



大学生就业指导 与创业指导

张 溪 楼世礼 主编



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社

大学生就业指导 与创业指导

主编 张 溪 楼世礼

副主编 庄 强 李 果 彭彦华 杨雄伟



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生就业指导与创业指导/张溪,楼世礼主编. —武汉:武汉大学出版社,2010.9

ISBN 978-7-307-08052-2

I. 大… II. ①张… ②楼… III. 大学生—职业选择—高等学校—教材 IV. G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 150118 号

责任编辑:胡国民

责任校对:刘欣

版式设计:马佳

出版发行:武汉大学出版社 (430072 武昌 珞珈山)

(电子邮件:wdp4@whu.edu.cn 网址:www.wdp.com.cn)

印刷:湖北鄂东印务有限公司

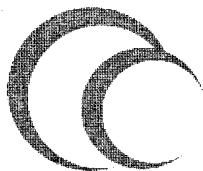
开本:787×1092 1/16 印张:15 字数:347千字 插页:1

版次:2010年9月第1版 2010年9月第1次印刷

ISBN 978-7-307-08052-2/G·1738

定价:28.00元

版权所有,不得翻印;凡购买我社的图书,如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请与当地图书销售部门联系调换。



前 言

随着我国高等教育改革的不断深化,越来越多的有志青年走进高等学校接受教育,成长为新一代的知识青年。大学生就业群体不断扩大,面对经济全球化和市场经济的激烈竞争,大学生就业所面临的问题和困难不断增加。而高校毕业生就业情况的好坏直接影响到学校生源质量和学校的生存和发展,更关系到整个高等教育的健康、持续发展及社会的和谐构建。面对当前严峻的就业形势,加强、完善大学生就业指导工作,编写针对性强的就业与创业指导教材已经迫在眉睫。

当前各高校对就业指导工作越来越重视,也编写了一些就业的指导教材,但很多教材过于强调职业生涯理论体系的完整性,理论概述所占篇幅比较大,职业生涯规划与就业与创业指导放在一本书里讲授,且实际案例不多,有关国家政策和国家法律法规不完整,创新创业教育的内容较少。这些都为我们编写新的实用性教材提出了更高的要求。

大学生就业指导应该将德育教育、素质教育、创新创业教育有机结合,分阶段贯穿于学生培养的全过程。本书立足实际、注重创新,收集了大量有关大学生就业、创业的案例,并加之以精辟的点评,力求在三个方面有所创新。一是坚持以人为本,以实现人的全面发展为目标。客观分析大学生就业过程中存在的问题,以转变观念、抓住机遇、迎接挑战为教育重点,努力体现学校教育、指导的作用,既便于教师的引导,又便于学生的应用,让学生感到本教材可信、可用、可读性强。二是内容具有鲜明的时代气息。我们运用大学生就业创业的相关理论和知识,每一小节都运用大量的典型案例,为当代大学生提供实用性、全程化和针对性强的大学生就业和创业指导。书中的案例鲜活,点评细致入微,针对性强,与正文形成了有机的整体,对于增加课程教学效果,理解有关知识,并形成正确的就业理念有着不可替代的作用。三是将大学生就业创业的核心能力,以模块的形式列出。大学生就业能力的培养是本书的重要内容,我们把大学生就业和创业的核心能力以模块的形式列出,旨在帮助大学生更好地认知自我,了解职业生涯规划,学会如何根据自身的需要,树立科学、理性的职业发展观,找到合适的职业生涯之路,进一步提高就业能力,从职业的角度了解评价自己,拾遗补阙,弥补不足,有针对性地学习、锻炼、完善自我。

在编写本教材的过程中,编者参考引用了很多学者、专家的著作和研究成果,再次一一表示感谢!

