



第一份
工 李珊◎编著 作
决定一生

DIYIFEN
GONGZUO
JUEDING YISHENG

课外
读

光明日报出版社

第一份工作決定一生

李珊◎編著

光明日報出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

第一份工作决定一生 / 李珊编著. — 北京: 光明日报出版社, 2016. 7

ISBN 978-7-5194-1688-1

I. ①第… II. ①李… III. ①大学生—职业选择 IV. ①G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 197278 号

第一份工作决定一生

编著: 李珊

责任编辑: 靳鹤琼 策 划: 未来趋势文化传媒 (北京) 股份公司

封面设计: 鼎央阁 责任校对: 傅泉泽

责任印制: 曹诤

出版发行: 光明日报出版社

地址: 北京市东城区珠市口东大街 5 号, 100062

电话: 010-67078245, 67078270 (发行), 67019571 (邮购)

传真: 010-67078227, 67078255

网址: <http://book.gmw.cn>

E-mail: gmcbs@gmw.cn

法律顾问: 德恒律师事务所龚柳方律师

印 刷: 三河市明华印务有限公司

装 订: 三河市明华印务有限公司

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

开 本: 620×889 1/16

字 数: 207 千字 印 张: 16

版 次: 2016 年 10 月第 1 版 印 次: 2016 年 10 月第 1 次印刷

书 号: 978-7-5194-1688-1

定 价: 49.80 元

版权所有 翻印必究

掀起“工作”的盖头来

一个人成熟的标志是什么？

不同的角度会有不同的答案。我们平常认为一个人只要年满十八岁，过了成人的年纪，那他在某些方面就应该是成熟的。但心理学家们却又有自己的看法，在心理学上，一个人成熟的标志有很多，但其中最重要的一点便是“责任心”，对自己、对家人朋友乃至整个社会都有一份责任心，那这个人就可称得上成熟了。

那么怎样判断一个人是否有责任心？一个普遍的观点是：从工作中挖掘。

我们经常听到这样的话，“努力工作就等于对自己负责”，可见，工作正是对自己负责的一种体现。而从另一方面来讲，我们对父母的责任也“黏附”在工作上面。俗话说，种树易，育人难。一个人的健康成长离不开父母的精心呵护，同样，父母老去时也离不开我们的照顾，“抚养”和“赡养”是相对的。

可想而知，假如我们不去工作，我们该拿什么赡养老父老母，所以说，努力工作也是对父母负责的一种体现。

作为一个大学生，我们更应该明白这个道理。许多家长耗费半生精力供儿女读完大学，为的就是有朝一日让孩子走上社会后能吃上一

碗像模像样的饭，而我们也更要明白自己在读完大学之后身上背负的责任，要承担起这责任就必须走上工作岗位，对自己和家人负责。

但在现实生活中，许多大学生在踏出校门之后立刻就陷入了一种“工作恐惧症”当中，害怕工作，害怕离开学校，这种“病症”也被许多人称为“断奶症”，顾名思义，就算是到了该“断奶”的年纪，这些人身上表现出来的重重依赖性还是让他们无法适应在社会上的独立生存。

大学生为什么会存在“工作恐惧症”？究其原因，我认为，这其实是因为对工作的不了解所造成的。我们害怕鬼神、害怕一些长相恐怖动物，跟这个道理其实是一样的，一个人对自己不了解的事物会自然而然地产生恐惧心理。所以，要克服这种恐惧，我们必须要了解工作的本质。

现在大学生群体中出现了这样一种观点，他们认为，工作其实就是替别人创造价值，自己仅是为了养家糊口而已。这种想法给他们带来了很强的负面情绪，因为他们没有认识到自己工作时不光只是给别人创造了价值，自己的价值也被一点点地挖掘了出来。

也有一部分大学生认为，工作就是为了单纯挣钱，让自己过上好日子。我们不能完全否定这种想法，因为我们绝大多数人工作都是为了能让自己在这个社会上立足，出人头地。但是我们也不能忽视这种观点的弊端，一个人如果这样单纯片面地解读工作，久而久之，他就会丧失自我，沦为工作的奴隶，活不出自己的精彩。

美国教育家勃特勒说过，每个人的工作，不管是文学、音乐、美术、建筑还是其他工作，都是自己的一幅画像。也就是说，我们每个人的社会性格都得通过工作塑造，所以，我们怎能以这种草率的态度来看待工作！

