



众多 HR  
倾力打造的招聘宝典

广大求职者  
必备的面试指南

玩转求职的第一步,  
让你在面试中脱颖而出

# 求职 是门艺术

涉及求职的 **8** 种艺术

轻松解决 **3** 分钟面试各种难题

学历高求职遭拒

帅远智 / 著

面试是场伏击战

求职

求职学生很烦恼 热门专业也发愁



廣東旅游出版社

GUANGDONG TRAVEL & TOURISM PRESS

悦读·悦旅行·悦享人生

# 求职 是门艺术

帅远智 / 著



廣東旅游出版社

GUANGDONG TRAVEL & TOURISM PRESS

悦读书·悦旅行·悦享人生

## 图书在版编目 ( C I P ) 数据

求职是门艺术 / 帅远智著. — 广州: 广东旅游出版社, 2014.6  
ISBN 978-7-80766-848-0

I . ①求… II . ①帅… III . ①职业选择—通俗读物 IV . ① C913.2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 074333 号

---

责任编辑: 官 顺 方银萍

封面设计: 一个人

策划编辑: 任落落

广东旅游出版社出版发行

(广东省广州市天河区五山路 483 号华南农业大学公共管理学院 14 号楼 3 层

邮编 510642)

邮购电话: 020-87348243

广东旅游出版社图书网

www.tourpress.cn

北京市玖仁伟业印刷有限公司

(北京市丰台区看丹村临 428 号)

710 毫米 × 1000 毫米 16 开 17 印张 235 千字

2014 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

定价: 34.00 元

**[ 版权所有 侵权必究 ]**

---

本书如有错页倒装等质量问题, 请直接与印刷厂联系换书



## 目 录

QIUZHI SHI MEN YISHU

### 引 言 就业有多难

#### 第一章 求职准备艺术——不打无准备之仗

- 第一节 职业理想≠理想职业 / 006
- 第二节 有“职业规划”的毛毛虫 / 009
- 第三节 对“自我”的认识价值百万 / 012
- 第四节 “临时抱佛脚”的重要 / 015
- 第五节 为什么你“找”不到工作? / 018
- 第六节 熟练的英语口语为求职加码 / 022
- 第七节 求职“硬件”一个也不能少 / 026
- 第八节 知己知彼，一次面试就成功 / 030
- 第九节 一份 perfect 的求职计划 / 034

#### 第二章 求职心理艺术——一场漂亮的求职心理战

- 第一节 小心“找工作焦虑症” / 038
- 第二节 自卑是求职成功的绊脚石 / 041

- 第三节 攀比使人落后 / 044
- 第四节 都是“老实”惹的祸 / 048
- 第五节 一口吃不出个大胖子 / 052
- 第六节 求职也要“赶时髦” / 055
- 第七节 因为优秀，所以失败 / 058
- 第八节 来自世界 500 强的诱惑 / 062
- 第九节 第一百零一次敲门 / 066

### 第三章 求职简历艺术——做一份人见人爱的简历

- 第一节 真实比完美更重要 / 070
- 第二节 简历要有“卖点” / 074
- 第三节 有创意的简历让 HR 眼前一亮 / 078
- 第四节 精美简历——必要？必须要？ / 081
- 第五节 好简历拒绝“大杂烩” / 084
- 第六节 简约而不简单 / 088
- 第七节 好简历用数据说话 / 092
- 第八节 简历中没有“小错误” / 096

### 第四章 求职礼仪艺术——有才更要有礼

- 第一节 一身穿戴不必名牌 / 102
- 第二节 膝头的补丁说出的敬业 / 106
- 第三节 《红楼梦》的着装艺术 / 110
- 第四节 眼睛是心灵的窗户 / 114



- 第五节 小动作坏大事 / 117
- 第六节 面试前 5 分钟 / 120
- 第七节 不要吝啬你的微笑 / 123
- 第八节 善于倾听的艺术 / 126
- 第九节 面试迟到包含的“大文章” / 130

