



励志丛书
LIZHICONGSHU

求职的技巧 学会



夏阳◎编

新疆美术摄影出版社

励志丛书 / 文昊◎主编

学会求职的技巧

夏阳◎编

新疆美术摄影出版社

图书在版编目(CIP)数据

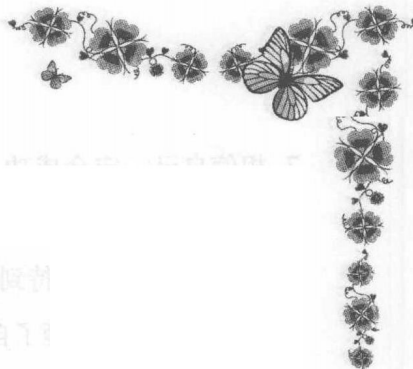
学会求职的技巧 / 夏阳编. — 乌鲁木齐 : 新疆
美术摄影出版社, 2010.9
ISBN 978-7-5469-1196-0
(励志丛书)

I. ①学… II. ①夏… III. ①职业选择-基本知识
IV. ①C913.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 184476 号

励志丛书 / 文昊◎主编
学会求职的技巧 / 夏阳◎编

策 划 于文胜
责任编辑 何莉萍
出版发行 新疆美术摄影出版社(乌鲁木齐市西北路 1085 号) 邮编:830000
北京办事处 电话:010-61286493 传真:010-61284117
经 销 新华书店
印 刷 三河市燕春印务有限公司
开 本 787 × 1 092 毫米 1/16
印 张 13
版 次 2010 年 9 月第 1 版
印 次 2010 年 12 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5469-1196-0
定 价 26.00 元



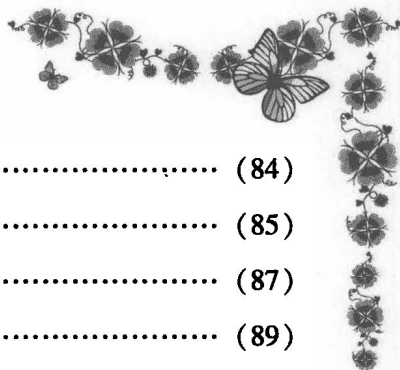
目 录

目 录

第一章 专家解读求职之道	(1)
1. 盘点自己，量力而行	(1)
2. 盘点个人的能力	(2)
3. 盘点个人的技能	(3)
4. 综合评价自己的职业发展方向	(4)
5. 就业是一件很有意义的工作	(5)
6. 顺利就业的重要保证	(7)
7. 就业的基本程序	(9)
8. 树立新的就业观念	(10)
9. 调适就业心理	(16)
10. 成功自荐有高招	(20)
11. 成功面试有高招	(23)
第二章 职场生存靠自己	(35)
1. 职场不相信“怀才不遇”	(35)
2. 忍耐是职场的必修课	(37)
3. 目标让你在职场上走得更远	(38)
4. 每个人都必须从最底层做起	(40)
5. 独特的推销让你成功了一半	(42)
6. 千万别入错行	(43)



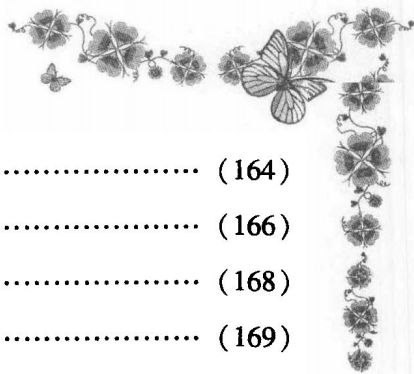
7. 相信自己一定会成功	(44)
8. 诚实守信是职场最好的品德	(46)
9. 职场需要一颗坚持到底的恒心	(47)
10. 不负责任等于砸了自己的饭碗	(48)
11. 一定要驱除内心的恐惧	(49)
12. 艰难困苦是职场的一笔财富	(50)
13. 别让自卑捆住手脚	(53)
14. 不要为打翻的牛奶哭泣	(54)
15. 把喜怒哀乐放进口袋里	(55)
16. 懦弱的人将一事无成	(57)
17. 不能超越自己，便无法超越别人	(58)
第三章 工作的态度决定你的未来	(60)
1. 把工作当成人生的乐趣	(60)
2. 敬业让你出类拔萃	(62)
3. 热忱是你“内心的神”	(63)
4. 像老黄牛一样脚踏实地工作	(66)
5. 成为公司最赚钱的员工	(68)
6. 不必为工作而疯狂	(69)
7. 对工作切勿草率行事	(71)
8. 灵活积极地工作	(73)
9. 不要把情绪带到工作中	(75)
10. 做工作要分清轻重缓急	(76)
11. 勇于打破常规，不可泥古不化	(78)
12. 有了计划立即行动	(80)
13. 潜心谋划自己的行动方案	(82)