想要认清工作的本质，我们就必须要明白，工作是创造价值的一个过程。也就是说，我们工作，一边是为了创造属于自己的价值，一

边也在为他人创造价值。我们既不能抱着消极应付的态度，也不能抱着“薪水至上”的观念盲目选择。

刚毕业的大学生就像是一张白纸，身上还带着学生时代的一些“劣性”，把这种“劣性”带到工作岗位上绝对是行不通的。

譬如说，在学校时，生活上，父母每个月都会给我们一笔生活费，虽然不多，但也不至于让我们挨冻受饿；学习上，学校会给我们制定好所有的学习规划，完全不用我们操心。正是这种安逸的生活状态催生出了现在大学生的一些通病，逃课、通宵玩游戏，这些现象在大学校园里屡见不鲜。

试想，如果我们将这种安逸无忧的心态带入社会，工作上像“老牛”一样，别人催一步咱们走一步，没事的时候就坐在办公室里玩玩游戏，那么怎么可能有所发展。

所以，我认为，大学生走上工作岗位之后，一定要在工作当中逐步改变自己在大学中形成的一些习惯。法国哲学家伏尔泰就曾说过，工作能撵跑三个魔鬼：无聊，堕落和贫穷。所以说，工作和良好习惯的养成是相辅相成的，我们可以在工作中养成良好习惯，而这良好的习惯又能够让我们更加出色地完成自己的工作。

也许有人会说，其实这些道理我也懂，但是刚毕业时，一看到网上和学校里铺天盖地的招聘启事，我就头疼，不知该从何入手。

万事开头难，我们都能理解第一步的困境，但是永远陷在原地那不就成了原地踏步了吗？所以，面对种种未知，我们不妨静下心来，先想清楚自己的需要，在克服了“未知恐惧”之后，我们所要做的就是一件小事：选择一个最适合自己的工作，勇敢地掀起“她”的盖头来！

目录

第一章 第一次，比你想象的更重要 1

破冰期：走出“象牙塔”梦境..... 3

探路石：别让“乱花”迷了眼..... 6

镇定剂：走稳“小碎步”，心急可能栽跟头..... 8

戒除期：跟坏习惯说“拜拜”..... 11

充电器：“空电池”更要多充电..... 14

局域网：跳得太远就等于被清零..... 18

后遗症：小心第一份工作成了“紧箍咒”..... 22

第二章 自由选择只是一种幻觉 27

多问问“我是谁”..... 29

一份工作决定一个圈子..... 33

一次找好一生的所有工作..... 37

别奢望“付出总有收获”..... 41

第三章 别让心中的成见把你拖垮 45

不要等着工作来“敲门” 47

不是所有的信息都可信 51

别被所谓的“热门”工作“绑架” 55

把腰杆挺直了再找工作 58

别以为“菜鸟”就是“挡箭牌” 62

工作不是“守节”，“从一而终”可遇不可求 65

准备两个口袋：一边装钱，一边装知识 68

第四章 前进路上有风景，也有陷阱 73

捂紧口袋再求职 75

火眼金睛识别虚假招聘 79

别当了人家的“免费劳工” 84

小心招聘信息中的隐晦用词 89

用工合同不能随便签 93

防生人，更要防熟人 97

第五章 容易被人忽略的，往往是最重要的 103

看清行业你再来 105

选工作，更是选老板 108

面试官的“弦外之音” 112

不起眼的细节有时能让你“起眼” 117

有一个词语叫“门面功夫” 120

别让你的嘴巴快过你的脑子和腿 124

第六章 伯乐不常有，千里马也需要“多走一步” 129

展望多一步：利用实习期末雨绸缪.....	131
观察多一步：“细节”所反映的，才是最真实的.....	134
变通多一步：没经验不代表没经历.....	138
钻研多一步：鸡头可以做，鸡肋绝不当.....	142
积极多一步：不要拒绝额外的工作.....	146
执着多一步：在工作中寻找乐趣.....	149

第七章 别还没弄清游戏规则，就被踢出局..... 153

真相：工作没有所谓的“挑战性”.....	155
永远不要让你的技巧胜过品德.....	158
只知埋头苦干，难以出人头地.....	162
只有不公平这件事是公平的.....	165
别小看细小的规章制度.....	170
不要把所有鸡蛋放在一个篮子里.....	173
别把“关系”当“万金油”.....	176
祸从口出，说话不要无所顾忌.....	181

