



大学生**职前教育**丛书

王珺之 主编

# 职场 心经

汤曼莉 编

绝对成功的求职秘术

全国首套大学生职前教育丛书  
数百万大学生的求职指南

# 笔记



中国海潮出版社



大学生职前教育丛书

G 64  
(07)-02

# 职场 心经笔记

汤曼莉◎编

中国海潮出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

职场心经笔记/汤曼莉编. —北京:中国海关出版社, 2005. 3

(大学生职前教育丛书/王珺之主编)

ISBN 7-80165-264-9

I. 职... II. 汤... III. 大学生—职业选择  
IV. G647. 38

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 004130 号

(版权所有 翻印必究)

责任编辑:高 烽

助理责编:胡 蕊

责任校对:曾 军 江 鲁

版式设计:阳光图文工作室

封面设计:彩奇风

**职场心经笔记**

大学生职前教育丛书

汤曼莉 编

**中国海关出版社 出版发行**

(北京市朝阳区东土城路 14 号 100013)

新华书店经销 北京市白帆印务有限公司印刷

2005 年 3 月第 1 版 2005 年 3 月第 1 次印刷

开本:880mm×1230mm 1/32 印张:10.625

字数:280 千字 印数:1—4000 册

ISBN 7-80165-264-9 定价:25.00 元

海关版图书,印装有错误可随时退换

图编室电话:(010)85271833-652

发行部电话:(010)85271610 65195616

## 《大学生职前教育丛书》编委会

主 编：王珺之

副主编：汤曼莉 李静 王澄宇 张琼文

冀 晖 冀广生 黄安民

编 委：丁志可 李树泽 丁 立 张震震

谢孟霖 安雪风 李柏松



## 求职,你准备好了吗?

曾经“十年寒窗无人问”,只为那“一举成名天下知”的一瞬,却不料比赛到了最后,面对的却是更高强的对手;曾经以为,“一举首登龙虎榜”,即可“十年身在凤凰池”,却未想高考考场上的硝烟渐散,职场竞争的号角早已吹响。跨过高考的独木桥,于千军万马中突出重围的你,是否依然能够“笑傲江湖”?

你是否有过这样的经历?在电脑上敲入“求职简历”几个字后,便开始在网上各式各样的简历样板中东拼西凑;在招聘会的人山人海,怀揣着厚厚一叠简历,辗转半天也没投出去一份;面对一字排开的面试官,心里七上八下不说,腿脚还不停哆嗦……

众人眼中“天之骄子”的你,为何变得如此狼狈不堪?功课门门优秀的你,面试为何屡屡碰壁?大学生活一晃而过,你愿意也好,不愿也罢,终究要被推到求职的十字路口。或许你成绩优异,只是整日被书本所淹没,与人打交道难免有些困难;或许你积极活跃,校内外各种活动你都是主力,只是难免顾此失彼,功课挂起了红灯……在抱怨、愤恨招聘者“有眼无珠”之余,你是否会感到一丝无奈与无助?

是的,也许你真的很优秀,可是你知道如何推销自己吗?也许你认为你那些小缺点不是什么问题,可是你懂得如何掩盖它们吗?也许你在丰富的校内外生活中早已“身经百战”,对心仪的岗位自信满满,可是你的执著与自信一定能为你带来一份理想的工作吗?回想

一下你受挫的经历,回答下面的问题:求职,你准备好了吗?

求职仅仅是从网上照搬一份简历,在招聘会或者网络上乱发一气,然后等着用人单位打电话,继而硬着头皮回答面试者提出的各种古怪刁钻的问题吗?求职真的是“先就业再择业”的缓兵之计,是不管三七二十一,有单位要你你便欢天喜地的就业游戏吗?诚然,就业形势日益严峻,门槛越来越高,但“几家欢喜几家愁”,为什么“受伤”的总是你?

