

东方讲坛·职业生涯系列讲座精选



当代青年 职业精神和职业技巧

本书编委会编



上海書店出版社
SHANGHAI BOOKSTORE PUBLISHING HOUSE

东方讲坛·职业生涯系列讲座精选



当代青年

职业精神和职业技巧

本书编委会编

 上海書店出版社
SHANGHAI BOOKSTORE PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

当代青年职业精神和职业技巧/《当代青年职业精神和职业技巧》编委会编. —上海: 上海书店出版社, 2010. 8

(东方讲坛· 职业生涯系列讲座精选)

ISBN 978 - 7 - 5458 - 0273 - 3

I. ①当… II. ①当… 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(2010)第 136034 号

责任编辑 沈佳茹
封面设计 张志全
版式设计 郗书径

当代青年职业精神和职业技巧

《当代青年职业精神和职业技巧》编委会 编

出 版 上海世纪出版股份有限公司 上海书店出版社
(200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.cc)
发 行 上海世纪出版股份有限公司发行中心
印 刷 上海展强印刷有限公司
开 本 787×1092 mm 1/16
印 张 34
字 数 700 000
版 次 2010 年 8 月第 1 版
印 次 2010 年 8 月第 1 次印刷
ISBN 978 - 7 - 5458 - 0273 - 3/C.5
定 价 48.00 元

编委会名单(排名不分先后)

顾 问	潘世伟	应鸿庆			
编 委	尼 冰	生键红	张得志	王雅楠	
	丁 峰	盛祖欢	张 洁	何 畏	
	李 刚	杨永发	黄 河	费蕾英	
	卢轶群				
统 筹	杨永发				

出版说明

最近几年,青年就业问题已成为社会各界关注的焦点之一。无论是青年群体、老师家长,还是其他社会人士,都期盼着当代青年的就业问题和职业发展能得到更多的关心和帮助。本书编委会精心编辑的这本《当代青年职业精神和职业技巧》,就是对这些期盼的一种回应。

自2005年3月以来,在中共上海市委宣传部、上海市社会科学界联合会、上海市人力资源和社会保障局等单位的牵头组织下,上海市就业促进中心、上海市职业介绍中心、上海东方宣传教育服务中心、上海市社区文化服务中心和东方社区信息苑等单位资源共享、优势互补,每年都推出了以“打造申城就业文化,提升青年职业精神;疏导青年职场困惑,关注青年职业发展”为宗旨的“东方讲坛·职业生涯系列讲座暨现场咨询服务活动”。

“东方讲坛·职业生涯系列讲座暨现场咨询服务活动”坚持进社区、进高校、进郊区、进园区,为广大青年提供职业指导讲座、职业生涯设计、岗位推荐、政策咨询等服务。讲座的主讲人和现场咨询嘉宾,既有长期从事相关研究的专家、学者,也有来自公共就业服务第一线的优秀职业指导师。他们有着较深的理论素养和丰富的实践经验,能够针对当前广大青年在求职过程中遇到的种种问题和困惑,对症下药提出应对措施。他们通过一场场精彩的演讲、一次次互动沟通、一遍遍咨询服务和一个个岗位推荐,使更多的青年顺利从学校人向社会人转变,理解和懂得了职业起步的艰难;让更多的青年脚踏实地、珍惜岗位,抛弃了好高骛远的想法;助更多的青年在职场中实现自我价值,品尝到了成功的快乐。

为了让更多的青年受益于“东方讲坛·职业生涯系列讲座暨现场咨询服务活动”,我们精选了六年来的精彩讲座内容汇编成册,希望能为广大青年,特别是大学毕业生顺利迈

上职场之路助上一臂之力。

我们衷心希望本书能启迪你的职场智慧,培养你的职业精神,唤起你的职业激情,扬起你的职业风帆,帮助你走向职业成功!

