



职业院校创业教育通用教材

职校生就业指导

谭一平 编著



清华大学出版社





职业院校创业教育通用教材

职校生就业指导

谭一平 编著



清华大学出版社
北京

内 容 简 介

本书的内容以实用为主,不仅针对性和可操作性强,而且理念先进,内容包括做好进入职场的心理准备、强化“我是公司员工”意识、现代职场基本常识、基本的工作能力、提高工作效率和积极参加社会实践活动等内容。现代职场基本常识、基本的工作能力是本教材理论上的创新。

本书可以满足职业院校学生毕业后就业的需要,适合作为职业院校就业指导的公共教材,也可作为一般读者就业的自学读物。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。

版权所有,侵权必究。侵权举报电话:010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

职校生就业指导/谭一平编著. —北京:清华大学出版社,2011.2

(职业院校创业教育通用教材)

ISBN 978-7-302-24135-5

I. ①职… II. ①谭… III. ①专业学校-毕业生-就业-教材 IV. ①G718.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第232836号

责任编辑:田在儒 张 弛

责任校对:刘 静

责任印制:何 芊

出版发行:清华大学出版社

地 址:北京清华大学学研大厦 A 座

<http://www.tup.com.cn>

邮 编:100084

社 总 机:010-62770175

邮 购:010-62786544

投稿与读者服务:010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质 量 反 馈:010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 装 者:北京鑫海金澳胶印有限公司

经 销:全国新华书店

开 本:185×260 印 张:7.75 字 数:150千字

版 次:2011年2月第1版 印 次:2011年2月第1次印刷

印 数:1~3000

定 价:19.00元

前言

关于就业指导方面的书，现在市场上可以说是汗牛充栋。不仅有大量的教材，还有各种励志书和职场指导小说（包括商战小说）。对于即将走向社会、走向职场的同学们来说，有那么多精神食粮可供自己选择，实属幸事。

但是，由于种种原因，一些人情绪过于浮躁，急功近利，于是，有些不良书商为了迎合这种心理，将一些诸如“如何与上司斗智斗勇”之类的厚黑学包装成职场“葵花宝典”，做成畅销书。对于刚刚进入社会，涉世不深的职场新人来说，这些理论具有很大的诱惑力。饥不择食，慌不择路，后果不能不让人忧虑。

现代职场看上去如同金庸笔下的武侠江湖，风云变幻，尔虞我诈。其实，现代职场各种复杂的关系更像是中学数学课本里的几何证明题，不管条件再怎么复杂多变，只要你牢记并理解了那几条基本而又简单的定理——常识，就能以不变应万变，化解各种难题。在现代职场上，我们根本用不着处心积虑地去与上司和同事斗智斗勇——这只会让你走上职业发展的歧途，最终得不偿失；只要尊重职场常识，你就一定能实现自己职业发展的目标。

本教材的最大特点是它的“常识性”。这些常识能帮助你解决未来实际工作中的各种疑难杂症，可操作性强，与此同时，它还会提醒你注意职业发展道路上一些常见的陷阱，降低你成长的成本。

本教材的另一个特点就是在每一章后面设置了“反思”和“项目任务”这两个教学模块，它们大大增强了实操感，使同学们身临其境。

尽管编者竭尽全力，但由于水平有限，本书仍有种种不足之处，所以，编者期望与广大读者进行交流，欢迎读者登录编者的“一平工作室”(<http://www.tanyiping.com>)，对本书给予批评指正，以便将来修订完善。

感谢张强为本书绘制漫画插图。

谭一平

2011年1月于北京

目录

第一章 概述..... 1

- 第一节 职场与白领的含义 2
- 第二节 从学生变为员工的意义 3
- 第三节 员工与学生的区别 6

第二章 做好进入职场的心理准备 9

- 第一节 迎接崭新的生活方式 10
- 第二节 企业追求的人才 14
- 第三节 优秀员工的典型特征 19
- 第四节 新员工的作用和位置 26

第三章 强化“我是公司员工”意识 30

- 第一节 努力做好本职工作 31
- 第二节 工作对于员工的意义 35
- 第三节 控制职场风险 39
- 第四节 员工的自我提高 48
- 第五节 职业与人生理想 49