由于作者水平有限，书中难免有不当之处，敬请专家及广大读者批评指正。

编者

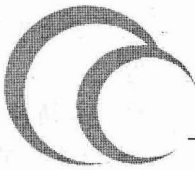
2010年6月

目 录

Contents

| | |
|------------------------------|-----|
| 第 1 章 就业观念和就业心理 | 1 |
| 1.1 就业观念 | 1 |
| 1.2 就业心理..... | 10 |
| 第 2 章 职业形象 | 25 |
| 2.1 职业形象概述..... | 25 |
| 2.2 职业形象的外形塑造..... | 32 |
| 2.3 职业形象的行为提升..... | 41 |
| 第 3 章 职业道德 | 47 |
| 3.1 认知职业道德..... | 47 |
| 3.2 敬业..... | 49 |
| 3.3 诚信..... | 51 |
| 3.4 忠诚..... | 55 |
| 3.5 尊重..... | 60 |
| 3.6 借口..... | 64 |
| 3.7 珍惜工作..... | 67 |
| 第 4 章 职业意识 | 72 |
| 4.1 责任意识..... | 72 |
| 4.2 规范意识..... | 80 |
| 4.3 质量意识..... | 86 |
| 4.4 团队合作意识..... | 93 |
| 第 5 章 礼仪拓展 | 100 |
| 5.1 电话礼仪 | 100 |
| 5.2 致意礼仪 | 105 |
| 5.3 尊位礼仪 | 112 |

| | |
|-------------------------------|-----|
| 第6章 求职技巧 | 121 |
| 6.1 就业信息收集 | 121 |
| 6.2 求职自荐材料 | 127 |
| 6.3 笔试 | 131 |
| 6.4 面试 | 134 |
| 6.5 面试后的工作 | 142 |
| 第7章 学习型个人 | 144 |
| 7.1 学会学习 | 144 |
| 7.2 自觉学习 | 148 |
| 7.3 终身学习 | 153 |
| 7.4 坚持不懈地学习 | 158 |
| 7.5 创造性学习 | 159 |
| 第8章 大学生就业政策和就业法规 | 172 |
| 8.1 大学生就业政策 | 172 |
| 8.2 高校就业管理部门的职责及工作程序 | 175 |
| 8.3 大学生就业签约及就业报到程序 | 176 |
| 8.4 人事代理制度 | 182 |
| 8.5 大学生就业法规常识 | 183 |
| 8.6 社会保险 | 190 |
| 第9章 创业指导 | 192 |
| 9.1 认知创业 | 192 |
| 9.2 创新与创业 | 198 |
| 9.3 个人创业资源 | 202 |
| 9.4 创业计划书的制订 | 214 |
| 9.5 成功创业所需基本技能 | 221 |
| 9.6 创业风险 | 230 |
| 参考文献 | 235 |



第1章 就业观念和就业心理

教学目标：

- (1) 认识正确的就业观念；
- (2) 了解就业过程中的不健康心理；
- (3) 学习如何正确应对就业过程中的各种心理。



教学重点与难点：

- (1) 引导学生树立正确的就业观念；
- (2) 帮助学生调整就业心理。

“如果你想种植几天，就种花；
如果你想种植几年，就种树；
如果你想流传千秋万世，就种植观念！”

1.1 就业观念

你每天工作的动力是什么？工作给经理看，然后从他那里领取每个月的工资？是否以为自己反正是在为公司打工，做多做少，做好做坏，和自己没有多大的利害关系？

学习不是为老师，工作也不是为公司。你不是在公司打工，更不是为了拿每月的薪水，你是在为自己的梦想打工，为自己的远大前途打工。工作的最大价值在于它教给你经验、知识。通过工作，你能够提升自己，从而变得更有价值。工作不代表你整个人，但你对工作的态度却能决定你会成为怎样的一个人。正确的就业观念是我们打开成功之门的钥匙，它直接决定了人的言行举止，在任何时候都起着先导的作用。从奔月传说到载人宇宙飞船遨游太空，从飞翔的梦想到飞机的诞生，从苹果落地到地心引力，说到底都是观念更新、思想进步的结果。而我们的工作也是如此，不同的就业观念将造就我们不同的职业轨迹。

