

·再就业工程丛书·

本册主编 王耀光
季建林

再就业

- 新的就业价值观
- 新的择业思路
- 新的事业目标

行为与方法指南



ZAI JIUYE GONGCHENG CONGSHU 南京出版社

编者的话

失业问题，是个全球性的问题，它如同暴风骤雨，在世界许多国家掀起了一个又一个的震荡。然而，直到20世纪90年代初，在中华人民共和国的大地上，还从未刮起过失业风暴，真是“这边静悄悄”。

然而，随着中国90年代经济的快速发展，产业结构和企业结构发生了前所未有的深刻变化，劳动力结构也进行了大规模的调整。在人们毫无思想准备的情况下，形成了近千万人的失业大军，中国社会为此受到极大的震荡。各级政府深感责任重大，把吸纳、分流、安排下岗失业人员作为稳定全局的大事来抓。于是乎，一个形式多样的“再就业工程”，在全国各城市开展起来。

在“再就业工程”中，下岗失业人员该怎么办呢？如果你能看一看这本书，也许大有收益：

下岗后，闹事、怨恨、猜忌，是与事无补的偏执；急躁、懒惰、耍赖，是成事不足的选择；孤独、沮丧、沉沦，是走向歧路的误导——只有正视现实，调整心态和行为，才能走向新的生活。

如何进行调整呢？新的就业价值观，是你自我解放的前提；新的择业思路，会给你拓展出一片新天地；新的事业目标，将激励你奋发向上，铸造人生的新辉煌！

家庭是生活的港湾，亲情会产生无穷的力量。营造理解氛围，调整家庭计划，实施亲友互助。许多下岗失业人员，正是在家庭港湾中休整后，重新扬起生活的风帆，驶向了新的彼岸。

从下岗失业到再就业，中间有一个调整的过渡期。这里大有

学问：从自我角色定位、性格特征适应，到激励模式、需要层次、期望档次、挫折承受程度的变化，还有就业后新的群体关系的融入和权利关系的认识，这些问题都需要有一点科学方法。舍弃这一点，就等于因没有“船”和“桥”而不能过河一样。

把握机遇，是再就业的关键。机遇对每一个人都是平等的。为什么有人能把握，有人却失之交臂呢？原来，把握机遇是要有本领的。对机遇，要辨别信息真伪，要利用时机势态，要研究客观条件，要提高主观能力，要比较成本收益，要懂得驾驭技能，要分析阶段特点，要宽容鼓励失败……这一条条，一道道，似很平淡，但却由多少成功和失败的经验教训铸成。

政府实施再就业工程，颁布了许多政策与法规。学习、了解和掌握相关政策与法规，是打开再就业之门的金钥匙。因此，当你要参加转岗转业培训，当你要走自谋职业之路，当你想“上山下乡”，当你要参加劳务输出，进入社区服务和劳服企业……不妨先找一些“红头文件”看看。如果一时找不到，翻一翻这本书，“急用先学”，也许会有“立竿见影”之效。

下岗失业不可说走就走，上岗就业也不能说来就来。这里有政策，有规则，还有很多手续要办。怎样操作，许多人都是第一回，难免不懂，难免会有偏差。可是，不懂，事就办不成，出偏差就会有损失。这本书名为“指南”，就有此作用，你可“带着问题学”，“对号入座”肯定会有收获。

下岗失业人员重新上岗，一定会极其珍惜而勤勉工作。可是，当你以一个新的角色进入一个新的岗位时，新的矛盾、新的竞争也就开始了。因而，光有勤勉是不够的，还须有新的视角、新的方法、新的心态、新的精神，去迎接新的挑战。“角色入门”会领你入门的。

.....

这本书是专为下岗失业人员写的，道理娓娓叙述，经验来自生

活,事例就在身旁。其中,许多是笔者的亲身体验。它能给下岗失业人员以安慰、帮助和激励。如果此书能有助于你上岗就业,笔者将为此感到十分荣幸和快慰。

1997 年 11 月

序

当我国改革开放的历史车轮向 21 世纪胜利推进的时候,失业和再就业这个跨世纪难题已凸现在我们面前。关注我国政治、经济、社会发展大局的理论工作者和实际工作者们,向人民奉献了一份他们的极其严肃认真的思考,这就是南京出版社出版的一套“再就业工程丛书”。我非常高兴地阅读了这套丛书,乐意为之作序,并向读者推荐。

