

GAO ZHI GAO ZHUAN JIAO CHENG

21世纪高职高专通用教程

就业 创业 成功教育

李振华 主编



中国人事出版社

21世纪高职高专通用教程

就业·创业·成功教育

主 编 李振华

中国人事出版社

面向就业创业
点击成功人生

为就业创业成功教育题

二〇〇二年三月 柳斌



柳斌 教育部原副部长、国家总督学

目 录

就业篇

第一章 就业观念	(3)
第一节 正确的就业观念	(3)
第二节 健康的就业心理	(7)
第三节 辩证认识就业形势	(21)
第二章 就业途径	(26)
第一节 就业途径与选择	(26)
第二节 就业信息的收集与应用	(29)
第三节 就业能力的培养	(37)
第三章 求职技巧	(47)
第一节 求职是一门艺术	(47)
第二节 求职材料的准备	(57)
第三节 笔试与面试	(65)
第四章 劳动关系	(90)
第一节 劳动关系的建立	(90)
第二节 劳动合同	(93)
第三节 劳动争议的产生与预防	(94)
第四节 劳动争议的处理	(98)

创业篇

第五章 创业概述	(107)
第一节 创业的内涵	(107)
第二节 创业的时代特征	(109)
第三节 创业意识的激发	(112)
第六章 创业素质	(116)
第一节 创业的心理品质	(116)
第二节 创业的能力要求	(129)
第三节 创业的知识学习	(144)
第七章 创业准备	(150)
第一节 把握创业机遇	(150)
第二节 搜集创业信息	(155)
第三节 确定创业目标	(159)
第八章 创建小企业	(164)
第一节 小企业的独特作用	(164)
第二节 小企业的创建操作	(167)
第三节 小企业的经营管理	(188)

成功篇

第九章 成功的内涵	(199)
第一节 明确生活动机	(199)
第二节 坚定人生信念	(201)

第三节 追求平衡式成功	(209)
第四节 探寻成功的要素	(212)
第十章 成功的误区	(236)
第一节 自我局限	(236)
第二节 不敢冒险	(240)
第三节 苛求完美	(245)
第四节 耽于空想	(248)
第五节 习得性无助	(253)
第十一章 成功的潜能	(259)
第一节 开发潜意识的力量	(259)
第二节 成功的自我暗示	(268)
第三节 成功的思维训练	(275)
第四节 成功的习惯养成	(310)
第十二章 成功的行动	(327)
第一节 与自己谈判	(327)
第二节 避开消极影响	(333)
第三节 走入成功地带	(335)
第四节 耕耘今天	(338)
第五节 承受住“困难期”的考验	(342)
附:主要参考书目	(345)

就 业 篇

第一章 就业观念

第一节 正确的就业观念

对职业的认识、选择、评价及对就业所持的态度，就是我们常说的就业观念。由于每个人的生活环境、经济地位、家庭条件、受教育程度等因素的影响不同，就业观念也不尽相同。

一、树立正确就业观念的必要性

就业观念正确与否，对于大学生能否正确对待就业、顺利实现就业以及就业后能否充分发挥自己的能力有着重要影响。就业观念正确，就能根据个人条件、志愿和社会需求，实事求是地选择职业，自觉地服从国家和人民的需要，在工作中竭尽所能，充分发挥自己的聪明才智，在献身于祖国建设事业的同时，也实现自身的人生价值；就业观念不正确，就会在择业中或不顾自身条件挑肥拣瘦，或赶时髦盲目追求新潮，或耽于空想守株待兔，不能正确对待社会分工，一旦自己的择业要求得不到满足时，就悲观失望，感到没有前途，即使勉强就业，也没有工作热情，不仅做不好工作，也影响个人成长。

因此，每个大学生都应当树立正确的就业观念。

二、什么是正确的就业观念

就业观念具有鲜明的时代特征。人类已进入信息社会，并开始向知识经济时代迈进。我国已加入 WTO，开始融入国际经济大家庭。国内市场与国际市场联系越来越密切，经济全球化是必然趋势。这些给我国社会主义现代化建设，既带来了巨大的机遇，也带来了严峻的挑战。在今后一个时期内，我国劳动力总供给大于总需求的局面还不会根本改变，社会就业的矛盾仍将比较突出。在这样的形势和条件下，大学生应该树立什么样的就业观念，才是符合时代要求的正确的就业观念呢？

1. 要树立以国家利益为重，服从社会需要的就业观念

就业是实现个人愿望与服从国家利益的结合点，经济的发展是解决就业问题的根本途径，没有国家的兴旺发达，也就没有个人的幸福。因此，个人择业首先要服从国家和社会的需要，以国家的富强和民族的振兴为己任，自觉地献身社会主义现代化的伟大事业。

