



冲向职场

——求职**48计**助你玩转职场**魔方**

周石 金璐 主编

退去“幼稚”的
摘掉“求职菜鸟”的帽子，
求职，从这里开始！

求职中有些陷阱是可以避免的，有些弯路是可以径直走过的。希望本书能帮助身陷求职困境的同学们了解就业市场，找准职场定位，写出漂亮简历，掌握面试技巧，出色地迈出职业生涯的第一步。

 中国社会出版社

国家一级出版社 全国百佳图书出版单位

大学里拥有的和可支配的东西越多，却越迷茫和不知所措。我该做什么？我为什么要这样做？我该何时开始我的职业规划？从老师、学姐、学长对求职的解读中，我看到了答案，读完此书我知道我该有所行动了。

——中山大学 生命科学院 刘博君

认识自己、找到自己、个人SWOT分析、职业规划……作者提到的这些内容，无一例外都是我所关心的问题。然而成长不是闭门造车，不能坐井观天，我们必须不怕疼地去尝试、去体验，只有这样找到的答案才是让自己信服的，也只有这样才能知道自己真正的需要，知道自己所想追求的梦想为何。

——北京师范大学 心理学院 杭明

“到底什么样的工作适合我？”“为什么每次都跌倒在面试上？”“女生在职场上怎么和男生拼？”这些问题困扰着将入或初入职场的我们，幸运的是本书作者——这些身在其中的旁观者，他们与我们同行，并在我们最需要帮助的时候，用他们学到的知识和本领，尽全力为我们撑起一把同行者的伞。希望这漫漫路途，可以一起走的更远，走的更好。

——香港中文大学 崇基学院 封晨

忙碌之前先问自己，真正需要的是什么？真正热爱的是什么？是第一名，还是自己努力并且被认可的欣喜？

不管你自己觉得来得及，或者来不及，从现在开始做一切都来得及。

自己勉励自己前进；自己提醒自己幸福。

——中国传媒大学 广告学院 贾邱皓

ISBN 978-7-5087-3949-6



9 787508 739496 >

定价:19.00元



冲向职场

——求职48计助你玩转职场魔方

周石 金璐 主编



中国社会科学出版社

国家一级出版社 全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

冲向职场：求职48计助你玩转职场魔方/周石，金璐主编. --北京：中国
社会出版社，2012.3

ISBN 978-7-5087-3949-6

I. ①冲… II. ①周… ②金… III. ①职业选择—青年读物 IV. ①C913.2-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第028021号

书 名：冲向职场
主 编：周 石 金 璐
责任编辑：王晓翔

出版发行：中国社会出版社 邮政编码：100032

通联方法：北京市西城区二龙路甲33号

电话：编辑部：(010) 66061723

邮购部：(010) 66081078

销售部：(010) 66080300 (010) 66085300

(010) 66083600

传 真：(010) 66051713 (010) 66080880

网 址：www.shcbs.com.cn

经 销：各地新华书店

印刷装订：中国电影出版社印刷厂

开 本：165mm×238mm 1/16

印 张：10

字 数：140千字

版 次：2012年3月第1版

印 次：2012年3月第1次印刷

定 价：19.00元

目 录

疑惑篇	(1)
1. 我该如何突破“学历和专业”的局限? (潘一坤)(马戈)	(1)
2. 我该如何实现专长与职业的匹配? (潘一坤)(车宇佳)	(5)
3. 我该以个人需求为重,还是以社会需求为重? (潘一坤)	(9)
4. 我的专业很冷门/热门,如何能真正做到好就业? (邓梦瑶) (金璐)	(11)
5. 我的职业选择遭到父母反对怎么办? (潘一坤)	(13)
6. 我该如何应对异地恋? (樊同玉)	(16)
7. 我该选择在哪个档次的城市就业? (樊同玉)	(17)
8. 我是否该出国留学? (樊同玉)	(21)
9. 作为女生,我该如何规划自己的职业生涯? (樊同玉)	(24)
10. 作为女性,我的就业压力是否比男性大? (张知依)	(26)
11. 作为女生,工作好不如嫁得好吗? (王钰珺)	(28)
12. 我该以什么样的标准定位自己的需求? (樊同玉)	(30)
13. 我该如何平衡实践与学习? (张知依)	(33)
14. 我非得过考公务员的“独木桥”吗? (王钰珺)	(35)
准备篇	(39)
1. 对未来负责,为自己规划(樊同玉)	(39)
2. 课堂之外的修炼(张知依)	(41)
3. 小实习有大学问(车宇佳)(邓梦瑶)	(43)
4. 想当老板也不易(马戈)(车宇佳)	(46)

