

附件 1-17

人文素养教师（就业指导、创新创业方向）岗位 试讲内容

教学内容:

第八章第一节：大学生就业准备指导的思想准备（教材：
大学生职业生涯规划与就业指导（主编：唐承泽、康瀚文、
陈娟）

重点：大学生就业误区及就业思想准备的内容，可自备案例

教材封面



教学内容

第一节：思想准备



当 28 岁的欧拉仅用两天时间就将几位数学家几个月得出的结论进行了完美的证明时，举世震惊。但年轻的他却十分平静，他早已知道这是必然的结果：他深知自己为此付出的心血。

当斯坦梅茨仅用 3 天时间就使数名工程师几个月也不能修好的机器重新启动时，整个工厂的人都对他刮目相看。他却平静地说：“这一切源于我几十年的积累。”

当默默无闻的挪威年轻小提琴手奥勒·布尔在一个小时之内登上了世界音乐殿堂的巅峰时，有谁知道这位杰出的小提琴家，多年以来一直坚持不懈地练习拉琴？通过不断地练习，他的技艺早已成熟到后来他出名时的那个程度了。那一个小时只是个机遇，他早已为此做好了准备。

有的人成功看起来只是源于运气，但在那出人意料的成就背后，却是多少辛勤的努力，因为真理只有一个：成功只留给有准备的人。

成功的秘密在于，当机遇来临的时候，你已经做好了把握住它的准备。对于那些懒惰者来说，再好的机遇，也是一文不值；对于那些没有做好准备的人来说，再大的机遇，也只会彰显他的无能和丑陋，使他变得荒唐可笑。

第一节 思想准备

所谓思想准备就是要求大学生在求职择业之前，树立正确的就业观，在正确就业观的指导下，合理择业。

思想准备是精神上的准备，思想准备的效果将影响毕业生的择业倾向及择业过程中知识与能力的展示等，思想的准备是大学生求职择业准备工作的首要部分。

一、就业思想误区

目前，一些大学生在择业时，思想上常常存在以下几个方面的误区。

一是主次不分。部分毕业生以选择一个好地方为目的，择业以地域为主而非以事业为主。二是定位不准。不少人对自己的期望值偏高，只要是不符合自己原先划定条件的单位



则一概不考虑，甚至宁可暂时待业。三是物质至上。只顾眼前利益，求职择业以金钱为主要衡量标准，忽略职业的发展前景。四是大树底下好乘凉。只想依靠关系网得到工作和生活上的照顾，贪图安逸，忽视自身素质的锻炼和提高。五是缺乏自知之明。有的人不知道自己属于哪种类型，不知道自己适合干什么，不适合干什么，缺乏必要的自我分析能力。有的人觉得自己什么都能干，什么都敢干，却不知道这些职业应具备一些什么样的知识和能力。六是这山望着那山高。部分毕业生存在违约现象，诚信意识有待加强，给个人、学校和用人单位都带来了不好的影响。

二、大学生就业思想准备

对于大学生来说，就业是走向独立的起跑线，是锻炼自我，提高自身能力的良好契机，因此必须在以下几个方面做好思想上的准备。

（一）要有积极主动的求职意识

很多大学生在对学校或专业的选择上，因受这样、那样因素的影响，并没有把自身情况与职业生涯有机地联系起来。如有的同学是为了获取最大的被录取可能，而选择了自己并不了解或自己并不喜欢的专业；有的同学是受当时社会热点的影响而随波逐流，选择那些所谓的热门专业；有的同学是受家长、中学老师及亲朋好友建议的影响，以他人的尺度来选择自己的专业；有的同学则是因分数低或志愿没报好而被调剂录取。因而，从总体上来讲，大学生对所选专业及将来自己所适应的职业等问题可能处于盲目状态。等到即将毕业，尤其是面临择业问题时，往往感到手足无措，更难以适应就业制度的变革和人才市场的激烈竞争。当专业的选择已成事实时，大学生应抓紧了解自己的专业，明确自己所学专业培养目标及使用方向，树立专业思想，并主动将个人发展与社会需求结合起来，跟上社会发展变化的步伐，变被动为主动，提高自己的综合素质，提升自己的竞争力。在毕业前，注意收集社会各方面特别是与本专业有关的用人信息，树立自我推销的求职意识，凭借自己的实力叩开职业大门。

（二）要正确认识自己，自觉适应社会

毕业生在择业过程中，普遍存在着期望值过高的现象。在这种情况下，正确认识自我、端正就业态度，全面了解社会，明确就业方向，处理好专业与需求，实惠与志趣，眼前利益与长远利益的关系，说不定会“退一步海阔天空”，因此毕业生在选择职业前应该首先认真想一想，自己有什么才干、能力和专业特长，自己的各种素质能力可以做什么工作，适合从事什么职业，然后在素质、能力同现实可供选择的职业或工作岗位之间搭起一座或几座桥梁，择路而行。尽量避免理想主义，及时调整就业期望值，不刻意追求最满意的结果。

（三）要有立大志、干小事的思想准备

要成就一件大事业，必须从小事做起。古人说过：“一屋不扫，何以扫天下。”走出校



门,步入社会一定要有放下架子,甘当小学生的思想准备。如果整天想着做大事,而不屑于做小事,不仅社会不欢迎,“大事”也做不好。在工作岗位上认认真真地学习,踏踏实实地做好本职工作,不要花架子,不靠嘴皮子,这就是一种能力,一种生活的能力,一种能干大事的能力。应该把自己远大的理想落实在一步一个脚印的努力之中,立足于普普通通的工作岗位,要以一个普通人的姿态去从事每一项极普通、极平常的工作,在寻常的工作中看清终极目标,创造光辉的业绩。

