

有求必赢

——迅速找到好职位的

10^个秘诀

Todd Bermont 著
徐健 冯丽春 译

本书给你

- 来自美国高级职业培训师的英才建议！
- 全程的求职指导，将求职的整个过程逐步分解！
- 15秒之内抓住面试官眼球的简历和求职信样本！
- 提高自信，充分展示自己闪光点的技巧！

本书在手，你在求职中
就能知己知彼，一箭中的！

天津科技翻译出版公司

有求必赢

——迅速找到好职位的

10^个秘诀

Todd Bermont 著
徐健 冯丽春 译

天津科技翻译出版公司

著作权合同登记号:图字:02-2004-165

.....
图书在版编目(CIP)数据

有求必赢:迅速找到好职位的 10 个秘诀/(美)伯曼特(Bermont,T.)著;
徐健,冯丽春译.—天津:天津科技翻译出版公司,2006.1

ISBN 7-5433-2030-4

I.有... II.①伯... ②徐... ③冯... III.职业选择-基本知识 IV.
C913.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 134886 号
.....

10 INSIDER SECRETS TO A WINNING JOB SEARCH © 2004 Todd
Bermont. Original English language edition published by Career Press, 3
Tice Rd., Franklin Lakes, NJ07417USA. All rights reserved.

授权单位: Career Press

出 版: 天津科技翻译出版公司

出 版 人: 蔡 颖

地 址: 天津市南开区白堤路 244 号

邮政编码: 300192

电 话: 022-87894896

传 真: 022-87895650

网 址: www.tsttpc.com

印 刷: 天津市蓟县宏图印务有限公司

发 行: 全国新华书店

版本记录: 880×1230 32 开本 8.5 印张 150 千字

2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷

定价: 16.80 元

(如发现印装问题,可与出版社调换)

前言

欢迎你翻开《有求必赢》！从我的第一本书《找到好工作的 10 个诀窍》出版以来，我开始为各种各样的客户做培训，在数不清的公司团体前做演讲，并且在电台和电视台上频频露面（其中包括 CNN 和 FOX），全美无数的报纸介绍了这本书，其中包括 CareerBuilder（美国知名求职招聘类报纸——编者注）。

因此，我有机会能够与数以千计像你一样的求职者对话，了解他们的想法和反馈。尽管我的第一本书当时名列亚马逊网站（Amazon.com）和巴诺网站（BN.com）求职类书籍“畅销书排行榜”的第一位，但是作为一个完美主义者，我还是要加入更多令人激动的新话题和新方法，以使本书成为有史以来最棒的求职类指南书！

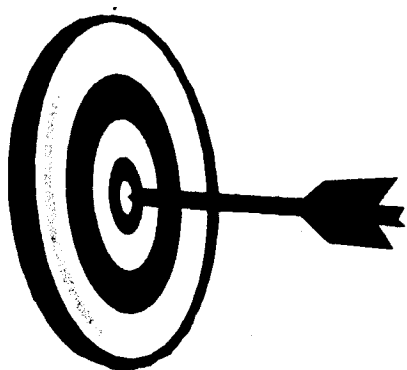
本书中所有的资料都来自我的真实生活，是从我多年的招聘员工、找工作、面试、发表演讲以及组织培训这些人生阅历中积累起来的经验。我编写本书的目的，就在于尽可能为你提供一个良好的基础，使你能够迅速找到满意的职业——哪怕是在人才市场不景气的时候！

本书为你提供了一套详细的求职步骤，引导你在任何经济形势下都能得到一份理想的工作。我的目标是让你在求职过程中有一种全新的视角，即从面试桌的两边——招聘方和求职者两方面的立场——来有的放矢地求职。

《有求必赢》这本书，能使你在求职的道路上拥有一种超越别人的优势，并且帮助你轻松快乐地整个求职过程。我由衷地希望，本书所阐述的这些秘诀、方法、提示和技巧不仅能够为你的求职过程提供帮助，而且对你的个人生活也能有所裨益。