14. 工作中没有私人时间	(84)
15. 像对待工作一样承担分外任务	(85)
16. 工作勤恳主动, 不计较得失	(87)
17. 虚心听取别人的意见	(89)
18. 不断学习是最佳的工作保障	(90)
第四章 忠诚是给上司最好的礼物	(92)
1. 忠诚的品德比金子还珍贵	(92)
2. 学会欣赏你的老板	(94)
3. 敢于为老板独当一面	(96)
4. 要主动与老板沟通	(97)
5. 笑脸欢迎新上司	(100)
6. 不要在上司面前“锋芒毕露”	(102)
7. 向老板汇报工作要讲技巧	(103)
8. 与上司说话要有分寸	(105)
9. 不要泄漏公司的机密	(107)
10. 不要当众让老板下不了台	(109)
11. 及时向老板提出建议	(110)
12. 慎重行事少越级	(111)
13. 关键时刻为上司“补台”	(113)
14. 红花要让上司戴	(115)
15. 切忌在同事面前批评上司	(117)
16. 巧妙迎合女性上司	(119)
17. 两位上司有矛盾如何相处	(120)
18. 恭维上司要讲究策略	(121)
19. 不必强求老板兑现所有诺言	(123)



20. 受上司冷遇时, 你的心不能冷	(124)
21. 学会向上司巧妙进言	(126)
第五章 职场左右逢源的学问	(129)
1. 不善合作注定失败	(129)
2. 独享荣耀害处大	(131)
3. 微笑让你锦上添花	(133)
4. 从别人的批评中获益	(134)
5. 别吝啬你的赞美	(137)
6. 别人的疮疤揭不得	(138)
7. 对合作者不能求全责备	(140)
8. 职场交友要有弹性	(141)
9. 为人不妨装装傻	(143)
10. 多结交比自己优秀的人	(145)
11. 给心灵一点空间	(147)
12. 以真诚面对同事的刁难	(148)
13. 学会拒绝	(150)
14. 学会“打太极”	(152)
15. 同事间不要有经济纠纷	(154)
16. 遇事要留有余地	(155)
17. 不要搬弄是非	(157)
18. 谨防突然升温的友情	(158)
19. 让别人欠你一个人情	(160)
20. 礼尚往来有技巧	(161)
21. 恶性竞争不如互补合作	(163)
第六章 职场如鱼得水的智慧	(164)



1. 随意跳槽是人生的最大浪费	(164)
2. 好马也吃回头草	(166)
3. 他山之石可以攻玉	(168)
4. 不要小瞧“二把手”	(169)
5. 千万不要加入小帮派	(170)
6. 职场上不要随便揽责任	(172)
7. 脸皮不妨厚一点	(174)
8. 像弹簧一样伸缩自如	(176)
9. “该出手时就出手”	(178)
10. 不要“一条道走到黑”	(180)
11. 不要贬低以前的老板和公司	(182)
12. 留一点毛病让上司挑	(183)
13. 不要和上司称兄道弟	(185)
14. 轻易别做“出头鸟”	(185)
15. 成功在于更多智慧，而不是更多辛苦	(187)
16. 不要为自己留退路	(189)
17. 远处着眼，近处着手	(191)
18. 坚持最后五分钟	(193)
19. 避开晋升的暗礁	(195)
20. 看淡职场的起起落落	(196)