1.1.1 观念1——忠诚：职场的立身之本

忠诚是一种品德，是一个人内心深处的情感。忠诚从小的方面讲，它是对一个家庭、一个组织、一个集体的责任；从大的方面讲，它是我们每一个社会的人对国家民族所应承担的义务。我们中华民族古往今来就有许多的忠诚之士，当然也免不了有卑劣之徒。有秦桧也有岳飞，有庞涓也有孙宾，也因此有了遗臭万年和流芳百世。

所以，忠诚无论作为一种优秀的传统精神，还是作为现代企业的一种企业精神，都是我们每个人应该具备的品质。在一个企业里，我们需要的是一批忠诚于企业的员工。因为忠诚，他们才能尽心尽力，尽职尽责；因为忠诚，他们才能急企业之所急，忧企业之所忧；因为忠诚，他们才敢于承担一切。

案例一：

忠诚的汤姆

小狗汤姆到处找工作，忙碌了好多天，却毫无收获。他垂头丧气地向妈妈诉苦说：“我真是一无是处的废物，没有一家公司肯要我。”

妈妈奇怪地问：“那么，蜜蜂、蜘蛛、百灵鸟和猫呢？”

汤姆说：“蜜蜂当了空姐，蜘蛛在搞网络，百灵鸟是音乐学院毕业的，所以当了歌星，猫是警官学校毕业的，所以当了保安。和他们不一样，我没有接受高等教育的经历和文凭。”

妈妈继续问道：“还有马、绵羊、母牛和母鸡呢？”

汤姆说：“马能拉车，绵羊的毛是纺织服装的原材料，母牛可以产奶，母鸡会下蛋。和他们不一样，我什么能力都没有。”

妈妈想了想，说：“虽然你没有受过高等教育，本领也不大，可是，一颗诚挚的心就足以弥补你所有的缺陷。记住我的话，儿子，无论经历多少磨难，都要珍惜你那颗金子般的心，让它发出光来。”

汤姆听了妈妈的话，使劲地点点头。

在历尽艰辛之后，汤姆不仅找到了工作，而且当上了行政部经理。鸚鵡不服气，去找老板理论，说：“汤姆既不是名牌大学的毕业生，也不懂外语，凭什么给他那么高的职位呢？”

老板冷静地回答说：“很简单，因为他很忠诚。”

点评：

毫无疑问，任何一个公司都倾向于选择忠诚的员工，哪怕其能力在某些方面稍微欠缺一些。一个员工固然需要精明能干，但再有能力的员工，如果不能以公司利益为重，不能忠诚于自己的企业，则仍然不能算是一名合格的员工。

当今社会，一个人努力谋求个人利益、实现自我价值是天经地义的事。但是，遗憾的是很多人没有意识到个性解放、自我实现与忠诚并不是对立的，而是相辅相成的。很多人在职场中一直抱着“骑驴找马”的心态，他们把企业当成过渡时期的旅店，对事不认真，对物不珍惜，眼中只有自己，总在寻找下一个工作。其实，这些人可能不知道，作为公司的一分子，给予公司忠诚，你才能够得到你所需要的。因为一种职业的责任感和对事业的忠诚一旦养成，就会让你成为一个值得别人信赖的、可以被委以重任的人。

忠诚是国家的需要，是团队的需要，也是个体的需要。忠诚不是一种纯粹的付出，忠诚会有丰厚的回报，个体是忠诚的最大受益人。虽然你通过忠诚工作所创造的大部分价值并不属于你个人，但你通过忠诚工作所树立的声誉则完全全属于你个人，你将在人才市场上变得更具有竞争力，你的名字也会因此而变得更具含金量。

1.1.2 观念2——敬业：成功的基石

每个职员都想获得老板青睐，可是怎样做才能给老板留下好印象呢？

表现你的敬业精神，是最佳办法。如果说忠诚是职场的立身之本，那么敬业的工作态度就是你成功的基石。

什么是敬业？敬业就是对所从事的工作和事业从心底里充满着敬畏、尊重和努力追求实践的态度，以及把工作和事业做好、做强的实际行动。具体的表现为忠于职守、尽职尽责、一丝不苟、全心全意、善始善终等职业道德，其中糅合了一种使命感和责任感。