本书编委会

2010年5月

即将出版

目 录

职业精神篇

今天我们怎样找工作——不能不考虑的九个问题	张得志	3
当代青年发展与职业生涯	苏颂兴	18
当前青年就业的现状和对策	王大奔	35
为您的生命镀金——现代人职场精神塑造	薛文祥	49
健康的职场心理——职场心理和情绪调整	胡 近	56
现代大学生职业精神塑造——做一位卓越的企业人	许晓晖	79
唤醒心中的巨人——职场自我认识和潜能开发	吴栋炯	94
世博会与青年职业发展	张晖明	113

职业技巧篇

如何过好面试关	翁海明 陈 波	127
中心城区青年就业热点分析	陆丹蒙	140
我的未来不是梦——做自己的职业生涯规划师	王 星	150
职业见习——提升您求职的“底气”	薛伟民	169
带着目标行动——如何选择适合自己的就业目标	彭 明	181
与“职场蚂蚱”说不——关于跳槽的学问	周 好	197
职业生涯“保质保鲜”之道——如何选择职业培训	朱俊杰	213
演好职场“二重奏”——求职技巧和人际交往	潘 峰	224
今天如何实现快乐工作	陈 波	240
“一招鲜吃遍天”还灵吗？——谈谈职业培训的重要性	殷 华	254
学历高低真的决定职场前途吗？	顾 炜	266

年龄真的是一道难跨过的坎吗?——大龄人士如何成功求职	张 华	278
职业见习——提升你职场经历的能级	王 俊	290
家庭环境与青年就业	丁 洁	303
解读职场新“三十六计”	金 依	316
正确树立职场“适界观”	朱亮佳	328
新农村建设与职业新热点	周 嫣	340
面对从“万亩桃园”到“黄金海岸”的变迁,您做好就业准备了吗?	周 怡	349
申城非农就业新渠道	陆震宇 顾李辉	364
金融危机下的职场策略	盛 岚	377
2008年高校毕业生就业形势解析	汪美萍	388
职场新人实招——如何培养良好的职业习惯	夏丽雯	399
如何面对职场“烦心事”——职场减压与情绪调整	叶 莎	413
精心包装您的另一张“脸”——制作一份适合自己的简历	俞笑静	428
拿到你的 Offer——高校应届生如何准备面试	孙 正	443
巧言“领”色——大学生择业面对面	朱亮佳	463
避免面试中的十三个错误	周 琴	485
职业生涯发展与时间管理	夏丽雯	497
Office 工作,没你想得那么简单	孙 正	507
如何面对职场烦心事——职场压力管理	曾建华	523



当代青年职业精神和职业技巧

职业精神篇

今天我们怎样找工作 ——不能不考虑的九个问题

张得志



张得志 现为上海市人力资源和社会保障局就业处处长,经济学博士,长期从事就业工作,参与研究制定组织实施上海市一系列就业再就业政策,对促进就业工作有着深刻的亲历体会和丰富的实际经验,并在就业理论、就业政策等方面多有研究。

大家知道,就业是老百姓关注的焦点。那么上海市统计局连续几年做了一个调查。就业问题逐渐成为市民关注问题的首要焦点。2002年,当时调查100个人当中只有8个人回答“我最关心的问题是找工作”当时就业问题排在第三位。2003年、2004年就业问题都成为被调查的老百姓首要的,最关心的问题。也就是100个人当中有25个人回答“我最关心的是怎样找到满意的工作”,这就带出我们的第一问。

第一问:为什么要找工作?

其实我们很多人并没有认真地思考,我为什么要找工作?我想并不是所有的人都是为了每个月的1000元钱2000元钱。只有你清楚地认识到我为什么要找工作,然后你在找工作的时候的针对性才更强烈,你付出的努力才更有回报。

大家看一段文字:“幼儿学,壮而行。上致君,下泽民。扬名声,显父母。光于前,裕于后。”这段话是《三字经》里面的文章。很多人都知道“人之初,性本善”,其实影响中国人或者说影响中国人读书和就业几百年的是《三字经》结尾的这四句话。就是小时候读书学习,长大以后把知识运用到工作事业中去。对上辅佐君主治理国家,对下恩泽人民,这是古人读书和工作的目的。当然现代社会日新月异。情况发生了很大的改变,上海有1300万的户籍人口,还有接近500万的外来人口。不是所有人的工作目的都是一样的,而且目的和古人是有很大的差别。有一个很著名的广告词说“好工作,好生活”,我们为什么要找工作?或者说人活着是为了什么?西方有一个很著名的理论叫做马斯洛的“需求五层次论”。

