

没有找不到<sup>的</sup>

工作点

## 大学生就业十项全能训练

王春林 等编著

一书在手，工作无忧

历时7年的职业规划研究

上百名人力资源经理联袂

来自政府、高校、企业全方位的大学生就业一站式解决方案



# 没有找不到<sup>的</sup> 工作

## 大学生就业十项全能训练

王春林 蒋文新 崔国汉 黄书凌 编著



机械工业出版社  
China Machine Press

本书以编者多年从事的就业培训和指导为基础，注重理论与实践相结合、普遍性与特殊性相结合、实践指导与技术指导相结合，遵照“贴近实践、注重实效、有所创新”的基本思路，表现了系统性和适用性的特点，旨在帮助大学生正确地认识自己，了解社会对人才的要求，从而端正学习态度，提升自身的就业竞争力，科学规划自己的职业生涯；帮助大学生做好从业前的准备，把价值观同知识的学习、素质的发展、能力的提高协调起来，把个人的追求与社会的需要结合起来，为今后的就业乃至创业做好准备。

本书不仅是一本引导大学生规划自我职业生涯和就业指导方面的教材，而且是一本引导学生学习与成长的手册，还是高等学校开展就业与创业指导、品德教育等工作的有益读物，本书也可作为高等学校就业培训和初入职场人士的课外阅读参考书。

**封底无防伪标均为盗版**

**版权所有，侵权必究**

**本书法律顾问 北京市展达律师事务所**

**图书在版编目（CIP）数据**

没有找不到的工作 / 王春林等编著. —北京：机械工业出版社，2011.4

ISBN 978-7-111-33867-3

I. 没… II. 王… III. 职业培训 IV. C975

中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第046309号

机械工业出版社（北京市西城区百万庄大街22号 邮政编码 100037）

责任编辑：许 可 版式设计：刘永青

北京瑞德印刷有限公司印刷

2011年4月第1版第1次印刷

170mm×242mm·13印张

标准书号：ISBN 978-7-111-33867-3

定价：29.80元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

客服热线：(010) 88379210；88361066

购书热线：(010) 68326294；88379649；68995259

投稿热线：(010) 88379007

读者信箱：hzjg@hzbook.com

本书部分内容和图片参考或来源于互联网，由于无法查证具体出处及作者，若您发现部分内容系您所著，请及时联系我们，我们将根据相关规定支付给您稿酬。

## 序言

目前，高校毕业生就业形势日益严峻，大学生就业成为热点、难点和焦点问题。可现状却是一方面大学生难寻合适的工作，另一方面企业难觅合适的人才。之所以出现这种状况，除了就业供求关系不平衡以外，很大一部分原因是大学生缺乏对自我的认知，缺乏对环境的认知，同时又缺乏有效的求职技能。有鉴于此，编写一本体系完备、结构科学、内容得当又能体现实用性、趣味性的的大学生职业指导教材，对大学生进行有效的职业指导和职业生涯规划指导就显得尤为迫切和必要。

本书以编者多年从事的就业培训和指导为基础，注重理论与实践相结合、普遍性与特殊性相结合、实践指导与技术指导相结合，遵照“贴近实践、注重实效、有所创新”的基本思路，表现了系统性和适用性的特点，旨在帮助大学生正确地认识自己，了解社会对人才的要求，从而端正学习态度，提升自身的就业竞争力，科学规划自己的职业生涯；帮助大学生做好从业前的准备，把价值观同知识的学习、素质的发展、能力的提高协调起来，把个人的追求与社会的需要结合起来，为今后的就业乃至创业做好准备。

本书通过大量生动的案例、形象的图片展现内容，从思想上，帮助学生端正学习态度，树立正确的就业观念；从知识上，帮助学生认知自我，认清就业形势，了解社会对人才的要求，更好地做到知己知

彼；从能力上，帮助学生掌握就业技能，全面提升就业竞争力。本书的主要特点有：

(1) 内容完整。本书涵盖就业形势分析、求职技巧、应聘技能、签约事项、就业政策、择业方法等，比较全面地解答了大学毕业生在求职和就业时可能遇到的疑难问题，具有很好的启迪和向导作用。