## 第五章 求职谈吐艺术——一语重千金

- 第一节 让你的赞美为面试锦上添花 / 136
- 第二节 永远不要说“我被解雇了” / 140
- 第三节 自我介绍的艺术 / 144
- 第四节 越诉苦越得不到同情 / 148
- 第五节 良言一句三冬暖 / 151
- 第六节 面试不是辩论赛 / 155
- 第七节 没有问题表明“有问题” / 159
- 第八节 “谈谈你的优点和缺点” / 163
- 第九节 永远不要说前雇主的坏话 / 167

## 第六章 求职攻心艺术——攻心为上

- 第一节 把你的弱点变成卖点 / 172
- 第二节 识破面试官的“攻心计” / 176
- 第三节 把你的压力变成动力 / 180
- 第四节 “糖衣炮弹”的诱惑 / 184
- 第五节 面试无处不在 / 188

- 第六节 察言观色八面玲珑 / 192
- 第七节 谈“薪”论价攻心术 / 196
- 第八节 “霸王面”的艺术 / 200
- 第九节 阿斗也能成功 / 204

## 第七章 求职细节的艺术——细节决定成败

- 第一节 “丢了”的工作 / 210
- 第二节 你要有点幽默精神 / 214
- 第三节 不要让“低级错误”毁了你的面试 / 218
- 第四节 不要为你的错误找借口 / 221
- 第五节 低调的艺术 / 224
- 第六节 兴趣和特长的重要 / 228
- 第七节 暗示你被录取的细节 / 232
- 第八节 一开始就注定了结局 / 236
- 第九节 当心“智力陷阱” / 240

## 第八章 未谋其职，如何反思？已谋其职，如何胜任？

- 第一节 感谢信——写 or 不写？ / 246
- 第二节 善后电话的艺术 / 250
- 第三节 总结面试经验 / 254
- 第四节 已谋其职如何胜任？ / 258



## 引言

QIUZHI SHI MEN YISHU

### 就业有多难

据最新统计，2014届应届毕业生将达734万，较2013年的699万增加了近40万。

在山东大学，一位女生拿着一份求职单位的名单，每投一份简历就划去一个，虽然找了两个多月工作，但依然一无所获。“已经记不清投了多少份简历，现在还没找到工作。”

每年，不断有数字庞大的应届毕业生群体投入浩浩荡荡的求职大军，求职者不断增加，而用人单位可提供的职位却越来越少。

研究生小魏介绍，2012年“双十一”之前，学院的2013届男硕士毕业生基本找到工作了，但2013年的形势不太乐观，他们学院80名男硕士，签约的才30人，“招人少了，我从师兄、师姐那了解到，去年一些单位的招聘人数要比今年多。”

种种原因，小何果断辞掉了原来的工作。可是找了半个月，却依然一片茫然！“看企业招聘要求的时候，明明觉得和自己的要求非常符合，不知道为什么面试的机会就是少，而好不容易面试上了的，不知道为什么最后就是没选你！”





“不在面试，就在去面试的路上。”

就业有多难?! 当下，就业形势日趋严峻。因为找不到工作，屡屡碰壁的求职者心急如焚，如无头的苍蝇四处奔波，寻找工作机遇。

杨某从外地来到惠州，一直找不到工作，最后溜进了一个小区，趁一住户老人张某、周某回家开门进屋的一瞬间，冲进屋抱起婴儿车内的小孩，威胁老人勒索钱财。后杨某被警方刑事拘留。

因为就业难，求职者的生活受到严重影响。一部分求职者甚至连基本的生活都无法满足，心理受挫，一蹶不振；严重的如杨某铤而走险，走上犯罪的道路。

有人质疑：杨某没有高校学历，所以找不到工作。如果他有一张大学本科、或是博士学历，他就根本不用担心就业问题了。

低学历找不到工作，高学历就一定能成功就业吗?