在这个世界上，没有不需承担责任的工作，相反，你的职位越高、权力越大，你肩负的责任越重。不要害怕承担责任，要下定决心，你一定可以承担任何正常职业生涯中的责任，你一定可以比别人完成得更出色。敬业的最佳代言人就是给加西亚将军送信的安德鲁·罗文中尉。这个被授予勇士勋章的中尉，他最宝贵的财富并不是他卓越的军事才能，而是他优秀的个人品质。

案例二：

送给加西亚的信

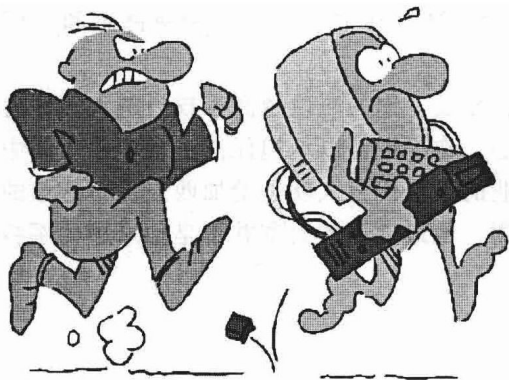
那是在100多年前，美西战争即将爆发，为了取得战场上的主动权，美国总统麦金莱急需一名合适的送信人，把信送给古巴的加西亚将军。军事情报局向总统推荐了安德鲁·罗文。罗文在接到总统交给他的“送信”任务时，是怀着一种对国家的忠诚和无私的敬业精神，无条件地立即执行，并克服了常人难以克服的种种困难，将个人的生死置之度外，战胜了艰难险阻，终于在预定的时间内完成了“送信”任务。这种高度的责任感和无私的敬业精神，像一把火炬照亮了人们前进的方向，提升了人生的价值，铸造了一种民族魂。

点评：

人有了敬业精神，就决不会让自己流于平庸。全力争做一个异常优秀的人，不仅会做别人要求他做的，而且要能够超越人们的期望，不断追求卓越，把工作做得尽善尽美。

我们每个人应该扪心自问：“我能把信送给加西亚吗？我有这种无私的敬业精神和大无畏的奉献精神吗？”在需要你承担重大责任的时候，马上就去承担它，这就是最好的准备。如果不习惯这样做，即使等到条件成熟了以后，你也不可能承担起重大的责任，你也不可能做好任何一种重要事情。

一个人的成功不仅在于能力，从根本上来讲，在于态度和自我品质的形成，即如何让自己变得更优秀？如何让自己的努力发挥出更大的绩效？敬业的工作态度可以帮你。比别人勤奋一点，就能超前别人一大步。个人能力与绩效的提升最能说明问题。老板可能没有看到你忘我工作的身影，但不会对你的进步视而不见。自我能力的提升、自我价值的增强，是你敬业精神的最好回报，也是成就事业的重要条件。在这个社会上，你是作为人物出现，还是作为人才或人手出现，都在于自己的选择。

1.1.3 观念3——主动：始终比他人领先一步

在现代职场中，有两种人永远无法取得成功：一种人是做不好老板交代的事情，另一种人是只做老板交代的事情。前者毋庸置疑，是能力的问题，无法取得成功也是必然。而后者只做老板交代的事情，意味着什么呢？这说明你没有思想，对目前所做的工作不够用心，不肯动脑筋多想一步。还说明你不肯为工作投入自己的热情和智慧，只是被动地应付工作。虽然遵守纪律、循规蹈矩，却缺乏责任感，只是机械地完成任务，而没有创造性地、主动地工作。如果一直是这样的心态，渐渐地会连老板交代的任务也完成不了。

案例三：**阿诺德与布鲁诺的故事**

在英格兰的一家餐饮店，老板同时雇用了两个同年龄、同学历的年轻人，并且他们都拿着一样的薪水。过了半年，阿诺德得到了老板的嘉奖，加了薪；而布鲁诺却还在原地踏步。布鲁诺很不满意老板，认为这是不公的待遇。终于有一天他到老板那儿发了一通牢骚。老板一边耐心地听着他的抱怨，一边在心里思量着怎样消除