第一章 专家解读求职之道



1. 盘点自己，量力而行

一个人如果清楚地知道了自己想做什么、能做什么、适合做什么，就一定能够找到适合自己的人生舞台，并在相应的舞台上演绎快乐的职业人生。

一生的职业发展的每一个阶段都应该量力而行。在力所能及的范围内，适当确定较高的职业目标，少走弯路，减少挫折，奋勇向前，才能够赢得富足快乐的人生。

一个人不考虑自己实际情况就盲目地确定职业目标，不会对个人的职业发展产生太大的、有价值的积极作用。相反，还可能产生一些不利影响。

一个智力平平的人，一门心思要去做一个牛顿、爱因斯坦式的大科学家，那么在他为此而苦苦奋斗的历程中会有一系列的挫折和沮丧。

一个智力正常、身体强健的人，不思学习进取、求职谋生，而只想寄人篱下，依靠施舍、救济度日，则失去人生的意义。

量力而行，就要对自己进行认真的盘点。要评估自己的能力，测定个人的兴趣爱好，了解自己的性格气质类型，做出综合判断，在此基础

上，确定适当的目标，勇敢前行。

盘点自己，广义地讲，是对自己有着全面、客观的认识，包括人生追求、价值取向、生理特征、个性特点、学习背景、能力水平等各个方面。

狭义地讲，盘点自己，主要是对个人的兴趣爱好、职业能力及性格气质等进行评估了解，确定自己目前的情况，找到适合个人的职业定位及职业发展方向。

盘点自己主要包含以下几方面：

- (1) 评估职业能力倾向。
- (2) 测定职业兴趣爱好。
- (3) 了解性格和气质特点。
- (4) 找出擅长的技能。



2. 盘点个人的能力

人的能力往往通过具体的活动才能得到认识和评价。

从小开始，人就在不断的活动中培养和表现着自己的能力。曹冲称象，司马光砸缸救人，莫扎特6岁演奏钢琴曲，都是些能力早露的典型例子。

能力的早期培养和发现非常重要。由于孩童发展潜力很模糊，因此需要通过不同活动的探索，逐步加以明晰。为此，许多家长在早期教育方面进行了全方位的探索，如学习乐器、声乐、舞蹈、体育技能（如武术、羽毛球、乒乓球等）、绘画，甚至学习外语等等，期望发现孩子的能力与优势，培养孩子的特长。

一般来说，能力的作用不是独立的，对能力的积极自我评估会影响到人从事活动的动力。

如果某个学生口头表达能力强，他就会喜欢从事演讲、辩论、交往、写作、语文等方面的活动，在这些活动中，一方面加强了口头表达能力，同时还增加了自己的信心，形成良性循环。如果一个人在特定领域能力比较差，即使努力，也很难有理想的表现，他对自己能力的评估就会降低，最终变得不喜欢这类活动。

每个人都有一些与生俱来的本领，其中的一些我们能在工作中用到，另一些只有在我们不工作时才会显示出来或者根本没有机会表露。有时候，我们最拿手的技能常常在工作的范围之外。

你的天赋是什么？能否将它们应用到工作中？你是否想把它们应用于工作中？你能想到其他你所拥有的能力吗？

能力在职业选择和职业发展中占有非常重要的地位。一个人如果没有经常评估个人能力的习惯或从未认真盘点过个人的能力，那么不论现在处于什么样的人生发展阶段，都应该认真地开始盘点个人能力，并形成定期盘点的习惯，比如半年或一年盘点一次。



3. 盘点个人的技能

技能实际上就是个人的兴趣爱好及能力与具体事物相结合，形成的个人可以重复运用或熟练运用的动作或操作，这种操作包含脑力和体力两个方面。技能是实践与创造的结晶，是个人实力的重要体现，是职业发展的推进器。

