

Your Road to the Future

职场扬帆

王佩华 主编



上海大学出版社

Your Road to the Future

职场扬帆

王佩华 主编



上海大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

职场扬帆 / 王佩华主编. — 上海: 上海大学出版社, 2011.3

ISBN 978-7-81118-740-3

I. ① 职 … II. ① 王 … III. ① 大学生-职业选择
IV. ① G647.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 026165 号

责任编辑 傅玉芳 封面设计 柯国富 技术编辑 金鑫 章斐

职 场 扬 帆

王佩华 主编

上海大学出版社出版发行

(上海市上大路 99 号 邮政编码 200444)

(<http://www.shangdapress.com> 发行热线 66135110)

出版人: 郭纯生

*

南京展望文化发展有限公司排版

江苏省句容市排印厂 各地新华书店经销

开本 787×960 1/16 印张 9.75 字数 174 000

2011 年 3 月第 1 版 2011 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-81118-740-3/G · 578 定价: 26.00 元

主 编 王佩华

副主编 曹 英 滕 云 胡春华

编 委

胥 俊	戴建英	颜丽娜	高 举	尹春艳	沙 洪
杨 炼	曹园园	吴明龙	陆 静	张 攀	冯玉鑫
李一凡	王琼怡	蒋丽薇	吴丽莉	张君楠	蔡煥翼
蒋 昊	朱培明	俞晓春	张梦皎	张佳炜	孙瑜峰
俞 川	周仁兰	顾育廷			

序 Preface

随着我国社会经济结构、文化观念的深刻变革,社会对高素质人才的需求也相应地发生重大转变,这就要求我们的毕业生及时更新就业理念,把握时代脉搏,抓住机遇,迎接挑战。然而,由于不少毕业生缺乏对职业预期、自我定位的合理认识,加之职业决策和选择技能缺乏,信息传递渠道不畅,走出象牙塔的毕业生往往难以找到理想的职业;特别是近年来高校连年扩招,每年大量毕业生涌入求职大军,很多应届大学生在毕业的那一刻就面临着失业的危机。

因此,如何因势利导,指引大学生在入学后尽早确立起职业生涯规划意识就显得十分迫切。上海大学悉尼工商学院实习就业指导中心凭借多年积累的成功经验,结合上海大学学生教育和职业发展的特点,编辑《扬起职场第一帆——大学生就业点点通》一书。该书出版后,在老师与同学中间反响热烈。然而,由于时间仓促、经验不足,该书在指导实战方面略显不足。于是,在该书基础上,经过校、院就业老师及辅导员的共同努力,一本体系更趋完善、内容更加新颖的就业指导姊妹篇《职场扬帆》又悄然地来到同学们的手中。

纵览全书,其中包括实用的职业生涯规划理论与实践、毕业生的自我定位与认知、就业创业的现状与分析、求职面试当中的技巧与策略和知名企业的介绍以及它们对于毕业生的要求。然而,让人感触最深的却是我



们的毕业生在字里行间流露的对母校深深眷恋的情感。正是由于这份眷恋和情感,让他们在踏上工作岗位之后,现身说法,将自己的经验和感悟梳理成文与学弟学妹们分享,以前车之鉴提醒大家少走弯路;而这份眷恋和感情自然地与我们的育人理念一起构成了我们校园文化的内核。

“荟世上精萃,树天下英才。”上海大学悉尼工商学院,始终坚持以“自强不息”的校训为理念,培养有知识、有能力、懂做人的全面发展的新时代大学生。在近年全球经济危机的大背景下,悉尼工商学院将就业指导与文化教育合二为一,努力塑造学生坦诚开放、主动进取和优雅、含蓄的优秀品质。悉尼工商学院实习就业指导中心的成立,旨在通过职业生涯规划,提高同学们的就业积极性和主动性,充分认识就业形势,端正就业态度,树立科学的职业生涯规划理念,并积极关注就业信息、把握就业培训机会、参加职业发展规划指导课程和活动,以增强自身的职场核心竞争力。

扬起职场第一帆,是我们的口号。希望同学们在上海大学独特文化的熏陶之下,满怀“先天下之忧而忧,后天下之乐而乐”的豪情,扬帆起航,成就美好未来!