5. 打理好自己的小金库(马戈) (51)
6. 国企,私企,外企大PK(马戈) (53)
7. 工资“谁”说了算?(马戈) (56)
8. 开车+喝酒=求职必备技能?(马戈) (58)
9. 打造个人品牌,学会自我表扬(王钰珏、苗向东) (60)

实战篇 (63)

1. 认清自己(樊同玉)(郑静) (63)
2. 向世界介绍自己(车宇佳) (67)
3. 让自己成为“star”(郑静) (69)
4. 拥有一份近乎完美的简历(车宇佳)(郑静) (72)
5. 活用社交网络(樊同玉、张知依) (78)
6. 发送电子简历的潜规则(郑静)(金璐) (81)
7. HR 如何看简历(潘一坤)(郑静) (83)
8. 常见的笔试题型(车宇佳) (86)
9. 如何在无领导小组讨论中胜出(邓梦瑶) (91)
10. 创造面试考官对你的好印象(车宇佳)(邓梦瑶)(马戈) (94)
11. 面试常问的问题(张知依) (99)
12. 面试中的“千万别”(张知依)(邓梦瑶) (102)
13. 怎样和招聘者谈起薪(邓梦瑶)(金璐)(王怡静) (106)
14. 从大学生到职场人的转变(马戈)(潘一坤)(郑静)(张知依) (112)

建议篇 (119)

1. 北京市本科毕业生愿意留京就业的原因分析(卿文博)(周石) ... (119)
2. 大学生不愿意去基层工作的原因分析(刘慧卓) (120)
3. 大学生刚工作就辞职的原因分析(侯晓芊) (122)
4. 给刚参加工作就想辞职的毕业生提六条建议(金璐) (124)
5. 为大学毕业生顺利度过就业“磨合期”提五条建议(陈筱睿) (126)
6. 影响大学生就业的八个观念(张石磊) (128)

7. 北京市本科毕业生求职意愿影响因素分析(周石)	(131)
8. 订立劳动合同时的注意事项(周斌)	(137)
9. 大学生创业需要思考的六个要素(张号全)	(141)
10. 毕业了还没有找到工作怎么办(潘一坤)	(144)
11. 四个关于工作的小故事	(146)
后 记	(153)

疑惑篇

1. 我该如何突破“学历和专业”的局限？（潘一坤）（马戈）

对自己所学的专业不满吗？觉得自己的专业没意思吗？认为自己学历太低了吗？害怕别人学历高会影响自己的发展吗？这样一些问题有时候会为我们带来困扰。的确，“专业 and 学历”这两个东西看起来是最不可能突破的东西，因此为我们带来了这样或那样的限制。然而，“专业 and 学历”就真的不可突破吗？

这个问题的回答有两个：是与不是。你可能会说，这不是废话嘛！但是事实就是这样，且听我慢慢道来。

在什么情况下专业与学历不可突破？我们不妨举一些例子，譬如有一家公司的招聘启事上明确写着招聘“硕士及以上学历”，而我只是一个本科生，很显然我达不到用人单位的硬性指标。我当然可以发送简历向用人单位毛遂自荐，但是在应聘者还算充裕的情况下，我往往会瞬间被淘汰。如果应聘者不多，我侥幸进入面试，当然要把自己最优秀的一面展示给HR，但我的学历始终会是一个劣势。再看看因为专业受限制的情况，有一所设计院招设计师，或者设计部门的某个专业突然空出了一个职位，而我作为非设计专业的应聘者显然是不能胜任专业性这么强的工作。基于以上情况，专业和学历有时候是不能被突破的。

