

研究生、大学生、中学生

求职择业指南

- 美梦能成真吗？
- 职业的选择
- 寻找工作的策略
- 英文求职信的格式
- 中文求职信的格式
- 选择单位的原则
- 怎样做好第一件差事
- 面试场上应当注意哪些问题
- 填好履历表的重要性
- 面试必考问题之分析

农村读物出版社

研究生、大学生、中学生 求职择业指南

编著 华光 王泽琳

中学主

出版

各书店

ISBN 7-2048-0437-C·3 定价: 8.80元

农村读物出版社

(139)

主导地

(京)新登字169号

南群业社印本

著者王 光斗 著

研究生、大学生、中学生

求职择业指南

编著：华光 王泽琳

责任编辑：高晓彬

*

农村读物出版社出版

北京市顺义飞龙印刷厂印刷

各地新华书店经销

*

787×1092毫米 1/32 7印张 140千字

1993年12月第1版 1994年4月北京第1次印刷

印数：1—4000

ISBN 7-5048-0487-8/C·9 定价：6.80元

本社图书如有缺页、倒页、脱页，负责调更。

华中理工大学图书馆

藏书

目 录

第一章	计划你的事业	(1)
1—1	美梦能成真吗?	(1)
1—2	求职择业的错误观念	(3)
1—3	事业的新观念	(5)
1—4	事业计划的模式	(6)
第二章	掌握自己的性格	(12)
2—1	职业的选择	(12)
2—2	职业对个人的适合性	(13)
2—3	如何矫正个性上的缺点	(18)
第三章	拟定求职大计	(23)
3—1	认识自己	(23)
3—2	找寻机会	(31)
3—3	累积与工作有关的经验	(33)
3—4	找寻工作的策略	(34)
3—5	继续进修	(42)
第四章	求职信·简历·自我介绍	(43)
4—1	用人单位对求职信的期望	主导性
4—2	写求职信的原则	
4—3	求职信的内容	

4—4	中文求职信的写法	(46)
4—5	英文求职信的格式	(51)
4—6	英文求职信的制作提示	(53)
4—7	求职信中常见的毛病	(62)
4—8	简历的格式和内容	(64)
4—9	写简历及申请表的提示	(68)
4—10	写英文自传的方法	(69)
4—11	推荐人和介绍书的一些原则	(75)

第五章 做出决定 (79)

5—1	选择工作的方法及因素	(79)
5—2	选择单位的原则	(81)
5—3	工作性质的考虑	(83)
5—4	训练和监管的考虑	(85)
5—5	有关升迁机会和个人成长方面的考虑	(87)
5—6	婉拒聘任	(89)

第六章 怎样适应第一份工作 (91)

6—1	怎样做好第一件差使	(91)
6—2	怎样和同事建立良好的关系	(92)
6—3	在工作中学习摸索	(94)
6—4	重新调整工作与人生目标	(95)

第七章 面试基本知识必备 (98)

	面试的两种方法	(98)
	面试时应当注意哪些问题	(99)

7—3	面试时可能询问的有关问题·····	(102)
7—4	面试与应对方法·····	(105)
7—5	回答面试问题禁忌事项·····	(105)

第八章 面试评分要诀····· (108)

8—1	面试评分的几个要点·····	(108)
8—2	面试时怎样驾驭语言·····	(111)
8—3	面试时应当避免的问题·····	(114)
8—4	面试时应当注意的事项·····	(117)
8—5	在面试时怎样使用尊敬的用语·····	(118)
8—6	面试时怎样善察人心·····	(120)
8—7	怎样在面试时取得好的声音效果·····	(121)
8—8	面试前在接待室应注意的问题·····	(123)
8—9	填好履历表的重要性·····	(124)
8—10	面试考核重点·····	(125)
8—11	应对面试问题秘诀·····	(126)
8—12	面试时要考核对物品的处理能力·····	(127)

第九章 面试与问题····· (129)

9—1	常见的面试题目·····	(129)
9—2	面试必考问题的分类·····	(134)
9—3	面试问题的自问自答·····	(138)
9—4	面试必考问题之分析·····	(139)