求职不是漫无目的、猫捉老鼠的游戏,面对日增的就业压力,你必须从步入校园的第一天起便为未来的事业经营。求职并非无章法可循,从简历的制作到面试的应答,你必须熟稔一些技巧,才能游刃有余。

本书正是为置身校园却为前景担忧的你,罹患求职恐惧症的你,身陷求职困境的你而作。通过剖析影响求职成败的各个具关键性的因素,分析招聘者的真实想法,引入职场胜出者的现身说法,本书从不同角度揭示了一些常被你忽视、大意的问题与细节,希望能由此使你树立信心,为你提供一些帮助。

人生就像一场竞赛,发令的枪声已经响起,你无从逃避。为了使自已更充实、更有自信,请从即刻起有意识地历练、提高自己,如此才能做好充分的准备,在新一轮竞争中立于不败之地。

现在,开始你的求职之旅吧。

编者

2004年11月16日



# 目 录

## 导言 求职,你准备好了吗?

### 第一部分 实习篇——多彩人生的第一堂课

|     |                     |      |
|-----|---------------------|------|
| 第一章 | 走出象牙塔——养在深闺人不识····· | (3)  |
| 第一节 | 认识你自己·····          | (3)  |
| 第二节 | 求职“热身”运动·····       | (16) |
| 第二章 | 职场练兵——人才是这样炼成的····· | (33) |
| 第一节 | 兼职热中的冷思考·····       | (33) |
| 第二节 | 职业万花筒·····          | (50) |
| 附   | 求职六忌·····           | (61) |

### 第二部分 信息篇——眼观六路,耳听八方

|     |                         |       |
|-----|-------------------------|-------|
| 第三章 | 信息搜集——条条大路通罗马·····      | (65)  |
| 第一节 | 校园招聘会——人才排排队·····       | (66)  |
| 第二节 | 人才市场——废纸满天飞?·····       | (73)  |
| 第三节 | 八仙过海,各显神通——信息渠道知多少····· | (82)  |
| 第四章 | 信息甄别——去伪存真的艺术·····      | (95)  |
| 第一节 | 得馅饼,莫掉陷阱·····           | (95)  |
| 第二节 | “明察秋毫”有高招·····          | (105) |

### 第三部分 资料篇——磨刀不误砍柴工

|     |                        |       |
|-----|------------------------|-------|
| 第五章 | 老板想要什么——求职资料的准备原则····· | (115) |
|-----|------------------------|-------|

|                            |                            |       |
|----------------------------|----------------------------|-------|
| 第一节                        | 老板最想要什么 .....              | (116) |
| 第二节                        | 这样的毕业生,老板喜欢 .....          | (123) |
| 第六章                        | 简历全攻略——三秒钟决定成败 .....       | (131) |
| 第一节                        | 中文简历——简洁而有力 .....          | (132) |
| 第二节                        | 英文简历——准确而精练 .....          | (145) |
| 第三节                        | 求职信——魅力撒手锏 .....           | (153) |
| <b>第四部分 实战篇——查其所需,供其所求</b> |                            |       |
| 第七章                        | 面试——成也萧何 败也萧何 .....        | (167) |
| 第一节                        | 准备阶段:面试倒计时 .....           | (167) |
| 第二节                        | 实战阶段 I:电话面试 VS 集体面试 .....  | (193) |
| 第三节                        | 实战阶段 II:扬长避短也要“巧舌如簧” ..... | (199) |
| 附 1                        | 18 个小而“致命”的面试细节 .....      | (222) |
| 附 2                        | 应届毕业生常见面试问题详解 .....        | (223) |
| 第八章                        | 网上求职——求职任我行 .....          | (226) |
| 第一节                        | “坐而论道”——e 时代网上求职一瞥 .....   | (227) |
| 第二节                        | “功夫在诗外”——e 时代的求职必修课 .....  | (236) |
| 第九章                        | 挑战高薪——外企求职揭秘 .....         | (245) |
| 第一节                        | 走近外企:掀起你的盖头来 .....         | (245) |
| 第二节                        | “征服”外企:成功就是这么容易 .....      | (255) |
| 附                          | 外企如何培养人才 .....             | (264) |
| <b>第五部分 创业篇——我的地盘我做主</b>   |                            |       |
| 第十章                        | 青年创业也疯狂 .....              | (269) |
| 第一节                        | 何不自己做老板? .....             | (270) |
| 第二节                        | 年轻,没有什么不可以 .....           | (284) |
| 第十一章                       | 今天,你 SOHO 了吗? .....        | (297) |
| 第一节                        | 自由的代价——SOHO 族的苦与乐 .....    | (298) |

|                             |       |
|-----------------------------|-------|
| 第二节 痛并快乐着——SOHO 族生存指南 ..... | (310) |
| 结语 由此,踏上成功之路 .....          | (320) |
| 《职场心经笔记》参考书目索引 .....        | (322) |



