

职场风向标

求职掌中宝

成功求职101条

康志萍 梁菲菲 编著



山东大学出版社

职场风向标

求职掌中宝

成功求职101条

康志萍 梁菲菲 编著

C913.2
153

2006

山东大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

求职掌中宝:成功求职 101 条/康志萍,梁菲菲编著. —济南:
山东大学出版社,2006. 12

(职场风向标)

ISBN 7-5607-3306-9

I. 求...

II. ①康... ②梁...

III. 职业选择—通俗读物

IV. C913. 2—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 155432 号

山东大学出版社出版发行

(山东省济南市山大南路 27 号 邮政编码:250100)

山东省新华书店经销

日照报业印刷有限公司印刷

880×1230 毫米 1/32 9.125 印张 210 千字

2006 年 12 月第 1 版 2006 年 12 月第 1 次印刷

定价:16.50 元

版权所有,盗印必究

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社营销部负责调换

求职掌中宝

成功求职 101 条

目录

职业生涯规划

1. 什么是职业生涯规划? / 2
2. 对于没有航向的船来说,任何风向都不是顺风 / 4
3. 努力是动力,选择是关键 / 6
4. 把职场命运掌握在自己手中 / 8
5. 天生我材必有用 / 11
6. 盘点自己的财富,自我评估 / 14
7. 孰优孰劣,环境因素评估 / 17
8. 兴趣是职场发动机 / 20
9. 寻找自己的舞台 / 22
10. 把人生理想转化为职业目标 / 24
11. 职业生涯发展阶段 / 27
12. 确立目标——成功在彼岸,起点在脚边 / 30
13. 欲得其中,必求其上 / 33
14. 适合自己的才是最好的 / 35

- 15. 做好眼前事 / 37
- 16. 路要一步一步走 / 39
- 17. 自我充电 / 40
- 18. 以不变应万变 / 43
- 19. 在困境中擦亮眼睛 / 45
- 20. 退一步海阔天空 / 48

实 习

- 21. 把握实习机遇——求职的另一个窗口 / 55
- 22. 专业、兴趣,一个都不能少——选择合适的实习单位 / 57
- 23. 入门一周必杀计 / 59
- 24. 实习态度积极主动 / 61
- 25. 把握细节,抓住重点 / 64
- 26. 不坐实习冷板凳 / 66
- 27. 总有一扇门会为你打开——大胆展示自我才华 / 68
- 28. 做好实习日志与实习鉴定 / 70
- 29. 不做软柿子,维护自己的权益 / 73

求职文书 & 推销自我

- 30. 大公司第一轮简历挑选的标准 / 80
- 31. 招聘者如何审查求职信和简历 / 82
- 32. 评定自己的求职文书写作技巧水平 / 83
- 33. 毕业生求职简历要符合用人单位的心意 / 86
- 34. 名企招聘:我们喜欢这样的简历 / 90
- 35. 简历必含的七个内容 / 92
- 36. 要明确中英文简历的不同,恰当地制作英文简历 / 97
- 37. 外企招聘人员谈如何准备英文简历 / 101
- 38. 英文简历的写作禁忌 / 104
- 39. 选择适合自己的简历类型 / 106
- 40. 简历写作黄金原则之一:表现出专业精神 / 109
- 41. 黄金原则之二:充分表现自己的独特 / 114
- 42. 黄金原则之三:量身定做,剪裁你的简历,切勿一份简历走

- 43. 黄金原则之四:取长补短,借力打力 / 124
- 44. 网络申请 / 128
- 45. 网申常识与注意事项 / 132
- 46. 网络招聘的特点和发展趋势 / 138
- 47. 求职信概述及范例 / 148
- 48. 求职信不要成为简历的简单摹本 / 151
- 49. 英文求职信的写作步骤 / 157
- 50. 外企求职信的特点及要求 / 160
- 51. 求职信中要表现出自己的“情”、“诚”、“美” / 161
- 52. 求职信要善于抓住招聘者的目光 / 165
- 53. 写好求职信的五要素 / 166
- 54. 条件最好的人在求职中未必是优胜者 / 167
- 55. 现实职场的游戏规则 / 169
- 56. 推销技巧是成功的钥匙 / 171
- 57. 灵活推销自己的四大妙招 / 173
- 58. 用感谢信做自我推销的最后一招 / 176
- 59. 杜胜祥:用自信敲开成功就业的大门 / 177

