

JIUYE NENGLI YU CHUANGYE ZHUNBEI



就业能力 与创业准备

主 编/刘小云

副主编/吴 咏 詹彩霞

你想知道如何规划你的职场未来吗?

你想不“毕业就失业”吗?

你想找个好工作吗?

作为职场菜鸟,你想成功创业吗?

那么,请从这里开始!



华中科技大学出版社

<http://www.hustp.com>

就业能力 与创业准备

主 编/刘小云

副主编/吴 咏 詹彩霞

JIUYE NENGLI
YU CHUANGYE ZHUNBEI

你想知道如何规划你的职场未来吗?

你想不“毕业就失业”吗?

你想找个好工作吗?

作为职场菜鸟,你想成功创业吗?

那么,请从这里开始!



华中科技大学出版社

<http://www.hustp.com>

中国·武汉

图书在版编目(CIP)数据

就业能力与创业准备/刘小云主编. —武汉:华中科技大学出版社,2014.11
ISBN 978-7-5680-0528-9

I. ①就… II. ①刘… III. ①职业选择 IV. ①C913.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 275439 号

就业能力与创业准备

刘小云 主编

策划编辑:何 赟

责任编辑:华竞芳

封面设计:李 嫒

责任校对:何 欢

责任监印:张正林

出版发行:华中科技大学出版社(中国·武汉)

武昌喻家山 邮编:430074 电话:(027)81321915

录 排:华中科技大学惠友文印中心

印 刷:武汉鑫昶文化有限公司

开 本:787mm×1092mm 1/16

印 张:13.5

字 数:341 千字

版 次:2015 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

定 价:29.00 元



本书若有印装质量问题,请向出版社营销中心调换
全国免费服务热线:400-6679-118 竭诚为您服务
版权所有 侵权必究

前言

PREFACE

近年来,国家通过创建国家中等职业教育改革发展示范学校、建立一体化教学改革试点单位等强有力措施,在全国技工院校推行一体化课程体系改革。一体化教学改革的核心就是要培养和提高学生综合职业能力和素养,而本书的宗旨也在于此。

本书以行动导向教学法为基础,分为就业能力和创业准备两大模块。就业能力模块涵盖六个项目,即职业生涯规划、就业准备、求职准备、网络求职、面试应对和入职,重点培养学生职业生涯规划意识,让其了解在实际就业过程中应该注意的问题和应该掌握的技巧,如面试的常见问题、求职过程中的维权问题、简历制作技巧、面试技巧等。创业准备模块涵盖三个项目,即创业机会寻找、创业实施、创业管理,在这个模块中,主要通过大量的学生创业案例分析、创业实训练习,激发学生的创业热情,引导学生进行科学创业。

在本书中,每一个项目都由几个任务组成。为了圆满完成每一个任务,在每个任务中,都会有所要达到的能力目标、相应的能力训练和案例分析,同时,为了帮助深入浅出地理解该任务中的理论知识,以及帮助学生进行课外拓展,每个任务中还附有非常实用的“信息链接”,希望这些“信息链接”对学生有所启发。

本书的创新之处在于以一体化教学为写作基础,充分考虑项目教学法、案例教学法、情景教学法等教学方法在实际教学中的运用。通过具体方法的介绍和实际案例的分析,指导技工院校学生进行就业与创业。本书不仅强调学生要获得理论知识,树立正确的就业观,更为重要的是强调学生要掌握就业所需要的实际技能:通过案例分析、模拟面试等提高学生的表达能力和面试能力;通过简历的制作、网上求职的操作使学生对求职有最直观的了解;通过模拟签订劳动合同使学生既懂得如何签订劳动合同,也了解《中华人民共和国劳动合同法》等最常用的法律知识;通过市场的调查、创业规划书的撰写懂得创业的复杂与不易,等等。总而言之,本书理念先进、体例新颖、内容丰富,最重要的是,本书非常具有实用性、针对性,具有很强的应用价值,可以作为学生的就业指南。