布鲁诺的抱怨。“布鲁诺先生，您现在到集市上去，看一下今天早上有什么卖的，好吗？”老板开了口。

布鲁诺很快从集市上回来，向老板汇报说：“今天集市上只有一个农民拉了一车土豆在卖。”

“有多少土豆呢？”老板问道。

布鲁诺赶快戴上帽子又跑到集市上去，然后回来告诉老板，一共有40袋土豆。

“价格是多少呢？”老板又问道。

于是，布鲁诺第三次跑到集市上，问来了价格。

“好吧，现在请您坐到这把椅子上，一句话也不要说，让我们看看别人是怎么做的。”老板说。

老板把同样的任务交给了阿诺德，他很快也从集市上回来了。

他向老板汇报说：“到现在为止，只有一个农商在卖土豆，一共有40袋，价格是1英镑每袋，土豆很新鲜，我带回了一个样品，您可以看看；对了，这个农商明天还会弄来三箱西红柿，据我所了解，昨天他拿到集市上的两箱西红柿物美价廉，卖得很快。考虑到我们的库存不多，这样便宜的西红柿，我想老板您或许想进一些作为存货，所以我把这个农商请来了，他现在正在门外等着您的回话，老板。”老板此时回头笑着对布鲁诺说：“现在您肯定知道为何阿诺德的薪水比您高了吧？加油吧，小伙子！”

点评：

很多人就是这样，认为自己是给老板打工的，只做与自己职责相关，并与自己所得薪水相称的那些工作，这样一种心态定位，使他只盯着自己分内的那些工作，而不想额外多干一点，甚至经常以老板苛刻为理由，连自己分内的工作都不努力去做，敷衍塞责，撞钟混日，被动地应付上司分派下来的工作，结果几年过后，除了拿那点薪水，毫无所获，甚至因态度不积极，自己的那份工作和薪水也保不住。抱着这样的心态工作，只会不断地失去工作。

或许你是名忠诚敬业的员工，然而你也要明白，兢兢业业、尽忠职守并不够，老板需要的是全力以赴、尽善尽美。在工作中，你要做需要做的工作，而不仅仅是“我分内的工作”。热情主动地对待你的工作，你一定可以做得更好。主动出击吧，你会获得比别人更多的机会。

1.1.4 观念4——合作：众人划桨开大船

员工在个性特点上要具有合群性，几乎已成为各种企业的普遍要求。个人英雄主义色彩太浓的人不太容易立足。因此，想要做好一件事情，绝对不能仅凭个人爱好独断专行。只有通过不断沟通、协调、讨论，优先从整体利益考虑，集合众人的智慧和力量才能做出为大家接受和支持的决定，才能把事情做好。

团队中的每一个成员的工作对于整个团队和团队内其他员工而言，都具有非常大的价值，同时团队的成功也会加速每个成员的成功。在和团队一起前行一起进步的过程

中，你会发现自己收获了成功。

案例四：

天堂和地狱的故事

一个生前经常行善的基督徒见到了上帝，他问上帝天堂和地狱有何区别，于是上帝就让天使带他去天堂和地狱参观。

到了天堂，天堂的大门开了，映在他的面前的是灯火通明、金碧辉煌。他看到一张很大的餐桌，桌上摆满了丰盛的佳肴，围着桌子吃饭的人都拿着一人多高的筷子和勺子。不过令人不解的是，这些可爱的人们都在相互喂对面的人吃饭。可以看出，每个人都吃得很愉快。天堂就是这个样子呀！他心里有些失望。

接着，天使把他带到了地狱，地狱的大门开了，映在他的面前的是和天堂一样的场景。他心中纳闷：天堂怎么和地狱一样呀！天使看出了他的疑惑，就对他说：“不用急，你再继续看下去。”