第一章 计划你的事业

1—1 美梦能成真吗？

成功的人都是梦想家，也许有人会说：“梦想家谁不会做呢？我整日坐在屋子里面幻想，非常容易，怎么没有成功呢？”是的，人人都会做梦，但并不意味着人人都能够获得成功。这是因为成功者与众不同，他们的特别之处在于他们是睁开眼睛做梦——用心用力要把梦境变成现实。

作为职业心理学权威的休帕（Super, E），提出了从梦想到职业确定这一发展阶段的学说。休帕认为，职业选择的发展过程有三个阶段：形成自我意识，将自我意识转化为职业用语和实现自我意识，并提出了相应的发展时期。主要是成长时期，探索时期和确定时期。

一、成长时期：从出生到十四岁。最初空想和欲求占主导地位。尔后随着生活面的开阔，社会经验和知识的增多，兴趣和能力的地位提高，变得重要起来。这一时期的从属阶段有三个：

1. 空想期（四—十岁），以需要为中心，欲求起支配作用，在幻想中实现职业理想。

2. 兴趣期（十一—十二岁），爱好成为志愿和行动的主要决定因素。

3. 能力期（十三—十四岁），能力因素逐渐占主导地

位，开始考虑职业对选择者所要求的条件。

二、探索时期：指在学校、业余活动以及少量的非强迫性、非专门性劳动中进行自我体验、自我认识、实习锻炼及职业探索的时期。试图通过有意无意的尝试为确定合乎自己需要，合乎自己能力，也合乎社会需要的职业目标提供指导。这一时期的从属阶段有三个：

1. 暂定期（十五—十七岁），在职业选择上全面考虑需要、兴趣、能力、价值取向、职业机会等多种因素，并做出暂定的选择。

2. 过渡期（十八—二十一岁），进入劳动市场或专门训练机构，现实地考虑职业，寻求自我意识的实现，即在主观意愿与客观可能性之间寻找一个交点。

3. 尝试期（二十二—二十四岁），经过选择将自己定位于初步合适的职业领域，这时主体试图将其作为自己的终身职业来对待。

三、确定时期，从二十五岁—四十四岁。通过探索和尝试，找到合适的职业，并力图将其作为永久性的职业生活领域。这一时期分为前后两个阶段。

1. 尝试期（二十五—三十岁）：个体对经过探索而初步确定的职业做实际尝试，根据反馈或坚持首选职业，或作出修正，变动职业目标，直至寻找到真正合适的终身职业。

2. 稳定期（三十一—四十四岁）：在实际尝试后发现了满足自己意愿以及与自己能力相适应的职业所在，于是努力使职业生活稳定下来。对于大多数人来说，这是个富于创造性的时期。

对于成长中的人来讲，做学生时，或许有过一些理想，对

未来产生过美好的憧憬。然而毕业在即,准备踏足社会时,许多人都会感到逍遥岁月快结束了,快要面对现实了,快乐的日子也似乎要随之结束了,好象就业与理想是两回事,甚至就是互不相容的事,这种想法是错误的,它不会给你带来幸福。

1—2 求职择业的错误观念

每年都有不少毕业生求职,其中不少人只要求找到一份薪水不错的工作,可以从此安顿下来,抛开过去种种理想,过上那种安逸的生活,不再努力,不再奋斗,这是多么可惜啊!另外也有不少毕业生,本来拥有很好的学习条件和从小立下的壮志,只因不懂得计划自己的事业,不知道自己想干什么,结果找不到合适的工作,无法实现自己的理想,这岂不是更可惜吗?总而言之,现在初出茅庐找工作的人,大多数都不能够认真地去面对问题,究其原因,很多是以下几种错误观念造成的:

一、找到工作等于找到事业。

职业选择并非一锤定音,允许多次选择。虽然首次确定并从事的职业具有很强滞着力,一旦选定某一职业,大多数毕业生会努力去适应职业环境,勾通人际关系。但是,随着对首选职业的不断了解,一些人发现:这份工作与自己当初设想的并不相同,它并不适合自己。由于人的惰性,人际关系比较融洽,随时间推移,对职业本身的不满渐渐淡化,于是把这一职业作为自己的终身职业,克尽职守,努力工作。然而,这样做的结果却恰恰埋没了其天赋,不会使他的能力得以充分发挥,造成终身遗憾。试想,如果让一个颇有绘画才能的人去从事作曲这一工作,虽然他会认真地把每一个音符写得非常漂亮,