(四) 要更新就业观念,树立正确的就业观

1. 竞争的就业观

就业制度的改革,竞争机制的引入,旨在充分调动学校、用人单位和毕业生3个方面的积极性,实现人才的合理配置。在就业活动中,大批毕业生集中在短时间内就业,使市场竞争压力加大。所以,一味地怨天尤人并不能解决问题,自暴自弃只能使自己的人生变得毫无价值。择业竞争机制的引入,对于毕业生来说,是一种新的考验,每位毕业生都要适应这种现实,冲破传统观念,强化竞争意识,勇敢地面对竞争的挑战和压力,承受在人才市场和竞争机制尚不完善的条件下所遇到的种种困难和阻力,因此树立竞争的就业观是很有必要的。

一般来说,就业的竞争观主要包括以下4个方面。

(1) 要有强烈的竞争意识。全国每年都有数百万的高校毕业生要在短短几个月的时间内集中实现就业,就业市场的压力可想而知。同一个岗位,往往聚集了许多求职者,若想获得岗位,唯有竞争。缺乏主动竞争的思想准备和积极参与竞争的行动,显然难以顺利实现就业,特别是难以理想的就业。

(2) 要培养雄厚的竞争实力。归根结底,竞争中比拼的还是实力。要想在就业竞争中获胜,必须具备雄厚的竞争实力。竞争实力是综合素质的体现,包括思想品德素质、知识结构、心理素质、特长和应聘技巧等。在公开、公正、公平的竞争原则下,竞争实力是实现个人择业的理想的“资本”。所以,高校毕业生一定要在就业前增强自己的竞争实力,练好“内功”。

(3) 要坚持正确的竞争原则。就业竞争是客观、现实的,同时也是较为残酷的,但竞争必须要符合社会道德规范。具体地说,竞争应坚持公正、公开、公平的原则,反对尔虞我诈、相互诋毁、弄虚作假、瞒天过海。在就业竞争面前,要保持自己的人格尊严,诚实守信,凭自己的实力并运用恰当的竞争技巧赢得用人单位的肯定。

(4) 要保持良好的竞争心态。只要是竞争,就会有成功的喜悦和失败痛苦。这就要求参与就业竞争的高校毕业生,保持良好的竞争心态,增强接受失败的心理承受力。当择业过程中遇到失败时,应积极设法寻求新的机遇,努力争取下一次就业竞争的成功,做到“胜不骄,败不馁”,一步一步地实现自己的职业理想。

2. 自主就业观

就业是大学生自己的事,大学生要自己动手,自己求职择业。要把自主择业的观念渗



透到求职择业的各个阶段。

第一个阶段，获取信息阶段。高校毕业生获取就业信息的渠道有很多，如政府信息发布会、因特网、报纸和学校就业指导中心等，还可以通过亲戚、朋友、同学或学长等来获取。高校毕业生要主动出击，收集信息。

第二个阶段，信息遴选阶段。对获取的用人单位信息进行去粗取精，去伪存真，遴选出两三个可靠的、理想的、适合自己的岗位，并对其进行深入细致地考查了解。这样，有利于加强就业的针对性，使准备更加充分，如果把获取信息阶段说成是“漫天撒网”，那么信息遴选阶段就是“重点捕捞”。

第三个阶段，求职阶段。这时应主动与用人单位接触，包括写求职报告，准备自荐材料，并开始自荐或请人推荐。在这个阶段，毕业生需要注意，态度要积极，不要放过任何一个适合自己的机会。

3. 动态就业观

就业是一个动态过程，就业之后，也可能会失业，面临再就业，一个人很难保证在一个单位工作一辈子。随着科学技术的发展，产业结构调整的速度加快，知识更新、产业高级化趋势加速，传统产业逐渐被新型产业代替，就业岗位在不断变化，就业者轮换的频率也在逐渐加快。其实，通过合理流动，找到最适合自己的工作，发现最能施展自己才华的岗位，无论对用人单位还是对个人都是一件好事。所以，毕业生要树立动态就业观，积极参与择业的竞争，用自己的学识和技能，实现自己的人生价值。

4. 自主创业观

“大众创业，万众创新”是当前社会的主流趋势。事实上，自主创业也是就业。随着对外开放步伐的加快和产业结构的调整，社会已为有志青年提供了自主创业的机遇。有真才实学的人最适合自主创业，经营自己的事业的。所以，青年学生要立创业之志，走创业之路，建创业之功，树立自主创业观，通过自主创业解决自己的就业问题。



扫一扫学一学

（五）要正视成功与失败，勇敢地面对挫折

择业本身既是一次主客观相碰撞的过程，又是优胜劣汰的过程。“双向选择”的结果会有成功，也会有失败，成功了固然喜悦，失败了也不要悲伤。职业选择体现一个人多层次的价值系统。谋求理想的职业，实际上是在寻找理想与社会的最佳结合点。但最佳结合点往往很少。在择业中如果一遇到挫折就会苦闷、焦虑、失望，就会感到脸上不光彩，甚至感到心灰意冷，自暴自弃，到头来永远不会成功。双向选择的本质意义是一种激励手段，对优胜者是这样，对失败者也是如此。它对失败者并不是淘汰和鄙视，相反能促使失败者振作起来，彻底摆脱“等、靠、要”的就业心态，加快自强不息的转化过程，成为新的开拓者。在择业的过程中，挫折是一种鞭策，是造就强者的必经之路，应该把挫折看作是锻炼意志、增强能力的好机会。