以上这些情况显然带有“刚性”，也就是说这些情况下没有变通的办法。招聘要求就像是法律法规，是没有弹性、具有严格效力的。而技术性

工作也体现了“隔行如隔山”这句话，必须承认一些工作是需要专业技术的。学的不是那行当，不会人家那技术，你想干也干不来，想干人家也不让你干。

专业与学历的不可突破也体现在更深的层次。有人戏谑说：“本科生宿舍断电，男生宿舍限制女生进出，男生更是不能越女生宿舍之雷池半步；研究生宿舍不断电，宿舍不限制男女生进出。”“本科生会为了考试通宵去教室看书。研究生会为了上网而在宿舍熬个通宵。本科生很少会去看老师布置的书。研究生必须去看老师布置的书，不看书就一个结果：被导师骂。”

研究生的两三年时光，不仅仅有个人生理的成长，更有心理上的成熟。导师变成了“老板”，同学也变身成为“同事”，没有了班级的概念，只有实验室这个板块，同荣辱，共进退。从一定程度上说，研究生这两三年可以被称为从学校到社会的一个过渡，不仅仅是将知识运用到实际生活，而且也是对工作的初步体验。

有了这期间的经验，今后应聘便有了和企业交谈的资本，不是也有人这样说过：“本科生找工作请留下（简历），研究生找工作请坐下，博士生找工作你开个价。”这种差别不仅是因为学历的高低，更是因为几年升学过程中所积攒的超乎本科阶段的知识，以及对所从事工作的认识。

相对于本科生，研究生往往有这些优势：

1. 研究生虽然只有一年的文化课学习时间，但是这一年的课程可不像本科生那样基础，现在本科生的专业面宽，学习的针对性就差，本科生其实对本专业的知识掌握得极少。

2. 研究生时期的技能在一般情况下很难学到。研究生的课题虽然由导师指定，但最后往往变成自己的课题。在其所进行的研究领域内，很多研究生的水平超过了导师，在特定的领域里面，研究生甚至可以是国内顶尖水平的专家。

3. 研究生做课题、制订试验计划及具体实践时，几乎都是独立的，这在一般职场拼杀几年也难有这种机会。

于是在很多行业中，越来越多的雇主选择了高学历，即便是有些岗位

不需要研究生，他也选择了研究生，因为研究生所提出的薪资要求往往和本科生差别不大，而在研究问题和解决问题方面却有更强的能力，所以对雇主而言，研究生是一个更好的选择。

当然，以上这些是研究生所拥有的一些优势，重要的还是在于“自己比自己”。

能否充分利用毕业前两三年的大好时光，磨炼自己的心智，为自己将来的就业增添成功的砝码，关键在于自己的态度。认真地对待它，那么从本科生到研究生的这一步绝不仅仅是“一步”之差；如果满不在乎，做一天和尚敲一天钟的话，这两三年也许反而会耽误自己的一生。

“研究生深沉得可以，属于活力丧失型，与其相比，本科生单纯，活力四射。”就某个具体的人来说，本科生与研究生相比优势不多，精力旺盛便是这少有的优势之一。本科生就业将会直面真实的职场，挫折坎坷是不可避免的，同样的三年，本科生可以在工作中不断地磨炼、不断地成长，毕竟年轻人永远有一种不服输的精神，愿意为了未来而与现实搏斗。这三年获得的也许是很多研究生一辈子无法经历的东西。也许经过三年的打拼自己能在企业中占有一席之地，而刚毕业的研究生也可能会面临着从基层干起的尴尬。

此外还有这样的例子：在发达国家，招的是本科岗位，工作也只需要本科岗位的知识 and 能力，如果填了研究生，即便个人愿意去做这份工作，雇主还是不愿意选择你，他把机会优先给本科生，因为他认为这份工作只需要本科的知识、能力，如果找研究生，并不能给这份工作带来好处，反而因为研究生可能会好高骛远，在工作上会缺乏忠诚度。

所以，在结合自己专业实际情况的前提下，慎重地选择将来的方向。高学历固然没什么坏处，但高学历背后是否隐藏着高能力才是至关重要的问题。

当然这并不是世界末日，有硬的就肯定有软的，有不能变通的就肯定得有能够变通的。学历并不是万能的，在你获得了一份工作后，学历往往就不再那么重要了。进入工作岗位之后学历带来的差别有哪些？

几百块钱的工资差异，或者很少的一些标准限制。

在工作岗位上被考察的往往是解决实际问题的能力，我们怎么把事情办好？怎么让上级满意？怎么获得领导和同事的口碑？能解决这些问题的当然是我们的办事能力，而不是什么学历。而且，虽然有些升职或者评职称的时候会对学历提出要求，但是我们可以通过在职的学习获得这些学历，并不需要为自己的学历过分担心。