但整个曲子却很可能不成调或不是一首好的曲目。可见，只是干一行爱一行是不够的。找到工作不等于找到事业。

二、机会与社会关系是找寻工作的最重要因素，而能力及计划终究是不大重要的。

机会与社会关系在找寻工作中能够起到一些作用，甚至可以说捕捉机会、建立关系是事业成功必不可少的条件，但是不具备应有的才能、没有一个周密的计划，成功的希望也会成为泡影。举个很简单的例子，一个人可以因为他的血缘关系到他父亲经营的公司去做总经理，但是，由于他不具备管理公司的知识、社会经验等才能，他的管理带给这个公司的只能是亏损而不是赢利。

三、考试成绩是才智的最佳指标，所以，如果考试成绩不理想，切勿向有声誉的机构申请。

在学校就读时，一个学生学到知识的多少往往以考试成绩来衡量，学生也大多只求书本知识，投其所好，考什么学什么，只注重成绩高低，不管具体掌握的知识、技能多少，高分低能的学生屡见不鲜。熟不知，学校中所考的知识（例如一个化学公式）在未来的工作（例如导游）中未必有用。因而，只有好的考试成绩并不代表具有聪明的才智和很高的工作能力，正如歌德所讲：“仅有知识是不够的，还必须能运用；仅有愿望是不够的，还必须要有行动。”一名毕业生，如果在平时的学习中，注意了各种能力的培养和各部门知识的学习，即使考试成绩不理想，也不要放弃向有声誉的机构申请的机会，因为在求职的天枰上，你自身的份量并不轻！

四、念某科就只能从事某行业，界线分明，不能逾越；申请所念科目以外的的工作只会徒劳无功。

从古至今，劳动分工曾导致了各种专门化职业出现，需要具备专门的知识 and 能力才能胜任。但在今天情况有了变化，职业社会由原有要求的单一系统发展为复合系统，即博专相融，甚至文理相通。如政治学专业毕业生，职业去向在一般人眼中应该是党政机关或大型企事业单位的一般行政工作，但如今，这些学生还具备了相当的外语口语能力及经济、历史、中外文化等知识，选择面扩大到宾馆经营、中外合资公司秘书，甚至旅行社导游员等职业。因此，念某科与所从事职业没有一个清晰的界线，只要具备了广博的知识、多方面的能力，选择职业的面就会扩大，使职业理想与现实最大限度地获得和谐。

五、教育不过是个准备阶段，找到工作后便告终止了。

找到工作并不意味着教育从此终止。随着社会的进步，特别是进入了信息时代，科学领域的学科日新月异地发展，边缘学科也时有出现。多学科的知识能开启思路，拓宽视野，触类旁通，有助于研究者取得突破性成就。如果工作后便不再继续学习、接受教育，不容纳新事物，那么无疑，今天的时代宠儿、聪明的学子将会变成未来的“傻子”，他的事业也随之裹足不前。

1—3 事业的新观念

在过去的几十年中，我们的社会发生了急剧变化，事业早已不再仅是谋生的一份工作，而是渐渐变成了人生的一个重要组成部分。事业在人生中所扮演的角色、所给予人的环境、所牵涉的事情越来越千变万化、错综复杂。事业影响着我们的整个人生，包括职业、教育、社会责任、闲暇活动等等。

随之而来的，事业的概念也上升到一个新的层次，找工作再不是一生一次的一个机缘，而是个人成长过程中的一个环节。事业与个人一起成长发展，我们的性格、爱好、习惯和社会地位都会随着自己的职业、岗位、职行而有所改变。人由出生开始便要经过好几个发展阶段，我们的需要、欲望、能力，以及在人群中所扮演的角色都会随环境的改变而更改，选择职业成为人格发展整体的一部分。

职业教育的最终目的便是帮助年轻人应付这个发展过程——使他们学会如何独立思考，如何去发展自己的性格、发掘自己的潜能，发挥自己的才能，叫他们学习负责任，学习自己做决定、独立自主。我们踏足这个社会，不应该只求按照自己的资历条件随便找一份工作谋生，而是应该为自己订下事业大计，筹划未来，制定一生奋斗的方向。