本书还可供技工院校就业和创业相关课程的授课教师、就业部门工作人员及相关教育工作者阅读和参考。

编者

2014年7月25日

目录

CONTENTS

模块一 就业能力	1
项目一 职业生涯规划	2
任务1 了解职业生涯规划,树立生涯规划意识	2
任务2 掌握职业生涯规划的常用技术,并进行自我认知	6
任务3 职业兴趣测评	13
任务4 制订职业生涯规划	20
项目二 就业准备	29
任务1 树立正确的就业观念	29
任务2 知识和能力的储备	34
任务3 调适就业心理	40
项目三 求职准备	45
任务1 了解技校生就业的优惠政策	46
任务2 收集和管理就业信息	49
任务3 填写毕业生推荐表	52
任务4 制作个人简历	56
任务5 撰写求职信	63
项目四 网络求职	67
任务1 制作电子简历	67
任务2 网上投简历	71
项目五 面试应对	76
任务1 面试前的准备	76
任务2 面试常见问题及技巧	82
任务3 模拟面试	91
项目六 入职	100
任务1 知法、用法	101
任务2 签订劳动合同	106
任务3 知晓社会保险法	111
任务4 角色转换,适应社会	118
模块二 创业准备	125
项目一 寻找创业机会	126

任务 1 了解自己的创业优势	126
任务 2 进行创业调研	132
任务 3 选择创业项目	138
任务 4 撰写创业计划书	143
项目二 创业实施	152
任务 1 筹集资金	152
任务 2 组建创业团队	157
任务 3 确定公司名称	162
任务 4 确定公司地址	165
任务 5 依法注册登记	171
项目三 创业管理	174
任务 1 人力资源的管理	174
任务 2 小企业财务管理	178
任务 3 运营管理	182
任务 4 风险管理	190
附录	195
参考文献	208

模块一

就业能力



JIUYE NENGLI
YU CHUANGYE
ZHUNBEI

项目一 职业生涯规划

哈佛大学曾经对一群智力、学历、环境等方面相似的大学生进行职业目标调查。第一次调查的结果显示:27%的人没有目标;60%的人目标不明确;10%的人目标明确,但不够长远;3%的人目标清晰而长远。25年后,哈佛大学对这群学生进行了第二次调查,结果表明:那些目标清晰而长远的3%的人在目标的指引下,不断积极进取,已成为各行各业的精英人物;那些目标明确但不够长远的10%的人,短期目标都先后得到实现,在某一领域取得了不小的成就,大都生活在社会的中上层;那些目标不明确的60%的人在某一领域没有突出的表现,尚能维持平稳的生活,处于社会中下层;而那些没有目标的27%的人一生碌碌无为,得过且过,处于社会的下层,时常抱怨社会的不公。可见,明确的职业目标对人生成就有着非常重要的影响。职业生涯规划,你规划了吗?

通过本章的学习,你将能够:

- (1) 明确认知职业生涯规划;
- (2) 掌握进行职业生涯规划的方法;
- (3) 明确自己的职业兴趣;
- (4) 制订自己的职业生涯规划方案。

任务1 了解职业生涯规划,树立生涯规划意识

任务导入

音乐之路

有一个叫谭盾的年轻人,非常喜欢拉小提琴,背井离乡来到美国,想寻求更好的发展机会。但初到美国时,为了维持生计,他必须到街头拉小提琴赚钱。一个幸运的机会,谭盾认识了一个黑人琴手,并与他一起争到了一个最能赚钱的好地盘——一家商业银行的门口,人流不断。过了一段时间,谭盾卖艺赚了一些钱,就和黑人琴手告别,因为他一直想进入音乐大学进修,在那里拜师学艺,和琴艺高手相互切磋。

10年之后,有一天,谭盾路过原来卖艺的商业银行门口,碰到昔日一起卖艺的黑人琴手。黑人琴手上来和谭盾打招呼:“好兄弟,好久不见,你现在在哪里拉琴啊?”谭盾回答了一个非常有名的音乐厅名字,而黑人琴手反问道:“那家音乐厅的门口也是个好地盘,很能赚钱吗?”谭盾听后没有明说,只是淡淡地回答:“还好啦,生意还不错。”其实此时谭盾已经是国际知名的音乐家,经常应邀在非常著名的音乐厅登台演出。