就业问题历来受到我们党和政府的重视。从国际上来看,我国属于低失业率的国家。据劳动部门统计,1996 年,我国城镇登记失业率为 3%,年末城镇登记失业人数为 553 万。世界银行 1995 年《世界发展报告》用通行的现代理论标准来衡量和评价中国的失业问题,并将同样处于从计划经济体制向市场经济体制转型阶段的几个国家作了比较,得出中国经济从 80 年代中期到 90 年代中期,不但发展状况良好,而且失业率也在理想水平的结论。现在,一些发达国家的失业率大多为 10% 左右。同它们相比,我国仍属于低失业率的国家。我们这样一个人口大国能保持较低的失业率,确实不易。这一成绩的取得,同党和政府的重视、广大干部职工的努力和社会各界的广泛支持是分不开的。

但是,我们又必须清醒地看到,我国的就业形势目前仍相当严峻。据有关部门预测,我国正处于又一次就业高峰期。“九五”期

间,全国城镇新增劳动力预计达 5400 万人左右;企业在实现两个转变中将有 3000 万人需要下岗分流;农村剩余劳动力将有 1.3 亿人需要转移就业。这充分说明,未来 5 年乃至更长一段时间内,我国的就业和再就业任务非常艰巨。如何认识和解决我国职工失业下岗和再就业问题,江泽民总书记在十五大政治报告中对此作了深刻的分析。江总书记指出:“随着企业改革的深化、技术进步和经济结构调整,人员流动和职工下岗是难以避免的。这会给一部分职工带来暂时的困难。但从根本上说,有利于经济发展,符合工人阶级的长远利益。党和政府要采取积极措施,依靠社会各方面的力量,关心和安排好下岗职工的生活,搞好职业培训,拓宽就业门路,推进再就业工程。”用历史的发展的眼光来看待当前我们所面临的职工失业下岗问题,这其实是一种客观的经济现象。尤其是在经济体制由计划向市场转轨、经济增长方式由粗放型向集约型转变的过程中,失业下岗人员的增加有其必然性和合理性。这是一定的历史阶段不可避免的“阵痛”。但是,如果职工的失业下岗长期处于高位增长的态势,势必会成为深化改革、经济结构调整的障碍,给社会稳定带来隐患。从一定意义上说,能否正确认识和积极稳妥地解决好职工失业下岗问题,直接关系到我国社会主义现代化建设事业的兴衰成败。因此,如何从理论和实践的结合上揭示职工失业下岗的不可避免性,探索其演化的趋向,研究失业下岗职工扩大再就业渠道的主要对策措施,从而把职工失业下岗控制在社会各方面可以承受的范围之内,显然是我们目前亟待研究和解决的重大课题。

值得赞扬的是,“再就业工程丛书”的编著者,以强烈的历史使命感和社会责任感,抓住了这一重大课题,进行了全面系统的开拓性研究,通过大量调查,坚持理论研究 with 政策研究相结合的原则,对失业和再就业涉及到的重大理论问题作了多侧面、多角度的分析,发表了许多较高的见解;对如何扩大就业、推进再就业工程提

出了不少具有指导意义和参考价值的对策性意见与建议；对失业下岗职工怎样调整心态，抓住机遇，尽快实现二次就业进行了具体指导。我相信，这套从书的出版，对推进我国的再就业工程，具有一定的理论意义和实际意义。

再就业工程是一项艰巨而复杂的社会性大工程。这套“再就业工程丛书”只涉及目前再就业工程中一些主要的基本问题。我们期待广大的理论工作者和实际工作者们能继续跟踪再就业工程的实践，继续研究和探索再就业工程中碰到的新问题、新矛盾，以进一步完善本丛书的内容。可以相信，我们只要认真贯彻落实党的十五大精神，解放思想，努力实践，就一定会走出一条具有中国特色的再就业之路。

姜永明

1997年12月

目 录

上篇 调整:新生活的开始	(3)
第一章 下岗、失业后要警戒的不良行为	(6)
一、闹事:损人害己的憾事	(7)
二、怨恨:心灵扭曲的闹剧	(8)
三、猜忌:于事无补的偏执	(10)
四、急躁:急中生乱忙添错	(11)
五、懒惰:轻松舒服反痛苦	(13)
六、耍赖:舆论变向无人怜	(16)
七、孤独:自我封闭真不该	(18)
八、沮丧:放弃追求又何苦	(19)
九、沉沦:失去自尊必乱律	(21)
第二章 自我调整的若干要诀	(23)
一、择业要有新的价值观	(23)
二、自我认识要重新定位	(26)
三、观察问题要有新方法	(30)
四、解决问题要有新思路	(33)
五、生活需要确立新目标	(36)
第三章 家庭调整的主要方法	(41)
一、营造家庭理解氛围	(42)
二、科学安排生活计划	(46)
三、调整家庭成员分工	(50)