目 录 Contents

第一章 职业生涯瞭望.....	1
第一节 职业及职业生涯概述.....	3
第二节 设计方案,规划未来.....	5
第三节 我选择做什么?——我决定我的决定.....	9
第四节 我该怎么做?——行动托起理想.....	12
第二章 我的职场,我做主.....	17
第一节 求职心态,指引精彩的未来.....	19
第二节 求职渠道,下一站就是彩虹.....	23
第三节 求职误区,迷雾再大我不怕.....	29
第三章 求职进行时.....	35
第一节 求职材料.....	37
第二节 招聘考试.....	43
第三节 劳动协议的签订与解除.....	51
第四章 创业天地.....	55
第一节 创业正当时.....	57
第二节 审时度势.....	58

第三节	蓄势待发.....	63
第四节	创业顺风车.....	67
第五章	职场感悟.....	73
第一节	专业实习零距离.....	75
第二节	缤纷职场初体验.....	81
第三节	美好未来我掌控.....	87
第六章	政策法规FAQ	93
第一节	问题的由来.....	95
第二节	毕业生就业协议(三方协议)的问题.....	95
第三节	毕业生在实习和寻找工作中遇到的法律问题.....	97
第四节	求职者的应对措施.....	104
第七章	名企档案.....	107
第一节	商业银行.....	109
第二节	证券行业.....	116
第三节	会计行业.....	121
第四节	咨询行业.....	129
第五节	快速消费品行业.....	132
参考文献		138
附录1		139
附录2		141
附录3		143
附录4		144



第一章

职业生涯瞭望

2008年,以次级债为导火索爆发的世界经济危机,不管是高校毕业生还是在职人员都强烈地感受到了金融危机的冲击力,每个人都力图寻找走出困境的方法。

今年的高校毕业工作更是遭遇寒冬。解决高校就业问题,成为政府、高校等相关部门的工作重点。政府和社会传媒给予高度重视,在政策支持、观念引导、信息服务等方面做了大量创新有效的工作;与此同时,为促进毕业生顺利就业,各高校充分利用校内外各种资源,纷纷搭建就业平台,如就业指导讲座、单位见面会、社区培养计划等。

此次由经济危机引发的就业危机是危机也是契机。大学生就业工作历来是个难题,此次尤甚。这也就引发了人们的思考:劳动力市场如何才能高效运转?人才如何才能适当匹配?笔者根据自己多年的就业指导工作经验,分析劳动力主体,即大学生的特点,认为当前的大学生常常缺少自己的人生规划,更容易随波逐流,有一种“别人干什么,我也干什么”的盲从想法。这些现象也反映出学生职业规划教育的缺失。缘于此,应当把大学生的就业指导工作作为一项完整的系统工程,将职业指导工作从早抓起,并贯穿于整个教育过程。如此,才能让大学生从容地面对市场,并能够在市场中灵活变通,根据自己的实际情况适时调整,游刃有余。

第一节 职业及职业生涯概述

一、什么是职业？

有一句广告说得好：既然一辈子有半辈子在工作，就像恋爱一样，找个喜欢的吧，就像而后的婚姻一样，找个一辈子相互扶持的人，来不得半点马虎。既然要找个喜欢的，那首先就要去好好了解“她（他）”。“她（他）”是谁呢？

在这一章里，我们提到了工作和职业，那么什么是工作、什么是职业？工作和职业又有什么联系呢？

工作简而言之就是劳动生产，创造附加值；而职业除了是指保证物质生活来源，还着重强调需要满足人们的精神需求。工作不是生活的全部，工作只是为了生活得更好，职业这个词更适合来诠释生活的定义，是实现自我价值的途径。职业就是个人与环境相互作用，通过整个职业生涯建立“自我”，通过个人的实践和创造赋予职业甚至生活的意义。简而言之，工作是work，而职业是career。

可是如果你不知道要到哪里去，那你哪里也去不了。要走好就业第一步，每个个体应该适时做好自己的职业生涯规划。职业生涯规划，可以使人更好地了解自己，了解周围环境，激发自己不断发掘和拓展潜能，从而在纷繁的社会环境中找到适合自己的人生坐标。现在就让我们向着未知的明天出发吧。



二、职业生涯规划的重要性

职业生涯规划就好像找女朋友。要找到理想女友，首先要根据自己的喜好，设

定自己梦中女孩的情况,比如外形、性格等特点,然后锁定目标,按照自己的追求方案,开足马力去实施方案。但是职业生涯规划绝对不等同于找女朋友,在校大学生由于缺乏对社会的认知和理解,加之对自身的个性、特质、能力、专长缺乏清晰了解,常常对自己的未来规划很迷惘,对于以后投身什么类型的职业有点晕头晕脑,就算想好了职业方向,也有可能想法没行动,最后又沉浸在对未来的迷惘中。此外,没有有效地对自己进行职业生涯规划,常常使人事倍功半。由于事先没有对自己的职业作出理性、正确的选择,很容易入错行,做无用功,后果就是做自己不喜欢或不合适的工作,或是在职场上奋斗了一段时间后,发现自己不太适合这个职业,想转行或转型,不断转行的后果就是对每个行业、每种类型的职业都是浅尝辄止,最后落得与潦倒为伍,迟迟不能成功。