第四章 现代职场基本常识 51

- 第一节 企业的社会作用 52

职校生就业指导

第二节	企业的运营	54
第三节	员工在部门内的工作	58
第四节	设定工作目标	60
第五节	部门内部的沟通	61
第六节	现代商业社会的基本规则	65

第五章 基本的工作能力..... 68

第一节	基本知识	69
第二节	基本技能	75
第三节	能力	82
第四节	经验	87

第六章 提高工作效率..... 90

第一节	制订工作计划	91
第二节	确定工作轻重缓急	94
第三节	工作程序化	97
第四节	提高时间的使用效率	98
第五节	培养良好的工作习惯	99
第六节	工作创新	105
第七节	拓展人脉	108

第七章 积极参加社会实践活动 110

第一节	勤工俭学	111
第二节	学生社团活动	112
第三节	志愿服务	114
第四节	阅读职场书籍	115

第一章 概述

即将告别校园，进入职场成为白领，地入社会成为公民，那你知道职场、白领这些词汇的真正含义吗？成为白领，与学生有什么样的不同，又对你的人生具有什么样的意义呢？



第一节 职场与白领的含义



结束了校园生活，我们开始进入社会。有的人去公司做职员，有的人自己创业……虽然就业的形式各种各样，但我们都开始进入了职场，并通过自己的劳动取得收入。

一、职场的含义

目前学术界对“职场”一词没有严格的定义，对“职场”约定俗成的解释是“人们聚在一起工作的场所”。按照这种解释，职场又可分为广义的职场和狭义的职场。广义的职场是指“各种工作关系的总和”，而狭义的职场是指我们上班的地方，如我们所在的办公室、部门或公司。

本教材是一本介绍就业常识的教材，所以，本教材中的“职场”主要是指“我们上班的地方”。

二、白领的含义

白领是指那些通过参与社会实践活动、用自己的劳动报酬实现独立生活的人。由于职校生大部分都在企业工作，是公司员工，所以，本教材又将白领称为员工。

其实，“白领”是相对于“蓝领”而言的。“蓝领”（Blue collar）一词最早产生于18世纪后半叶的英国。随着第一次工业革命的到来，传统的手工作坊被生产流水线所代替，在生产流水线上劳动的工人人数也急剧增加。为了加强管理，雇主们要求在流水线上劳动的工人们穿上统一的蓝领服装，以区别于非生产流水线的工作人员，所以，出现了“蓝领”一词。

由于流水线的增加，工厂生产效率大大提高，非生产线上的工作人员也急剧增加，他们主要从事生产的管理，如采购、设计、制定质量标准、产品检验、销售等。为了区分他们与生产线上的蓝领工人，雇主们要求这一部分人穿白领的衬衣，所以，人们便将从事管理的人称为“白领”。

随着时代的变迁，“蓝领”与“白领”的内涵与外延都发生了变化，目前蓝领泛指那些以体力劳动为主的雇员，而白领则泛指那些以管理工作为主的公司职员，即“以脑力劳动为主的雇员”。

白领是现代社会进步的中坚力量，一方面，他们通过自己的劳动向社会提供产

品和服务，以满足大众的需求；另一方面，他们通过自己的劳动向国家和各地方政府上缴个人所得税和其他费用，为社会的繁荣和进步作出自己的贡献。



第二节 从学生变为员工的意义

一、人生质的飞跃

从学生变为员工，是我们生命中的一次质的飞跃。过去，我们的人生也出现过飞跃：从幼儿园到上小学，我们开始从家庭走进学校；从中学到职校，我们开始远离父母。与以往的飞跃不同，这次我们是由家庭（包括学校）走向社会，开始独立自主的人生。

到现在为止，虽然我们是早已年满18岁的成年人了，但我们仍然在父母和教师的庇护下学习和生活。从今以后，作为公民，我们要开始独立参与社会活动了；作为员工，我们要用自己的劳动报酬开始自主独立的生活了。

作为成年人的自立，就是不依靠别人的帮助，用自己的智慧和力量写好自己人生的历史。自立，就意味着必须依靠自己的力量打拼，去承担自己的法律责任和义务，靠自己的本事吃饭，寻找自己发财致富的道路；自立，就意味着要自己找对象、结婚、生孩子并把他（她）培养成人；自立，就意味着为了实现自己的理想，去努力工作，去承受各种压力甚至打击……