(2) 体例新颖。本书巧妙地设计了应聘场景，收录了大量求职合同，提出了诸多在应聘过程中应该防备和注意的事项，具有很好的借鉴和指导意义。

(3) 实用性强。本书注重理论紧密联系实际，针对当代大学生在应聘过程中应注意的具体事项，进行了较为深刻、完备的描述，尤其是在就业政策的完整收录、应聘礼仪的详尽描述、就业陷阱的前期预防、违约合同的事后处理以及求职期间的权益维护等方面，确实是想毕业生之所想、急毕业生之所急、忧毕业生之所忧，对引导大学生正确对待择业、就业和创业不乏教益。

(4) 可读性强。本书条理清晰，论述清楚，文笔流畅清新，并列举了大量生动事例，既通俗易懂、深入浅出，又便于操作，非常适宜当代大学生阅读。

古人云：“九层之台，起于垒土；千里之行，始于足下。”希望本书能帮助大学生顺利渡过重要的人生转折期，迈好走向社会的第一步；更希望本书能使更多的人了解、关注和支持大学生就业工作，共同开创大学毕业生就业工作的新局面。

可以说，本书不仅是一本引导大学生规划自我职业生涯和就业指导方面的教材，而且是一本引导学生学习与成长的手册，还是高等学校开展就业与创业指导、品德教育等工作的有益读物，本书也可作为高等学校就业培训和初入职场人士的课外阅读参考书。

业精于勤、行成于思、躬行而得秋实。

李家华

中国青年政治学院副院长、教授

大学生发展研究中心主任，国家职业指导师

亚太地区学生事务委员会常务理事

北京高校毕业生就业工作促进会专家委员会主席

## 编者简介

### 王春林

国际注册高级职业讲师、资深职业顾问、人力资源管理专业学士、中山大学EMBA，曾先后服务于数十家上市公司和世界500强企业，帝王资深职业顾问、中国HR在线学习网创始人、中华讲师网特约讲师、上海盛世影响力特约讲师，曾负责清华大学深圳研究院大学生创新创业就业工作，珠海市志愿者协会讲师，珠海市第九届青年联合会委员，80后创富论坛特邀嘉宾，珠海市今日咨询有限公司总经理，珠海市导航青少年职业发展服务中心主任，共青团珠海市两新组织团工委副书记，共青团珠海市青年就业创业见习基地负责人，全球华人讲师500强，6年多职业培训咨询经验，一直从事“职业生涯规划与大学生就业问题”课题研究，中国大学生职业指导“3+3”模型提出第一人，CRE大学生就业模型提出第一人。有10多个不同类型行业和企业的从业经验，讲课幽默风趣，有“激情王子”之称。

### 蒋文新

男，现执教于北京理工大学珠海学院。毕业于武汉理工大学，1995年7月~2004年11月在广东省珠海市金鼎镇政府、唐家湾镇政府工作；2004年11月后在北京理工大学珠海学院工作，主讲“人力资源管理”、“管理学原理”等课程。主要研究方向为人力资源管理、企业文化，已发表学术论文10余篇。现为珠海市书法家协会会员，兼任珠海市审美文化协会副秘书长。

### **崔国汉**

男，现任珠海城市职业技术学院团委书记、学生工作处副处长。毕业于华南师范大学教育信息技术学院，曾在复旦大学、武汉大学参加学习培训。1994年参加工作，在珠海教育学院、珠海电大、珠海城市职业技术学院、共青团珠海市委委员会工作，曾任辅导中心副主任、主任，电大招生培训处副主任、培训处主任，珠海城市职业技术学院招生办副主任，团市委书记助理、珠海市服务妇女儿童志愿者协会秘书长、珠海市志愿者联合会副会长。

### **黄书凌**

男，现任共青团珠海市委委员会常务委员、社会工作部部长。2000年中山大学地球与环境科学学院毕业后，曾在外资企业、事业单位任职；2002年参加公务员考试，顺利进入共青团珠海市委委员会机关，历任科员、副主任科员、科长。多年负责团组织系统青年就业创业工作，成功举办了“2008珠澳大学生创业大赛”、“2009珠港澳青年创业大赛”等创新性活动，推动建立了近200家“青年就业创业见习基地”，促进城市、农村青年小额贷款工作。2009年获珠海市人民政府授予“促进就业先进个人”荣誉称号。

## 前言

四年光阴转瞬即逝，宁静的校园即将在照片中定格为美好的回忆。校园内外，就业决战的号角吹响，一场激烈的战斗摆在眼前，昔日的同窗今朝成为求职战场上的竞争对手，而你如同四年前高考时一样，摩拳擦掌，准备放手一搏，那么如何打好就业这场仗呢？本书将成为你取胜的智囊。