职业生涯规划(career planning)简称生涯规划,是指个人在对自身职业生涯的主客观条件进行测定、分析、总结的基础上,即对自己的兴趣、爱好、能力、特点进行综合分析并权衡,并结合外在环境的特点,评估自己的职业倾向,确定其最佳的职业奋斗目标,并为实现这一目标作出行之有效的安排。生涯规划,也可以理解是自己对自己人生的事业策划,是一个选择和实践的过程。而对于身处校园的大学生而言,并不意味着我们远离社会、远离职业,职业占据着我们大部分的年华,职业的选择关系着我们的未来,自己与职业的契合度关系着自我的成长和成功。所以现在我们需要站在校园,瞭望社会,提前做好职业生涯规划。

然而知晓自己适合什么职业是其一,有机会做适合的职业又是另外一回事。当我们的能力还不够的时候,当我们的优势还不明显的时候,当我们的经历与经验还欠缺的时候,我们没有太多选择,我们是被动的。此时,要么我们根据自己的选择,在学校里面做好投身职场的充分准备,又如在就业之际,由于各种原因我们没有能到自己满意的企业工作,那么我们只能优先选择生存,在社会上站稳脚跟,然后继续积累经验,提升能力,继续规划明天,展望未来。

对于隔岸观职场的在校大学生而言,首先要制订好自己的职业规划,其次在选择自己的职业发展方向后,进一步武装自己、提升自己,进一步将自己的能力、经验与意向职业相匹配。好的职业不是靠一纸一笔做个好的案头规划就万事大吉的,要在职场上出人头地,规划只是一个奋斗的方向,关键点在于自身的条件和对机会的把握,特别是行动和付出,一切好的结果都是通过实践获得的。

没有职业规划,未必没有美好的未来,但是我们相信,对于任何一个充满理想和期盼的年轻人,一份好的职业规划将是他实现未来理想的加速器和方向盘。

未来始于足下,职业始于规划。

第二节 设计方案,规划未来

一、认识你自己

对很多在校生而言,很大程度上不知道自己
要干什么?想做什么?自己有什么?差距又在
哪里?自己要怎么做?学校里学习的知识对于
以后的就业有什么程度上的用处?

所以从今天开始,从现在开始,大家需要
认真地思考和分析一下下面几个问题,把自身
因素和社会条件做到最大限度的契合,对实施
过程加以控制,并能够在现实生活中懂得趋利
避害,这样你的职业定位也就渐渐明朗了!

你的专业专注于哪些职业?你的专业知识
怎么样?你是什么类型的人?在何种情况下
有最佳表现?有哪些性格上的优点?你擅长
什么(一般技术以及特别技术)?总体而言,
你有什么比别人占优势的地方?

但是这些自我认识都是感性的认识,有很多
时候我们还需要把一些指标作量化处理,经
管类专业的学生大都知晓大卫·李嘉图的比
较优势理论,当我们把这些指标量化之后更
容易得出适合自己的结果。比如针对大一、
大二的学生,我们推荐“霍兰德职业测试”
来测试自己可能对哪些类型的职业感兴趣,
并根据自己的兴趣及早在学校做一些实践
锻炼。而对于毕业生,我们则推荐“MBTI
职业性格测试”,这项测试是美国心理学家
Katherine Cook Briggs (1875—1968)和
她的女儿、心理学家Isabel Briggs Myers,
根据瑞士著名的心理分析学家Carl G. Jung
(荣格)的心理类型理论和他们对于人类性
格差异的长期观察和研究而制成。MBTI测
试是目前最著名的性格测试,已经应用到全
球五百强的很多企业,包括宝钢、海尔等
大型公司。

任何职业都可以为一个职场新人提供锻
炼和学习的平台。



(1) 做好定位,人生定位和职业定位。每个人群都需要定位,其目的是保证自己可持续地发展。但是各个群体定位的重点不同:定位重点在于认清自己有什么。

(2) 放下自我良好的架子和清高,但也不要因为没有工作经验而自卑。过高或者过低估价自己,过于看重自己的文凭,或者看重自己的成绩,有的过于低估自己身上的潜质,都不利于找工作。