人活着有很多需求,首先是生理的需求。要吃饭,要睡觉。第二个层次是安全的需求。台风来了,我们要待在家里不要出去。高速公路要关掉,车子不能上去,这也是安全的需求。第三个层次是社交的需求。不能说光有吃、有喝、有睡就行了,那不等同于动物?我们还要有和人的交往,还有友情,有爱情、亲情。那我光待在家里或者只有生活没有工作的话,对我们的友情、同志情、同事情肯定有很大的影响。第四个层次是尊严的需求。如果一个人光靠父母留下万贯家产,自己却没有一技之长,没有一份工作,对他人的尊严肯定是有影响的。当然最高层次第五层次是价值的需求,那就是“上致君,下泽民”。就是说我工作的目的不仅仅是为了赚钱,是为了为这个社会作出更多的贡献。

但是我们要说清楚,这五个层次是人的不同层次,可以说是由低到高。但是如果说工作只有前面三个层次的要求,不等于说就是低人一等。而是说我工作的目的,最显著的要求是什么,我就要从这个要求出发,去找工作。

第一个,工作是我们谋生、养家糊口的主要手段。就是说你不工作,就没有收入。

第二个,工作是成长独立的显著标志。就是说一个人从出生到读书,高中毕业大学毕业以后就要找工作。你只有参加工作了,才是真正独立了。也就是说,虽然说18岁是成人的仪式,但是我们知道,18岁如果你在读大学还是可以继续依靠父母抚养。但是如果22岁大学毕业了,还待在家里靠父母养着,那显然是不合适的。也就是说,你还没有真正的成长起来,还没有真正的独立。

第三个,工作是融入社会的重要途径。两年不工作人都傻了,他不知道外面社会发展变化是什么样子的。人工作除了生存以外,还是融入社会和社会扩大交往的一个途径。

第四个,工作是我们获得社会尊重,实现人生价值的重要前提。

那么具体来说,工作是为了生存?是为了独立?是为了养家糊口?还是为了名誉?还是为了事业?或者仅仅是为了金钱,或者是为了友情、为了充实,这些是我们需要思考的,我们工作到底是为了什么?有些人频繁地跳槽,除了觉得那个老板不好以外,很大的一点就是他不知道为什么要工作。工作做了一段时间他就不想做了,或者说做了一段时间就不开心了。这里面一个关键的问题就是他不知道为什么要工作,一个最简单的问题往往是一个最基本的最根本的问题。

大家看一下大屏幕上的一段文字,我是用红颜色把它显示出来的:“就业是关系民生和社会和谐的大事,也是我们长期面临的突出问题。要坚持不懈地抓下去。要总结我们自己在实践中创造的好经验,借鉴国际上的有益做法,走出一条具有中国特色的解决就业问题的路子。”从全国范围来讲,我国现在就业很严重。胡锦涛同志在2005年7月10日作出的书面批示,他要求走出一条具有中国特色的解决就业问题的路子,如果我们照搬外国的经验是不行的。

第二问:哪些人在找工作?

我们要工作,我们要找工作,那么这个社会上到底有哪些人在找工作?也就是说我们的同路人甚至说我们的竞争者是哪些?有一位大学生是这样感觉的“全是人,全是人,全是人”,给他的感觉就是说找工作都是人,人太多了,那么多人在找工作。他为什么发出这样的感叹呢?大家看一张图片。

这是一个招聘会,那么多人人在找工作。而且你看图片的右上方,还有人不断地加入进来。这么多人在找工作,我们能不能把找工作的人分分类,有哪几种类型的人在找工作?我把它简单地分为:老的八方面人,新的四方面人,也就是说十几路大军在上海找工作,数百万人在上海找工作。

A:老八方面军

● 失业人口

现在上海的登记失业人口是27万多,也就是说接近30万的失业人员,他们需要工作,在找工作。

● 新成长劳动力(含大学生)