四、提倡亲友互助共济	(52)
第四章 心理、行为调整的方法选择	(54)
一、角色认知定位调整	(54)
二、性格特征适应调整	(58)
三、行为激励模式调整	(60)
四、需要层次变动调整	(62)
五、目标期望档次调整	(63)
六、挫折承受程度调整	(65)
七、群体关系融入调整	(67)
八、权利关系认识调整	(69)
下篇 入门:重登就业舞台	(75)
第五章 机遇的把握与发展	(78)
一、就业机遇的信息真伪辨别	(78)
二、就业机遇的时机把握分析	(81)
三、就业机遇的客观条件研究	(84)
四、就业机遇的主观能力提高	(86)
五、就业机遇的成本收益比较	(88)
六、就业机遇的驾驭技能训练	(92)
七、就业机遇的阶段特点区别	(96)
八、就业机遇的失败宽容鼓励	(98)
第六章 再就业政策入门	(101)
一、再就业政策综述	(101)
二、“劳服企业”政策举要	(106)
三、“劳务输出”政策提示	(108)
四、“上山下乡”政策梗概	(110)
五、“自谋职业”政策须知	(113)
六、“社区服务”政策简介	(117)
七、“转业训练”政策摘要	(120)

八、“就业保障”政策纲目	(124)
第七章 再就业操作指南	(130)
一、下岗失业:办好手续不断线	(130)
二、转岗训练:条条大道通罗马	(133)
三、劳务输出:了解规则不可少	(139)
四、市场应聘:雾里看花眼不乱	(141)
五、被炒鱿鱼:自我保护有法宝	(146)
六、自办企业:对号入座领证照	(149)
七、厂内退休:三个要点把握好	(155)
八、停薪留职:责任明确须契约	(156)
第八章 再就业角色入门	(159)
一、从“新官上任三把火”说起	(160)
二、“路漫漫其修远兮,吾将上下而求索”	(163)
三、谈谈“国有国法,家有家规”	(166)
四、“无商不奸”这话对吗	(168)
五、“吾日三省吾身”何为先	(171)
六、“红花须得绿叶扶”	(173)
七、“活到老,学到老”才能永不老	(175)
八、“只要人人都献出一点爱”	(177)
后记	(181)

赤橙黄绿青蓝紫，
谁持彩练当空舞？
雨后复斜阳，
关山阵阵苍。

毛泽东《菩萨蛮·大柏地》

彩虹的美丽，在于它将多种颜色的光谱揉和在一起，化作一道弯弯的云际之桥，斜挂在雨后的天空。

人生的辉煌，亦如彩虹一样。要善于调整好自己在生活中的不同位置，尤其在逆境中要奋发，使人生之旅的转折，绘出一道美丽的弧度。

上 篇

调整：新生活的开始

失业和下岗，对于职工尤其是原来在国营企业就职的员工来讲，是一种几乎难以接受的痛苦。然而，当事实摆在自己面前的时候，该如何对待呢？这时，“调整”二字向你伸出了亲切的召唤之手。

“调整”二字，在哲学家的目光中，它是一种思维方式和方法的变换；在经济学家的辞典中，它是生产方式和经济政策的改变；在政治家的方略中，它是治理国家与社区策略的变化。而现在，向失业、下岗的朋友亲切招手的“调整”，是心理学和行为学大师的谆谆忠告：

人是自然的人，又是社会的人。作为自然人，人一生要经过幼儿、少年、青年、壮年和晚年。在不同的年龄段，人生的任务不一样，生理和生活的要求也不同，人的心理和行为会有很大差异。如青年时期要恋爱结婚；壮年与老年之间的过渡有个“更年期”等。作为一个自然的人，要有自我调整心理和行为能力，尤其在人的生理和生活发生阶段性变化时，这种自我调整更为重要。是否具有心理和行为调整能力，对一个人的身体、生活关系极大。而人的这种自我调整心理和行为的能力，是有很大差异的。于是乎，善于自我调整的人，胸襟豁达，身体健康，生活比较顺利，要想做番事业也易成功。而不善于自我调整的人，老觉

得命运跟自己闹别扭，特别是在人生的生理和心理发生显著转变的阶段，不易把握自己；有人自暴自弃，失去控制，甚至对他人和社会造成严重危害。

作为社会的人，人的心理和行为要受环境与条件的影响和制约，人的心理和行为调整，也就不仅仅是个人的事。人总是在一定的社会关系中生活，并在社会结构中占有一个位置和扮演一定的角色。人的心理和生理的活动及其调整，必然与其在社会结构中的位置和角色有着密切的联系。人在社会中的位置和角色不是与生俱来的，也不是固定不变的。随着环境与条件的变化，以及自身特征及行为的变化，人在社会关系、社会结构中的位置和角色是会变化的。可以说，人的位置和角色始终处在不断变化之中。如果没有这样的变化，社会也就不可能发展与进步。而这种变化与发展，对人们的生理和心理活动及特征，又会产生极大的影响。因此，人在社会的位置与角色的变化和人的生理与心理的变化，呈现着一种紧密联系、互相影响的关系。