(3) 找第一份工作时不要把待遇等条件看得很重,企业会先看你能为他们带来什么,才会给你相应的待遇。千万不要有看薪水做工作的毛病,永远把工作质量做得比薪水要高,这样才有不断晋升的空间。

(4) 客观、理性地择业,既需要认真地分析自己,又需要多了解社会需求,正确的思路是做你应该做的事。

(5) 在工作岗位中,应该忘掉自己的学历,忘掉自己曾经的荣誉,以一个初学者的身份对待工作和同事,尤其是同事中有学历不如自己的人时,更要放下架子,放下清高,亲切待人。抑或是你的学历不如别人,也不要觉得自卑,低人一等,职场上只有业绩没有别的!

(6) 工作中遇到的所有事情,无论大事小事,都要当成自己的事那样用心去做,做到你能力能达到的最好的效果,这样不但工作出色,也能学到更多东西。对待工作中遇到的人,无论是领导还是同事,都要姿态谦恭。你从他们的身上不但可以学到做事的方法经验,更可以得到人生方面的收获。内心要宽厚包容,无论领导还是同事,他们也都是人,是人就会犯错误,你要调整自己的心态,原谅他们的过失,并从他们的错误中吸取教训,今后就会避免犯同样的错误。

二、外面的世界

外面的世界很精彩,我出去会不会失败?外面的世界很精彩,我要出去寻找我的未来!每一位大学生都对自己的未来充满着期望,总有一天在校大学生都要进入社会去寻找自己的职业、成就自己的未来。但是外面的世界真的很精彩吗?要取得踏入社会的第一步——顺利就业,需要首先对外面的世界——就业环境,有考察、有了解,分析外在环境的特点、环境对自己提出的要求以及环境对自己有利的和不利的条件。

就业环境是指与大学生择业有关的政治、经济、文化等社会环境。成功需要天

时、地利、人和,就业环境对大学生择业的影响作用是多方面的,有些是直接的,有些则是间接的、潜在的;有些是积极的、正面的,有些则是消极的、负面的。就业环境是一种客观社会存在,我们可以观察,可以去适应,但却无法改变。大学生在择业前正确认识并分析自己所处的就业环境,加深熟稔度,寻找有利因素,避免不利因素,有助于帮助毕业生制定出符合社会实际的择业目标。

同时,大学生作为人力资源中最具活力并掌握现代科学文化知识的群体,其顺利、合理地就业,并能因材施用,最大限度地发挥人才效益,不仅有利于他们个人的发展,而且对于经济建设和社会发展都将起到重要的作用。

就业环境分析主要是分析对大学生就业产生影响的各种宏观层面的客观因素,从中找到制定个人职业生涯规划的依据和前提。就业环境无疑是个人的外部约束条件,只有充分认识到外部条件的影响,个人的职业定位才会更加合理和现实。否则,脱离现实的规划和定位只会给求职者带来打击和失望。大学生的就业环境主要由就业政策、经济环境、社会环境、供求状况几部分组成,我们下面将针对近年来的情况一一进行分析。

1. 就业政策

大学生就业政策是国家对大学生就业总体的指导原则和基本规定,不同时期具有不同的政策内容,体现当时的社会经济发展水平和国家对职业市场的导向性规定。目前,就业政策以市场调节为主,即毕业生在国家和学校的指导、帮助下,自行与用人单位沟通,进行双向选择。简单地说,具体到哪个单位就业完全由毕业生自主选择、自主决定,前提是得到用人单位的认可,就如销售商品一样,卖给谁都可以,产品是自由买卖的,国家的法律和政策是保证交易的合法性,规定交易的约束条件,产品能否顺利售出是产品销售方的问题。也就是说,大学毕业生必须依靠自己的就业竞争能力,在就业市场进行竞争,就业政策只是保护求职者的合法权益,但不保证交易一定成功。

因此,总体说来,就业政策就是起到保护求职者合法权益的作用,同时也约束求职者的部分求职行为,而求职者具体获得哪一个职位,被哪个用人单位录用,都必须靠其自身的能力和条件,由市场来决定。在本书中的第六章将会有详细内容阐述就业的政策问题。

