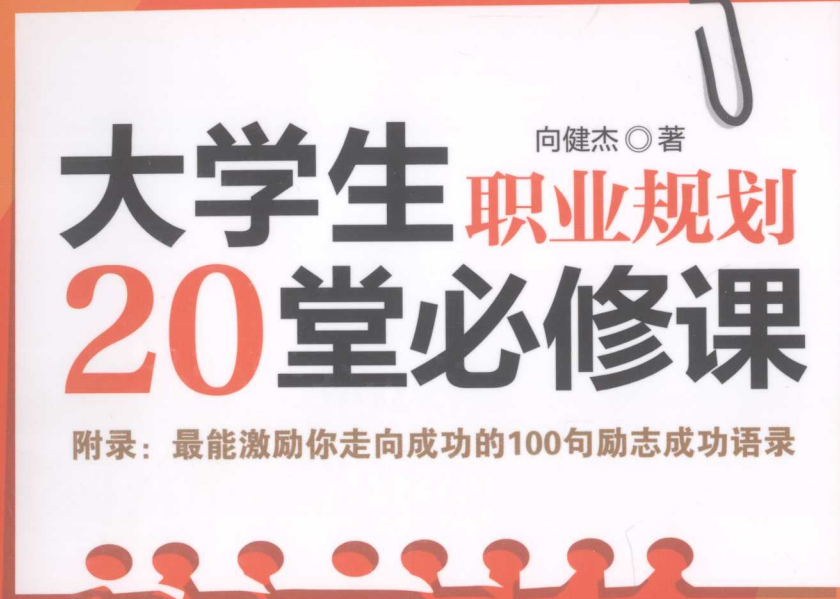


大学生必读

大学生就业创业
指导首选读本

最受欢迎
成功励志读本



大学生职业规划 20堂必修课

向健杰◎著

附录：最能激励你走向成功的100句励志成功语录

本可以改变当代大学生命运的书

名校校长极力推荐 人因梦想而伟大

广东出版集团
花城出版社

014034228

G647.38
587

大学生职业规划 20堂必修课

向俊杰◎著

附录：最能激励你走向成功的100句励志成功语录



北航

C1722573

广东省出版集团
花城出版社

中国·广州

G647.38
587

855380310

图书在版编目(CIP)数据

大学生职业规划20堂必修课 / 向健杰著. -- 广州 :
花城出版社, 2014.1

ISBN 978-7-5360-6708-0

I. ①大… II. ①向… III. ①大学生—职业选择②大
学生—创造教育 IV. ①G647.38②G640

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第005205号

出版人: 詹秀敏

责任编辑: 邓如

技术编辑: 薛伟民 陈诗泳

封面设计:  SJJE DESIGN
G:174499191
http://www.sjje.com.cn

版式设计: 林露茜

-
- | | |
|------|---|
| 书 名 | 大学生职业规划 20 堂必修课
DAXUESHENG ZHIYE GUIHUA 20 TANG BIXIU KE |
| 出版发行 | 花城出版社
(广州市环市东路水荫路 11 号) |
| 经 销 | 全国新华书店 |
| 印 刷 | 广东新华印刷有限公司
(广东省佛山市南海区盐步河东中心路 23 号) |
| 开 本 | 880 毫米×1230 毫米 32 开 |
| 印 张 | 10.625 |
| 字 数 | 200,000 字 |
| 版 次 | 2014 年 1 月第 1 版 2014 年 1 月第 1 次印刷 |
| 定 价 | 32.00 元 |
-

如发现印装质量问题, 请直接与印刷厂联系调换。

购书热线: 020—37604658 37602954

花城出版社网站: <http://www.fcph.com.cn>

人因梦想而伟大！梦想才是人一生最大的财富。

I

前言

Introduction

001

在2006年2月发布的《1999—2005年美国企业在华营商环境调查报告》显示：如今在华外企的发展最大的难题是人才紧缺，而且这一难题还会在未来相当长的时间里存在。70%的公司都认为他们的业务因高级人才缺乏而受到了严重影响；然而，许多企业都明确表态不招大学应届毕业生。

据中国共青团中央学校部和北京大学公共政策研究所根据《2006年中国大学生就业状况调查》所得出的结论：“六成中国大学生毕业即面临失业。”另据2011年广东人力资源报告：广东每年就业有缺口几十万，但是大学生就业形势依然非常严峻。