为什么10年前谭盾和黑人琴手一起在街头卖艺,而10年后两人的际遇却截然不同?原因就在于黑人琴手把拉琴作为谋生的全部手段,他每天想的就是能不能找到一个更好的位置去多赚一点钱,而谭盾却有着自己明确的发展目标,绝不因卖艺赚到一些钱而阻碍自己前进的脚步,而是将这些钱用于自身的职业发展。如果不是有明确的发展目标,想必10年后谭盾和黑人琴手仍会一起在街头卖艺吧!由此可见,职业生涯发展目标对一个人的成就是何其重要。

同学们,当你们即将完成学业,走向社会,踏上职场的时候,你们为自己的职业生涯做好规划和准备了吗?职场中有句名言:“你今天站在哪里并不重要,但是你下一步迈向哪里却很重

要。”成功的人生需要正确的规划,合理规划自己的职业生涯,是每位毕业生迈向成功人生的第一步。

能力目标

- (1) 了解职业生涯规划。
- (2) 激发自身的职业生涯规划意识。

理论知识

一、什么是职业生涯规划

职业生涯规划就是在对自我和职业世界认知的基础上,根据自己的能力、兴趣、性格、价值观,结合社会环境,对将来要从事的职业以及要达到的职业目标做出方向性的选择,并制订出实现目标的可行性实施方案。对职业生涯进行规划,就是为自己的未来绘制一幅美好的图画。

职业生涯规划涉及两个方面的内容:第一,个人对人生理想、职业价值观、兴趣爱好、个性特征、能力状况等主体方面的认识;第二,个人对其一生中职业发展、职业变迁及工作理想实现过程的设计。

二、职业生涯规划的作用

(一) 职业生涯规划有利于技校(技工院校的简称)生尽早明确自我人生目标

许多同学每天似乎都很忙,但其实内心充满困惑、迷茫,不知将来何去何从,归根结底,这是因为他们没有奋斗的方向和目标。只有在发现和确定了人生奋斗的大目标之后,围绕这个中心,我们平常的行为才会更有效率和价值。而进行职业生涯规划有利于确定人生的奋斗目标,职业生涯规划为我们的人生之旅设定了方向,指引我们走向成功。

(二) 职业生涯规划有利于自我定位

职业生涯规划的重要前提是认识自我,只有认识自我、了解自我,才能有针对性地明确职业方向,而不盲目。认识自我是对自我深层次的解剖,了解自己能力的大小,明确自己的优势和劣势,根据过去的经验、经历,选择未来可能的工作方向,从而彻底解决“我想干什么”和“我能干什么”的问题。在此基础上,通过了解行业的特性、所需的能力、就业渠道、工作内容、工作发展前景、行业的薪资待遇等外部环境,理性地确定自己所具备的资本。这是人生所有规划和行动得以成功的基本依据,正所谓“知己知彼,百战不殆”。

(三) 职业生涯规划有利于自我觉醒

由于一直以来我国职业生涯规划教育的落后,在校学生对职业问题的认识普遍很浅薄,没有意识到几年的校园学习是今后从事某一职业的积累和准备阶段。因此,有的学生进入学校之后就失去了未来生活的目标,也失去了学习的动力,以致整天无所事事,更有甚者,沉溺于网络游戏之中不能自拔。职业生涯规划将给学生灌输职业的概念以及有关职业的知识,促使同学们去思考将来成为一名职业人所需的能力和素质,有目的地增长某方面的知识,增加学习动力。

职场到处充满着激烈的竞争。技校生要充分认识到职业生涯规划的意义与重要性,未雨绸缪,做好自己的职业生涯规划。有了清晰的认识与明确的目标之后,再把求职活动付诸实践,这样才能达到事半功倍的效果。

