么是求职信?	66
270	求职信的格式是什么?	66
271	求职信基本内容应包括哪些? ...	66
272	写求职信时应注意哪些问题? ...	67
273	什么是简历?	67
274	个人简历主要包括哪些内容? ...	67
275	个人简历的制作要求是什么? ...	67
276	制作简历应把握哪些原则?	67

277	写个人简历应注意哪些事项? ...	68
278	优秀简历有哪些特征?	68
279	个人简历是不是做得越花哨越好?	69
280	求职材料主要包括哪些内容? ...	69
281	作为师范生来讲,除了毕业证和学位证书外,哪些证书最为重要?	69
282	作为非师范生来讲,除了毕业证和学位证书外,哪些证书最为重要?	69
283	我校有统一的就业推荐表吗? ...	69
284	如何填写《毕业生就业推荐表》?	70
285	不如实填写推荐表会有什么后果?	70
286	求职材料制作流程是什么?	70
287	何谓供需见面会?	70
288	何谓“择优推荐,双向选择”?	70
289	参加大型招聘会应注意什么? ...	71
290	怎样推销自己?	71
291	什么是就业信息?	71
292	学校公布就业信息的方式有哪些?	71
293	怎样上学校就业信息网?	71
294	就业信息网的功能有哪些?	72
295	收集就业信息的原则是什么? ...	72
296	获取就业信息的主要渠道有哪些?	72
297	什么是面试?	72
298	面试有哪几种方式?	73
399	面试主要考查哪些内容?	73
300	面试前要做哪些准备?	74
301	面试中常见的问题主要有哪些?	74

302	面试如何才是讲礼貌?	76	326	向用人单位介绍自己的优点和 特长越详细越好吗?	84
303	讨论薪酬的原则是什么?	76	327	面试后应注意哪些问题?	85
304	面试中如何提问?	76	328	不同职业的服饰要求是什么? ...	85
305	应聘者的哪些行为会导致面试的 失败?	77	329	男士着装有哪些要求?	86
306	应答面试问题应把握什么 原则?	77	330	面试时男士穿西装要注意哪些 问题?	86
307	用人单位问及自己的缺点和不 足时应怎样回答?	77	331	领带的佩戴要求是什么?	86
308	面试时应注意哪些问题?	78	332	面试时女士着装的要求有 哪些?	87
309	面试谈吐的忌讳有哪些?	78	333	面试时仪容修饰的要求有 哪些?	87
310	面试时怎样恰当地运用语言 表达技巧?	78	334	面试时对仪态的要求有哪些? ...	87
311	在面试时怎样正确地运用 手势?	78	335	在结束面试告辞时应注意 哪些礼节?	88
312	面试时回答问题有哪些技巧? ...	79	336	握手的正确姿势是什么?	88
313	面试时如何消除紧张心理?	79	337	握手应注意哪几个方面?	88
314	刁钻的问题如何回答?	80	338	电子简历有哪些特殊要求?	89
315	如何在“小组面试”中脱颖 而出?	80	339	网上求职的形式主要有 哪些?	89
316	怎样应付群体面试?	81	340	网络求职应注意哪些事项?	90
317	国家公务员录用考试面试的主 要内容是什么?	81	341	参加网上招聘应注意哪些 事项?	90
318	参加国有企业面试时应注意 哪些事项?	81	342	视频面试有哪些技巧?	90
319	民营企业对人才有哪些要求? ...	82	343	如何进行电话求职?	91
320	外企面试时主要考察应聘者 哪些素质?	82	344	什么是笔试?	91
321	外企面试时常问哪些问题?	82	345	笔试的形式主要有哪些?	91
322	教师招聘面试主要考查哪些 东西?	83	346	笔试有何技巧?	92
323	面试时哪些问题不能问?	83	347	公务员考试应注意哪些 事项?	92
324	哪些身体语言会影响面试?	84	348	参加笔试应注意什么问题?	93
325	面试前应该了解公司哪些 信息?	84	349	公务员笔试时要做哪些 准备?	93
			350	国家公务员的考试类型和 内容有哪些?	93

351	什么是就业能力?	94
352	在校期间高校毕业生可以通过哪些途径提升就业能力?	94
353	就业能力的主要内容是什么?	94
354	面对求职困难, 毕业生该如何应对?	94
355	什么样的毕业生不受社会欢迎?	95
356	公务员的必备素质有哪些?	95
357	离校后未就业高校毕业生如何获得相应的就业指导和服务? ...	95
358	离校后未就业高校毕业生如何申请参加职业培训?	96
359	离校后未就业高校毕业生如何获取职业资格证书?	96
360	求职中的诈骗现象及防骗技巧有哪些?	96
361	求职应具备哪些心理素质?	97
362	大学生求职过程中常见的心理矛盾有哪些?	98
363	大学生求职过程中常见的心理问题有哪些?	98
364	不良的职业定向心理有哪些? ...	100
365	大学生如何进行择业心理调适?	101
366	影响毕业生择业的因素是什么?	101
367	如何把握你的择业期望值?	101
368	怎样增强你在择业中的自信心?	101
369	女大学毕业生择业时要注意什么?	102
370	女大学毕业生要克服哪些择业心理障碍?	102