面试过程与技巧

- 60. 了解面试流程,有的放矢 / 183
- 61. 仪表的重要性不可小视 / 185
- 62. 别让细节“毁”了你 / 189
- 63. 面试前的准备 / 191
- 64. 面试之前必须查明一切 / 193
- 65. 知人者智:了解公司与应聘职位 / 194
- 66. 自知者明:挖掘自我,充分认识自己 / 198
- 67. 正确处理紧张情绪,不必害怕面试 / 202
- 68. 善于总结经验 / 204
- 69. 涉世之初,面试要以实在取胜 / 205
- 70. 时间就是一切,要善于管理好自己的时间 / 206
- 71. 面试是一门艺术,要讲究技巧 / 207
- 72. 面试的基本模式 / 211

- 73. 招聘者们常用的三种面试技法 / 214
- 74. 面试前的谈话 / 215
- 75. 面试中演讲的技巧及注意事项 / 216
- 76. 自我介绍要独特、富有激情 / 218
- 77. 面试,抓住最初三分钟至关重要 / 219
- 78. 用绝招锻炼口才 / 220
- 79. 有备无患,准备好面试中你要问的问题 / 226
- 80. 面试时不能碰的四个禁忌 / 228
- 81. 面试过程中应该避免的 12 个话题 / 229
- 82. 面试中的 12 种“高级错误” / 230
- 83. 面试中的危机处理 / 233
- 84. 面试精选问题库 / 236
- 85. 应对面试有妙招 / 239
- 86. 三种有难度的面试 / 244
- 87. 她们是如何成功的 / 246
- 88. 弱势求职者要善于弥补自己 / 248
- 89. 硬伤分析与对策 / 253
- 90. 面试技巧: 轻松过关的十种方法 / 257
- 91. 大学生就业,警惕招聘陷阱 / 259

他们的故事

- 92. 他到底该选择哪份工作? / 266
- 93. 你的资本够创意吗? / 268
- 94. 面试要纲目并举——真诚是纲,细心是目 / 269
- 95. 在微笑之中寻找机会 / 271
- 96. 大公司 VS 小企业? / 272
- 97. 大学,你的门槛有多高? / 273
- 98. 将激情随身携带 / 274
- 99. 前方是绝境,希望在转角 / 277
- 100. “一天一地的阳光” / 278
- 101. 我想给毕业生说的一点话 / 281

求职掌中宝

成功求职101条

>> 职业生涯规划

所谓职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

职业生涯规划是指一个人

对本人职业生涯进行规划

1

什么是职业生涯规划?

每个人都想成就一番事业,在竞争激烈的职场中为自己赢得一席之地,然而成功者总是少数,多数人不能如愿。是这些人没有努力、没有奋斗?不是。许多人兢兢业业,辛辛苦苦工作了一辈子,却终无所成。原因何在?因为他们没有把握事业发展的技术与方法。这种技术与方法就是职业生涯规划。

职业生涯规划,简单地说,就是规划你从开始工作到退休的整个职业历程。所谓职业生涯,就是一个人一生的工作经历,特别是职业、职位的变动及工作理想实现的整个过程。规划,就是具体设计及实现个人合理的职业生涯。职业生涯规划包括职业规划、自我规划、理想规划、环境规划、组织规划等。规划职业生涯的目的就是争取最大的收益,通过选择走最佳的路径来实现职业理想。

职场上有句名言:“你今天站在哪里并不重要,你下一步迈向哪里却很重要。”成功的人生需要正确的规划,漫漫的求职路、充满竞争与挑战的职场,更需要行动的指南。职业规划则是我们迈向职场、行走职场的法宝。能让求职者树立明确的目标与理想,运用科学的方法,采用切实可行的措施,发挥个人的专长,挖掘自己的潜能,克服种种职业生涯发展障碍。