君子之为学，不在乎禄位而在乎道义，用之则从政而惠民，舍之则修身而垂教。致力于解决中国大学生就业问题，提升全民素质，辅助企业实现跨越式发展，是我毕生的理想和愿望。为了实现这个理想，我们通过7年多时间的研究和实践，终于探索出了解决大学生就业的核心模式和方法，这套模式和方法的推出将深深地影响中国企业未来的发展，并为企业实现跨越式发展添砖加瓦，提供永续动力。

一路走来，为了探索大学生就业的核心模式，我当过大学就业老师，做过社会上各种各样的兼职，曾在数十家企业担任人力资源管理职务，并曾服务于世界500强、英资、美资、民营、国企、央企等不同类型的企业，参加面试和竞聘数十场，面试和竞聘成功率几乎100%。

苟利社稷，死生以之，士不可以不弘毅，任重而道远。青年强则国家强，青年富则国家富，每个时代都有每个时代的引领者，每个时代都有每个时代的中坚力量。大学生作为推动这个时代企业发展的主要人群，其素质与能力的高低直接影响了国家的未来。因此，如何提



高大学生的职业素养，提高大学生的职业化水平，帮助大学生树立正确的价值观和人生理想，并用实际行动帮助他们成才就业，是我们一直坚持不懈、不断努力的方向。

天下事在局外呐喊议论总是无益，必须躬自入局，挺膺负责，乃有成事之可冀。作为从事大学生就业工作的一员，我们将脚踏实地深入大学生中去，立足社会需求，以最大的热情帮助大学生解决问题，全力以赴做好每项工作，为做好大学生的参谋、助手而不断奋斗。

我们就是你的智囊团，我们就是你的左右手。让我们一起携手，共筑美好明天！

王春林

序言  
编者简介  
前言

<b>第1章</b>	1
<b>企业需要什么样的人</b>	
企业需要什么特质	2
实现企业的三个匹配	5
<b>第2章</b>	12
<b>就业的核心原则</b>	
高校开展就业工作的理论模型	13
大学生就业的三个核心原则	14
<b>第3章</b>	19
<b>就业能力评估</b>	
就业能力测试	20
大学生应具备的能力及行为准则	21
大学生应具备的十类证书	22

<b>第4章</b>	28
<b>认识你自己</b>	
性格测试	29
行为风格测试	39
能力倾向测试	64
SWOT分析	68
个人能力提升量表	71
<b>第5章</b>	74
<b>如何进行职业定位</b>	
考研? 出国? 考公务员? 就业? 创业?	75
专业分析	79
职业四定	80
个人职业定位量表	83
<b>第6章</b>	85
<b>自我介绍</b>	
如何进行自我介绍	86
英语口语自我介绍	89
个人自我介绍量表	93
<b>第7章</b>	97
<b>如何制作简历</b>	
HR如何筛选简历	98
简历应突出的主要内容	101
示范性简历	110

个人简历量表	113
<b>第8章</b>	<b>119</b>
<b>面试成功的核心密码</b>	
面试前的准备	120
面试中的应对	124
面试后的跟踪	146
笔试	149
面试自我测量表	151
<b>第9章</b>	<b>158</b>
<b>职业形象及基本礼仪</b>	
职业形象	159
职业礼仪	163
面试礼仪	165
面试前自我形象检查表	169
<b>第10章</b>	<b>172</b>
<b>求职与工作案例分析</b>	
求职案例分析	173
工作案例分析	179
<b>致谢</b>	<b>192</b>
<b>后记</b>	<b>194</b>
<b>参考文献</b>	<b>195</b>