第八章 一边“全心全意”，一边“提高警惕”.. 185

初涉职场常见心理疾患.....	187
“冷板凳”更要好好坐.....	191
跳槽不是解决问题的唯一方法.....	195
犯错不可怕，掩盖错误才可怕.....	198
想做“老板”得先吃员工的苦.....	201

尽量少说“不知道”	205
治治你的“幼稚病”	208
学会当一个“问题终结者”	213

第九章 硬实力挤进门，软实力扎下根 217

懂一点沟通技巧.....	219
向上管理：让老板听你的话.....	222
发散思维，事情并不只有一种答案.....	226
打造自己成为某领域的专家.....	229
控制自己的情绪和行为.....	232
走出自己划下的疆界.....	236
降低职业损耗，和不安安全感“和平相处”	239
克服拖延，建立有效的时间管理机制.....	243

第一章

第一次，比你想象的更重要

第一步很难，但第一步也很重要。俗话说，一步错，百步歪，迈错了步子，走再多的路也只能空出一身汗。对于大学生来说，第一份工作就像是人生路上的指向标，在“动脚”之前，眼睛先睁大些，先把路看清了，再决定怎么走，闭着眼睛瞎撞。达不到目的不说，往往还会让自己摔得鼻青脸肿。

破冰期：走出“象牙塔”梦境

小时候，老师经常会问我们这样的问题：“长大了，你想做什么呀？”同学们也给出了各种各样的答案，“科学家”“宇航员”“工程师”，一些懂得朝老师“卖个好”的同学还有可能回答道：“要做老师，成为守护祖国花朵的园丁。”

相信我们每个人在小时候都有这样或那样的幻想，但当我们一只脚踏入社会之后才发现，当年的这些回答原来也只是一个梦想而已。

所以有人把学校比作“象牙塔”，因为只有“象牙塔”才能包容我们各种不切实际的梦想。因为在学校里，我们有家长、老师的关心和保护，我们所走的每一步都有人牵扶着，正是由于这样，问题就出来了。毕竟，父母和老师不可能照顾我们一辈子，一旦我们背起行囊离开学校，该去如何面对残酷的社会呢？

自从大学扩招之后，每年应届大学生的数量一直在不断攀升，最近几年的大学毕业生数量都超过了 600 万，令人遗憾的是，这

第一份工作决定一生

600多万大学生中毕业时有近100万人找不到工作，也就是说，有将近六分之一的人“毕业即失业”。

当然，这100万人也并非都是在家啃老混吃混喝，他们找不到工作的原因有很多，除了自身能力不过硬之外，还有各种各样的原因。而这100万人中有一个群体特别令人揪心。这个群体就是近几年呈几何数增长的“校漂一族”。

所谓的“校漂族”指的是那些摆脱不了学校，无法适应社会现实的一批学生。他们中有人毕业后可能工作过一段短暂的时间，也有人从来都没有走上过工作岗位，但他们有一个共同的特点，那就是都已经毕业，但面对严峻的就压形势，仍然不想去工作，每天住在学校里或学校附近，准备考研或者是参加公务员考试，有的甚至干脆什么都不干，住在学校里继续大学时的生活状态。

这些人选择“校漂”的具体原因可能各异，但本质上却有一个共同点：他们惧怕社会，理想与现实无法契合，对学校仍然心存依赖。

这种现象给人带来的伤害是显而易见的，就像一句名言所说：“你不去正视困难，困难永远都在那里。”不可否认，社会现实很难符合每个大学生的理想预期，这是必然的。但如果就因为现实达不到自己的预期，我们就选择逃避，活在自己的梦境当中，那将来又如何成长呢？

也有一些大学生，怀揣着一些期待毕业，觉得自己接受了高等教育，那么在工资、工作环境上就肯定要比别人高些，可面试时才发现事实并不是他们所想的那样。前段时间电视上播出过一段新闻，一个从农村走出来的本科毕业生，刚毕业时想找家待遇好点的单位，结果面试了一圈之后却屡屡被拒之门外，最后一家公司给他开出了600元的月薪，当时已经走投无路的他只能接受这份工作。而他的父亲，一个工地上的泥瓦工的工资竟然是他的好几倍，这让父子俩

对此事都羞于启齿，他们都觉得，一个本科毕业的大学生，拿着不如农民工的工资，实在是丢脸。

世俗偏见是造成这父子俩羞于启齿的最重要原因。长期以来，大学生都被认为是“天之骄子”，只要进了大学门，一只脚就踏进了高薪高职的大门。不可否认，这种观念在特定时代内的确有它的道理，但今时不同往日，现在有句笑话说，一块招牌倒下来，砸中9个大学生，还有一个是硕士。这句话当然有它夸张的成分，但话糙理不糙，大学生的确已经是满大街都是了。