西方发达国家一直比较重视职业规划,许多国家的学校教育中早就有职业设计辅导这一课程。职业规划也是许多大公司的领导及人事干部为员工所做的一项主要内容。在美国,学校在孩子

们上八年级(高中)时就要请专家给孩子们作职业兴趣分析。对于十几岁的孩子来说,职业兴趣并没有定型。但通过职业日、职业实践活动等,专家可以根据学生表现出来的特征进行有效引导,达到以兴趣定职业的目的。

相比之下,我国高中生在懵懵懂懂时被分为文科生和理科生,上大学选专业也很少考虑到其职业兴趣和能力倾向。大学生对职业规划的重视也不够,有人对北京人文经济类综合大学的在校大学生调查表明:62%的大学生对自己将来发展、工作、职业生涯没有规划,33%的大学生不明确,只有5%的大学生有明确的规划设计。

在一次大型招聘会上,毕业于某名牌高校的赵楠向北京一家汽车公司申请一个机械工程师的岗位。他学的是机械专业,在大学期间各门功课都优秀,毕业后的五六年时间里,他曾从事过医药、空调、摩托车等产品的销售、品质主管,共换了六七个工作,但是从没有机械方面的工作经历。招聘者看了他的简历后认为,如果他毕业后稳定从事过机械方面工作,则正是公司需要的人选,但是因为没有这方面的工作经验,公司只能忍痛割爱。

赵楠的例子表明了很多求职者盲目就业,为自己的职业生涯发展带来了危害。由于没有长远打算,很多求职者年轻时只是随波逐流地换工作,到了30多岁还没有职业定位。这种情况下,继续目前的工作出路不大,重新定位又要花费很大精力,甚至难以定位,不得不陷入一种进退两难的尴尬境地。

★ 求职小贴士

人的精力有限,不可能面面俱到。想要得到一切的人,最终将一事无成。所以,请为自己作个合理的规划。

2

对于没有航向的船来说,任何风向都不是顺风

对于没有航向的船来说,任何风向都不是顺风。同样,人在职场,如果你不知道要去哪里,那你哪里也去不了。所谓万事开头难,职业规划则是职场万里行中的第一步,这一步不仅决定着一个人的职业方向,还决定着步伐的大小和有力程度。对职业生涯的合理规划,是我们未来的事业能够登峰造极的重要条件。

要深刻认识到职业规划的重要性,我们先来分享一个故事:

曹辛是我的邻居,他比我年长五岁,他志向远大,一度是我心中的偶像,我们在一起无所不谈。以下是他从小到大的
人生梦想。

18岁,高中毕业后:我发誓要当第二个比尔·盖茨!至少是中国首富!

22岁,大学二年级:我毕业后要创立自己的公司,30岁时拥有资产2000万元。

24岁,大学毕业,考研失利,在某工厂当操作员,第二职业是炒股:我正在为离开这家工厂而努力,因为在这里工作太没

前途。我将全力炒股,三年内由5万元炒到300万元。

26岁,股场不顺而情场得意,开始筹备结婚:我希望一年后能赚到10万元,让我风风光光地结婚。

27岁,不够风光的结婚典礼上:我想生一个胖小子,不久的将来当个车间主任就行,别的不想了。

28岁,所在的工厂效益下滑,偏偏正是妻子怀胎十月的时候:我希望这次下岗名单里千万不要有我的名字。

读完这则故事,我们会发现这种情况在我们的身边很普遍。因为,好多人的梦想都是从“浪漫主义”向“现实主义”过渡的。但我们还是试图寻找出这个现象的本源。

我们发现,曹辛从来没有对自己的人生进行过合理的规划,他没有把梦想转化为职业目标,转化为职业动力、行动指南,而仅仅是根据现实状况不断降低自己的欲望和追求。他刚毕业的时候想创立自己的公司,却没有具体的打算、实际的行动,而是随波逐流地到工厂当了操作员。他非但没有专心研究技术、提高本领,却将大把精力用在炒股上,炒股未成时又想当车间主任。最后,他由于技术不过硬,沦落到提心吊胆怕下岗的境地。