2. 经济环境

一个地区、一个城市在一定时期的经济状况,直接影响到本地区大学毕业生的就业情况。经济发展速度快、经济发达的地区和城市就业机会较多,薪资水平相对

较高,对大学生的吸纳和接收能力较强;反之,则意味着较少的就业机会和较低的薪资水平。

目前,国内大学生的就业去向,从地理区域上看,京津地区、东南沿海和珠三角地区是绝大多数大学生的求职目的地,而广阔的西部不在其视域范围内。

考察经济环境需要充分考虑经济周期的变化,在经济萧条期,就业率较低,工作比较难找,大学生们应该首先调整自己的认知,认清形势,一方面充分提升自己的知识、能力储备,一方面也要降低自己的一些要求,结合自己的职业规划,注重职位的发展前景。

在《世界是平的》一书中,作者托马斯·弗里德曼告诉我们全球的资本、技术和信息正在超越国界地结合,这种结合创造了或正在创造着一个单一的大工厂——全球工厂。在这个大工厂中,中国是什么样的位置,是管理部门、生产部门,还是兼而有之?这些都是我们就业的大背景。全球化告诉我们学习世界通用的沟通工具还是非常有必要的,全球化告诉我们劳动力市场也是全球化的,所以竞争势必激烈,大学生必须要有别人所没有的特质,才能在职场中独占鳌头。

3. 社会环境

各个文化背景下的大学生对于自己的择业需求也不一样。虽然计划分配、精英大学教育已慢慢步入历史,但是社会上仍然有这样的意识——大学生是“皇帝女儿不愁嫁”。另外,中国传统文化中的“面子”问题仍然悄悄地盘桓在人们的思想中。这些思想意识导致,不管是外地生还是本地生,一律要去大城市、沿海地区,要当白领。

地区文化、学校传统、亲朋好友、老师、家长等大学毕业生所处的外界社会环境,也对大学生就业行为产生极大的影响,尤其是前两者对应届大学毕业生的影响更为显著,更容易使大学毕业生形成一种集体行为模式,比如进外资企业、考研、出国等。所以我们希望学校乃至社会各个层面应该共同帮助毕业生形成这样的观点,即放低就业姿态,提高人生目标,将职业看成形成自我的方式;不求一步到位,终身不变,而要根据人生所处的阶段、状态,做出相应的调整。

4. 供求状况

近年来国内人才市场需求的基本情况:

(1) 从总体来看,大学毕业生供过于求。从高校扩招以来,每年应届毕业生数量巨大,2003年全国应届大学毕业生为212万人,2004年为280万人,2005年为300多万人,2008年更是达到了600多万人。2006年、2007年应届大学毕业生的就业率平均为70%左右,经济发展水平较低的西部城市更低,意味着有30%左右的应届大学

毕业生进入了下一届大学毕业生的求职队伍中。大学毕业生首次就业率的水平在一定程度上反映了职业市场供求的基本情况,70%的就业率表明了大学毕业生就业的严峻形势。

(2) 随着我国产业结构和经济结构的调整,国有经济在国民经济中的比例不断下降,国有企业对人才的需求呈下降趋势,且民营企业对人才的需求不稳定。有关资料表明,2000年国有企业下岗职工为500万—600万人,加上1999年的下岗职工,下岗职工人数近1 000万人。国有企业对应届大学毕业生的吸纳能力大幅度下降,而民营企业的发展虽然呈上升趋势,但对大学、中专毕业生的吸纳能力上升速度有限,而且需求缺乏稳定性。

此外,由于区域经济发展不平衡,西部经济欠发达地区的经济发展状况对就业岗位的提供缺乏强有力的支持,而求职者数量远大于就业岗位的提供量。

(3) 社会对大学毕业生的需求结构和需求层次明显不利于毕业生的就业。首先,企业对人才的高消费现象十分明显。对于专科学生,稍有规模的企业基本持排斥态度,企业对人才的需求重心上移,主要以接收本科生以上的毕业生为主。其次,由于专业设置跟不上时代的变化,许多专业的毕业生社会需求下降,企业对毕业生的需求结构与毕业生的供应结构不对称。

从上述情况我们可以看到职场竞争的严峻形势,求职者应清醒地认识到竞争的激烈性,量体裁衣,适当降低就业期望值,先就业,后择业。

第三节 我选择做什么? ——我决定我的决定

通过以上信息,大家已经全面了解了自已,同时也充分了解了如果要就业必须掌握的相关信息,即已经做到知己知彼。那么,剩下的就是抉择了——选择一个符合现实、又能充分发挥自己专长的目标。具体应怎样作出选择呢?选择时要注意哪些方面呢?以下为大家逐个分析。

一、运用SWOT分析法

我们经常在课题、项目中运用到SWOT分析,其实它也是我们的职业规划

优势 Strength	弱势 Weaknesses	自身条件
机会 Opportunities	威胁 Threats	
		外部环境