过了一会儿，用餐的时间到了，只见一群骨瘦如柴的人来到桌前入座。每个人都拿着一人多高的筷子和勺子，他们拼命地用筷子和勺子往嘴里夹菜吃饭喝汤。可是由于勺子实在太长了，每个人都无法把勺子内的饭送到自己口中，这些人都饿得大喊大叫。

点评：

天堂还是地狱，是凭借自己的能力独享结果，还是合作互助达到双赢，看你自己的选择。在人生的道路上，个人英雄很少，一个人的力量始终是有限的，但是点滴的个人力量却能聚集而成强大的力量。

事实上，你每一天的工作都需要上级的提携、同事伙伴的帮助，以及别人的大力配合。在公司里，你和你的同事就是一个团体，大家的能力各异，擅长的方面也互不相同，一些你解决不了的问题，对别人而言或许就是轻而易举的事情；同样，别人解决不了的事情对你来说也许很容易。他们也是你的资源和力量，不要忘记了这份宝贵的资源。你们需要同舟共济，一起成功。

1.1.5 观念5——学习：成长的生命线

学习是人类（个体或团队，组织）在认识与实践过程中获取经验和知识，掌握客观规律，使身心获得发展的社会活动，学习的本质是人类个体和人类整体的自我意识与自我超越。这不仅是人类学习活动最本质的特征，而且是人类创造力的最根本的源泉，学习是个体生存的必要手段。

我国著名心理学家潘菽对人类的学习下了这样的定义：人的学习是在社会实践中，以语言为中介，自觉地、积极主动地掌握社会和个体的经验的过程。这个定义说明，人类的学习需要个人的自觉行动，积极参与，主动获取；吸收的内容可以是知识，可以是

技能，也可以是智慧；学习的范围既可以是整个社会，也可以是某个个体。你如果不自觉、不主动、不积极，你就不会产生学习的行为。从某种意义上说，你在学校有学籍，并不意味着你进入了学校的学习。

同理而论，马上我们就要告别校园步入社会了，这也意味着我们即将结束自己的求学生涯，开始另一段精彩的职业生涯了，那我们是不是就不用再学习了呢？



案例五：

生死奔跑

在广袤的非洲大草原上，每当羚羊醒来的时候，进入它脑海里的第一个念头就是我要向着太阳升起的地方奔跑，一定要比跑得最快的狮子还要快，不然我就会被吃掉。与此同时，狮子也从睡梦中醒来，它的第一个想法也是我要向着太阳升起的地方奔跑，一定要比跑得最慢的羚羊快，不然我就会被饿死。所以就有这么一个景象，当东方刚露出鱼肚白的时候，羚羊和狮子都迈开它们矫健的腿向着太阳升起的地方跑去！

点评：

就像故事告诉我们的一样，优胜劣汰不仅是自然界生存的基本法则，也是我们职场竞争中的法则。

在风云变幻的职场中，我们所赖以生存的知识、技能和车子、房子一样，会随着岁月的流逝不断折旧。而企业作为一个经济实体，以营利为第一目的，为了达到这个基本目的，老板们常常要解雇一些员工，同时也吸收新的员工进来。这是每天都会有一些常规的整顿工作。不管业务多么繁忙，这种优胜劣汰的现象一直存在。随着那些思维活跃、能力超强的新人或者经验丰富的业内资深人士不断地涌进你所在的行业或公司，这也就意味着你每天都得与他们竞争，而那些无法胜任、不忠诚敬业的人，都将被摒弃于就业大门之外，唯独拥有一定的技能并且努力工作的人，才会被留下。因此你必须不断提升自己的价值，增强自己的竞争优势，学习新知识并在产业当中学到新的技能，就像故事中不断奔跑的羚羊和狮子一样。

同学们，当你们工作进展顺利的时候，请加倍地努力学习；当你们工作进展不顺利，不能达到工作岗位的要求时，那就更需要学习了。因为，未来的职场将不再是知识与专业技能的竞争，而是学习能力的竞争，一个人如果善于学习且乐于学习，他的前途必定会是一片光明。