大学生职前教育丛书



## 第一部分

# 实习篇——多彩人生的第一堂课

身为“天之骄子”的你，是否能闻到求职战场上的焦灼气息？

置身校园的你，泛舟书海是否开始有些心神不宁？

就业形势日益严峻，颇有“敌军围困万千重”之势，你还能坐拥书城，“我自岿然不动”吗？

如果说就业是场马拉松比赛，其实你已经站在了起跑线上。从你步入校园的那天起，发令的枪声已无声地响起……你自我了解的程度，决定了你择业的态度；你对于暑期实习、社会实践、兼职打工的态度，决定了你与外界联系的深度与广度；你由此积累的学识与经验，将成为你日后冲刺时的一个重要砝码，使你在芸芸众生中脱颖而出。

实习，便是你步入社会的序曲，是你多彩人生的第一堂课。

一份耕耘一份收获，不是吗？

# 第一章 走出象牙塔——养在深闺人不识

大学生，这个曾被称为“天之骄子”的群体，如今已光环不再。十年寒窗苦读，到头来或许只换得在招聘会上被推来搡去。

如果你还在为大学生的身份沾沾自喜，整日在网络与游戏世界中“纸醉金迷”，那么等待你的多半是场求职噩梦；如果你已意识到日后的危机，决定从现在起充实、锻炼自己，那么，你首先要做的就是：走出象牙塔，认识自己，在实践中提高自己。

毕竟，“酒香不怕巷子深”的时代已经过去，纵有满腹经纶，若不能学以致用，终属纸上谈兵。更何况，若不从现在起给你的简历“增肥”，不善于推销自己，纵有通天本事，或许也只能黯自凋零。

好工作是一辈子的事情，只有找到真正适合自己的工作，才能拥有绚丽多彩的人生。尽管我们周遭的世界充满了浮躁与功利的因子，尽管工作的流动性在日益增大，工作压力在不断增强——这些都使我们的求职之旅变得满是坎坷与艰辛，但只要找准方向，遵照理想的职业生涯规划按部就班地发展自己，便能走出求职误区，在大千世界中找到自己的位置。

走出去，外面的世界会更精彩。

## 第一节 认识你自己

无论是古希腊德尔斐神庙“认识你自己”的碑文，还是我国古代“人贵有自知之明”、“知人者智，自知者明”的名言，无不表达了人类最朴素的愿望和渴求。所有这些名言、警句都强调了认识自我的重要性。求职择业也是如此。不论你是尚未毕业的莘莘学子，还是久

经考验的职场宿将,求职的前提均是正确认识自己,充分了解自己。

## 一、我是哪种人?

选择职业的三大指导原则是:个性+兴趣+专长。在考虑某项职业适不适合自己之前,倘若能切实掌握、营造、分析这三项指导原则,便能在工作岗位上积极创造成就感与满足感,反之,恐怕就会事倍功半,充满无奈、不安与空虚。

### (一)我具备何种个性?

你是否做过各种类型的性格测试?随便在哪个搜索引擎上输入“性格测试”,你就能找到大量有意思的小测验,它们能从多个角度提示你的性格类型。当然,你在这样做的时候,可能只是抱着好玩的心态,因为在你心里已存在一个或清晰或模糊的自我判定。