1—4 事业计划的模式

下面我们将介绍两套拟订计划的模式，供读者参考。第一套的设计者是R. Thonic (1965)，第二套的设计者为S. Chadish (1980)。

一、事业计划模式 (I)

1. 第一步：建立期望

根据决策理论，下决定前的最重要步骤是清楚明白所要考虑的问题的范围。找寻工作也不例外，首先，求职者要知道自己快要离开学校，必须在社会上面对新的职责，接着他便要仔细考虑自己的教育背景及其他个人条件，究竟可以容许自己在哪些范围内选择职业。

2. 第二步：个人评估

职业发展时常与个人建立自我形象有紧密关系。因此在决定找什么职业之前，要发掘自己与职业有关的性格特点。作为求职者，应该清楚地知道自己的需要、价值观、能力、兴趣爱好、理想，才能进一步订立目标。

3. 第三步：探索环境

探索环境就是主动去考虑自己的目标及现存的机会。求职者可以从以前参加的课外活动以及工作中所得到的经验，拟订求职大计。

4. 第四步：拟定暂时的求职目标

在初步掌握了几个未来可能发展的方向后，求职者应该仔细考虑每个发展方向可能给自己带来的后果，然后再对比自我评估时所得到的结果，看看哪一项工作是最适合自己的。

5. 第四步：试探现实

坐在房间内空想自己将来的工作发展是很不切合实际的，到了这阶段，求职者便需要争取每一个机会去了解各行各业的情况。这是不容易办到的，所以在求学阶段应当尽量争取多获得一些工作经验，通过假期打工、义务工作、社会调查等了解现实。当然，如果所学专业所修课程是有实习时间的，比如就读于师范院校、主修社会学课程等，专业实习的机会是很多的。通过实习，实际尝试与专业相关的职业群中的某一职业，在尝试中将职业要求与自己的能力、个性等进行比较，看是否合适，这样就能实际接触职业社会，有助于求职者真正地了解一下行业的状况，以便将来做出正确的选择。

6. 第六步：培养各种能力与技巧

如果希望求职时能够具备优越的条件，除了要念好专业科目之，还应自己学习掌握多种能力和技巧，从而拓宽职业

选择的范围。例如某报社招聘一名记者，几名文学专业毕业生前去应聘。某甲，在学校里专业课成绩门门优秀，但社会交往能力较差，爱好看书；某乙，专业课成绩多数为良，爱好体育运动、旅游、摄影…，曾自修新闻采访学、新闻理论、传播学等课程；某丙，专业课成绩多数为及格，兴趣爱好广泛，文体活动无所不能。应聘的结果是：某乙被录用了，原因很简单，他所拥有的能力为他提供了优越的条件，在竞争中打败了对手。可见，多种能力和技巧的培养对推荐自己有着很大的作用，它们包括：

- (1) 组织与计划的能力；
- (2) 理解与分析的能力；
- (3) 下决定的能力；
- (4) 果断能力；
- (5) 领导能力；
- (6) 敏感度；
- (7) 口头与书面表达能力；
- (8) 适应能力。

以上应掌握的能力技巧，顺序不分先后。

7. 第七步：继续教育

一边工作，还需一边受教育。继续有计划，有毅力地教育自己，这是人生长远发展最重要的因素。继续教育可以不断充实自己，使自己得以维持应变能力与创造能力，叫人保持头脑灵活。我们至少也要不断掌握本行的新科技和技巧；如果可能的话，一旦掌握了行内的某一种工作，就应该学习相关的另一种。处于信息爆炸时代，原来适应职业需要的知识与能力结构已不适应，急需充实新的知识和能力才能重新

与职业的需要相适应。这在科学研究领域特别明显，如社会科学的一些学科研究已开始从定性研究趋向于定量研究，甚至建立数学模型，这就需要有统计学、数学，甚至电子计算机编码和操作的知识与能力素养才能与学科的发展相适应。社会的发展要求就职者根据职业需要随时充实和调整自己的知识与能力结构，使之更合理，更有效力，固步自封者终难逃脱落伍甚至被淘汰的命运。

二、事业计划模式（Ⅱ）

在这种模式中，事业计划被分为六个步骤，下面我们将用图表的形式来向大家展示这种模式：