案例分析

技术是我一生的路

邹红明 1998 年毕业于某技工学校电工专业,在学校推荐下到东莞一灯饰公司工作,一晃 12 年。和所有毕业生一样,邹红明也是从生产车间的普工做起的。当普工非常辛苦,车间里夏天酷热难耐,两天后,同批进厂的同学走掉了一半,但他挺下来了,冲床、拉伸、抽牙、钳工、车工、机械加工,这些在学校已经学习了的技能在岗位上得到充分的锻炼和提高,半年后他升任校模师傅,不但带徒弟,还协助车间主任指导生产。2007 年,该公司要开发一款新灯,最初设计的工艺流程很复杂,对新灯设计流程非常熟悉的邹红明发现,这个流程不但耗材,坏品率也高。于是,他大胆建议,把焊接、抛光、电镀等各个环节拆开来生产,最后再安装。那款新灯按照他的建议生产出来,的确达到了降低成本、提高生产效率的效果。此后,邹红明还几次提出节约成本、提高生产效率的好方法,都被公司采用了,他在一次次的发现、思考、提出建议中绽放光芒,并从生产一线调入公司的龙头部门工程部任工程师——一个本是大学生云集的地方,他一个技校生硬是挤进去了。来自偏远农村的邹红明,工作 2 年后还清了读书时的欠款,每年还往家里寄钱。“虽是技校毕业,但我已能独当一面,村里人听说我读技校也能做工程师,也动员自己的孩子去读技校。”他说。对于 12 年的工作经历,邹红明的总结是:初出校门的技校生,要脚踏实地,做自己能做的,而不是做自己想做的,工作再辛苦,也不要轻易放弃,机会总是留给有准备的人。

实训活动一

激发职业生涯规划意识

小游戏——你要做哪类人？

有一棵大树,在树下的不同部位分别有七个人,代表了七类不同的人,思考一下自己要做哪类人。

- (1) 在大树底下睡大觉。
- (2) 从大树根往上爬。
- (3) 通过梯子往上爬。
- (4) 自己在爬树时还拽着一个人。
- (5) 被拽的人。
- (6) 在树上睡大觉。
- (7) 在树上看风景。

如果你做好了选择,就请看看以下的分析(见表 1-1)吧！

表 1-1 游戏结果分析

选 择	分 析
在大树底下睡大觉	坐享其成,不能把握自己
从大树根往上爬	认真、仔细、踏实,靠自己的辛勤劳动努力争取
通过梯子往上爬	喜欢走人生捷径,聪明但含有危险
自己在爬树时还拽着一个人	有能力,看重合作,处于主动领导地位,但不顾别人的感受,强加于人
被拽的人	依赖别人,希望别人能帮自己

续表

选 择	分 析
在树上睡大觉	人生已走过一段,取得了一定的成功,可以休息了
在树上看风景	取得成功后开始新的迷茫

在技工院校里,这七类人都存在。你现在属于哪一类并不重要,重要的是你开始明白自己要做什么一类人,开始主动思考自己的职业生涯规划。

实训活动二

请认真思考,并针对以下问题写出答案。

- (1) 你希望自己在工作方面如何发展?
- (2) 你希望如何度过在校的几年时间?
- (3) 你愿意为自己的职业生涯规划吗?

实训活动三

职业生涯规划人物访谈

要求:请根据你的目标职业对有关职业生涯规划人物进行访谈,并撰写一份 600~800 字的调查报告。

问卷参考样本:职业生涯规划人物访谈问卷

一、被访人基本资料

姓名: _____
 性别: _____
 所读大学和毕业时间: _____
 所读专业: _____
 现工作单位: _____
 工作岗位: _____
 办公电话: _____
 QQ: _____
 手机: _____
 E-mail: _____

二、访谈内容

(1) 您是通过什么渠道获得这份工作的? 您目前的职位是什么? 您是如何获得这个职位的?

(2) 对于这份工作,您最喜欢的是什么? 最不喜欢的又是什么? 这些对您的生活有什么样的影响?

(3) 在这份工作中,您通常每天都做些什么? 会遇到什么样的困难? 您是如何解决的?

(4) 这种职业需要工作者有什么样的技能? 职业要求和职责是什么? 哪些性格的人比较适合选择这种职业?

- (5) 目前这一行业同类岗位的薪酬水平如何?
- (6) 这一职业的成长通道或升迁的状况如何?
- (7) 获得这个职位需要哪些培训和继续教育?
- (8) 您对您所在的行业有些什么样的看法?(如它的发展趋势、用人需求等。)
- (9) 我现在可以通过一些什么样的方式,提高哪些技能或素质,以便日后能进入这一行业?
- (10) 就您所知,我所学专业的学生可以进入哪些领域工作?
- (11) 您能给我一些学习或就业方面的建议吗?

.....