为了使你对自己的个性及适合从事的工作有切实的了解,不妨结合下面的表格,看看你属于哪一类。

有人把人的个性分为以下 11 种类型:

| 个性类型 | 个性特点                                                  | 适于从事的职业       |
|------|-------------------------------------------------------|---------------|
| 挑战型  | 在新的和意外的工作情境中会感到愉悦;喜欢工作内容经常有变化;有压力的情况下,工作甚至会更出色        | 记者、推销员        |
| 保守型  | 喜欢连续不断地从事同样的工作;喜欢按照一个重复的模式或者别人的安排办事;喜欢重复的、有规则的、有标准的工作 | 纺织工、装配工       |
| 服从型  | 喜欢按别人的指示办事,他们不愿意自己独立做出决策,而喜欢让他人领导自己进行工作               | 秘书、办公室职员、翻译人员 |
| 自主型  | 喜欢计划自己的活动或指导别人的活动;在独立的或负有职责的工作情境中会感到愉悦,喜欢对将来发生的事做出决定  | 教师、医生、管理人员、律师 |

(续表)

| 个性类型  | 个性特点                                                         | 适于从事的职业          |
|-------|--------------------------------------------------------------|------------------|
| 协作型   | 在与别人协同工作时感到愉悦,善于使别人按自己的意愿办事,希望得到同事喜欢                         | 咨询人员、高级副手、福利工作者  |
| 劝导型   | 喜欢设法使别人同意自己的观点,这一般通过写作和谈判来达到;对于别人的反应有较强的判断力,且善于影响他人的态度、观点和判断 | 作家、行政人员、经理       |
| 事实决策型 | 喜欢根据事实做出判断;喜欢根据充分的证据来下结论;喜欢使用调查、测验、统计数字来说明问题                 | 化验员、财务经理、自然科学研究者 |
| 浪漫型   | 喜欢能表达自己爱好和个性的工作环境;善于根据自己的情感做出选择;喜欢通过自己的工作来实现理想               | 诗人、音乐家、画家        |
| 严谨型   | 喜欢注重细节的精确,按一套规则和步骤将工作尽可能做到完美;倾向于严格、认真的工作,以便保质保量地完成任务         | 会计、统计员、档案管理员、打字员 |
| 情感型   | 感情丰富,喜怒哀乐溢于言表,不喜欢单调的工作生活,爱刺激,爱感情用事,对新事物很有兴趣                  | 演员、广告创意设计        |
| 想象型   | 想象力丰富,憧憬未来,喜欢思考问题,但有时行为古板,不易合群                               | 理论研究性的、文化层次高的工作  |

你的个性属于哪一类?你对其相应的适于从事的职业感兴趣吗?或许此表并不能穷尽所有的个性与职业类型,但至少从一个侧面为我们认识自己提供了一个参照。在求职之前,先想想自己适合做什么,将使你的求职之旅目标更明确,更有针对性。

## (二)我的兴趣为何?

工作称心如意的秘密就在于做你想做的事。从事一项你喜欢的工作,工作本身就能给你一种满足感,你的职业生涯也会从此变得妙趣横生。

是什么造就了贝利,造就了历史上最伟大的球王?

年轻时，贝利当运动员；退役后，他做教练，当评论员。贝利以足球为生，足球事业是他的终身事业，也正是足球给贝利的一生带来了无穷的乐趣、无上的荣誉和无尽的财富。

显然，数十年的刻苦训练，坚毅的品格，非凡的天赋，这些都是贝利成为巨星的重要原因，但最不可或缺的却是他对踢球执迷不悔的爱恋。贝利曾说：“我热爱足球，足球是我的生命。”正是在一种与生俱来的兴趣引导下，贝利步入了绿茵场，成为万众瞩目的英雄。

兴趣是最好的老师。真正了解自己的人必定知道自己的兴趣所在，而不是做一天和尚撞一天钟，或是做什么都是三分钟热度。现在，问问自己，什么事情是你最想做的？什么事情能让你自动自发，废寝忘食而又乐在其中，不知疲倦？

### （三）我有何专长？

尺有所短，寸有所长。你也许兴趣广泛，也拥有多种技能，但什么是你的专长？有些人善于与人打交道，有些人则长于管理机器物品，那么，你呢？

马克·吐温作为职业作家和演说家可谓名扬四海，取得了巨大的成功，但你也许不知道，马克·吐温在成名前，曾在其他事业上栽过很多跟头。

马克·吐温曾投资开发打字机，结果赔掉5万美元，一无所获；他成名后看见出版商因为出版他的作品而赚了大钱，于是也开办了一家出版公司，想跟着发笔财。经商与写作毕竟风马牛不相及，马克·吐温的公司很快便陷入困境，最后以破产倒闭告终，他本人也因此身陷债务危机。