技能分为基本技能和专业技能。基本技能通用性强，是专业技能发



展的基础。专业技能是经过一定学习训练，在一定的基本技能基础上发展起来的，它是胜任相应专业工作的必要条件。

专业技能是具有较强的专业或职业指向性的技能，基本技能之外的各种技能都可以看作专业技能。

梳理个人的专业技能，主要通过对个人的学习、生活、社会实践等方面经历的分析与回顾来进行，其他经历也能形成一些独特的专业技能。经过这样的梳理，你会有一张长长的专业技能清单，你会发现你实际能干的事情很多。



4. 综合评价自己的职业发展方向

(1) 将自己的条件进行整合。

原则上按照能力、兴趣爱好、技能、性格、气质的权重比例，通过分析进行整合。牢记个人相对优势的类型。

(2) 客观评价自己的能力水平，合理定位。

重点评价个人能力水平在同龄人群中的高低，并与能够接受较高层次的教育的人数比例相比较。

例如，一个人所处的社会环境中初中升高中的比例为三分之二，高中升大学的比例为二分之一，而这个人在同龄人群中恰在中游。很明显，他可以很容易地升入高中（位于中游，处在可升高中的三分之二人群内），但却较难升入大学。他的职业方向应建立在高中以上学历的职位上，想取得大学学历的职位，他必须更加勤奋，并在某方面有突出表现。

一个人只有对个人的能力水平科学测评，合理定位，量力而行，才

能获得较好的发展结果。力所不及，徒劳无益。而不费力就可以较易实现，则能力必然退化，人生定无大的成就。

(3) 寻找有良好前景的职业发展方向。

以自我职业为起点，首先寻找职位需求量明显大于求职者数量的职业。从学业、专业的学习开始准备。

(4) 发现有竞争力的职业发展方向。

沿着个人在社会人群中较为突出的方面寻找发展方向。它不一定是个人能力最强的方向，你强别人可能更强。

(5) 排除最不利的职业方向。

最不利的方向常常是：最热门的方向，需求很少的职业，会被新技术淘汰的职业。但并不一定是你能力最差的职业方向。

(6) 保护并发展个人优势的方向。

优势的方向就是自己各方面相对最强的方面。在同等条件下，应该优先发展这些方面。

(7) 按前述优先顺序，确定发展方向，理清自我。

(8) 找出目前的优势和不足，不断提高竞争力。



5. 就业是一件很有意义的工作

(1) 就业的概念

就业就是找到社会承认的、能够通过个人付出而取得相应报酬的工作。就业就是找到个人能够从事的职业并被职业接纳。

就业概念的实质内涵主要有三个方面：

①就业应得到社会承认 没有得到社会承认的其他挣钱方式不算就



业。例如非法交易、贩毒、走私等。

②就业要有个人付出 这种付出可以是体力的、智力的或其他方面的，个人付出是获取报酬的前提。

③就业必须获得经济收入 获得就业经济收入是就业者的合法权益，没有收入就不算就业。

(2) 就业是一件有意义的工作

工作与职业是两个不同的概念。

职业是稳定的、有经济收入的专门类别的社会劳动，职业是一种谋生的手段，获取经济报酬是职业的核心功能之一。

工作可以获得收入，但工作更重要的是实现自己应负的责任、义务和实践个人的信念。

每个人都有一些崇高的工作体验：例如义务为残疾人服务，志愿为维护人类生存环境做宣传，义务植树，为贫困山区的孩子义务教学，帮助失学儿童募集学习费用，向贫困地区义务传授知识、技术等等。这些工作虽然没有任何报酬，甚至还要付出许多，但却使人感觉到很充实、很高尚，感觉到生命的意义，这种工作体验要比大多数职业体验更充实、更快乐。