每年上海新成长的劳动力是12万。就是每年上海的大学毕业生,和高中、中专、职校的毕业生,甚至是初中毕业生。没有升入上一级学校,没有继续深造,然后又年满16周岁的是10多万人。他们需要找工作。

● 协保人员

传统的产业工人,就是当年再就业的时候,以协保的形式走向社会,50万协保人员中还有10多万人没有找到工作,他们在找工作。

- 在职人员跳槽

还有更重要的,或者说更大的一路军,那就是现在的市场经济社会,在职人员跳槽是一个很大的原因,他们在找工作。每个人都需要一个更适合自己的舞台,自己的工作岗位,他们在跳槽,这是无可厚非的。我们劳动保障部门努力地降低失业率,但是我们也不反对在职人员找工作。为什么?他找到一个更满意的工作,他能够更好地发挥他的特长,更好地为社会创造财富。他腾出来的岗位,其他更合适的人会再顶上去的。在职人员跳槽每年有50万人成功,但是想跳槽的人,在参加招聘会,在找工作的人,那么每年上海本地人是200万左右的样子。当然最后工作不是都找到了,或者找到以后他不一定就放弃现在的工作到新的岗位上去。

- 本市农村的富余劳动力

我为什么要加上一个本市呢?现在是城乡一体化,城乡统筹就业,也就是说对本市农村的富余劳动力和本市城镇的劳动力,找工作享受一样的政策。上海现在农村富余劳动力在50万左右,市政府规定,每年至少要完成5万农民向非农就业转移,争取是10万。就是还有50万人还要转出来。

- 外省市进沪务工经商人员

当然大家都知道,外省市在上海打工的,也就是说大量的外省市的劳动力在上海找工作,这个数量是多少?据专家测算,中国的农村至少还有2亿农民需要转移就业。否则的话,中国的现代化建设,中华民族的复兴是要受到很大的阻碍的。当然他不是都到上海,那么到上海的是多少?到上海的,已经在上海找到工作,并且在上海工作的外省市劳动力是400万。每年增加值是30万,也就是说每年要比前一年多30万的外省市劳动力在上海找到工作。

- 无业人员

- 离退休人员

当然上海还有接近100万的无业人员。就是说他没有工作,但是他也没有进行失业登记,他就社会上待着,荡着。叫做什么呢?一不做,二不休,就是说他做吧,他也没有好好做,但是你说他天天待在家里休息也不是,他随时会进入劳动力市场来找工作。这是老的八方面军,我们来看新的四方面军。

B: 新四方面军

- 机关事业单位分流人员

大家知道机关事业单位在改革,在减员分流,这个也是需要有多万人在出来找工作,而且他们找工作的难度比普通的劳动者还要高。你可能会说这些人都有关系啊,都有路子。不错,他们是有关系有路子,但是反过来他们的要求也高啊,他们的标准也高啊。一般的工作他们还看不上,吃点苦受点累的工作他们也做不了,所以他们的找工作压力也很大。

- 海归人士

这些人现在发现国外找不到合适的工作,要回到国内来找工作。国内找工作首选的地方就是上海。

- 港澳台人士
- 外国人

现在在上海工作的港澳台人士是多少?超过50万。上海的台湾人他们都有自己的杂志,自己的俱乐部,自己的会展,自己的圈子。我们要提醒大家注意的是,也有大量的海归人士最后变成了“海待”。他回到上海长期找不到工作,待业在家不就成了“海待”吗?

刚才讲上海的情况,我还要和大家讲全国的就业形势。现在全国的就业形势叫“三碰头”,或者是叫“三老三新”。三个老问题还没有解决,三个新问题又出来了。而且这个不是我归纳的,是国家层面上达成的共识。

第一个,全国层面上讲,劳动力总体上供大于求的老问题还没有解决,但是国际摩擦以及汇率变化等因素对就业不利的影响又产生了新问题。

第二个是体制转轨中遗留的下岗失业人员再就业的老大难问题。就是传统的所谓的40、50对象还没有完全解决,当然上海稍微好一点,全国这个问题非常严重,甚至大量下岗人员找不到工作,吃饭都受到了一定的影响,国家都要拨专款给他们发生活费。而与此同时,我们的高校毕业生,我们的退伍军人,农民富余劳动力,还有经济发展过程中的一些失地农民就业的新问题更加的突出。