最后，我要在此向读者表示感谢，感谢你们花钱、花时间读我的书，我希望有一天你们也会为此感到由衷的高兴。现在请开始你们的阅读吧！

你们忠实的
托德·L·伯曼特



目 录

序言 /1

秘诀 #1:相信你自己 /7

秘诀 #2:认清你的核心能力和竞争力所在 /23

秘诀 #3:确定你真正想要的工作 /39

秘诀 #4:证明你自己是值得被聘用的 /69

秘诀 #5:制作有说服力的简历和求职信,让别人在 15 秒

之内对你产生兴趣 /83

秘诀 #6: 个人关系网和推销你自己 /129

秘诀 #7: 利用一切可以利用的工具和资源 /149

秘诀 #8: 为每一次机会做好准备 /165

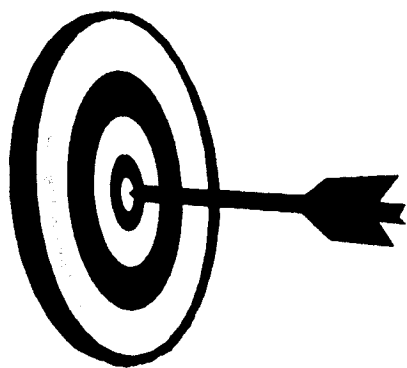
秘诀 #9: 面试制胜 /207

秘诀 #10: 跟进与成交 /233

最后的一些想法 /251

常见问题 /255

关于作者 /265



序 言

祝 贺你！你已经在通向求职成功和找到你梦想的工作的路上迈出了重要的一步！阅读本书，你将拥有一种超越别人的优势。无论是对于自己还是对于求职，你都将感到空前的自信和饱满的热情。更重要的是，你会获得面试的机会并最终赢得工作……还有你希望的薪水！

本书的秘诀十分管用！

无论是在经济繁荣还是不景气的条件下，我都一直在利用本书的秘诀找工作。我曾在一周之内得到 3 个工作机会（当时正值经济衰退期），在上班期间多次得到提升，就是在大学四年级时打工，也曾得到过 6 次工作机会。只要你按照本书的建议和方法去做，你也会取得这样的成绩。

不管你是想在大公司里谋职，还是想在小公司里发展，读完本书以后，你会满怀信心地走出去，并且取得成功！

24个小时就能搞定

本书教给你在寻求理想职业的过程中，你所应该知道的每一件事——以及如何在这一过程中积极地推销自己。本书可以说是一份完整的求职路线图。它非常合理、简便易学，并且详细准确地教会你如何迅速地获得你所真正想要的工作！

如果你能花上 24 小时来学习本书，你就为自己的成功打下了坚实的基础，即使在今天这个竞争激烈的就业市场上！

阅读本书你能：

- 在整个求职过程中保持胜利者的姿态。
- 发现自己真正想要从事的工作。
- 在招聘方没有空缺职位的情况下也能说服对方聘用你。
- 写出能够迅速抓住别人注意力的简历和求职信。
- 扩展个人关系网和积极进行自我推销，最大限度地扩大求职的机会。
- 为哪怕是最严格的面试精心做好准备。
- 对面试中最困难的问题也能对答如流。在最艰难的面试中也能赢得胜利。学会如何与招聘方协商，取得你期望的薪水。

我将与你分享我在面试桌两边的亲身体验！

本书中所提到的秘诀，是我从自己的生活实践中总结出来的，是我作为求职者 and 招聘者两方面体验的结晶。我曾经和你一样，因此我理解在求职过程中经常会遇到的挫折和挑战，更懂得如何去战胜它们。而作为招聘员工的人事经理，我也知道面试时招聘方的想法。在书中我将把这两方面的经验拿出来与你分享，并且告诉你如何利用这些来增强自身求职的优势。

现如今,我已经算得上是个“求职专家”了,当然事情不可能一开始就是这样。实际上,在追寻理想工作的过程中,我也曾遭受过多次失败。即使是在今天,如果我忘记了遵循本书的一条或多条秘诀,那我还是有可能遭受失败。

然而,当我掌握了这本书的这些秘诀并加以利用的时候,我就不再害怕面试,不再怀疑自己的能力,也不再因为自己的境遇而灰心丧气了。相反,我是用充满信心和热情的态度去抓住每一次机会,如今我已经得到了自己梦寐以求的职业,而且比以往任何时候都更加快乐。

如果我能做到,那么你也能!