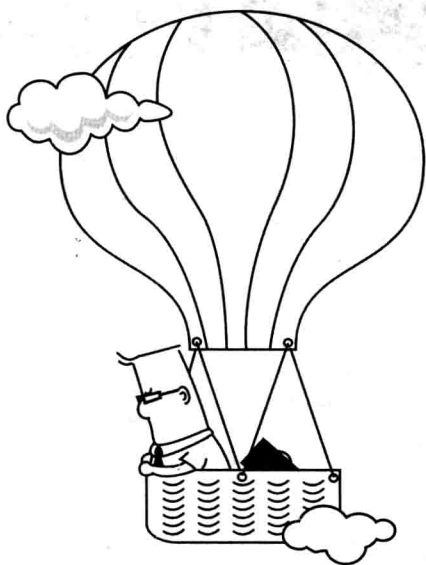
当然，自立并不意味着一定要离开父母，比如，在必要的时候，他们还会在经济上支持你，在生活上可能还会照顾你一段时间，但是，工作中的事，将来还有感情上的事，只能靠自己拿主意了。

从今以后，你自然而然地承担了许多责任：作为员工，你必须做好自己的本职工作；作为子女，你必须让自己的父母安度晚年；将来结婚生儿育女，你必须让你的配偶过上安乐的生活，让你的子女受到很好的教育。



二、人生从此更精彩

由学生变为员工，并不意味着只增加我们的责任和压力，我们的人生也从此变得更精彩。比如，在学校时你可以随便找个借口旷课，而上班之后再也不能随便迟到或旷工，这似乎让你很不“自由”了；但是，在工作中，你可以今天飞广州，明天去哈尔滨；也许，在洽谈业务的过程中，你可以与那些过去只能在电视里见到的商界大亨自由地交谈……与学生时代那种随便旷课或上课看小说的自由相比，这种“自由”更能体现人生的价值，让你的人生更加精彩。



三、人格完全独立

人格是指人的性格、气质、能力等特征的总和，是人作为权利与义务主体的资格。也就是说，只有具备独立的人格，才能自己承担作为一个公民的权利与义务。作为在校学生，我们虽然年满18岁，需要自己承担法律责任，但在很多时候，我们并未脱离家庭和学校的保护，不能承担我们所有的责任，这也就意味着我们的人格并未完全独立。成为员工之后，我们就具备了人格完全独立的条件。人格独立表现在以下几个方面。

1. 经济上独立

经济上独立，首先要能通过自己的劳动报酬解决自己的基本生活问题，如解决住房、食品、衣服等方面的基本消费。不仅要能解决自己衣、食、住、行方面的问题，还要有所剩余以作为存款，为自己的未来生活做准备。只有经济上独立才有可

能具备完整独立的人格。在经济上不依靠任何人，这是维护自我尊严的基础。只有经济上独立了，才能享受职业带来的成就感。

2. 自我管理

所谓自我管理，就是在健康管理、时间管理等生活的各个方面都非常自立。比如，在平时就养成不暴饮暴食的习惯，约好时间一定守约，等等。另外，注意不过度紧张，保持自己的身心平衡也非常重要。

3. 承担自己的责任

所谓承担责任，就是对自己的言行、选择和判断所带来的一切后果负责。承担责任就是不把自己应该承担的责任往别人身上推，不过分依赖周围的人，不给他们添麻烦，经常检查自己的行为。

由于近年来频繁出现各种意外灾难和事件，所以，远离危难，保护自己的生命和身体的安全也是自身责任。作为自身的责任，我们还要注意自己的金钱管理、职业生涯规划设计等。

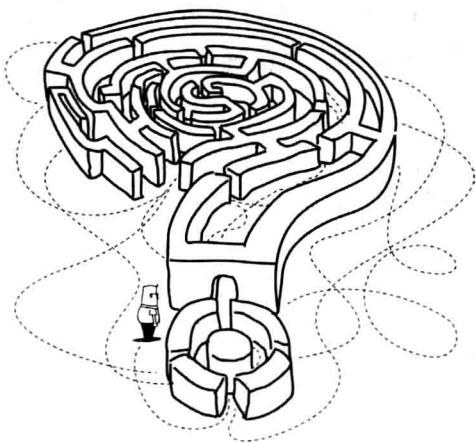
我们所处的时代日新月异，我们应注意吸收新的信息，学会新的知识和技术，从而跟时代一起进步，这也是我们自身责任的要求。

四、自己成为自己的导师

再也不用上枯燥乏味的数学课了，再也不用听老师喋喋不休的“教诲”了，更不用参加各种考试了……此刻，你也许像只刚飞出竹笼的鸟儿，感到无比的自由和快乐！但是，作为一个刚刚进入职场的新人，你需要学习的东西还很多，不仅在工作上需要学习，在人际关系上，甚至在处理个人感情上，需要学习的东西还很多。