## 第1章

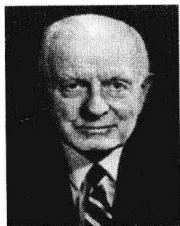
# 企业需要什么样的人

### 本章内容

- 企业需要什么特质
- 企业的三个匹配

### 学习目标

- 养成认真、敬业、积极、不放弃的特质
- 了解企业的三个匹配，为自己做好合适定位



竭尽全力做好每一件事，尊重所有人，穿着整洁，诚实率直，坦诚公正，永远保持乐观向上的积极态度。此外，最为重要的是，忠心耿耿。

——托马斯·约翰·沃森，IBM创始人

## 企业需要什么特质

### 认真

这个真实的故事发生在日本。故事主角是一个利用假期到东京帝国饭店打工的女大学生，她在这个五星级饭店里被分配到的工作是刷公共厕所。

当她第一天伸手刷洗马桶时，差点当场呕吐。勉强撑过几日后，实在难以为继，决定辞职。但就在此关键时刻，她发现，和她一起工作的一位老清洁工居然在清洗工作完成后，从马桶里舀了一杯水喝下去。大学生看得目瞪口呆，但老清洁工却自豪地表示，经他清理过的马桶干净得连里面的水都可以喝下去。

这个举动给她很大的启发，令她了解到所谓的敬业精神就是任何工作（不论性质如何）都有理想、境界和更高的品质可以去追寻，而工作的意义和价值不在其高低贵贱，而在于从事工作的人能否把重点放在工作本身，挖掘或创造其中的乐趣和积极性。

从此以后，再进入厕所时，大学生不再引以为苦，却视为自我磨炼与提升的宝贵经历，每清洗完马桶，也总清晰自问：“我可以从这里面舀一杯水喝下去吗？”

假期结束，当经理验收考核成果时，女大学生在所有人面前从她清洗过的马桶里舀了一杯水喝下去！这个举动同样震惊了在场的所有人，经理认为这名实习生是企业绝对需要延揽的人才！

毕业后，大学生果然顺利进入帝国饭店工作。

而凭着这简直匪夷所思的敬业精神，37岁以前，她是日本帝国饭店最出色的员工和晋升最快的人；37岁以后，她步入政坛，得到小泉首相赏识，成为日本内阁邮政大臣！

这位女大学生的名字叫野田圣子。

### 点评：

一个能洗好马桶的人不可能洗一辈子马桶；一个洗不好马桶的人很可能要洗一辈子马桶，甚至连洗马桶的差事也会丢掉。干好手头的工作是成长的基础，追

求工作的完美是生命的义务。人与人经济上的差距、事业上的差距都可以归结于敬业精神和日常工作完美度上的差距。成功永远不会恩典吊儿郎当、玩世不恭的人，只有不断追求卓越、不断追求进步的人才能取得成功。

当代大学生更应该培养敬业精神，岗位没有好坏，工作没有贵贱。俗话说，把一个动作练到极致就成为绝招，做好手上的每一项工作，把每一项工作做到极致，敬业爱岗永远是成功的第一要素。

## 积极

西班牙内战时，哈诺·麦卡锡参加了国际纵队，到西班牙参战。在一次激烈的战斗中，他不幸被俘，被投进了监牢。审讯他的人轻蔑的眼神和恶劣的态度使他感到自己像一只将被宰杀的羔羊。他从狱卒中得知自己第二天即将被处死，他的精神立刻垮了下来，恐惧占据了他的全部身心。他双手不停地颤抖着伸向上衣口袋，极力摸出一支香烟来掩饰自己的这种心神不定。这个衣袋被搜查过，竟然还留下一支皱皱巴巴的香烟。因为手抖不止，他反复几次才把它送到几乎没有知觉的嘴上。接着，他又去摸火柴，但是没有，被搜走了。透过牢房的铁窗，借着昏暗的光线，他看见了一个士兵。对方没有看见他，当然也用不着看他。他当时无望地想，自己不过是一件无足轻重的破东西，而且马上就会成为一具让人恶心的尸体。但他顾不得狱卒会怎么想他了，于是他用平静的、沙哑的声音一字一顿地对他说：“对不起，有火柴吗？”对方慢慢扭过头来，用冷冰冰的、不屑一顾的眼神扫了他一眼，深吸了一口气，慢慢吞吞地踱了过来。对方脸上毫无表情，但还是掏出火柴点燃送到了麦卡锡嘴边。

那一刻，在黑暗的牢房中，在那微弱又明亮的火柴光下，狱卒的目光和麦卡锡的目光撞到了一起。麦卡锡不由自主地咧开了嘴，对他微笑了一下。连他自己也不知道为什么会对他微笑，也许是因为两个人离得太近了，一般在如此面对面的情景中，人不大可能不微笑。不管怎么说，麦卡锡毕竟对狱卒笑了，他知道对方一定不会有反应的，对方一定不会对敌人微笑的。但是，如同在两颗冰冷的心间、在两个灵魂间撞出了火花，麦卡锡的微笑对他产生了影响。在愣了几秒后，狱卒的嘴角开始不大自然地往上翘。点着烟后，狱卒并未走开，