28岁的余某，从小聪明好学，大学毕业的时候更拿到了一本“烫金”的国内名牌大学学历。他自己、学校的老师、同学和朋友们都认为他一定能找一个理想的工作。没想到他揣着名牌大学学历，找工作却屡屡碰壁。这让他从开始的焦急，越来越心灰意懒，最后都不愿意走出门找工作了。2011年4月，余某认为自己空有一副好头脑却无处施展，没有遇上他的“伯乐”，最后决定不再找工作而自己单干。于是他化名周先生，伪造了某国家单位工作人员身份，以谈恋爱、结婚为由骗取女青年夏某信任，先后共骗取了夏某35000元现金，挥霍一空。后被警方逮捕。

“毕业即失业”。在中国，高校毕业生就业难，不仅因为近年来高校毕业生队伍日益庞大，供大于求；更因为如今用人单位越来越注重求职者的工作经历和经验。许多求职者凭借高学历文凭与过硬的专业知识，自



信满满找到用人单位，却因为没有相应的工作经历和经验而被用人单位拒之门外。

有人又认为：用人单位都希望“招来就用”，当然会录取那些有工作经历和经验的求职者。

没有工作经历和经验就会被用人单位拒绝；而反之就一定能找到心仪、满意的工作吗？

祝先生是国内一所名牌大学毕业生，毕业后供职于一家大型企业，五年后积累了丰富工作经验的他，决定辞职谋求一份薪资更高的工作。各方面条件都很优秀、自信满满的他走进了一家外企的大门……谁想面试过后，他却迟迟没有接到这家外企的通知录取电话。心情焦急的他主动给面试他的 HR 打了电话，对方却告诉他，已经录取到了最合适的员工。意味着各方面条件都很优秀的祝先生也被淘汰了！

名牌大学毕业、工作经验丰富，各方面条件优秀如祝先生，为什么也会被用人单位淘汰？一位多年从事人力资源工作资深 HR 认为：当代用人单位越来越注重求职者的综合素质。许多求职者凭借着一定的工作经历和丰富的工作经验敲开了用人单位的“大门”，却因为综合素质考核不过关，依然会在最后关头被 PASS 掉。

也许祝先生的职业规划，与用人单位文化理念、应聘岗位需求相冲突；也许他提出的薪水，远远高于或低于用人单位的薪水标准，认为他不能脚踏实地或是不自信；也许他过于“推销自我”，却没有弄明白用人单位到底想“买”什么；也许，用人单位根本就没有用人需求，粗心大意的祝先生没有及时发现，求职失败后庸人自扰，白白浪费自己宝贵的时间……

求职是一门艺术，它要求实力与技巧的结合。无论你是低学历、高学历，还是拥有一定工作经历和丰富的工作经验，都有可能面临求职难的问题！因为，不是求职难，而是你不懂求职的技巧、艺术！

本书将从求职准备、求职心理、求职简历、求职着装与礼仪、求职谈吐、求职攻心、求职细节、谋职以后八个环节为你讲述求职的艺术。

“知识改变命运”，把求职当作一门艺术，做到精益求精。



## 第一章

求职面试艺术

# 求职准备艺术——不打无准备之仗

千钧一发、瞬息万变的战场，当敌人的炮火气势汹汹迎面而来，才慌乱无章、临时反击？“成者为王败者寇”，毫无准备，猝手不及的一方，只能甘拜下风、痛失天下。

“不打无准备之仗。”——毛泽东。

居安思危，未雨绸缪。提前做好完全准备，才能临危不乱，纵观全局，“谈笑间檣櫓灰飞烟灭。”

求职是一场激烈的竞争。职场如战场，用人单位步步紧逼，巧布“陷阱”；求职者须胸有成竹，方能镇定自若，洞若观火，灵活自如，从应聘者中脱颖而出，成为最后的“大赢家”。

有的求职者问：“我知道求职前要做准备。我也在求职前做了准备，可为什么最后的结果依然差强人意，失败告终？”