作为一个作家和职业演讲者,即使到现在,我仍然需要每天去寻找工作。我和你惟一的不同点是,我需要找的工作是“临时的”,工作时间可能是5分钟或是几天,而不像你是去寻找那种一干就是好几年的固定职业。在电台、电视台上露面之前,我也必须通过那些令人神经紧张的面试,和你没什么两样。

每当有公司或大学想请我去讲演之前,他们都要先把我狠狠地压榨一番。平均算起来,不管是在媒体上露一面还是争取到一次演讲机会,我都要经过至少3~4次面试。我也将在本书中与大家分享我从这些面试中总结出来的经验。

当然,今天我找工作的过程比起多年前那是要容易得多。毕竟我已经作为应聘者参加过上百次的面试,已经被聘用很多次,而且还有幸作为人事经理,坐到面试桌子的另一头去面试别人。

但是我还算不上“百战百胜”。我能告诉诸位读者的就是,如果遵照本书中所阐述的秘诀办事,一般情况下我总是能够如愿以偿。而当我过于轻敌,忘记了其中一两条,那么我同样也会遭受失败。

我曾经失去了一生中最重要的的一次机会!

那次机会是P&G公司的面试。几年以来,我非常盼望能够为这家公

司工作,而我终于争取到了面试的机会。对于这个机会,我是既盼望又紧张。不幸的是,在这样十分激动的心情中,我却没有为即将到来的面试做好充分的准备。

当我出发向面试地点走去的时候,突然没来由地,我的膝盖开始发软,两条腿也不停地哆嗦。然后是手心出汗,比大夏天站在太阳底下出的汗还要多。不管我把手在裤腿上擦了多少次,两只手还是湿淋淋的。我不停地对自己说:“要放松,要放松”,可是越说越觉得紧张。

进了面试的房间,我发现对我进行面试的不是一个人,而是两个。我和他们握手的时候,他们一定感觉到我的手就像是一条又湿又滑的死鱼。他们让我坐下,我像个木偶般地坐下去,结果差点一屁股坐到地上。这一下,事情真的是越来越糟了。

他们提的第一个问题是让我介绍一下自己。我真的不知道从何说起,只好机械地说呀说呀,一直说到我看见其中一人双眼望着窗外,满脸的不耐烦才住口。接着他们又问我,我至今遇到过的最大挑战是什么,又是如何战胜的。对于这个问题我可真的是连胡说都不会了。

你曾经体验过脑子里一片空白的感觉吗?在那个时候,我可是真真切切地体验到了。

这次面试实在是太糟了,到了最后,为了挽回一点面子,我对他们说:“非常感谢两位花时间为我面试。可是通过我对这个工作岗位更多的了解,我不得不说,看起来我不适合干这项工作。”

这次面试以后,我几乎陷入了绝望。这是我一直想为之工作的公司,这是一次好不容易得来的面试机会,我却彻底地搞砸了!不管怎么样,我梦寐以求的工作机会就这样飞了。

我一定要赢!

自从这次失败以后,我就下定决心,绝不能把下一次面试机会再像这样给毁了,绝不能毫无准备就去面试,绝不能面试的时候紧张得两腿发抖,双手冒汗。从那个时候起,我就下决心一定要赢。很幸运,从那个时候起我开始赢得一次又一次的成功。

我做到了！

《有求必赢》这本书是我多年经验的结晶，正是这些经验构成了我成功的基础。你即使读上 9 本分别阐述求职、简历、面试、职业生涯规划、励志、人际关系、推销自己的书，你也未必能学到你将在本书中发现的秘诀！

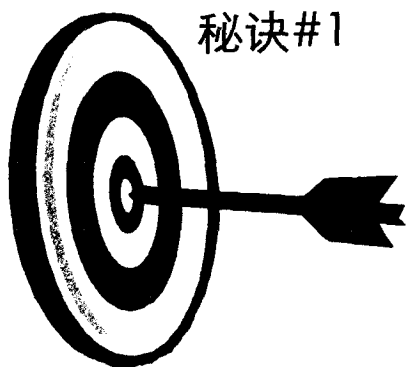
纵览本书，你会发现其中有许多如何推销自己的实用技巧。其实原因很简单，你想要得到工作，你就必须在整个求职过程中努力把自己推销出去。在求职过程中最有意思的是，你就是自己要推销的商品，也就是说你一个人承担着两种角色——推销员和商品。本书帮助你平衡这两个角色，使你这个商品最终销售出去——得到一份理想的工作！