人与动物的最大区别，不仅仅在于能认识世界，而且在于能改造世界。改造世界的特征表现之一，就是人能改造和提高自己，能对自己的心理和行为进行把握和驾驭。当自己在社会关系、社会结构中的位置发生变化时，调整自己的心理和行为，去适应这样的变化；并通过心理和行为的调整，去寻觅自己在社会关系、社会结构中的新位置、新角色，发现、创造和实现自己的新价值。因而，人对自己心理和行为的调整，正是人认识世界、改造世界能力的一个组成部分。

失业和下岗的朋友们，心理学和行为学大师的这番并不深奥但充满真谛的话，就像一帖清醒剂，它使我们在痛苦中冷静下来。我们要自觉地进行心理和行为的调整，去分析现实，适应现实，通过位置和角色的变换，去寻求人生新的机遇。它又像一帖兴奋剂，鼓励我们认识自我，发现自我，坚定自我，鼓起生活的勇气，张扬起

新生活的风帆。我们要把自己的聪明才智和能力充分发挥出来，汇入亿万劳动者为祖国的现代化而奋斗的洪流中去，在世纪之交的史诗中，再次铸造自己人生的辉煌。

第一章

下岗、失业后要警戒的不良行为

从下岗、失业到再就业,对于多数人来讲,这里有一个自己重新认识社会和社会重新选择自己的过程。在这一过程中,人要善于调整心理和行为,尽量减少磨擦和缩短过程。然而,失业、下岗对于大多数人来讲,又是一个心理、情绪、习惯、行为和生活发生巨大变化的转折。它并不是像平时上下班倒一下公交车那样轻松,也不是到了年龄自然退休离岗那样自然。它是人生的一个挫折,意味着失去工作的权利与机遇,意味着经济收入的减少和生活的危机,意味着社会地位的失落和在社会、家庭中角色的重大变化。因而,有许多人难以接受这样的现实,有的人甚至不相信这是真的。

H城第二纺织厂的陈凤娥,知青返城后招工进厂工作,从参加基建开始,一筐泥一筐砖,一直在这个厂工作。天天早早起床,用饭盒带好中饭,骑上近一个小时的自行车,总在上班前一刻钟赶到厂做好准备工作。十几年了,天天如此,已成为习惯。1996年,由于结构调整,一批工人下了岗,她是其中之一,可她不相信这是真的。接到下岗通知的第二天,她还是习惯地早早起床,带好中饭,早早赶到厂。当她走进冷冷清清的车间,才醒悟过来:“车间停产了,我下岗了”,禁不住放声痛哭。回家后,茶饭不思,沉闷不语,神情恍惚。第三天她还是早早就起,夹了个饭盒又到厂里去,在车间里呆上一整天才回家,连续很多天都是如此。家人和同事劝阻都

无济于事。家人急了，送她到医院。医生告知，陈凤娥患的是“顽固性习惯症”，是一种心理障碍疾病，主要依靠心理调整才行。

从陈凤娥的病中，我们可以看到，如果下岗后不善于进行心理调整，轻则心情忧郁，情绪低落，影响健康；重则会导致家庭失和，甚至会发生一些蠢事闹剧。在这样的人生旅程转折中，如不能处理好相关关系，也就会失去把握新生活中可能出现的良好机遇，重新寻觅新的工作岗位将会遇到很大困难。因此，失业下岗职工要注意自我调整，特别是要防止和戒除一些不健康的心理、情绪和行为。他们的家人、有关人士和部门以及政府和社区组织，对这个问题也要引起高度重视。

一、闹事：损人害己的憾事

下岗失业职工要警戒的不良行为中，戒“闹”为首当其冲。

陶君是某机械厂的保全工。他下过乡，当过兵，在厂里干了十几年，虽说不是什么先进和模范，可工作也没有出过大错。他40多岁正当壮年，却下了岗。他左思右想想不通，三天两头跑到厂长办公室去讨“公道”。厂领导解释的什么结构调整、产品换代的道理，他都听不进去，只是一个死理蛮理：“为什么厂里有人上岗却叫我下岗？我下岗叫你们也上不成。”前后闹了半个月不曾有结果，他一时性起，居然拿厂长办公室的电话机、传真机和电脑出气。后果可想而知：他被公安机关拘留10天并责令赔偿损失。事后，他后悔不迭：我干工作这么多年没出过差错，想不到下岗后闹出事来。

陶君的教训是深刻的。

由于种种原因，现在不少失业和下岗职工生活有一定困难。但是，我们要看到政府正在积极创造条件帮助解决，并且努力创造机会帮助他们再就业。失业下岗职工也要体谅政府和企业的困