答案——不是你不懂求职要做准备，而是你不懂求职准备的艺术。本章将为您讲述求职准备的艺术——不打无准备之仗。

## 第一节 职业理想 ≠ 理想职业

第二次世界大战爆发前，一位老师在课堂上问同学们的理想是什么？同学们有的说想当政府要员，有的想当医生……也有一些同学并不确定自己的理想是什么。

很多年后的一天，已经成为老人的老师在收拾屋子时，发现了二战前自己所教的学生们写的理想，现在看着非常有趣，心想何不把作文重新发给他们，让他们看一看自己儿时的理想呢？

于是老人很快把这个消息登在报纸上，几天后作文被领走了。当然，大多数人的理想都没有实现。只有一篇作文没有被领取，几天后老人接到一个电话，是一位白宫的领导者，他说那篇作文的作者就是自己。老人问他为什么不领走作文？这位领导者说没有必要，因为他已经完成了他的理想。这么多年他一直记得自己的理想，所以他实现了自己的理想。

什么是职业理想？职业理想就是人在一定世界观、人生观和价值观的指导下，对自己未来所从事的职业和发展目标作出的想象和设想，也就是自己对未来工作种类和工作成就的向往和追求。有理想的人，乘风破浪前进；没有理想的人只能随波逐流。

人将一生中最珍贵的年华都献给了职业，人生中最辉煌的成就体现在



职业之中。所以，儿时的我们拥有的理想，是对未来人生美好的憧憬；成人后在漫长的职业道路上，我们应该制定一个适合自己的、切实可行的职业奋斗目标，树立一个正确的职业理想，才能让自己对未来人生美好的憧憬得到实现。

每一个人都有自己的职业理想，但是在生活中，越来越多的人发现，现实与自己的职业理想落差太大。因为生活的压力，有人随便选择了一个岗位，但是因为与自己的理想职业不相符，整日怨天尤人；也有的人一心追求理想中的职业，于是干脆不就业，期待着理想职业像馅饼一样从天上掉下来。

职业理想 $\neq$ 理想职业。我们要想在未来的职业生涯中获得成功，首先应该树立正确的世界观、人生观，根据自己的能力、个性、特长、爱好和需求，确定一个合理的、正确的职业理想，然后对自己的职业理想进行分析，制定出合理的职业理想时间表，并且付诸行动，勇于进取，努力追求，经过不断努力和调整，直到最后实现我们的职业理想，获得人生的最大成功。

蚯蚓是我从小玩到大的朋友，后来蚯蚓上了大学，什么事都挺妥当。在过去分开的十年里，我们几乎每隔两三年见一次面。每一次我都喜欢问他同一个问题：“你的目标是什么？”

而我得到的答案总是不相同。下面记录的是蚯蚓每次谈及目标的原话：

18岁，高中毕业典礼上：“我发誓要当李嘉诚第二！我要当中国首富！”

20岁，春节老同学团聚会上：“我想创立自己的公司，30岁前拥有资产两千万！”

23岁，在某市工厂当技术员，第二职业是炒股：“我正在为离开这家工厂而奋斗，因为在这里工作太没前途了。我将全力炒股，3年内用5万炒到300万！”

25岁，炒股失意而情场得意，准备结婚：“我希望一年后能有10万元，让我风风光光地结婚。”

26岁，不太风光的结婚典礼上：“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，所在的工厂效益下跌，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。”

小猴子掰了桃子丢玉米，捡了西瓜丢桃子，然后又丢了西瓜去追活蹦乱跳的小兔子，最后小兔子跑进树林里不见了，而小猴子也一无所获。

蚯蚓显然没有对自己的人生树立合理的、正确的职业理想。18岁那年，蚯蚓给自己树立了远大的理想，那是蚯蚓对未来人生的美好憧憬。但是大学毕业后进入工厂当技术员，他并没有潜心研究技术，而是去炒股。后来炒股失败，又想当车间主任，最后可能技术也不是很精通，在工厂效益下跌的时候，只好无奈地祈祷下岗名单中不要出现自己的名字。