访谈时间: _____



【故事链接】

拼的就是坚持

十年,弹指一挥。刚近而立之年的林宏霖和吴振溪,从懵懂的技校毕业生已成长为企业的中层管理者。林宏霖和吴振溪两人同为广州市某高级技工学校畜牧兽医专业 2000 届毕业生。从毕业实习起,他们的历练从未离开过“皇上皇”(某公司简称)。从初出茅庐的质检员,到技术研究开发部主管,再到如今的生产管理部主管,其年岁也就二十七八,正值挥斥方遒之年。初到“皇上皇”是一段“痛并快乐”的日子。两个年轻小伙子每天似旋转的陀螺,在生产的每个岗位忙碌着,这种日子持续了近一年,他们也练就了一双发现质量问题的“火眼金睛”。其后,吴振溪调到技术研究开发部,林宏霖则跑业务。刚开始跑业务时,林宏霖碰了一个月的钉子。林宏霖给自己定下了一个目标:每个星期都要把自己的业务联系商场跑完,向所有联系点了解销售的情况。三个月,他足足瘦了 20 斤(1 斤=500 克),但也换来了良好的业绩。半年后,林宏霖升为销售部副主任。后来,由于工作需要,林宏霖调回技术研究开发部,和吴振溪一起开展研发工作。改进、改良、开发谈何容易,这无疑又是一道难以跨越但又必须跨过的坎儿。于是,两人下决心一起学习。他们主动加班,研究产品的口味、配料的口感,在无数次失败中获取宝贵的经验。2007 年,两人获得公司认可,被提升为生产管理部主管。“和高学历者相比,我们拼的就是能力,拼的就是坚持,拼的就是时间。”两人感叹不已。一路下来,他们不曾有半点松懈。

任务 2 掌握职业生涯规划常用技术,并进行自我认知



任务导入

对于许多学生来说,职业生涯规划也许是一个比较模糊的概念,因而就更谈不上对自己进行职业生涯规划了。对于职业生涯规划,并不像某些书上所说的那样深奥复杂,只要对自己有一定的认识,同时掌握一定的方法,每个人都能对自己进行职业规划,为自己的职业生涯发展绘制一幅蓝图。

关键的问题是:你了解自己吗?



能力目标

- (1) 熟悉 SWOT 分析法及 5W 归零思考法。
- (2) 自我认知:我们要认识自己的优缺点、了解自己的能力倾向等,为规划适合自己的、让

自己满意的职业生涯奠定基础。

理论知识

一、SWOT 分析法

SWOT 分析法是测试个人技能、能力、职业、喜好和职业机会的有效工具。其中 S 代表 strength(优势), W 代表 weakness(弱势, 或称劣势), O 代表 opportunity(机会), T 代表 threat(威胁)。S、W 是内部因素, O、T 是外部因素。通过该方法, 当事人很容易知道自己的优势和劣势, 从而仔细地评估自己感兴趣的职业道路的机会和威胁, 并且可以将这几种因素相互匹配起来进行全面、系统、准确的研究, 最后制订出发展战略和计划。

(一) 构建 SWOT 矩阵

1. 自身优势分析

与竞争对手相比自己最出色的地方, 包括以下几个方面:

- (1) 自身具备的竞争能力和优秀品质;
- (2) 具有竞争优势的教育背景;
- (3) 曾经拥有过的最宝贵的经历;
- (4) 广泛的个人关系网络。

2. 自身劣势分析

与竞争对手相比处于落后的方面, 包括以下几个方面:

- (1) 学习成绩一般或较差;
- (2) 负面的人格特征, 如害羞、性格暴躁、不善交际、缺乏自律等;
- (3) 以往失败的经验或能力的缺陷;
- (4) 缺乏目标, 且对自我的认识不足。

3. 机会分析

有利于职业选择和职业发展的外部积极因素, 包括以下几个方面:

- (1) 国家政府出台的相关政策支持;
- (2) 专业领域急需人才;
- (3) 职业道路选择带来的独特机会;
- (4) 社会舆论的宣传和肯定;
- (5) 亲朋好友的支持。

4. 威胁分析

外部环境中存在潜在危险的方面:

- (1) 职业指导咨询行业尚不规范;
- (2) 就业机会减少;
- (3) 同专业竞争人数的增加;
- (4) 专业领域发展前景不乐观;
- (5) 所选择的单位环境不利于自身的发展。