那么专业呢？我的基本观点是理转文容易，文转理较难。为什么这么说？因为文科、社会科学的很多操作性工作往往只需要掌握固定的流程以及对相关知识加以了解就可以了，因此文科在一定意义上是可以速成的。而对于一些基础的理科学科，譬如计算机、数学，其实相当于一种技能。我们总以为投资银行是被一些学金融和经济的人占据，但其实投资银行业中有着很多有理工学科背景的人在进行着分析，建立模型和计算数据，而学金融出身的员工只是拿到这些分析结果后作出决定。在另外一些研究院、设计院等偏理工专业的单位，突破专业界限理转文是很常见的。这些单位自然也需要职能和行政部门的领导和管理者，那么这些管理者是怎么产生的？难道从人才市场直接招聘管理者？当然不是。担任这些单位中高层管理者的人大多原先是该单位技术部门的工程师，因为他们业务精湛、具有领导力才被提升为管理者。试想一下，怎么可能有研究型的单位招一个新人来管理大家呢？由此可见，学理工科的一样可以从事“文科”的工作或者在偏文的行业里工作。

那么文转理呢？我并不这么乐观。理科总是与数学、计算机、工程这些东西分不开。我们在设想其难度的时候，只要想一想高数考试前自己痛苦的样子就能够明白。而且理科知识需要不断练习、不断积累才能掌握，并不是那么容易就在短时间内学会的。也许就是因为这些原因，文转理的人比较少，成功的就更少了。

读到这里，相信你已经对于“突破专业和学历限制”这个问题有了全面的认识，但我仍然想强调一点，那就是自信。不管别人怎么看你的专业和学历，都不要有任何自卑，如果我们从自己心里就表现出不自信，那么谁还会相信你呢？因此我们必须相信自己同时也做好突破学历和专业限制的准备，机会总是更加青睐那些自信、勇敢且有准备的人。

2. 我该如何实现专长与职业的匹配? (潘一坤) (车宇佳)

专长与职业,这两者一直被我们视为矛盾对立的领域之一。所谓的专长,就是指所学的专业和自己的特长,这两者往往是我们的强项,不同的是,一个代表着我们的学业,而另一个则是自己在业余时间培养出来的。

首先,关于特长和职业。一方面,特长往往是诸如画画、摄影、音乐、运动等“玩”与“欲望”的代表,另一方面,职业往往意味着枯燥的报表、熬人的研究和设计等等,这两者似乎很难有统一的机会。这就像我们的学生时代:明明知道要认真学习确保自己有一个不错的前途却仍禁不住诱惑去音乐节 pogo、在球场上释放自己或是沉浸在喜爱的文学作品里;与此同时,我们明明知道趁着青春还在,应该做自己喜欢的事情为自己的人生留下一些记忆,却仍然把绝大部分时间分配给了诸如“学习”“工作”等“正经事”。

即将步入职场的人也有这种困惑:职业与特长究竟应该怎样共存?难道真的不存在一个合适的解决办法吗?答案是否定的,而且有很多的解决办法!

我们要知道有很多工作岗位都是需要有特长的,我们可以刻意寻找与特长对口的工作。诸如美术教师、音乐教师等职业自不必说,社会上还存在着许多其他岗位需要我们的特长。比如做专业书籍、杂志、网页的编辑。作为专业媒体,自然需要具备专业知识和素养的编辑和记者。如果没有这样的编辑和记者,那么书刊的内容很容易失实,观点也难免片面和浅薄,这样的书刊怎么会有良好的生存前景呢?而且,我国现在正处于精神文明逐渐加速发展的时期,随着经济实力的提高,人们的文化生活追求和欣赏品位也在提高,因此音乐、美术、体育、设计、鉴赏等领域也受到了前所未有的关注,人们对这方面出版物的需求也越来越大、要求越来越高,这就更需要相关书刊的编辑提高自身专业素养,于是将有更多这样的职位需要拥有突出特长的同学。