2012年两会报道：“调查显示中国有65%以上的家庭存在‘老养小’现象，30%左右的青年基本靠父母供养。”

据中国青年报报道：最近出炉的“2011届大学生毕业生求职

期待分析报告”显示：学历越高创业意愿就越低。

近年来，我国的高等教育在不断地扩招，大学生人数在逐年增加，而“啃老族”却与日俱增并迅速扩大，这表明，我们的教育、我们的大学人才的培养以及对人才评估标准出了大问题！这种啃老现象很快就会从一种“家庭现象”演化成严重的“社会问题”……

一份2006年世界大学排名的前10位中，美国的大学占了8个，而享有中国最高学府之美誉的北大、清华却已经跌出200名之外，这在某种程度上说明中国教育质量的落后。最直接的体现就是代表一个国家的教育最高水平的大学的教育水平，也就是大学能够培养出什么样的人才，对国家、对社会、对世界有用的国际化人才。这也反映了我们国家的大学生人才在国际人才的竞争中所处的地位。

002

中国绝大多数大学生缺少阅读的习惯，甚至不看与考试无关的书，据调查，中国当代大学生有超过80%没有阅读的习惯，这是一件多么可悲的事情！

前不久在广州做了一个关于大学生就业实习状况调查：在充斥着整个城市的汽车4S店，卖汽车的哥哥姐姐给人感觉是很有职业素养，穿着得体大方有礼而且形象也很好，他们通常都是毕业不久的大学生。但是，你知道他们在刚刚大学毕业时所拿的薪水是多少吗？刚刚毕业的大学生为实习生，2011年之前的基本工资定位是300元每月，2012年后好像是升到600元了，实习时间通常为6个月。在许多类似的行业里针对刚刚毕业的大学生都是如此，原因是什么？许多行业人士表示：大学生本科生还不如中专生或者大专生好用。因为现在的大学生尤其是重点名校毕业的本科生和研究生，他们非常缺乏基本的职业素质，没有一技之长而

且还眼高手低，很不稳定。

在就业形势日益严峻的今天，大学生却未能深刻地意识到自身综合素质与社会职业岗位之间的巨大差距，他们的就业创业意识还远远没有跟上中国社会主义市场经济发展的需求，以及全球化人才竞争的大环境。

中国的青年一代，尤其是大学生们，担负着中国未来的重担。正如梁启超所说：“少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步。”

但是，让人很纠结的是如今的中国大学生们所面临的困难和挑战是前所未有的，他们是在中国应试教育里走出来的考试型的人才，却缺少了职业化所最需要的而且是最重要的综合能力、职业化所需要的软实力。在当今全球化日益严峻的竞争中，他们面临着对自己有着高期望的父母，以及早已习惯了应试教育的学习模式和学习氛围，以及日益浮躁的社会心态的负面影响。

他们早已从原来的“天之骄子”掉了下来，有待更多过来人能够帮助他们指明方向，转变观念，树立梦想和自信，找到适合自己的成功的方法，面对现实，终身学习，积极进取，使他们在步入职场后，能够走得更稳更踏实，使他们能够为中国的崛起发挥中流砥柱的作用。这是多么迫切的事啊！

如果有更多的人能够多一些把成功学、MBA 课堂以及成功的职业化教育课程搬进大学校园，提前教育大学生们如何成功就业；如何快速提升自己的职业素质；如何规划自己的职业生涯；如何创业成功；帮助当代应试教育下的大学生找到自己的人生方向实现自己的梦想，那该是一件多么美好的事啊！

中国教育只重视硬实力，不重视软实力。而决定一个人成功

的关键往往是靠软实力。大学生毕业找不到工作，无数的企业招不到需要的人才，而影响人的一生职业化教育在中国整个教育体系中几乎看不见，特别是在我们的大学教育中几乎不受重视，这是最令人惋惜的事。

在中国应试教育的笼子里走出来的当代大学生，如何面对竞争？如何生存？

希望当代大学生们能够认清现实，找到自己的短板，学会独立思考 and 变通，拥有“归零的心态”，脚踏实地，从小事做起，终身学习，提升自己的职业素质和综合能力，通过终身学习和积极参加职业化的培训，来提升自己的价值，使自己能够快速地适应社会和职场的残酷竞争，最终赢得人生的成功。