通过步步追问, 将以上分析得出的自身优势和劣势、外部的机会和威胁构建成一个完整、清晰的 SWOT 矩阵。

个体职业决策中的 SWOT 矩阵如表 1-2 所示。

表 1-2 个体职业决策中的 SWOT 矩阵

内部因素	优势(S),是指个体可控并可利用的内在积极因素,包括:①工作经验;②教育背景;③丰富的专业知识和技能;④特定的可转移技巧(如沟通、职业道德、团队合作、领导能力等);⑤人格特性(如职业道德、自我约束、承受工作压力的能力、创造性、乐观等);⑥广泛的个人关系网络;⑦在专业组织中的影响力	劣势(W),是指个体可控并努力改善的内在消极因素,包括:①缺乏工作经验;②学习成绩差或一般;③缺乏目标,且对自我的认识不足;④较差的领导能力、人际交往能力、沟通能力和团队合作能力;⑤较差的寻找工作的能力;⑥负面的人格特性(如职业道德较差、害羞、性格暴躁、缺乏自律、缺少工作动机等)
外部因素	机会(O),是指个体不可控但可以利用的外部积极因素,包括:①就业机会增加;②专业领域急需人才;③专业晋升的机会;④职业道路选择带来的独特机会;⑤地理位置的优势;⑥强大的关系网络	威胁(T),是指个体不可控但可以使其弱化的外部消极因素:①就业机会减少;②相同专业的毕业生带来的竞争;③具有丰富技能、经验、知识的竞争者;④名校毕业的竞争者;⑤专业领域发展有限

通过观察职业选择中的 SWOT 矩阵,你可以决定如何发挥自己各方面的优势,如何克服自身不足,如何把握有利的外部环境,如何规避不利的外部环境。

(二) 制订策略

在进行内外因素分析和构造个人 SWOT 矩阵之后,接下来就是运用系统分析法将优势、劣势、机会和威胁四项因素相互匹配起来加以排列组合,制订出适合自己的策略。这些策略包括以下几种。

1. 劣势和威胁组合而成的 WT 策略

劣势和威胁都是对自身发展的不利因素,将两者组合起来综合考虑,目的是使这些因素的作用都趋于最小。如自身工作经验不足,与同专业的大学毕业生竞争处于不利地位,那就有必要在以后多参加社会实践活动,多积累经验。

2. 劣势和机会组合而成的 WO 策略

将劣势和机会组合起来考虑的目的在于尽量将自身劣势的不利影响降到最小,将机会的作用发挥到最大。如你所在的学校在全国来说无法与那些名牌大学相比,这使得你在教育背景上处于劣势,但是学校没有名气并不代表你的能力不行,如果你的专业素质和实战技能足够好的话,面试官也会对你刮目相看。

3. 优势和威胁组合而成的 ST 策略

将优势和威胁组合起来考虑的目的在于尽量发挥个人的优势,减小外界环境威胁因素对自己职业发展的负面影响。例如,全球金融危机的爆发使得就业机会锐减,但并不是说实现就业的可能性为零,在这种情况下,如果你拥有广泛的关系网络,还是可以较为轻松地找到理想的工作的。

4. 优势和机会组合而成的 SO 策略

将优势和机会组合起来考虑的目的在于尽量使这两种因素的作用最大化。如你比较擅长计算机编程,今后可以继续强化这一优势,增强这方面的竞争实力。

(三) SWOT 分析结果的实际运用

在对自身的优势和劣势、外在威胁和机会进行系统分析的基础上制订的一系列策略,对于大学生的职业发展道路有很大的指导作用。下面将通过具体案例来详细阐述 SWOT 分析法在职业生涯规划中的运用。

陈灿彬,男,广州某高级技工学校 2008 级模具制造与数控加工技术高级 6 班学生,根据 SWOT 分析法,对其优势和劣势分析结果如下。

性格偏外向,很随和,易与人相处;情绪自我调控能力好,适应性好,能随遇而安,容易处在轻松兴奋的状态之中;责任心、自信心和精明世故性等处于一般水平;有时会放任、激进,不服从一般规则,不计后果,贸然行事;骨子里有随群附众的倾向,但不羁性在一定程度上促成了自身的果敢;在学习成绩方面,学识较好,有一定悟性,有较强的创造性,具备一定专业成长能力;不足之处是没有相关的实际工作经验。陈灿彬对自己做的 SWOT 分析结果如表 1-3 所示。