他直直地注视着麦卡锡的眼睛，脸上露出了自然的微笑。而麦卡锡也一直保持着这种难得的微笑，此时他意识到对方不是一个士兵、一个敌人，而是一个人。这时，对方也好像完全醒悟一样，从另一个角度来审视麦卡锡，他的眼中流露出人性的光彩，探过头来轻声问：“您有孩子吗？”“有，有，在这儿呢！”说着麦卡锡用颤抖的双手从衣裳袋里掏出皮夹，拿出他与妻子、孩子的合影给对方看，这时对方也赶紧掏出他和家人的照片给麦卡锡看，并说：“出来当兵一年多了，想孩子想得要命，要再熬几个月，才能回一趟家。”麦卡锡听着，泪水不住地往外涌，他对狱卒说：“你的命可真好，愿上帝保佑你平安回家，可我再也不能见到我的家人，再也不能亲吻我的孩子了……”他边说边用脏兮兮的衣袖擦眼泪和鼻涕。狱卒的眼中充满了同情的泪水，忽然，他的眼睛亮起来，把食指贴在嘴唇上，示意麦卡锡不要出声。他机警地、轻轻地在过道上巡视了一圈，又踮着脚尖跑过来。他掏出钥匙打开了麦卡锡的牢门。此时麦卡锡的心情万分紧张，紧紧地跟着狱卒贴着墙走，一直走出监狱的后门，又走出了城。之后，狱卒一句话也没说，转身往回去了。

麦卡锡的生命就这样被一个微笑挽救了。

点评：

麦卡锡的生命因为他的积极而得到了挽救，足见积极可以产生的奇迹。积极不仅仅可以让人获得生命，还可以让人获得未来，如何做好工作，首先学会积极吧，积极面对每一天，积极面对每一个人，积极面对每一个困难和挫折，这样我们的生命才会更加的精彩。

**坚持**

1832年，林肯失业了，这显然使他很伤心，但他下定决心要当政治家，当州议员。糟糕的是，他竞选失败了。在一年里遭受两次打击，这对他来说无疑是痛苦的。接着，林肯着手自己创业，可一年不到，这家企业又倒闭了。1835年，他订婚了。但离结婚的日子还差几个月的时候，未婚妻不幸去世。这对他精神上的打击实在太大了，他心力交瘁，数月卧床不起。1836年，他得了精神衰弱症。1838年，林肯觉得身体良好，于是决定竞选州议会议长，可他失败了。



1843年，他又参加美国国会议员竞选，这次仍然没有成功。林肯虽然一次次地尝试，但却是一次次地遭受失败：企业倒闭、爱人去世，竞选败北。要是你碰到这一切，你会不会放弃？放弃这些对你来说是多么容易的事情。林肯没有放弃，他也没有说“要是失败会怎样”。1846年，他又一次参加国会议员竞选，最后终于当选了。两年任期很快过去了，他决定争取连任。他认为自己作为国会议员表现是出色的，相信选民会继续选举他。但结果很遗憾，他落选了。因为这次竞选他赔了一大笔钱，林肯申请当本州的土地官员。但州政府把他的申请退了回来，上面指出：“做本州的土地官员要求有卓越的才能和超常的智力，你的申请未能满足这些要求。”接连又是两次失败。在这种情况下你会坚持继续努力吗？你会不会说“我失败了”？然而，林肯没有服输。1854年，他竞选参议员，失败了；两年后他竞选美国副总统提名，结果被对手击败；又过了两年，他再一次竞选参议员，还是失败了。林肯一直没有放弃自己的追求，他一直在主宰自己的生活。1860年，他当选美国总统。

#### 点评：

坚持一下，成功就在你的脚下。一个人想干成任何大事，都需要坚持的勇气，坚持下去才能取得成功。在未来工作过程中，我们会遇到各种各样的问题和困难，但是只要你坚持不懈，就一定会成功；放弃，就一定会失败；学会坚持，就一定要有长期吃苦耐劳的打算，就一定要有不达目的誓不罢休的精神。

## 实现企业的三个匹配

企业到底招什么样的人呢？招来的人能帮企业做什么呢？企业招人的主要目的就是帮助企业完成个人和组织的绩效。