可见,光有梦想,却没有规划是远远不够的。哈佛大学的爱德华·班菲德博士对美国社会进步动力的研究发现,那些成功的人往往都是有长期时间观念的人。他们在做每天、每周、每月活动规划时,都会用长期的观点去考量。他们会规划五年、十年,甚至二十年的未来计划。他们分配资源或作出决策都是基于自己预期几年后的情况而定的。

这一研究成果,对于刚刚跨入社会的职场人士有着重要的启示作用。我们要想在未来职业生涯中获得成功,首先应该确定一个切合实际的职业定位和职业目标,并且把目标进行分解,然后设

计出合理的职业生涯规划图,并且付诸行动,经过不断努力和调整,直到最后实现我们的职业发展目标,获得人生的最大成功。

★ 求职小贴士

一个人若是没有明确的目标,不管如何努力,都是无舵之船,在漫漫职场中,要么迷失,要么触礁,终会以沉没告终。

3

努力是动力,选择是关键

选择,是为了寻找一个适合自己的方向,如果方向选错了,所有的努力都是为错误而做准备。可见,努力并不等于成功,如果目标选择错误,越努力,离失败就越近,离成功就越远。虽然目标选择正确也并不意味成功的降临,但只有将正确的目标选择和不懈的努力结合起来,才能接近和达到目标。

刺猬、松鼠、公鸡、乌龟、螃蟹等一群小动物,准备一起去玩。它们的目的地是前面那座美丽的花园。大嗓门的公鸡高声喊道:“出发!”大伙立即行动起来。松鼠边跳边喊:“加油!加油!”刺猬滚成一个球,乌龟拼命赶。

“喂,你们全疯了吧,这是往哪跑呀?”螃蟹在后面叫道。

大家一惊,扭头一看,只见螃蟹一边咋呼,一边横着往另一个方向爬。

“螃蟹大哥,你走错方向了,”公鸡喊道:“快往我们这

边爬!”

“去你的，”螃蟹瞪着眼睛骂道，“你们都瞎了眼，向我靠拢才对。”

无论大家怎么呼唤，螃蟹只当是没听见，还是横着朝错误的方向急急地爬着。大伙叹了口气，只好各赶各的路。螃蟹喷着白泡沫，独自嘟囔道：“我两眼始终正面盯着前面那座花园，方向绝对错不了。它们不听我的，疏远我，冷落我，准是出于嫉妒。这不是明摆着的嘛，它们的手脚哪个有我的多，它们的速度哪个有我的快呢？”

可是，它的手脚越多，跑得越快，离开目的地也就越远了。

螃蟹足够勤勉努力，可是逃脱不了失败的命运。因为它不知道选择正确的方向比奋力前行更加重要。同样，在我们的职业生涯中，错误的选择会使你付出巨大的时间和机会成本代价。所谓“男怕入错行”，就算是再聪明绝顶、吃苦耐劳的人，如果他迷失了方向，选择了自己不喜欢、不擅长的工作，也绝对无法取得事业的成功，反而造成自我精力、国家人才资源的浪费。而那些在某一领域取得重大成功的人，无一不是正确地找到了自己的定位，在自己的职位上发挥所长、努力奋斗，终于修得正果。

爱因斯坦曾收到过一封信，信中邀请他去当以色列的总统。但是他坚决地拒绝了，他在信中写道：“我整个一生都在同客观事物打交道，因而缺乏天生的才智，也缺乏经验来处理行政事务，无法公正地对待别人。所以，本人不适合如此高官重任。”

爱因斯坦的选择是明智的，因为他知道，虽然他在物理领域成

就非凡、独树一帜,但这并不代表他在任何领域都无所不能。他坚定了自己的方向,创造了一个又一个物理学的奇迹。不仅是他自己,恐怕我们每一人都要感谢他的选择呢。否则,世界上可能就少了一位大科学家,而多了一个碌碌庸庸的政府官员。