表 1-3 陈灿彬对自己做的 SWOT 分析结果

外部环境分析(机会、威胁) 内部环境分析(优势、劣势)	机会(opportunity): (1) 中国模具工业高速发展,汽车、摩托车、家电行业是模具最大的市场,占整个模具市场的 80% 以上; (2) 珠三角工业发达,就业机会多,机遇多,就业前景广阔; (3) 近年均有日资企业来学校挑选优秀学生去深造	威胁(threat): (1) 珠三角是人才竞争异常激烈的地区; (2) 在学历上起点低; (3) 我国许多企业要求有工作经验
优势(strength): (1) 专业背景好,自己受教育的技工学校是“国家级模具技术人才教育培训基地”和“广州市模具工业重点教育培训基地”; (2) 曾担任过学生干部,人际关系、语言表达能力较好; (3) 动手能力强,可塑性好	优势机会策略(SO 策略): (1) 继续努力学习专业知识,并考取相应的专业技能证; (2) 发挥担任学生干部的管理特长; (3) 自学模具设计软件	优势威胁策略(ST 策略): (1) 强调自身学校及专业背景的优势; (2) 强调善于与人沟通、协作的能力; (3) 强调较强的动手能力和适应能力
劣势(weakness): (1) 数学、英语基础一般; (2) 没有丰富的工作阅历; (3) 性格急躁,容易冲动	劣势机会策略(WO 策略): (1) 利用较强的学习能力学好日语,成为一位赴日深造的学生,学习更多的技术; (2) 利用寒暑假的时间勤工俭学,积累工作经验	劣势威胁策略(WT 策略): (1) 尽量克制自己的冲动个性; (2) 可以通过自考,考取本科; (3) 积极寻找重视员工潜能的企业

分析后整体结论:加工操作工人—助理模具设计员—模具设计师—高级模具设计师

二、5W 归零思考法

5W 归零思考法共涉及五个问题:①Who are you(你是谁)? ②What do you want(你想干什么)? ③What can you do(你能干什么)? ④What can support you(环境允许你干什么)? ⑤What can you be in the end(你最终的职业目标是什么)? 一个人回答了这五个问题,找到它们的共同点,就可以得出自己的职业生涯规划。该方法尤其适合即将毕业的学生。

第一个问题可以让你清晰地认识自己的优点和缺点,并一一列出来。具体来说,自身条件就是你的性格是什么样的? 是内向还是外向? 是喜欢独处还是喜欢和大家在一起? 喜欢一个人静思还是喜欢团体讨论? 是喜欢事事三思而后行还是立即采取行动? 分析自身条件是职业生涯规划的基础,直接关系到个人的职业的发展。分析自身条件特别是分析自己的性格是职业选择的前提。职业心理学的研究表明,不同的职业有不同的性格要求。虽然每个人的性格都不能百分之百地适合某项职业,但可以根据自己的职业倾向来培养、发展相应的职业性格。

第二个问题可以让你了解自身的职业兴趣。兴趣是工作的动力,如果一个人的工作与自己的兴趣相符,那么工作就是一种享受和乐趣。主要来说,就是要分析自己的职业价值观,弄清自己究竟要从职业中获得什么。你喜欢需要与人沟通交流获得尊重和认可的社会工作,还是喜欢独立操作获得成就感的技术型工作? 你喜欢领导团队满足控制欲望的管理性工作,还是习惯接受别人领导和安排的一般性事务工作? 如果公司认为你过去一年工作表现突出,要给你一次奖励,你希望得到的是加薪折现、培训进修还是职位的提升?