371	女大学毕业生的择业优势有哪些?	103
372	怎样根据自身特点选择职业?	103

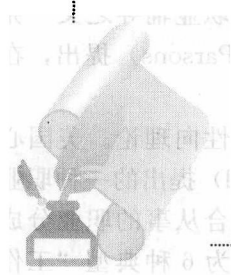
第4篇 创业技巧

373	什么叫自主创业?	105
374	什么是高校毕业生创业?	105
375	国家对高校毕业生创业推出了哪些引导性行业?	105
376	国家对高校毕业生创业有哪些扶持政策?	105
377	促进高校毕业生创业的目的是什么? 有何重大意义?	105
378	促进高校毕业生创业应坚持的原则是什么?	105
379	创业应具备哪些能力?	106
380	创业者需具备哪些方面的意识?	106
381	哪些人不适合创业?	107
382	大学生创业应该具备哪些条件?	107
383	大学生自主创业成功的关键有哪些要素?	107
384	大学生创业成功需要哪些个人要素?	108
385	大学生创业具有哪些优势?	108
386	大学生创业有哪些劣势?	108
387	大学生创业有哪些准备?	109
388	创业计划书应该具备哪些内容?	109
389	大学生创业如何办证?	110
390	自主创业注册公司有哪些程序?	110
391	资金有限的创业者如何走出第一步?	111

392	与人合伙创业需要注意些 什么?	111	附录 A	中央部门组织实施的基层就业 项目	115
393	创业过程中存在哪些风险?	112	附录 B	“三年百万”高校毕业生就业 见习计划 2009 年度目标任务 安排	118
394	如何规避创业过程中的 风险?	112	附录 C	四川省各市(州)毕业生就业 主管部门的名称、地址及联 系电话等信息表	120
395	大学生创业的基本程序 是什么?	112	附录 D	中央有关部门和地方部门高校 毕业生就业主要网站	121
396	大学生创业过程中的误区 有哪些?	112	附录 E	各省市高校毕业生派遣 规定	123
397	创业融资的基本原则 是什么?	112	附录 F	各种雇主最看重的基本 能力	130
398	如何面对创业的失败?	113	参考文献		134
399	创业前要考虑哪些问题?	113			
400	对大学生来讲, 选择哪些 创业方向比较好?	113			

第 1 篇

职业生涯规划基础知识



1 什么是职业?

职业是一种参与社会分工,利用专门的知识和技能为社会创造物质财富和精神财富,获得合理报酬,将其作为物质生活来源并满足精神需求的活动。

2 影响职业发展的因素有哪些?

影响职业发展的因素有个人因素和环境因素两个方面,即内因和外因。个人因素有个人职业取向、个人能力、个人职业定位、人生阶段等;环境因素有经济状况、政治制度、文化氛围、社会阶层等社会环境因素,以及业务类型、发展规模、企业文化、管理制度、领导者素质和价值观等工作环境因素。

3 什么是职业生涯?

职业生涯是指一个人一生中的所有与职业相联系的行为与活动,以及相关的态度、价值观、愿望等的连续性经历的过程。

4 什么是职业生涯规划?

职业生涯规划简称生涯规划,又叫职业生涯设计,是指通过个人和组织相结合,对个人职业生涯的主客观条件进行测定、分析、总结、研究,尤其是对兴趣、爱好、个性、能力、价值观、特长、经历以及存在的不足等各方面进行综合分析的基础上,确定其最佳的职业奋斗目标,并为实现这一目标做出行之有效的安排。

5 职业生涯规划的主要理论有哪些?

职业生涯规划的理论主要包括职业选择理论、职业生涯发展理论、职业锚理论和职业生涯规划决策理论。

1) 职业选择理论

(1) 帕森斯的职业-人匹配论。“职业-人匹配论”又称帕森斯的特质因素理论,这是最早的职业辅导理论,可以追溯到20世纪初。这个理论由“职业辅导之父”弗兰克·帕森斯(Frank Parsons)提出,在当时非常流行。

(2) 霍兰德的职业性向理论。美国心理学家霍兰德(Holland)提出的一种职业性向理论,把人按照适合从事的职业分成6种类型,而职业归属为6种典型“工作环境”中的一种。主要观点是认为,职业性向(包括价值观、动机和需要等)是决定一个人选择何种职业的重要因素。

2) 职业生涯发展理论

(1) 金斯伯格的职业发展理论。美国著名职业指导专家金斯伯格,对职业生涯的发展进行过长期研究,他的理论被广泛应用于实践。金斯伯格的职业发展理论分为幻想期、尝试期和现实期。①幻想期(处于11岁之前的儿童时期)。儿童们对大千世界,特别是对于他们所看到或接触到的各类职业工作者,充满了新奇、好玩的感觉。此时期职业需求的特点是:单纯凭自己的兴趣爱好,不考虑自身的条件、能力水平和社会需要与机遇,完全处于幻想之中。②尝试期(11~17岁)。这是由少