我们今天的的生活是来自于我们昨天的选择。同样,明天的幸与不幸,不是源于我们今天是否拼命努力,而是我们今天是否选择了正确的道路。

★ 求职小贴士

“一个选择,决定一条道路。一条道路,到达一方土地。一方土地,开始一种生活。一种生活,形成一个命运。”——毕淑敏

4

把职场命运掌握在自己手中

工作,首先是为了谋生。为此,我们有时不得不从事自己不喜欢的工作;有时甚至要忍气吞声,委曲求全。许多人感叹:“没办法呀,还不是为了混口饭吃!”很多人,抱着这种得过且过的想法,甘愿做职场中的被动者,错过了一次又一次的求职、转型机会,变成了“职场怨妇”,形成了恶性循环。美国知名语言学者、社会评论家保罗·古德曼曾作过这样的估计,美国至少有82%的员工视工作为苦役,颇不亟待地要摆脱工作的桎梏。

从小,就不断有人问赵莉:你长大后想干什么?她曾给出

过许多不同的答案——科学家、宇航员、教师、记者。但她自己直到大学毕业也不清楚自己真正想做什么、擅长做什么。赵莉一直是大家公认的优秀学生，但她自认为毫无特长。大学里所学的专业是父母帮着选的，并不是她最喜欢的。但关于自己到底喜欢什么专业，她心里也不清楚。毕业后，赵莉在一所中学当了两年教师，但没找到兴奋点。随着考研大军越来越大，她稀里糊涂地读了原专业的研究生。毕业后，赵莉进入当地一家大型出版社，工作了两三年，没有得到自己所预计的成就感。反而感觉很苦恼，好像有劲没处使，于是她想到了跳槽。

偶然看到报上的某个招聘广告和她的专业有点关系，赵莉就去了应聘了，但她对所进入的行业并没有太多的了解。等刚进入一个新领域的新鲜感消失之后，她又一次开始怀疑自己的选择：我到底适合不适合这个职业？在新的岗位工作了几年，别人总夸赞她的工作不错，但她自己内心总会冒出一个声音：这不是我最想要的！

不满足感常常困扰着赵莉，她每天都觉得自己过得不够劲。后来，赵莉了解到一些有关职业生涯规划的说法，非常后悔自己以前从来没有过自我规划的意识。但又转念一想，即便有自我规划的意识，如果不清楚自己想干什么，也无从规划！赵莉今年已经36岁了，想想自己再重新规划职业道路好像也有些力不从心了。

类似于赵莉的例子每天都在我们的身边上演。他们有着傲人的文凭、资历，是最应该找到称心工作的人，但也往往是他们，对自己的处境最为不满，总是感到生活压抑、工作无趣。因为，他们的需求、理想中的生活方式比其他人更高，也更难达到。如果仅仅是

自己的欲望、要求不断攀高,但是没有进行相应的职业生涯规划,只能望洋兴叹。

从进入职场开始,我们每天都有三分之一的时间在工作;从工作到退休,更是有长达 35 年左右的时间。这 35 年是我们一生中最美好的年华,它包括最富激情、创造力的青春岁月和春华秋实、成熟达练的中年时光。所以,一份职业对我们来说,绝不仅仅是一种谋生的工具,它更是一种生活方式、生活状态。倘若不能在职场中找到自己的定位,不仅难以取得事业成功,更无法享受到工作的快乐、生活的幸福。

明白了职业规划的重要性,我们就应该一步一步地规划自己的职业生涯,把职场命运牢牢把握在自己的手中。职业生涯规划大体可以分为四个步骤:

1. 将美好的愿望变成职业目标——确定自己的职业方向、总体目标

“志不立,天下无可成之事。”立志是人生的起跑点,反映着一个人的理想、胸怀、情趣和价值观,影响着一个人的奋斗目标及成就的大小。所以,在制定生涯规划时,首先要确立志向,这是制定职业生涯规划的关键,也是职业生涯规划中最重要的一环。

2. 自我评估和职业生涯机会的评估——个人认知、环境分析、职业概况、企业了解等

只有认识了自己,才能对自己的职业作出正确的选择,选定适合自己发展的职业生涯规划路线,对自己的职业生涯目标作出最佳抉择;每一个人都处在一定的环境之中,离开了这个环境,便无法生存与成长。所以,在制定个人的职业生涯规划时,要充分了解自己身处的社会环境。以避害趋利,达到最佳规划效果。

3. 设计方案——分解目标,步步为营