

♥ 实用心理学文库

主编 李勇 副主编 张华玉 方百寿

中国

凌子
编著



就业 心理

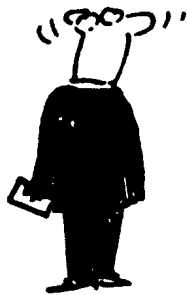
♥ 初识庐山真面目
♥ 机会在于“把握”
♥ 太阳每天都是新的
♥ “跳槽”意向
♥ “大气候”与“小算盘”

实用心理学文库

主 编 李 勇
副主编 张华玉 方百寿

就业心理

凌 子 编著



中国人口出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

就业心理/李勇主编. —北京: 中国人口出版社, 1997. 3

(实用心理学文库)

ISBN 7-80079-365-6

I. 就… I. 李… II. 就业-劳动心理学-普及读物 N. C913.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (97) 第 03366 号

就 业 心 理

凌 子 编 著

中国人口出版社出版发行

(北京市海淀区大慧寺 12 号 邮政编码: 100081)

各地新华书店经销

北京鑫欣印刷厂印刷

*

开本: 787×1092 毫米 1/32 印张: 5.5

字数: 85.2 千字

1997 年 10 月第 1 版 1997 年 10 月第 1 次印刷

印数: 1—10, 000 册

ISBN 7-80079-365-6/G · 124

定价: 9.00 元

前言

改革开放以来,人们“端铁饭碗,拿铁工资,坐铁交椅”的职业心理定势受到强烈冲击,围绕择业、就业、失业、再就业,人们产生了新的思想观念、心理态势。新的职业心理形成、发展及特征,时刻影响着个人及社会的发展变化。

择业是人生的重要转折点。健康成熟的择业心理,能使你正确认识自身,包括优点和缺点,认识社会本身的复杂,认识职业的特征及其对你的影响;从而在此基础上,选择适合自己个性、气质、兴趣的职业,以有利于你在未来岁月中,充分发挥自己的才能,实现个人价值,服务社会。

就业总是使人处于不同的职业环境，或者一帆风顺，或者屡遭挫折，如何调整 and 适应，将决定你的成就与否。而保持自己奋发向上的心态，学会适应社会，你定会成功。

失业伴随劳动用工制度的改革而降临到你我身上。有的人在失业压力下心理失调，把握不住自己，有的人则在失业压力下重新崛起，其中关键在于你的心理承受力，心理适应性，乐观开朗自信的态度、心理能保证你渡过难关。

重新择业给了你职业二次生命，你比以前更成熟、豁达，你的职业成就也就更辉煌。

职业心理影响着你的择业、就业、看待失业、重新择业；阅读这本小册子，将给你一些有益的帮助！祝你成功！

目 录

前 言

1 第一篇

1 引言

2 三百六十

4 职业心理

7 第二章 初识庐山真面目

——择业心理（一）

7 因缘而生

11 天生我材

16 心有良图

19 结语

21 心理测试

26 第三章 凤凰总把高枝占

——择业心理（二）

- 26 无声的一刻
- 27 机会在于“把握”
- 29 创造“身体范围”优势
- 31 相知曾是旧相识
- 36 眼睛比嘴更传情
- 39 心理测试
- 47 第四章 大珠小珠落玉盘
——择业心理（三）
- 47 话题
- 51 言辞
- 54 谈话方式
- 60 学会推销自己
- 67 心理测试
- 76 第五章 只缘身在此山中
——就业心理

- 78 雏凤展翅
- 83 马失前蹄
- 95 入乡随俗
- 100 主动出击
- 105 心理测试
- 119 第六章 春日落花殊难料
——失业心理
- 120 这不是真的
- 122 他不该这样
- 126 救救他吧
- 130 老板失业，新鲜不
- 133 轻松的新感觉
- 136 太阳每天都是新的
- 137 心理测试

- 145 第七章 而今迈步从头越
- 147 “跳槽”意向
- 151 “大气候”与“小算盘”
- 155 劝君重抖擞
- 158 拨云见日
- 161 心理测试

第一章 概 述

引子

走出校门，找到一份合意的工作，你脚步轻快，满脸春风，花儿为你含笑，阳光因你而灿烂……

因为工作，你忙碌奔波，精疲力竭，难免心中升起一种无奈，摇头、叹气，追求一种解脱的轻松……

疏忽、失误，或者不力，被老板炒了，你愤怒、懊丧、失意，空气中充满火药味，仿佛周围都是你的敌人……

东山再起，你用行动洗刷了过去，新的生活又充满了阳光……

……

每一次经历，每一种感觉，心灵上的震动，情绪的变化，在你看来，似乎是人生的必经之驿，然而，它同时又昭示了一个重要的道理：职业心理，不管你意识到与否，都时刻伴随着你，影响着你，重塑着你。

三百六十行

职业是一种相对固定的、决定于社会分工并要求工作者具备一定专业知识的劳动活动。人是社会的人，人首先要生存，要生存就离不开职业。职业需求是人的生存需求实现的基本形式之一。