另外一条出路就是在求职时多多关注与自己特长相关的企业，如果能在一个适合自己特长的企业中发展那是再好不过的。譬如拥有音乐、美术特长的同学可以选择文化、传播、创意产业。在这样的产业里，自己的特长往往能够在工作中得到发挥，即使日常的工作与特长关系并不是很大，也算拥有一个自己从情感上比较偏爱的工作环境，并且在从事着一项自己比较感兴趣的工作，这对一个人是至关重要的。当然，很多的企事业单位在招聘时也会特别关注应聘者的特长。比如，一些国家部委或是国企，在他们所属的系统往往会有一些文艺活动或是体育竞赛，在这种时候他们就需要有特长的人能够站出来出一把力。这就好比一个班级、一个学校总是需要一些在文体上具备突出特长的同学去丰富校园生活、为集体获取荣誉一样。因此许多部委和国企会在招聘时留意应聘者的特长。而在一些外企、私企，虽然变数要大一点，但有特长的人终归要比没有特长的人多一项本领，招聘者也一定会认真考虑的。况且每个企业都有其特有的企业文化，如果我们的特长恰好有助于建设这个企业的企业文化，那么在工作岗位上发挥特长的机会也就更大。总之，有很多的途径都能够让我们在工作岗位上发挥特长。

其次，是关于专业和职业。大多数人都会认为，学以致用是件挺重要的事情。但是毕业之后的第一份工作，与所学的专业知识没有多大关系的情况，也是会存在的。

而这样的情况，通常可以根据毕业生本人对工作的比较分成两种具体情形。

第一种，就是得到的工作比自己本专业方向的工作要好。或许是因为更喜欢。比如，某男生尽管学了管理，却更想当个文艺青年，没想到平日发表在网络上的文字引起了关注，竟意外成了杂志写手。这种情况当然让他十分满意，但是要知道这或许不是个能长久稳定的工作，如果你能永远追随大众的口味，就太容易失去自我的风格；反之，太忠于本心，又不能准确地抓住读者的心，并不能一直得到很好的评价，生活质量很可能也因此波动不断。所以不如在写作的同时，也费心寻觅一下与专业相关的工作，如果能给予爱好一份稳定的工资支持，让文字不必为

生活所迫，也不失为一个好的选择。

又或许是因为前途更长远。比如，某个女生学了英语专业。本以为要去中学当个老师，没想到因种种机缘巧合成了对外贸易公司的职员，出国机会不少，待遇福利优厚，前景更是一片大好。只是相应的，也面临艰巨挑战、休息时间极少、工作压力更是大得难以预料，尤其是大部分工作与她原本的专业毫无关系，起点较其他专业人士差得太多。这种情况下，就要看她更渴望的是哪种生活，如果愿意发愤努力迎头赶上，创造一片崭新天地，那就不妨克服千难万险，不会就学，不懂就问，弥补不足，发扬优势，得到的经验和见识或许也是不可估量的。如果实在不善于应对这样的工作，也应该珍惜这样的经历，即使再找新的工作时也是极有帮助的。

第二种，认为得到的工作不如本专业方向工作好。

或许是因为与自己的专长不符。比如，某女生学了法律，一心为成为叱咤风云的知名商业律师而努力，没想到毕业之后只当了一名小小的文秘，每天辗转在无数的简单文字处理和电话应答之中，工作琐碎繁复，自己背得烂熟的法典和出众的口才都得不到展现，即使知道或许数年过后也会有一定发展，但是却担心自己会在这样日复一日乏味的工作中消磨了锐气。此时要做的就是转变心态，即使这样的工作与自己的专业并不匹配，但是未必不能在其中获得收获：文字处理的过程可以熟悉各种情况并且获得丰富的经验，电话应答的过程也能锻炼沟通和表达能力，而且能够磨平很多人初入社会时的种种不成熟和不理智，对将来成为知名律师也是利大于弊的。

也或许是因为不适应新的环境。比如，某男生学的是生物，大学时期也不爱和人交际，每天在实验室里醉心于科学研究，本来期待毕业之后也一直做研究工作，却因为客观的原因未能如愿，反倒成了办公室里的一名公务员。他并不善于和同事应酬，也看不惯明争暗斗的氛围，更没办法表达自己的想法，自然觉得十分痛苦。而这时候他应该明白的是，逃避是完全没用的。因为办公室就是个浓缩的社会，即使离开这个办公室，还有社会这个更复杂更难以应对的大办公室需要自己去适应。即便是科学研究工作者，也面临着人际交往的问题。除了能够潜心向学，更要把自己的研究