2. 要打破世俗偏见，树立多渠道就业观念

改革开放，已使我国形成以公有制为主体、多种经济成分共同发展的格局。计划经济体制下由国家统包统分的就业模式已成为历史，迅速发展的集体经济以及个体、私营、外资等非公有制经济，不仅成为国民经济的重要组成部分，而且成为扩大就业的重要渠道。同时，蓬勃兴起的劳动力市场和正在深入进行的劳动法制建设，已将劳动用

工逐步纳入市场化、规范化的轨道，过去由于在不同所有制单位就业形成身份的界限正在逐步消失。因此，应该认识到，不论在何种所有制单位工作，只要是从事社会所需要的职业并由此获得劳动报酬或收入的，都是实现了就业。不同的工作岗位只反映社会分工的不同，而没有高低贵贱之分。大学生应打破只有到全民所有制单位工作才是就业的世俗偏见，树立起与现实条件相适应的多渠道就业思想。

3. 要树立积极进取、竞争就业的观念

当前，毕业生就业方式主要是“双向选择、自主择业”的市场化模式。一方面，用人单位通过市场选择符合需要的劳动者；另一方面，劳动者通过市场选择适合自己的工作岗位。这样，用人单位之间的竞争和劳动者之间争取就业岗位的竞争，都是不可避免的。因此，每一个毕业生都要做好参与竞争的思想准备，努力培养自己的竞争能力。有无竞争观念，竞争意识的强弱，可以直接影响毕业生能否找到合适的或理想的工作岗位。有意识地培养自己的竞争能力和综合素质，才能在竞争中取胜，实现自己的就业愿望。

4. 树立从实际出发，实事求是的就业观念

大学生在选择职业时，都应该对职业岗位作出全面、客观的评价，根据不同职业岗位提出的要求，把自身所具备的就业素质与职业岗位的要求进行认真的对比、分析，进而选择符合自己理想的、能充分施展自己才能的岗位就业。如果不实事求是，不顾自身素质和条件，又不考虑社会的需要，一味盲目自信，一心寻找所谓“工作条件好、

经济收入高、社会名声响”的职业岗位，就会人为地增加就业难度。

大学生还需要破除“一项职业定终身”的传统就业观念，要有“先就业、后择业、再创业”的思想准备，在落实和选择工作单位和岗位时，不可强求一步到位。大学生虽然在学校较为系统地学习和掌握了一定的专业知识和专业技能，但知识面还是相对较窄，社会实践经验不足，社会交往能力、工作能力等等都需要一个锻炼、提高的过程，因此大学毕业生要对自己和社会有一个正确的认识和分析，对就业单位、岗位的挑选要切合实际，适当调整就业期望值，迟就业不如早就业。在工作一段时间或若干年后由于见识的增长、能力的提高、自信心的增强，还可以根据自己的实际情况和发展方向，重新选择新的工作，进行第二次、第三次择业就业。

5. 树立不怕艰苦，勇于创业的就业观念

在求职的过程中，由于各种原因，总有部分毕业生难以找到合适的工作单位，这就需要走上自愿组织起来就业与自谋职业的道路。可以加入个体工商户和农村专业户、科技示范户的行列，利用所学专业技术创一番事业；可以独立或与他人联合起来从事建筑业、修理业、饮食业、交通运输业、娱乐业等行业；可以在本地创业，也可以到他乡创业。自谋职业与选择现有的企业事业单位就业不同，需要面对更多的困难，这对大学生的素质和能力是更大的挑战。因此，大学生要做好充分的思想准备，培养自强不息、开拓进取的精神，树立不怕艰苦、勇于创业的就业观

念，与其“等、靠、要”，不如起而行。只要放下思想包袱，发挥自身优势，艰苦奋斗，就一定能够走上成功之路。

第二节 健康的就业心理

一、就业前的心理准备

1. 积极转换角色

对于绝大多数学生来说，大学生活单纯、安定又有保障，学习、交际和娱乐都较有规律，在这样的环境中，容易产生浪漫的想像和虚幻的憧憬，而五光十色的社会现实毕竟不同于单纯的校园生活。随着毕业的临近，在离别母校，踏上社会之前，最重要的就业心理准备，就是要转变角色。

所谓转变角色，主要是指由一个习惯学校生活的大学生，转变为一个现实的社会求职者，抛开浪漫，抛开幻想，认识自己所处的真实地位和严峻的就业现实，实事求是地看待自身期望和社会需求。要想正确地选择职业，就必须转变角色，不能把学校、家庭、亲友及同学所给予的关心、呵护、尊重、鼓励当成社会的最终认可。而要摆正自己的位置，客观、冷静地进入求职状态，认识社会，了解社会，以自身的实力，积极主动地去适应社会需要，在选择职业的同时，也接受社会的选择，正确地迈出人生这关键的一