职业并非自古就有，只是随着社会生产和生活的发展，在原始社会晚期，产生了按性别和年龄进行的不稳定的分工之后，才出现了职业的萌芽。

《礼记·礼运篇》有载：“男有分，女有归”。这里“分”就是原始的职业。

随着生产力水平的提高，人们的需求日益增长，农、牧、商分工相继出现；阶级的出现，又导致了

体力劳动与脑力劳动的对立与分工，人类社会“出现了从事单纯体力劳动的群众同管理劳动、经营商业和掌管国事以及后来从事艺术和科学的少数特权分子之间的大分工。”就这样，人类社会就产生了各种各样的职业。

职业的产生离不开人类劳动，劳动创造了人，也创造了职业。

根据职业的特征、内容及其他，职业有不同的分类。美国著名的职业指导专家约翰·霍普金斯大学的心理学教授约翰·L·霍兰和他的助手在几十年间经过一百多次大规模的实验研究，创立了其人格类型与职业类型的学说。霍兰把职业类型分为六种：

1. 现实型：主要是指熟练的手工工业和技术工作，通常要运用手工工具或机器进行工作，即被称作“蓝领”职业。如产业工人、运输工人等。

2. 调研型：主要是指科学研究和实验工作，从事这些工作的人们调查研究自然界和人类社会是怎样构成和发展变化的。如各类科研人员等。

3. 艺术型：指艺术创造工作，从事这些工作的人们用语言、音响、动作、色彩等创造艺术作品。作家、音乐家、歌舞演员、摄影师、书画家等各类文

艺工作者都属这类职业。

4. 社会型：是指为人办事、服务的工作，即教育人、帮助人、服务人的工作。如教师，医生、服务员、社团工作者、思想政治工作者等。

5. 企业型：指那些劝说、指派他人去做某事的工作。如国家机关及工作机构的负责人，党团干部、经理、厂长、律师、推销员、零售商贩等。

6. 常规型：通常指办公室工作，即与组织机构、文件档案和活动安排表之类的东西打交道的工作。例如办公室办事人员、图书管理员、统计员、银行出纳员、邮电工作人员等。

这种基本职业类型，粗略地勾画了职业的基本面貌，为我们选择职业，提供了新的参考角度。

每个人都与特定的职业相联系，但又都不固定于某一职业，职业的流动是绝对的，是社会环境、社会发展、个人心理变化等综合因素影响使然。

职业心理

所谓职业心理，指的是人们在选择职业、就业、失业及重新选择过程中，对周围环境的一种认知、情感、态度。



● **职业习惯** 一位警察去打猎，

发现草丛中跑出一只兔子，便举枪高喊：“我是警察，再跑我就开枪了！”

职业心理包括主要三个方面内容：

1. 择业心理：选择职业的心理感受、情绪变化。
2. 就业心理：从事某一职业所形成的较固定的心理定势，情感倾向。
3. 失业心理：失业后经历的酸、甜、苦、辣各种不同滋味，不同反应及变化。

择业、就业、失业三个不同阶段或方面的人的心理特点，时刻影响着人们的生活态度、生活方式、价值取向等，积极的人生态度使人保持乐观向上的精神面貌，消极的人生态度使人颓丧、无为、最终走向毁灭……

健康、完善的职业心理，对于培养健全的人，构造健全的社会，犹如水之于鱼。良好的心理素质有利于人的成长，有利于社会的发展进步。

良好的职业心理并非一朝一夕形成的，它需要知识的积累、意志的锻炼、品质的塑造、文化的熏陶……

埋首于此，汲取心灵的甘露，尽情挥洒，走向灿烂的未来。

第二章 初识庐山真面目 ——择业心理（一）

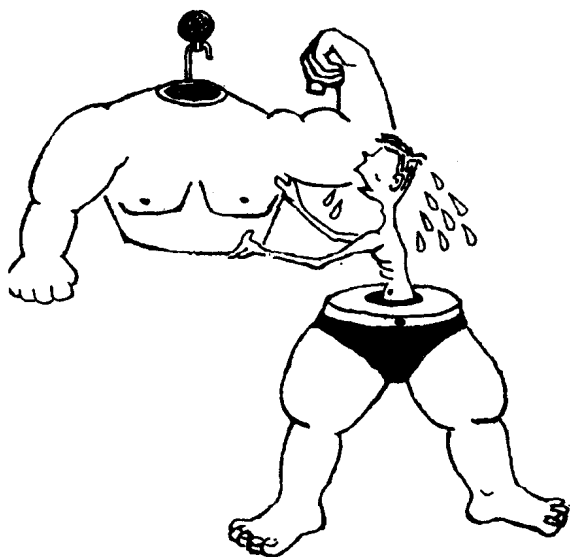
人生充满了选择。

每一个人在面临职业选择时，首先要做而且必须要做的事情就是认识自己。你的兴趣爱好、品质个性、动机、能力及你的不足。如果你的起步方向错了，选择了不适合你的职业，你或会“抱恨终生”。

客观地认识你自己，是帮助你成功的第一步。

因缘而生

古希腊著名哲学家柏拉图在《理想国》一书中



广告完毕

曾指出：“每个人应当只做一件适合于他的本性的事情。”

中国古代思想家、教育家孔子曾说：“师也群，参也鲁，柴也曾，由也喭。”认为他的学生各有特殊的才能，各擅长于不同的职业。

可见，人们很早就认识到个性方面存在着差异性，人们有不同的意志品质，这种差异也就决定了各人应选择的发展方向。