请记住，在工作中，不管做任何事，都要将心态回归到零：把自己放空，抱着学习的态度，将每一次任务都视为一个新的开始，一段新的体验。请记住，多看别人的长处，多看自己的不足。每当你解决了你的一个“不足”你就会上升一个层次，而每当

你上升一个层次，你又会发现新的“不足”，其自然会成为你进步的动力。

“学习”是让我们能够为自己开创一番天地的利器。我们只有通过学习超越以往的表现，生命才会更有意义。

1.1.6 观念6——热爱：不竭的能量

热爱是什么？热爱是风，热爱是雨，因为热爱我们甘于淡泊宁静的日子；也因为热爱，我们敢于金戈铁马去，马革裹尸还。这就是热爱的魔力，它让我们的世界变得美妙生动，无限精彩。如果缺少热爱，我们的生命将变得黯淡；如果缺少热爱，我们的生活将变得灰暗；如果失去热爱，我们的工作也将变成折磨。然而我们身边的很多人却并不明白热爱的意义，不知道热爱的力量。

传说西西弗斯王被打入冥府后，每天必须推动庞大的巨石到山上去。一天过后，这块巨石又会自动掉落山谷。日复一日，年复一年，他每天都重复着这样艰辛、枯燥而且毫无意义的工作。同学们，当你还沉浸在对未来的无限遐想时，你有没有想过，也许你今后的工作也将如此枯燥呢？其实，工作究竟是乐趣还是枯燥乏味的苦差事，决定权都在你自己的手中。

案例六

擦街牌的工人

在欧洲，有位擦街牌的工人，他每天擦着一些自己不懂其由来的街牌。直到有一天，有人在街牌下讨论，这条街名所指的人是个作曲家或是诗人，引起了这位工人的兴趣，他便到图书馆借书来研究。十多年来，他研究了作曲家、诗人、音乐家……又因怕活太多而忘掉某些内容，便在擦拭不同名字的街牌时，复习相应的名人的历史。没想到被一两个路人听到，便停下脚步去聆听。慢慢地，听的人就越来越多了，而且是一个街牌接着一个街牌地听。最后，也有大学及图书馆来函邀请他去演讲，他去了几场，颇受好评。可是，他却婉拒了后来如潮涌来的演讲邀请，因为他自认他乐于当一个擦街牌的人，了解那些人的命运，只不过是让他更爱自己的工作。

点评：

同学们，请让我们向故事中那位擦街牌的工人致敬吧，因为他告诉了我们一个在工作中永远快乐的观念——热爱我们的工作。

请热爱我们的工作，因为如果有爱，即使再平凡的工作也能让我们感受到美好，享受到工作带来的快乐；如果有爱，我们就有精进不息的精神和火焰般的热忱，就能把工作做到最好；如果有爱，工作中虽然有挑战、挫折与压力，我们也可以创造出不凡的成就。

约翰·洛克菲勒曾说过，工作是一个施展自己才能的舞台。我们寒窗苦读得来的知

识，我们的应变力、我们的决断力、我们的适应力以及我们的协调能力都将在这样一个舞台上得到展示。除了工作，没有哪项活动能提供如此高度的充实自我、表达自我的机会，以及如此强的个人使命感和一种活着的理由。试问我们有什么理由不热爱自己的工作呢？

但是我们周围却还有很多只知抱怨而不热爱自己工作的人，他们经常有着满腹的抱怨和痛苦。其实，他们所抱怨的并不是导致他们事业失败的最主要原因。恰恰相反，这种抱怨的行为刚好说明，他们的处境是自己一手造成的。因为他们从不懂得珍惜自己的工作机会，也从不热爱自己的工作，当然也就无法使自己全身心地投入工作中去。

同学们，请记住：热爱自己的工作对于一个优秀的员工来说就如同生命一样重要，因为热爱是一种能把全身细胞调动起来的力量。凭借热爱，我们可以释放出潜在的巨大能量；凭借热爱，我们可以把枯燥乏味的工作变得生动有趣；凭借热爱，我们可以感染周围的同事，让他们理解你、支持你，进而拥有良好的人际关系；凭借热爱，我们更可以获得老板的提拔和重用，赢得珍贵的成长和发展的机会。