第三个方面,新的产业在发展,新的岗位也在不断出来,大量新的外资,合资企业,高科技企业,他们这些岗位劳动者技能不适应。而更多的地区出现了要招人还招不到人,没有合适的劳动者。这些也是新问题,“三难三新”并在一起。

这个是全国,从上海来说是“两个缺少”。什么叫“两个缺少”?我是上海市职业介绍中心的负责人,经常有老师、同学、朋友甚至是政府官员也在问我们,上海到底好不好找工作?这句话还真的是很难回答,关键的问题就是“两个缺少”。

一个是缺少适合新产业发展需要的合格劳动力。就是有时新的厂办了招不到人怎么办?上海人要么不会做要么不愿意做,那么怎么办?招外地人。甚至有些厂就是招不到人,去年不是在广东发生严重的民工荒吗?那么上海多多少少也有同样的问题,也缺少适合新产业发展需要的合格劳动力。

但是对老百姓来讲,更多的是缺少适合上海本地人就业的相应岗位。就是有些岗位,岗位是有的,但是不适合上海本地人做。要么对年龄要求太苛刻,要么劳动强度太大,要么对技术要求太高,但是又开不出更高的工价来。这个问题是现在上海就业问题最主要的特征,就是上海不是没有岗位,而是岗位和人不对套的问题。

那么多外国人,港澳台人士,海归都跑到上海来找工作,四五百万外省市劳动力在上海找到了工作,你能说上海没工作吗?上海找不到工作吗?显然不是。其实我们老百姓心里也都清楚,只要你这个人好手好脚,脑子没毛病,要求不要太高,八九百元,一千元的工作在上海应该是随便找的。但是关键是说这个岗位和这个人的期望值和工作要求能配

上套,这个是最难的。这也就是我们的就业问题那么受到社会关注,我们今天这个找工作的主题这么受到社会的关注的原因。

这里有一些数据,比如高技术人员占技术工人的比重在上海现在只有12%,而在发达国家是30%~40%。我们缺少高技能的劳动者这个问题是非常的严重。那么多的外地劳动力在上海找到了工作,当然他们是上海发展所需要的,我们不能说外地劳动力抢了上海人的岗位。

看看我们新闻专业人才。往日“热门”的新闻专业有变冷的趋势,众多毕业生很难进入媒体。在上海,除复旦大学新闻学院,其余高校新闻专业毕业生能够进入新闻单位的,不到总数的一成。我国开设新闻专业的高校数在10年内增加了30多倍,目前在校学生总数达10万。盲目追风,造成新闻类专业一哄而起,招生规模盲目扩大的失控局面。当初他们可都是高分考到新闻专业的,但是现在他们却不能从事他们理想的工作。

那么是不是大学生太多了呢?2000年的时候,上海毕业的大学生只有5万人,2003年的时候是8万人,2004年的时候已经达到10万人,今年毕业的大学生是12万人,就是说上海应届生毕业的数量在不断上升。那么这个是不是说大学生太多了,社会不需要这么多的大学生,是国家扩招惹的祸?扩招的确是有,而且是一个明显的事实。我是1987年考的大学,那一年,全国招大学生只有20几万,今年招多少?300万。这18年间招大学生是翻了十来倍。

是大学生太多了吗?这里有一个高等教育的毛入学率,什么意思呢?就是18~22岁是读大学的时间,把全国在这个年龄段的总人口做分母,然后这个年龄段在大学,包括研究生、本科、专科,还有自学考的人数加在一起,除一下的比例叫做高等教育毛入学率,这是联合国教科文组织衡量一个国家高等教育普及率的一个主要的指标。我们国家的指标1990年只有3.4%,2002年是15%。按照两个百分点到今年大约在18%~20%的样子。