回答第三个问题的原因在于,一个人职业的定位最根本的要归结于他的能力,而他职业发展空间的大小则取决于他自己的潜力。你可以从以下几个方面对自己的能力与潜力做个全面总结。你做哪些事情比较得心应手? 你在哪些方面比别人表现得更为突出? 你的哪些特质与众不同? 每个人都有着巨大的发展潜力,如果你在准备充分的条件下,能够得到适当的机会、合理的发展空间以及恰当的激励和挑战,你就有可能让自己的潜力表现出来。如果你觉得自己没有什么特长,想想曾经让你自己感到满意或你曾受到过称赞的那些成果,从正面、积极的角度肯定自己的价值。

第四个问题提到的环境包括客观和主观两个方面的支持。客观方面包括本地的各种状态,如经济发展、人事政策、企业制度、职业空间等;主观方面包括同事关系、领导态度、亲戚关系等。人们在做职业选择时常常容易忽视主观方面的支持,将其等同于一些不正常的“走后门”,没有将一切有利于自己发展的因素调动起来,从而影响了职业切入点。其实,通过熟人的引荐找到工作是正常的也是较容易的,它与不正之风的本质区别在于这种主观方面的支持是建立在自己的能力之上的。

明晰了前面四个问题,就会从各个问题中找到实现职业目标有利和不利的条件,列出不利条件最少的、自己想努力实现的而且又能够达到的职业目标,那么第五个问题自然就有了一个清楚明了的框架。

第五个问题是弄清自己的职业发展方向。一个人难免有不完美的地方,如何让自己的优势

得到展现,如何弥补自身的不足,是我们每个人一生都要做的功课。博采众长,取长补短,找到适合自己的发展方向,才能不断完善自我。在进行自我评估时,个人对自己的认识难免有片面之处,还应当听取他人的意见和建议,以便对自己有更准确的认识。

张颖,女,计算机专业,虽然计算机专业属于热门专业,但考虑到就业竞争力方面女生不如男生,同时自己比较喜欢教师职业,因此,对自己的职业取向难以明确。在这种情况下,就业指导教师和张颖一起进行了一次有关职业生涯规划方面的讨论,并通过5W归零思考法对其职业前途进行了规划,继而确定其就业方向。

(1) Who are you? 虽然是国家重点技工院校计算机专业毕业生,但相比本科甚至更高学历的毕业生来讲,学历起点低,竞争激烈。自身性格居于内向与外向之间,学业成绩优秀,拿过校奖学金;长期担任学生干部;表达能力好,善于与人沟通,参加过校演讲比赛,拿过名次;家庭状况一般,父母工作稳定,身体健康,暂时还不需要有人特别照顾。

(2) What do you want? 比较喜欢教师职业;可以成为公司的一名技术人员或者文秘工作人员。

(3) What can you do? 做过家教,虽然不是自己的专业,但与孩子交流有天生的优势,学生的成绩进步时很有成就感;当过学生干部,与同学相处比较好,组织过几次有影响的大型活动;实习时在公司做办公文秘,办公软件应用熟练,受到领导的认可。

(4) What can support you? 家里亲戚推荐自己去一家公司做文秘;去年曾有几家学校来自己所在的学校进行招聘,但所提供的岗位不是教师,而是学校的技术维护岗,今年不知会不会有学校来招聘教师;有同学开了一家公司,希望自己能够加盟,但自己不了解这家公司的具体业务,也不知道该公司有多大的发展前途。

(5) What can you be in the end? 最后的选择可能有三种,分别如下。第一种选择:进入学校当教师,自己有这方面的兴趣和理想,在知识和能力方面并不欠缺,在素质教育大趋势下,与师范专业学生相比,自己有专业方面的优势,可以让学生了解更多的前沿知识,特别是现在计算机在中学生中已相当普及,并且自己有信心成为学生心目中理想的好教师;不足就是缺乏作为一名教师的基本素质以及一些技巧,但这可以逐步提高。第二种选择:到公司做办公室文秘,或者做技术人员,收入会高一些,但通过这几年的发展看,计算机行业起伏较大,同时由于技术发展较快,得随时对自己进行知识更新,压力较大,自己对此信心不足,兴趣也不是很大。第三种选择:去同学开办的公司从最底层做起,风险较大,而且与自己求稳的心理性格不符,家庭方面也会有阻力。单纯从职业发展上看,这三种选择都有其合理性,但如果就个体而言,第一种选择显然更符合她本人的职业取向。从心理学上看,选择第一种能够使她得到最大的满足,在工作中也最容易投入,做出一定的成绩后会有很大的成就感。从职业前途看,教师这个职业也日益受到社会的重视,社会地位呈上升趋势。从性格上看,这种职业比较符合她的职业取向。她的劣势是非师范生获得这样的岗位的困难比较大,她需要在确定最终目标后努力弥补与师范生在职业技巧方面的差距。