步。

2. 正确认识自我

(1) 个性特征

人的气质和性格体现了人的个体差异，它对职业的选择和事业的成功有着相当大的影响，不同的社会职业对从业者的气质和性格也有不同的要求。了解和掌握自己的气质特征和性格特点，是选择职业的前提。

个性，是指人的心理活动中那些稳定的、具有个人特色的心理特征与心理倾向组合成的有层次的动力整体结构。它以个体稳定的行为模式与态度体系表现出来。

个性特征包括气质、性格、智能。由于个性特征左右着个体的行为表现，个性特征的职业适应倾向也是十分明显的。就业前如何选择职业，要根据自身的个性特征来决定。气质是心理活动的动力特征，包括心理活动的速度、心理活动的强度、心理活动的倾向性等方面的特征，是一种典型而稳定的个性心理特征。性格则表现为人对现实的态度和行为方式中比较稳定的独特的心理特征的总和。气质和性格往往对人选择职业和事业成功有很大影响。是何种气质性格的人，在知觉速度或思维的灵活程度上是快还是慢，在意志努力或情感发生上是强还是弱，心理活动是倾向于外部还是倾向于内部，是认真负责还是轻浮粗心，是活泼热情还是好静羞涩，是机智敏捷还是呆板迟钝，是沉着冷静还是冒失鲁莽，是勇敢爽朗还是怯懦沉默，是镇定自信还是疑虑自卑，是温柔细致还是暴躁粗心，是刚毅实干还是办事拖拉，是喜欢安静还是喜欢热闹等等，都有

很大不同。

人，最难认识的是自己。要真正准确了解自己的个性特征不是一件容易的事，可以借助科学的心理测试等方法，也可以通过较长时间的自我反省、比较、分析。全面了解自己的心理特点是选择职业的重要前提。

(2) 兴趣爱好

兴趣是指人们对某些专业或工作所抱持的积极态度。也就是在选择职业过程中对某种职业的情绪表现。一个人对某种职业感兴趣，他在工作中就会全神贯注，积极热情，富有创造性地完成工作。反之，一个人对某种工作不感兴趣，在工作中提不起精神，即使聪明能干，也难以取得好成绩。兴趣爱好是影响职业选择的重要因素之一。毕业生在求职择业前，必须认真考虑自己的兴趣爱好和现实的可能，分析自己的兴趣爱好是否与选择的职业合拍，只有这样才能有利于发展自己。

(3) 能力特长

能力和特长是求职择业和事业成功的重要保证。只有客观地分析自己的优势与不足、强项与弱项，才能在求职时扬长避短，取得成功。能力特长应包括教育培训所取得的成效，因为教育和培训可以强化人的能力。能力包括的内容很多，主要有两个方面：一是思维能力，二是工作能力。思维能力主要包括思维的独立性、抽象性、敏锐性、广阔性、批判性、创造性、灵活性等等；工作能力主要包括语言表达能力、写作能力、计算能力、学习能力、劳动能力、专业能力、发明创造能力等等。

(4) 生理特征

有些职业对从业者有特殊的要求，如性别、年龄、形象、健康状况等。在求职前，应弄清这些要求，避免盲目性。

二、择业过程中的心理素质

1. 敢于竞争，善于竞争

当今世界，竞争越来越激烈、越来越普遍，竞争已成为生存和发展的常态。大至国家与国家之间的追赶，小到个人与个人之间的竞争。竞争冲击着人们的事业和生活，冲击着人们的观念和意识。在求职择业方面，竞争日益激烈，必须敢于竞争、善于竞争才能取得主动权。

迎接新的挑战，强化竞争意识是大学生在择业前最基本的心理准备。强化择业竞争意识，一是要在正确自我评价的基础上，充分相信自己的实力，敢于通过竞争去达到理想的目标。二是必须在心理上准备同传统的“铁饭碗”思想告别。必须正视社会现实的严峻，正视生存竞争的无情，及早放弃侥幸心理，及早转变旧观念，做好参加竞争的心理准备。

要想在求职择业中取得成功，仅仅敢于竞争还不够，还必须善于竞争。善于竞争体现在具备良好的心理素质、实力和良好的竞技状态。在竞争中应注意期望值是否恰当。期望值是个人愿望与社会需求的比值。期望过高会使自己心理压力过大，注意力难以集中，造成紧张焦虑心理，影响正常水平的发挥。在求职择业中，除了具备良好的心态