成果展示出来，并且让它发挥应有的价值。所以，在办公室的锻炼，对于任何一个人都是必不可少的。真正成功的人，是要在不同的环境下都能有所成长并且保持品性的。

当然，通过找工作这个途径所获得的工作终究还是会让我们受到一些限制，不能百分之百满足自己的需求并且发挥自己的专长。这时候我们可以通过另外一条路来解放自己，那就是创业。我们完全可以通过创业发挥自己的专长或是从事自己喜爱的事业。

让我们换个角度看问题，如果我们不将“专长”仅仅限制在“所学专业”和“文体特长”这狭窄的范围内，会得到更多的答案。组织能力、交流能力算不算是专长？掌握一门小语种算不算是专长？可能这更像是一种所谓的“能力”，但是，你比别人优秀的地方为什么就不能被算作是“专长”？为什么就不能让自己引以为豪并从中获得享受呢？这样看来，找到一个适合自己的，能够发挥自己各方面才能的工作岂不也是职业与专长的匹配吗？

的确，这世界上有很多了不起的人物，都是更换了无数份工作才最终找到了最适合自己的领域。但是他们在从事每一份工作的时候，都汲取了此工作能给予他们的全部经验和教训，不断完善自己，才实现了自己的理想。

因此，我们在就业和职业规划时也必须灵活应对，发展地看问题。也许最开始就业的时候摆在我们面前的选择并不那么多，或者毕业之后的第一份工作可能与所学的专业毫无关系，但我们有时候也要去接受，毕竟先有一个起点才能有后续的发展。而从另一个角度看，纵使这个起点不能匹配我们的专长，我们仍然可以通过自身的进一步发展在其他岗位上完成职业与专长的匹配。而在我们的职业生涯中，我们也不能太过将自己置于中心地位，让职业来匹配自己，有很多时候需要我们去发展自己的专长来匹配职业需要。以发展的眼光看问题，我们将不仅仅收获一个合适的工作岗位，更重要的是获得一个精彩的职业生涯。

3. 我该以个人需求为重，还是以社会需求为重？（潘一坤）

找工作是以个人需求为重还是以社会需求为重？有人认为个人需求是最基本的考虑，有人认为满足社会需求才是实现自己人生价值的途径，有人认为两者不存在什么冲突。这个问题对于每一个人来说都有着不同的答案。我们不妨寻着每个答案背后的思路来看一看他们的依据究竟是什么。

“找工作当然是为了满足个人需求。”我相信这是社会上最主流的答案。我们为什么要找工作？是为了实现人生价值？还是为了对社会作出贡献？我想如果我说这就是我的回答，我也会禁不住问一问自己：“这是你的真心话吗？”我们大多数人找工作的最基本出发点，其实还是为了拥有一份稳定的收入来支持自己的生活，为了自己的家人能够拥有不错的生活条件。

既然明确了大多数人找工作的基本出发点，我们也就能够理解为什么大部分人认为找工作是为了满足个人需求。促使我们作出这一判断的大概是生活带来的困境：不是所有我们想得到的都能得到，不是所有想实现的都能实现。我们想去追寻梦想，想去从事自己认为有意思、有意义的事业并且得到丰厚的薪水，但对于我们来说这往往是不容易实现的。想从事自己喜爱的事业，就要冒挣不到钱的风险；想要挣到可观的薪水，往往就要从事一些自己并不是非常有兴趣的职业。在这样的窘境下，个人需求尚且得不到完全的满足，哪里还有心思去满足社会需求呢？

在成长的过程中，人总是越来越现实。哪个男孩小时候没有过做一个足球、篮球运动员去赢得冠军的激情？哪个女孩没有设计美丽衣服和家居的梦想？谁不曾有一个建功立业、造福人民、建设祖国的远大志向？但我们长大了就会发现，那些曾经的梦想其实只是幻想，我们不得不低下头脚踏实地地生活。想一想我们正在学习的专业，究竟有多少人在学习自己发自内心热爱的东西？或许这样说更加合适：“在很多情况下，我们在学习适合自己的专业，而不是自己热爱的专业；我们从事能够满足自己的工