树立信心，取得成功

阅读本书，你会感到非常自信，为你寻找工作制定出极好的计划。事实上，你会盼望着开始找工作！你甚至会发现，你在享受找工作的乐趣。而这个过程的结果，就是你取得了成功！

你会找到你一直梦寐以求的工作

我写本书的最终目的，是帮助你在尽可能短的时间内，找到你理想的工作，并获得一份你梦寐以求的报酬。在这里，我想再次感谢读者，感谢你们花钱来买我的书，花时间来读我的书。我希望你们也会为此感到由衷的高兴，现在，请开始享受你们的阅读吧！



秘诀#1

相信自己

● 这里一共有10种方法，可以使你在整个求职过程中树立并保持积极态度。

要取得求职的成功，最基本也许是最重要的秘诀就是自信：相信自己、相信你自己的能力！试想，如果连你都不相信自己，那么还有谁会相信你呢？乐观主义有助于你拥有清晰的思路、充满活力的精神状态，以及发挥你的热情和创造力。如果你相信自己是个伟人，那你就能够成就一番伟大的事业。

其实无论是约会、搞投资、参加体育运动还是找工作，自信和快乐的人比起精神萎靡、神情沮丧的人都更容易成功。如果你对自己和自己的状态怀有一种积极向上的感觉，那么你就更容易享受到生活所提供的一切——其中也包括找工作！

对于求职来说，发展并保持积极的态度是成功的一个基本要素。下面我要给大家介绍10种基本方法，它们能够帮助你在30秒之内即树立起积极向上的精神状态，并且在整个求职的过程中一直坚持下去。

发展并保持积极态度的10种方法

- 1.相信自己“我很了不起!”
- 2.懂得每件事的发生都有其理由。
- 3.做到3R(休息Rest、放松Relaxation和思考Reflection)。
- 4.告诉自己“我能!”
- 5.把面试看成数字游戏。
- 6.和积极向上的人在一起。
- 7.不要认为失败是自己的过错。
- 8.把面试当成一项工作。
- 9.把注意力集中在你能控制的方面。
- 10.在脑海中想像你的成功。

1.相信自己“我很了不起!”

慢点!你在想我是不是真的了不起?干脆停下来想一想吧。每一个人,无论是男是女,都有自己伟大的地方!你不相信自己是伟大的吗?那好,从现在开始就相信吧!如果你不相信自己和自己的能力,还能指望别人相信吗?如果你缺乏自信,因为你觉得别人比你更有资格来担任你想要的那份工作……忘掉这样的想法吧!

所谓“资格”不过是一种主观的想法

你并不需要有关部门在你的额头上盖一个“检验合格”的章。所谓“资格”完全是一种主观的想法,其关键是觉得自己有资格,于是你就有了资格。不要担心,等到你看完了本书,你就自然会有这样的气质和自信,到了那时没有人能够打败你。

还记得动画游戏上的托尼老虎吗?它经常这样咆哮:“他们最最最了不起!”如果你也想让自己的感觉好一点,可以找一面镜子,对着镜子里的

自己微笑一下。然后和托尼老虎一样,用尽吃奶的力气大声喊:“我最最了不起!”不光要喊得响,还应该满怀信心。我知道这样喊听起来很愚蠢,但是你应该试一试。我保证你此时一定会面带微笑。你要经常对自己这样说,说得你自己也相信自己很了不起。你就是很了不起!别人要是不这么认为也别去理他!

还在犹豫吗? 那开一张清单历数你的成就吧

如果你现在还是不够自信,那就拿出一张纸,把你所有的成就都写下来,越多越好。只要是你能想到的就都写出来。不要局限于只和工作有关的成就。

你写出来的成就可以小到在一场足球赛中得了分,在一门很困难的功课中取得了好成绩,大到成功地领导了一个小组的工作,取得过骄人的销售业绩,或者帮助顾客解决了难题。实际上,在我们的人际关系中、家庭生活中、学校里,或者在职业生涯中,诸如此类的成就,我们每个人都取得过许许多多。花些时间写出一些你曾经取得的成就,你就会开始觉得自己的确了不起了。

2. 懂得每件事的发生都有其理由

现在,你们当中的许多人可能正在经历困难时期,也极有可能正是这个原因促使你来阅读这本书。但这个时候,你既不能埋怨自己无能,也不能为自己现在的状况找借口,这样做只能破坏你的努力。

我有一个朋友最近失去了工作,尽管他非常努力,每天工作达到 14 小时,可还是失业了。当他知道公司要解雇他的时候,简直就要崩溃了。他为了工作付出了一个人所能付出的最高代价,把自己所有的时间几乎都花在出差上了。更重要的是,他是公司里业绩最好的销售人员。可是这样干到头来得到了什么?一纸解聘书!而且,他最后还不得不通过法律手段才拿到了本应属于他的红利。