蚯蚓一生都在追逐自己的理想职业。但很明显，他的理想职业并不是自己正确的职业理想，而且像“猴子掰玉米”故事里的小猴子一样，没有付诸于行动，也没有持之以恒的毅力，最后蚯蚓失败了。



“我们都有一些自己并不晓得的能力，能做到连自己做梦都想不到的会做的事。只有在面对需要时，我们才会奋起应对环境，并且做到迄今为止似乎不可能的事。”——卡耐基。

职业理想是前进的方向，人生发展的目标是通过职业理想来确立，并最终通过职业理想来实现。但是制定了正确的职业理想，还要在心中树立坚定的理想信念。无论是在顺境或逆境，都要奋发进取，勇往直前。否则，再完美的职业理想都是人生职业道路上一个遥不可及的梦想。



## 第二节 有“职业规划”的毛毛虫

四只爱吃苹果的毛毛虫各自去森林里找苹果吃。

第一只毛毛虫根本就不知道苹果树长什么样子，没有目的，不知终点，没想过什么是生命的意义，为什么而活着。

第二只毛毛虫找到了一棵苹果树，看到一个大苹果就爬上去大吃一顿。但它发现如果当初它选择另外一个分枝，它就能得到一个更大的苹果。

第三只毛毛虫知道自己想要的就是大苹果。它为之制定了一个非常完美的计划。可是毛毛虫漫不经心，悠哉悠哉，爬行速度相当缓慢，当它抵达时，苹果不是被别的虫捷足先登，就是苹果已经熟透而烂掉了。

第四只毛毛虫做事有自己的规划，它的目标并不是一个大苹果，而是一朵含苞待放的苹果花。它也做了一个望远镜，计算着自己的行程，结果它如愿以偿，得到了一个又大又甜的苹果。

什么是职业规划？职业规划就是根据人的职业理想，定制相应的教育、工作和培训行动计划，对每一步的时间、项目和措施作出合理的安排。

在“四只毛毛虫”的故事里，第一只毛毛虫是“糊涂虫”，是社会上大部分人的真实写照，没有职业理想，没有职业规划，甚至不知道自己想



要什么，一生碌碌无为；

第二只毛毛虫知道自己想要的是什么，可是却不知道怎样去实现。没有制定职业规划，只是习惯地沿着保守、陈旧的方式。往往在途中错过了真正能够实现职业理想的路径；

第三只毛毛虫所代表的一部分人，有非常明确的职业理想，也有非常清晰的职业规划。但是理想远大，行动却缓慢，再完美的职业理想和职业规划都只是“纸上谈兵”，最后错过了成功的机会；

第四只毛毛虫是极少数的成功人士，他们为自己制定了合理的职业理想和职业规划。也详细分析了自己获得成功需要什么条件，并且付诸行动，付出努力，最后一步步实现了自己的职业理想。

杜平在大学同学的眼里，为人聪明，素质也好，还会说一口漂亮的英文，从毕业至今都在外企中混。只是，他在每一家外企工作的时间都不长，跳槽极为频繁。

一年前，他通过猎头又跳去了一家美国公司，薪水相较以前翻番。原本杜平以前跳来跳去，但总是保证在重工业行业领域内，但是这一次，仅仅由于新公司的高薪诱惑，便义无反顾的跳了过来，却根本没有考虑这家公司所在的行业是轻工业。

他入职新公司后，才感受到行业间巨大的差别和上手的难度。但是，毕竟，这里有一份极高的薪水，他不得不咬牙坚持，每天工作的心情沉重，在这一年中，他几乎天天在为自己当初轻率的决定感到后悔，却也无可奈何。最终，杜平决定，跳槽！这次，不是为了薪水，不是为了职位，只是为了自己的行业基础。杜平说，直到这时，他才真正的开始谋划自己的未来，开始自己的职业规划！

杜平经过仔细分析自己的现状，给自己确定了几个目标：1，重回重工业行业；2，仍然是外企；3，稳定。于是，在经过近两个月的寻找后，他确定了新的公司。