不需在乎你的职位、成就、名利，单单拥有对工作的热爱，你便是一个成功的人。

1.1.7 观念7——梦想：未来的希望

古希腊之神普罗米修斯为人类盗取了天火之后，众神之王宙斯不仅严惩了普罗米修斯，还决定向人类进行报复。他让美女潘多拉带着一个宝盒来到人间，当这个宝盒被潘多拉打开时，有数不清的祸害从里面飞了出来，布满尘世，而盒盖重新盖起来时，里面就只剩下一件东西，那就是“希望”，也就是我们的梦想。

梦想是一切东西成为现实的起点，古往今来，无数的伟人都这样认为：只要我们能够想象并且坚信的事情，我们就一定能实现它（拿破仑·希尔）。

但在我们的生活中，却有很多人已经丢失了自己的梦想，往往认为自己不可能成功，从而甘于现状，不再改变。他们甚至在还没有敢于梦想之前，就扼杀了梦想的种子，就向所谓的命运投降了。



案例七：

不再攻击的鳄鱼

心理学家将一条饥饿的鳄鱼和一些小鱼放在水族箱的两端，中间用透明的玻璃板隔开。刚开始的时候，鳄鱼毫不犹豫地向小鱼发动攻击，它失败了，但它毫不气馁；接着，它又向小鱼发动更猛烈的攻击，它又失败了，并且受了重伤；它还要攻击，第三次、第四次……

多次攻击无望后，它不再攻击了。

这个时候，心理学家将透明的玻璃挡板拿开。

同学们，请问：鳄鱼还会攻击那些小鱼吗？

它不再攻击小鱼了，它依然无望地看着那些小鱼在它眼皮底下悠闲地游来游去，放弃了一切的努力。

点评：

就像这条鳄鱼一样，我们的身边还有一些人，特别是那些初入社会的毕业生，刚开始的时候充满激情，满脑子的梦想等待实现，但在残酷的现实面前，在多次的挫折、打击和失败面前，就逐渐失去了战斗力。

激情死了，梦想死了，剩下的只有黯淡的眼神和悲伤的叹息，他们开始感到无奈、无助、无力，最终放弃了自己的梦想。

没有了做梦的念头，人生就注定不会成为赢家。因为在这个世界上，有许多事情我们无法预料，每天给自己一个希望，我们就有勇气和力量面对生活的种种不幸。

把梦想高擎在手中，让它照亮自己的生命之路。这样，你永远会活得生机勃勃，激昂澎湃，你的人生也会因此而丰盈富足！

1.2 就业心理

随着双向选择的推广，大学生择业面临着越来越多的困难，也面临着更多的心理压力和冲突。面对严峻的就业形势，面对众多的竞争对手，如何顺利择业，成功就业是大学生走出学校所面临的一个大问题。

心理专家认为，大学生择业的过程是一个复杂的心理变化过程。面对市场竞争、就业压力，大学生的求职总会遇到许多困难、挫折甚至是委屈。面对这些问题仅抱怨是没有用的，更重要的是调整自我心态，提高自己对各种突发事件的心理承受能力。

其实，就业的过程也是大学生重新认识自我、认识社会，并主动调整自我适应社会的过程。如果能通过求职而增强自我心理调节与承受能力，对大学生今后的职业生活都是非常有用的。

案例一：

九只狐狸

盛夏酷暑，一群口干舌燥的狐狸来到一个葡萄架下。一串串晶莹剔透的葡萄挂满枝头，狐狸们馋得直流口水，葡萄架却很高。

第一只狐狸跳了几下摘不到，从附近找来一个梯子，爬上去满载而归。

第二只狐狸跳了多次仍吃不到，找遍四周，没有任何工具可以利用，笑了笑说：“这里的葡萄一定特别酸！”于是，心安理得地走了。

第三只狐狸高喊着“下定决心，不怕万难，吃不到葡萄死不瞑目”的口号，