一个人幸运的前提是他有能力改变自己。人生舞台的大幕随时都可能拉开，关键是你愿意表演还是选择躲避。拼来的是人生，等来的是命运。

什么是成功？

成功就是挑战自我，做最好的自己，就是不断超越自己。

成功也是多元化个性化的，每个人的成功都是独一无二的。

每个人都向往成功，每个大学生都渴望着成功。但是，我们又真正理解成功了吗？认识了吗？多少人对成功流露出了困惑，尤其是当代大学生，很容易人云亦云丧失自我，在面对出国、经商、创业、从政考公务员等等职业选择中，感觉无所适从找不到自己，甚至是完全失去了自己的主见和立场。每个人对成功的认识都有所不同，每个人都想拥有成功，但是，成功对于大多数人又是那么遥不可及。

为了尽自己的最大努力来帮助更多的中国大学生获得成功，“华旭大学生就业创业中心”在成立之际，专门引导应试教育下的

中国大学生们做到“适应变化，学会改变”，从而获得人生发展方向和职业的成功而编著这本书。

本书的意义和目的就是想使大学生们能够立即转换自己的社会角色，避免恐惧与迷茫，正确地把握人生的方向，成功地走向社会，快速地适应社会激烈的竞争环境，在最短的时间里走上快速的职业通道，去获得属于自己的那份成功。使大学生们在人生的道路上少走10年弯路、错路；避免大学生们成为“啃老一族”是我编写此书的最大心愿。

小学努力学，中学拼命学，大学放松学，到了社会不知道学！这已经是中国应试教育里学生的普遍现象。

命运如同手中的掌纹，无论多曲折，终掌握在自己的手中。

本书从多个角度分析大学生要想获得成功所必须具备的综合素质：首先认识自我，发现自我，学会做人做事的成功法则；懂得生活和养成终身学习的习惯，做好人生的规划；并且以大量成功的事实故事告诉大学生们如何快速进入社会职场，快速适应职场的竞争，快速获得职位的一个良好的开端和找到成功方法。

在这本专门写给大学生的书里，我们一起探索成功的奥秘，寻找通向成功的道路。我们真心希望能够帮助当代大学生们快速找到适合自己成功的方法，对关于如何成功为他们进行指导与帮助。

在此，我希望更多的有志向的大学生们，能够从《大学生职业规划20堂必修课》一书中找到开启成功之门的金钥匙。在求学及未来的发展中找到自己的人生坐标。

世界是我们的！人生不止一条路，不走独木桥，人生成功之路将更宽阔！

机会面前人人平等，但机会并不平均分配，上帝只青睐有准

备的人。就让一切从今天开始吧！从现在开始，我也微笑着面对世界，我能够活得更好！

成功的人不是赢在起点，而是赢在终点。现在的你在干什么是什么样子都不重要，重要的是你将来想成为什么样的人！自助者，天助！上帝只会帮助那些自救的人！

中国是正在崛起的世界大国，这里会有无数的机会在等着你去把握和争取，只要你能运用你的智慧与勤劳，积极主动地去思考和行动，成功就会属于你！

“为中国大学生就业创业保驾护航。”这是我们华旭人的使命。

帮助更多的大学生获得成功是我们为之终身奋斗的目标。在此，感谢华旭教育的优秀成功学讲师们！感谢华旭教育的各位团队成员们！是他们为本书提供了许多素材以及案例。感谢所有帮助、指导以及鼓励过我的人们，谢谢！

另外，敬请关注我的另一本名叫《钱学森的忧思》的书，这本书也是我在同一时期编写的，预计在《大学生职业规划 20 堂必修课》出版后的不久就会发行。那是一本有关素质教育与中国教育改革的书，希望能够为中国未来教育改革的方向以及人才的培养模式进行探索和分析。由于本人的阅历与文学水平不够，本书还存在许多的问题与不足，请各方人士提出宝贵建议，本人万分感激！