我和他长谈了一次。我说“不知道你觉得如何?可我认为这对你是天

大的好事！”起初，他觉得我在发疯。丢掉工作怎么可能是好事呢？

我向他讲进一步解释：“过去，你没有生活。你的全部生活就是公司。看看你自己，你没有自己的人际交往，你的状况健康也很不好，三天两头去看病。正视一下现实吧，你最后一次休假是什么时候？就是那种完全放松，既不用去查语音信箱也不用查电子邮件的休假？”

他笑了，“你说得对。”尽管当时他挣了很多钱，比以往任何时候都多，但是他并不快乐，因为他的生活失去平衡。换一个角度看问题，他突然发现其实失业也是一个机会，可以找回自己的生活、健康与和谐，并不是像他先前想的那样是一个失败。现在他可以自由地去寻找一份新工作，一份可以满足他对生活真正要求的新工作。

就像安东尼·罗宾斯在他的许多课程里说的那样，有的时候要我们自己改变现状，的确是要付出很大的痛苦和努力。试想一下，当你还在为自己生活中的某些事情自鸣得意的时候，你还会愿意通过自己的努力来做出改变吗？有时候，失业恰好给你提供了激励和动力，去寻找更加适合你的位置。

如果你被解雇了……

这正好是一个机会，而不是一个障碍。你应该为你自己，以及你在生活中迄今为止所取得的成就而感到骄傲。就像刚才我讲的我的朋友的故事，凡事皆有其原因。可能今天你还不知道原因到底是什么，但是过了五年以后，你再回过头来看看今天，就会为你终于度过了这段探索的过程而感到高兴。大自然是在以这种方式告诉你，现在你应该中途停止调整一下，寻找更好的发展空间了。毕竟，你值得拥有更好的！

你要告诉自己，正是因为失去了工作，你才有机会去寻找梦寐以求的新工作，或者重新取得生活的和谐。我所认识的每一个失去工作的人，最终都找到了更好的位置。你也一定会像他们一样！你值得拥有更好的工作机会，而且也一定能找到这样的机会！

如果你即将毕业或正在工作……

这也很好，只是可能你目前还没有找到更合适的机会。请充满自豪，

并庆祝你的成功和能力吧。相信自己是一个与众不同的人,并且相信自己一定会找到你所向往的工作。如果你在某些面试中遭到了拒绝,那也只不过说明,在别的地方还有更适合你的工作在等待着你。

并不是所有机会都适合你

我可以告诉你一个第一手的新闻:即使是我本人也不时地在各种面试中遭到拒绝。你可能会这样想,“等一下……你可是求职书的作者啊。为什么还要去面试,甚至还让人给拒绝了昵?我还以为你什么都懂呢。”

不错,作为一个作家兼演讲人,我得不断地参加各种面试,以取得在电台、电视台露面的机会。我也和你一样,需要不断地推销自己以争取每一个机会。我完全能够理解你所经历的一切。虽然我是个“求职专家”,可是即使是我也有不成功的时候。

不管什么时候遭到了拒绝,我都会退一步想一想,重新审视一下自己的情况,看看能从这次失败的面试中学到点什么,我可不愿意在以后重复同样的错误。然后我就这样想:这次面试不成功的原因原来在这里。我总是先分析出失败的原因,然后告诉自己,看来这个机会并不适合我。

懂得了凡事总有原因这个道理,你就可以安慰自己,不管遇到什么样的挑战,其实都没有什么了不起,你最终会取得成功,自己的境况将得到很大的改善。你所走过的每一步都使你更进一步接近目标——幸福与成功。

3.做到3R(休息Rest、放松Relaxation和思考Reflection)

在任何一次求职过程开始之前,至关重要的是你要显得精神饱满、干劲十足。不管你是失业后重新找工作,还是“骑驴找马”想要找一份更好的工作,我都建议你花点时间休息、放松和思考。

我发现使自己再次充满活力的最好办法是做一些户外活动,比如海滩漫步、徒步旅行、骑自行车或者跑到池塘边看鸭子。我发现这样的户外活动能极大地改善自己的精神状态,让世界变得一片光明。这样做可以使自己从日常的琐事中摆脱出来,获得片刻的自由。