一个人不仅要有职业，更要有工作，职业使人获得生活保障，工作使人更接近实现自己。

不论是对社会还是个人，就业都是一件很有意义的工作。

就业是一件很有意义的工作，因为它与世界的发展、稳定、和平息息相关；还因为就业是民生之本，关系着人民生活水平的提高，关系着国家的长治久安。

第一次就业标志着个人职业发展的开始，代表着个人一生职业发展

的起点，意味着个人开始用自己的才识学问为社会做贡献，表明个人开始稳定地获取职业报酬、成为一个经济上独立的社会公民。

就业是对个人的考验，就业的方式反映着个人生活的方式。

把就业本身作为一件崇高的、有意义的工作去完成，与把就业当做挣钱的事情去做，会产生截然不同的感受和结果。



6. 顺利就业的重要保证

顺利实现就业要有一定的条件保证，以下几个条件有利于个人顺利就业：

(1) 良好的就业态度。

把就业作为一件崇高的、有意义的工作。

(2) 与时俱进的就业意识和观念。

强化竞争意识，走出观念误区，使理想与现实有效结合。

(3) 了解就业政策。

政策是规则，要做什么样的事情，就必须了解相关的规则。

只有训练自己掌握好游戏的规则，才会尽可能多地在游戏中取胜。

(4) 调适就业心理。

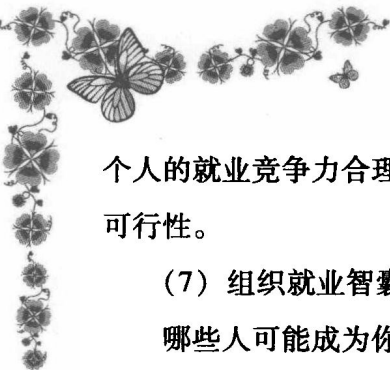
克服心理障碍，走出心理误区，保持良好的就业心态。

(5) 健康协调的身体。

精神饱满，体力充沛，活力四射，仪态潇洒，是展现自己、打动别人的利器。

(6) 确定合理的就业目标。

就业目标必须在探索职业的基础上，更多地考虑目前的就业形势和



个人的就业竞争力合理地制定。就业目标一定要简明具体，具有较强的可行性。

(7) 组织就业智囊团。

哪些人可能成为你的就业智囊团或你的就业参谋呢？以下人选可供参考：家庭成员；同学、朋友、同事或曾经合作过的人；专业的教师 and 已工作的校友；专业咨询服务机构；与你择业意向有关的专业人士或人力资源工作人员。

是否能使智囊团发挥作用，主要取决于你个人。不可能所有的人对各种问题都十分熟悉，但你必须知道你遇到的核心问题是什么，谁能帮助你参谋、出主意解决这一问题。你还必须与智囊团成员建立有效的联系机制。欲使智囊团发挥有效作用，个人应注意以下几点：

①坚定自己为主的信念。

一般来讲，别人不可能为你包办一切，别人只是参谋，提建议，出主意，行动必须依靠自己，切忌凡事要求为你提建议的人做出承诺或付出过分行动，除非对方自愿。

②建立有效的联络与互动机制。

在必要时能及时联络，并很快采取行动，抓住机遇。

③有针对性的咨询。

抓住问题的核心，尽可能找到能够解决该问题的核心成员或专家以获取信息和建议。

④以核心成员为主，注意外延扩展。

抓住可能利用的各种有效帮助，实现个人的就业目标。



7. 就业的基本程序

就业的基本程序有就业准备、制订就业计划、收集就业信息、自荐、面试、签就业协议、领报到证和报到就业八个步骤。

(1) 就业准备。

就业准备分为长期准备和就业前准备。

长期准备主要是要认识自己，了解职业，做好专业学习与培训，并根据职业发展需要，积累优势的知识和技能等。

就业前的准备主要是了解当时的就业政策，根据个人的就业竞争力和社会就业竞争形势确定合理的就业目标，做好就业计划，调适就业心理与身体状况，学习就业方法技巧，处理好就业相关事务等。

(2) 制定就业计划。

制订就业计划，就是要把就业本身作为一项有意义的工作去完成，对这项工作的方方面面进行周密的安排布署，列出就业工作日程表。

(3) 收集就业信息。

学会收集就业信息的有效方法，收集对个人就业有价值的信息，为下一步自荐做准备。

(4) 自荐。

向初选的目标单位推荐自己。自荐的核心目的就是获得面试的机会。有时自荐过程往往与面试过程合二为一。

(5) 面试。

学习面试方法，了解面试的类型，在面试中把握成功的机会，面试的核心目标是获得主试人员的认可，获得签就业协议的通行证。