向健杰

C 目录 contents

。 害怕的大哥全一入主下数楚！大幹西数楚图入



001 前言

第一篇章 我是谁，我要做什么

003 我是谁

011 你想成为什么样的人

019 中国应试教育体制里走出来的大学生与美国一流的素质教育体系下的大学生的差距有多少

031 硬实力与软实力

035 自助者，天助

041 做最好的自己

051 改变观念：了解公司的力量

057 明白你在为谁工作

060 明白你的工资从哪里来



第二篇章 人生规划的法则

职业成功法则第一课：有明确的人生目标

- 073 信念与梦想
- 077 人因梦想而伟大
- 079 心怀梦想
- 082 雄心，成大事的畅想曲
- 084 想想十年后自己的样子——远见的重要性

职业成功法则第二课：做好自己的职业规划

- 086 千里之行，始于足下——看清理想与现实
- 089 目标越大越明确越好
- 092 如何实现目标，分阶段实现大目标
- 095 “不务正业”未必就是坏事
- 097 你的择业观与潜在能力的积累比你的专业更重要
- 099 大学生毕业求职就业中的三大误区
- 100 费尔通职业生涯的四个阶段
- 101 走好职业生涯的第一步很重要

第三篇章 做人的法则

职业成功法则第三课：诚信做人

- 105 人无信而不立，诚信是立业之本

108 失去了诚信，就失去了所有

110 诚实只会为你带来收获

职业成功法则第四课：成大事一定要有好心态

112 成大事一定要有好心态

113 态度决定成败

115 一切成就都始于积极的心态

119 消极的心态是成功的最大敌人

121 做心态的主人

123 悲观者与乐观者

125 保持乐观心态的六个原则

职业成功法则第五课：务实自立

127 脚踏实地才能实现梦想

130 自强，做一个生活的强者

132 低调的人离成功最近

职业成功法则第六课：学会微笑

134 微笑就是你最好的名片

138 融洽的个性为你带来人缘和财源

职业成功法则第七课：做好吃苦的准备

141 吃苦中苦，做人上人

144 不努力工作，就努力找工作

第四篇章 做事的法则

职业成功法则第八课：你的职业形象价值百万

- 149 你的职业形象价值百万
- 151 拥有好形象，成功会更快
- 153 时刻准备好自己的“三分钟”，努力给他人留下良好的第一印象
- 156 好形象要从“头”做起
- 158 人人都要懂得的见面礼仪
- 161 合理的服饰打扮
- 163 注重仪表和礼貌

006

职业成功法则第九课：学会自我营销

- 164 自我营销，从求职开始
- 167 做好你的简历——为自己做一份有价值的简历
- 169 获得面试机会后要做什么准备
- 170 要尽可能地表现出自己的学习能力与对工作的渴望
- 171 面试时如何自我介绍——请不要小瞧“自我介绍”
- 174 如何恰到好处地应付面试官的提问
- 175 大学生毕业如何缓解找工作面试时的紧张情绪
- 177 可以直言不讳谈薪酬

职业成功法则第十课：学会沟通

- 178 赫洛克定律——赞美是人际关系的润滑剂

- 180 换位思考，为他人着想就是为自己着想
- 182 多与上司沟通，良好的沟通是信任的源泉
- 184 与同事真诚合作，为成就事业做铺垫

职业成功法则第十一课：良好的职业素质是成功的基石

- 187 双赢法则——忠诚自有忠诚的回报，忠诚最大的收益者就是你自己
- 191 忠诚是一种职业道德
- 193 责任感比能力更重要
- 200 不负责任的员工，是社会和企业最大的噩梦
- 203 养成守时习惯
- 205 敬业精神永不过时
- 208 团队精神让你立于不败
- 210 点燃你工作的激情

007

职业成功法则第十二课：从小事做起

- 211 从小事做起
- 218 学会做计划，按部就班，实现目标
- 220 细节决定成败，用心才能看得到

职业成功法则第十三课：找到成功的方法

- 224 方向比努力更重要
- 227 做事讲究策略，成功要讲方法
- 236 积极主动，只有傻子才会守株待兔

239 行动起来，你也会有 100 万

职业成功法则第十四课：强烈的成功欲望

242 把失败当成一种财富

246 再坚持一下，成功就在下一个路口等着你

248 史泰龙与桑德斯的 1855 与 1009 次失败

251 真正的失败是放弃

254 把“不可能”变成“可能”，一切皆有可能

第五篇章 终身学习法则

职业成功法则第十五课：终身学习

261 千万要记住，什么时候开始学习都不晚

265 归零的心态，一切从零开始

267 勤于学习，善于学习

269 犹太人信奉的人生哲理

273 大学毕业了，更要学习

275 每天进步一点点

职业成功法则第十六课：终身思考

277 永远都不要停止思考

279 创新思维，想到才能做到

284 检讨是成功之母，每天留十分钟时间检讨自己