人生之路虽然很漫长，但关键的也只有那么几步。刚刚由学生变成员工，就是你人生中最关键的几步之一。由于涉世不深，缺乏必要的社会经验，在我们刚开始职业生涯的时候，需要有人给我们指点迷津，以免误入歧途。那么，我们到什么地方去寻找我们的人生导师？我们又该请谁来做我们的人生导师呢？

虽然我们不方便再去找学校的老师了，但在生活和工作中，只要遇到了困难和疑问，我们仍然可以向父母咨询，向上司和老同事请教。然而，他们只能充当顾问，提供建议；我们人生中那些最重要的决策最后只能由我们自己拿主意，因为只有我们自己才能对我们的人生负责。所以，从你由学生变成员工的那天起，你就变成了自己人生的导师。



作为老师，你首先要想好让自己做一个什么样的人；根据这个设想，制订出自己的学习与工作计划；在执行计划的过程中，如果不能实施，那就要查出原因，调整计划再实施。在实施计划的过程中，你要像老师一样指导和监督自己，并让自己养成一些好的习惯，迅速提高自己的能力。

在制定自己对未来的规划时，你应该将它与你在公司的工作联系起来，因为你所在的公司是你生存的保障，是你事业起飞的平台，即便将来自己创业，也是你创业的资源。

为了实现自己的理想，作为老师你要提醒学生注意自律，对自己的行为进行控制，不做让自己将来后悔的事情。



第三节 员工与学生的区别



一、基本任务

学生在学校的基本任务是“学习”，即学习知识和技术；企业招聘的时候，主要是看学生的学习成绩，也就是说，只要学习成绩好，学生就完成了自己的任务；而成为员工之后，主要任务则是应用自己的知识和技术。当然，由于社会的快速发展，参加工作也还有继续学习的必要，但这种学习的目的也是为了工作。

二、地位

学生在学生时代主要是通过支付学费的方式购买知识和技术，而进入职场以

后，员工则是通过自己的努力工作取得报酬。也就是说，学生在学生时代属于“买方”，而进入职场成为员工之后就变成了“卖方”。

三、能力及其评价

在学生时代，学习成绩就是对学生最基本的评价，评价的手段主要是考试，根据考试成绩的高低来评价学生的优劣。学生要取得好的成绩，主要是靠记忆力和理解能力；作为员工，不管用什么标准来评价他的工作，也不管由谁来评价，最终由工作效果说话。所以，在学校是高才生的学生，进入职场后并不一定就能成为优秀的员工，因为他仅仅具备良好的记忆力和理解能力，但可能缺乏其他方面的能力。

在学生时代，学生的成绩只要不低于60分就行了，但作为员工，他的上司会要求他每一项工作都必须得100分，哪怕99分都不行；在学校是由老师打分，而在职场则是由老板、同事或顾客给他打分。

作为学生，只要考试成绩高于59分就算及格了，即使低于60分，老师还会给他机会，让他补考；但员工的每一项工作都必须得100分，哪怕是99分，上司都不会轻易放过，而且也不会一而再，再而三地给他“补考”的机会。在学校，老师总是“以慈悲为怀”，如果学生成绩稍差一点儿，他也可能手下留情，最终让学生顺利过关；但在职场，无论是由谁来评价工作，没有什么人会照顾个人的情面。

在学校里是不是个好学生，老师主要看学生的考试成绩，如果考试成绩不是很好，但足球踢得不错或写得一手好诗，那么在老师和同学们眼里，他仍然可能很出色；但作为员工，不管你人缘如何好，你才华如何横溢，如果没有工作业绩，那一切都为“0”。

四、集体构成和人际关系

学生与员工两者之间的最大不同就是集体构成。在学生时代，生活在一起的同学年龄基本相同，因此兴趣和爱好大同小异，特别是思考问题的方法和看问题的角度基本相近。所以，彼此之间无论是谈话的内容，还是说话的方式，都有些“臭味相投”；而职场则是由许多不同年龄、性别、学历、出身的人组成的，他们不仅在兴趣、关心的问题、考虑问题的方法和对同一事物的感受方面不同，更重要的还有长幼之分和尊卑之别。

作为公司员工不仅与学生有很大的区别，而且与自由职业者和临时工也有很大



的区别。现在社会上存在很多自由职业者和临时工，即使是临时工，他们也应对自己的工作绝对负责，但与公司员工相比，他们更看重现实的短期利益。所以，作为员工，我们应该为我们充实的人生感到自豪！