所以，我们刚毕业的大学生一定要正视这个现实，只有接受了现实，现实才能接受我们。

那我们大学生该如何接受现实，走出“象牙塔”梦境呢？

首先，必须要看清楚自己的能力，不能眼高手低。企业钟情有能力的人才，如果我们想拿下一个薪水福利都不错的岗位，就要先看看自己有没有这个实力和资格，俗话说，你有多少米，别人就给你多大锅。别在没有清楚自己实力之前就将目标定在“天上”。

其次，多听听前辈的意见。他山之石，可以攻玉，事实上，很多事业有成的前辈刚毕业时也都是百般艰难，我们可以听一听他们的经历，看看过来人的故事。要知道，闭目塞听只会让自己陷入苦恼的死胡同。

最后，理想和期待也不用放弃。融入现实并不代表着一定要放弃自己的理想和期待，我们可以将它们放在心中，用一步步的实际行动将它实现，只要我们自己足够努力，现在的期待就终有实现的一天。

第一份工作决定一生

探路石：别让“乱花”迷了眼

每年的毕业季，各所高校都会给应届毕业生开上几堂“就业辅导课”，由于还未出校门的大学生对外部环境所知甚少，所以这样的课程显得尤为重要。我曾经旁听过几所高校的“就业辅导课”，本以为能够听到什么“金玉良言”，但令人遗憾的是，在这些课程当中，我听到得最多的却是“先就业后择业”这一类的话，当时我就有些纳闷，为什么要给学生灌输这样的思想呢？

后来跟一个上课老师聊天我才知道这其中缘由，这位老师无奈地对我说，其实他本人也不同意这样的观点，但为了迎合学校追求“高就业率”的方针，不得不这么说。

听完他的话我心里堵了半天，学校为了比拼就业率，竟然用上了这种方法，这不是在给学生们“挖坑”吗？

为什么我会这么想，原因很简单，作为一个过来人，我明白第一份工作对毕业生来说的重要意义。当年我临近毕业时，学校里来了很多用人单位，由于是第一次找工作，自己心里也没个底，再加上学院的老师三天两头打电话“关心”，我就匆忙选择了一家国企单位，但是学院老师都说这家国企是“铁饭碗”，好好干一定会有前途。可令我没想到的是，刚进去第一个月，我就发现自己对体制内的这种工作非常不适应，没过半年，我便“灰溜溜”地离开了这家公司。

所以，直到现在我都非常悔恨当初的选择，这个草率的选择让我走了不少弯路！

相信现在许多大学生也会有我当初毕业时的那种感觉，特别是在现在就业形势越来越严峻的情况下，他们的焦急感应该比我当年更甚。所以我想奉劝大家一句，谨慎选择第一份工作。

为什么要谨慎选择呢？

首先，第一份工作是我们认识社会的第一扇窗户。大学生受过高等教育，但这并不代表他们无所不知，恰恰相反，许多大学生对整个社会的生存法则知之甚少。他们走上社会时的当务之急就是要去了解社会，了解现实，而人生当中的第一份工作正是他们了解这个社会的第一个平台。这个平台越“高”，我们就能看得越远，可以说，第一份工作会影响大学生毕业几年后的眼界。

其次，第一份工作塑造一个人的“工作品质”。对于工作经验为“零”的大学生来说，第一份工作就是他们的“塑形机”，工作习惯、工作态度往往都是在第一份工作当中养成的，而工作的好坏又会影响这个塑形的过程，一份好工作会将我们塑造得更加完美。

最后，也是最重要的一点，第一份工作往往决定着我們以后的发展方向。戴尔·卡耐基有一句名言：正确的选择加上不懈的努力，就会创造出奇迹。没有正确的选择，就算我们做再多的努力，也可能只是浪费精力。假如一个人想做医生，毕业后却选择了一份销售工作，可想而知，这份工作对他以后的“医学事业”将起不到任何作用。

但选择也的确不是那么简单的一件事。有人就说了，没有选择时会犯难，选择多的时候也犯难。这句话不难理解，没有选择时会急于寻找出路，而选择过多时就会让人挑花眼，令人犹豫不决，一时也拿不了主意。

其实出现这种“选择障碍”的原因大多只有一个，那就是求职者不知道自己究竟想找个什么样的工作。是要高工资？还是要去大