遭受过两次打击的马克·吐温终于认识到自己毫无商业才能，于是断绝了经商的念头，开始在全美巡回演说。事实证明，演说非常符合马克·吐温风趣幽默、才思敏捷的特性。这回，他完全没有了商

场中的狼狈,很快便还清了所有的欠债。

通过上述事例,你可以看到发挥专长在一个人的职业生涯中具有重要的意义,它甚至直接决定了你事业的成败。因此,你在设计自己的职业生涯时,千万要注意:选择最有利于发挥自己优势的职业,这样才能最大限度地发挥自己的潜能,离成功更进一步。

## 二、我是不是也这样?

个性、兴趣与专长虽然对于求职择业很重要,但毕竟因人而异。在此,我们只能讲述一般的方法性的东西,使你对自己的这些特点及知晓它们的重要性有感性的认识。接下来,我们将涉及求职过程中一些具有共性的东西,以此帮助你认识自身可能存在的不足,在日后的生活中有意识地予以弥补。

让我们先来看看一则真实的求职案例:

### 三张文凭等于零

经过近20年的寒窗苦读,王强终于获得了一所重点大学机械和经济管理两个学位,以及另一所综合大学历史系研究生硕士学位。本以为凭借这三张文凭,找到理想的工作应该不成问题,但至今他仍在为找工作而烦恼。为什么呢?

一开始,他在一家单位试工。由于他学的机械专业是目前比较紧缺的专业,人家把他当人才引进后,便让他从事小型联合收割机的设计。

半年后,他设计出两套图纸。从理论上讲,这两套方案都是可行的,可是明显的缺陷是不实用、不经济。其中一套设计方案,公司另外请人做了大量的修改才得以起死回生。——虽然他有满肚子的理论,但不能用理论解决实际问题,因此他被公司解聘了。

在一次人才招聘会上,他来到一家外企的展台前,负责招聘的是

一名外国人和一名中国女秘书。王强递上自己的资料和求职简历。

女秘书问：“你的英语水平怎么样？”

王强指着他的六级英语证书，用汉语回答：“我通过了国家英语六级考试。”

坐在一旁的外方主管看了看他的证书，用英语向他提了一个问题，他站在那里，没有听明白，也不知道怎样回答——他的听力和口语都不是很好。其实外方主管提的问题和秘书小姐问的是同一个问题。外方主管见状，耸耸肩，两手一摊，秘书小姐随即对他说：“对不起，先生！”

后来，王强进了一家保险公司，经理让他对本市的保险客户做个抽样调查。他用了一个多月的时间，做了一份自认为十分精彩的调查报告，可是经理看后，把他叫到办公室，对他说：“过去小李也做过一份调查，内容比你做得还详细充实。你看看他写的报告，然后你再重写一份。”听到这番话王强心里很不服气，因为小李只是一名中专生。他扫了一眼小李写的报告，觉得只不过比他的报告多几个数据而已，文笔还不如自己。后来他气呼呼地又写了一遍，仍然不能达到经理的要求。

有一次，公司举行保险咨询的大型讲座，经理让他给前来咨询的单位和个人讲课。王强穿着一件夹克衫来到课堂，里面的白衬衣脏兮兮的，脚上趿拉着一双布鞋，头发乱蓬蓬的。

他刚讲了几分钟，经理就换了一个人上去讲。

事后，经理生气地对他说：“你是怎么做事的？这么大的活动，人家都西装革履，你却不修边幅，公司的形象都让你破坏了。你这个大学生怎么连起码的礼仪都不懂？好了，你以后不要来了！”

就这样，王强失去了他的第二份工作。

此后，他又去了几家公司，但是没过一年都被老板炒了鱿鱼。他至今未找到理想的工作。——虽然他拥有三张文凭，但是对于他来说，三张文凭等于零。