读书笔记



第二章 做好进入职场的心理准备

如果你参军入伍，成为一名战士，那你不仅要掌握过硬的军事技能，还要做好这样的心理准备：你随时有可能奔赴战场，在保卫祖国和人民的战斗中牺牲。作为白领，当你进入职场时，你同样要做好相应的心理准备。

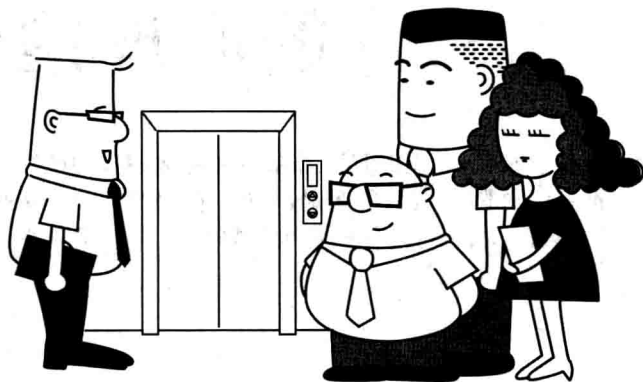


第一节 迎接崭新的生活方式



一、学会职场语言

语言是我们人际沟通最基本的工具，沟通效果不仅决定我们的工作效率，而且影响我们的人际关系。因此，进入职场后，新员工第一件事就是要学会使用职场语言。职场语言是指职场上人们的语言习惯和方式。



1. 养成说“早上好”的习惯

作为职场新人一定要养成说“早上好”的习惯。早晨上班时对上司和同事说声“早上好”，下班时说声“再见”，就这么两句话，这对你来说可能很简单，没有特别的含义，但对你的同事们来说，他们的感受可能大不相同，他们能感受到你的教养和工作热情。因此，当你在工作中遇到困难，需要他们的帮助时，他们会很乐意给你更多的帮助和支持。相反，如果同事对你说“早上好”你毫无反应，那人家就会在后面说你“不懂礼貌”等，这样他们自然就会疏远你。

2. 下班时一定要打招呼

作为新员工，你的工作负荷可能不是很重，不需要你加班。如果到了下班时间，你周围的同事都还在工作，你一个人悄无声息地下班了，那只会让你的同事包括你的上司不高兴。所以，下班时，你要像早晨上班时对办公室的同事打招呼说“早上好”一样，对同事打招呼说“明天见”。不过，你不可能总是比同事提前下班。随着你工作经验的积累，你的工作量也会随之增加。也许你正收拾东西准备下班时，你的上司可能又会叫你：“小李，帮我找一下这几个数据。”因此，即使你确认今天没什么工作了，也应先跟上司打招呼“还有什么事要我做吗？”得到上司

的确认之后你才能离开办公室。

3. 改变“学生腔”

职场新人由于过去长期生活在校园中，说话时自然会有一些“学生腔”，比如说说话结束时喜欢带一个表示语气的尾语，或者见到只要比自己年长的同事都称为“老师”等。语言是有惯性的，“学生腔”是多年以来养成的语言习惯，要在一朝一夕改变是很困难的。如果你不改变“学生腔”，即使你说话很自然，对对方也很尊重，但你仍有可能引起对方的误解和不愉快，这对你工作非常不利。因此，成为职场新人之后，首先要下决心改变自己的“学生腔”。

4. 少说“流行语”

由于电视、网络等媒体的发达，大量追求新奇甚至哗众取宠的广告语言进入以中小学生为主的青少年的口语中，让它们变成了“时尚”的流行语。现在一些职场新人，说话经常使用“流行语”，以表达自己的兴趣，不管上司或同事能否接受。使用一些流行语、新造的词语，开开玩笑和说说笑话可以，但在工作时与上司和同事交流就不合适了。如果你在工作中经常使用网络“流行语”，你只会给上司和同事一个为人肤浅的印象。因此，作为职场新人应尽快改变学生时代那种想说就说，言无顾忌的习惯。

二、增强时间观念

绝大部分公司的上班时间都是从上午9点到下午6点，除中午吃饭休息1个小时外，其余8个小时都要认真工作，完成既定的工作目标。作为公司员工，再也不能像学生时代寒暑假做临时工那样，高兴时多做一点儿，不高兴时就偷懒。如果是那样就失去了作为公司员工的资格。因此，成为公司员工之后，要保持高度的时间观念，无论是早上起床，还是在上班期间，都要抓紧时间。可以说，是否树立起“时间就是效益”的观念，是一个人由学生转变为公司员工的重要标志。