大家知道国际上是什么情况?美国1973年是50%,英国1995年达到50%,日本1999年达到50%,韩国1996年达到了60%,印度现在也超过了我们。也就是说我们的高等教育毛入学率并不高,不是大学生多了,而是大学生的知识结构,技能结构和社会的需要不对称。我们大学的专业设置,我们大学的老师讲课的内容,我们大学生社会实践,能力的培养和社会的需求没接上来。

当然这里面还有信息不对称,比如有些单位招不到大学生,他不知道到哪里去招大学生,有这方面的原因,但是更多的还是一种结构性的矛盾,也就是说不是扩招惹的祸,不是大学生太多了。但是我们还是要问啊,那么多人在找工作,经济在发展,中国现在是世界上最充满活力的地方。经济发展必然要创造岗位,新岗位不断地冒出来,还有那么多人找不到工作,这是为什么?原因我刚才讲了一些,还有更多方面的问题,但是其中可能从我们求职者自身来讲,也有一些问题。比如说我们找工作的方式方法对不对?我们定位准不准?我们有没有走弯路?我们的求职有没有走误区?这就带出我们今天的第三问。

第三问：找工作有哪些误区？

● 盲目从众心理

也就是说我找工作没方向的,人家今天告诉我说万体馆有个招聘会我就跑去了,结果跑去一看,人家是招金融人才专场,白跑一趟。或者说我大学毕业了,找工作不知道怎么办。别同学到银行,我也到银行去应聘,别同学说他要进大企业,那么我也要进大企业,别同学说我要留上海,那么我也想留上海。他没有去思索,这个工作是不是我最需要的,是不是适合我的?这个工作我做得了吗?这些问题都需要思索,不能盲目从众,不能光求稳,求有钱,求工作清闲,求好听,这些都是我们要避免的。

● 轻信黑心中介

还有就是说对一些中介机构缺乏警惕,求职以黑心中介为标志存在着很多的陷阱。按说这个我可以不作为今天讲课的内容,但是我想到这个对求职者来说提醒一下还是很重要的,所以我还是给大家来介绍一下。求职陷阱有很多,大家也都有自己的很多了解。

第一个,非法的中介。

什么叫非法中介?在上海你介绍工作的话,如果收费你就必须有上海市劳动和社会保障局发的职业介绍许可证,或者是上海市人事局发的人才中介许可证,并且要到工商局去办营业执照。而且这个许可证和营业执照应该挂在墙上,收费的标准要经过物价局核准。也就是说我们以后如果到社会上办的中介机构去找工作的话,不知道他是正规的还是非法的中介,那么刚才就说有没有这两个证?证照是不是齐全?有没有挂在墙上?这是很关键的。你可以要求看他的证照,如果他说我们这个东西不给人看的,那么你就多个心眼吧,这个多半是有问题的。

第二个,黑心中介。

他很可能是有证照的,但是他黑心。什么意思呢?他要么高收费,要么乱收费,还有要么假介绍。甚至有的中介机构跟企业的那些贪小的人事经理串通,收你300元的介绍费,人事经理那里回扣100元。然后他是真的给你介绍了,开了一个面试单,你到企业去面试。人事部的工作人员也一本正经地面试你,但是要么你面试不合格,要么你试用期间他找种种理由把你辞退。这个很简单的,欲加之罪,何患无辞,他总归是说你这个不好,那个不好,这个挑毛病很容易。甚至可以做到,你做了一个星期下来自己都不想做,这个单位太不正规了,这个单位太“野豁豁”了,这个单位工作条件太差了,甚至这个单位当初答应待遇条件都不能实现,最后你自己走掉。这个时候你返回去找那个中介机构,说我要退回那300元的中介费。对不起,是你自己的问题,我介绍你了吗?介绍了。这个岗位有吗?有的。最后怎么?你自己的原因。其实可能这里面就是一个陷阱,我们要当心。

那么这样的意思是不是说我到外面没法到社会中介机构找工作了呢?不是的,我们不反对社会中介机构替求职者找工作,甚至我们希望他们能够介绍更多的求职者成功地找到工作,但是要保护劳动者的利益。这个时候我们要慎重,实在不行的话,他给你介绍,你至少交了钱要有收据。这个收据是非常重要的,将来你提出劳动监察,我们去查他,你