

<<求职技巧一本全>>

图书基本信息

书名：<<求职技巧一本全>>

13位ISBN编号：9787219062845

10位ISBN编号：7219062842

出版时间：2008-8

出版时间：广西人民出版社

作者：梅雨霖 主编

页数：304

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<求职技巧一本全>>

### 前言

就业关系着个人的生存，关系着家庭的幸福，也关系着社会的发展，是每个人都必须正视的大问题。高速发展的科学技术既压缩着力气型、密集型的旧式简单劳动，也创造着智能型极高、灵活性极大的全新就业机会。

虽然我国这二十年来的就业形势非常严峻，但总体毕竟喜多于忧。

实践中怎样去实现顺利就业？

著名社会教育家、就业创业专家梅雨霖教授开具了七大要方：一要摆正就业观念。

由于历史和现实的种种原因，目前我国不少公民在就业的问题上还存在着一些亟待转变的陈旧观念，较典型的表现“五多五少”，即想就业的多，敢创业的少；想搞管理的多，愿去一线操作的少；想托关系的多，愿凭本事干的少；想高薪的多，图发展的少；急功近利的多，踏实肯干的少。

这些观念导致不少公民在就业上选择面过窄，流动性加大，客观上也给现阶段的就业造成了一些负面影响。

梅教授认为，人还是要务实一点好，只要具备一颗务实的心，一切都会有希望：岗位可以调整，经验可以积累，本事可以学习，财富可以创造，没事干的人可以去做没人干的事。

如果一味跟风，不切实际地做着攀高附贵的美梦，理想的得不到，务实的又不愿干，恐怕只能永远希望，永远失望，到头来难免两手空空。

## <<求职技巧一本全>>

### 内容概要

本书稿是作者多年来在北京、江西等数十家院校、专业机构讲授就业创业及人力资源管理课程和讲座时，综合回答各种疑问的基础上不断修订、完善而成。

以专业眼光，精选了求职者在求职过程中最常遇到的问题，按照问题出现的先后编写安排。

涵盖了求职前、求职中、应聘与面试时、上岗后需注意的各种操作技巧。

出实招、秘招，使入选的各种求职方法与技巧，都能从不同的层面或角度上给人以实实在在的帮助，给求职者提供切实的点拨和帮助。

本书的读者对象为即将毕业走上职场的大中专毕业生及广大社会求职者；对下岗再就业者也有相当的启发和帮助。

本书既可作就业实训教材，也可作普通工具书收藏学习。

书中的许多经典分析与精辟概括，对各高校的就业指导教师也是一份难得的参考资料。

<<求职技巧一本全>>

作者简介

梅雨霖，江西湖口县人，江西大学中文系毕业。

大学教授（已退）。

先后供职于北京第二外国语学院、北京中医学院、中央广播电视大学、力江学院。

主要研究方向：中文、中医保健、公共关系、就业创业。

著书20本，近年主要有：《点击就业》、《点击创业》等（均由暨南大学出版社2006年元月出版）；

《农民工创业指南》等（中国农业出版社2007年元月版，十一五国家重点图书）；《家庭用药指迷》

、《奇奇怪病话趣》、《家庭保健按摩》等（均由辽宁科技出版社2007年7月出版）。

现为中国近现代史料学会理事、北京医药技术推广中心专家委员。

## &lt;&lt;求职技巧一本全&gt;&gt;

## 书籍目录

职业知识篇 1.现代社会的职业特点 2.我国近二十年的就业形势 链接：我国近年大学毕业生人数  
 3.我国的职业分类与实际构成 4.理清现行职业制度 5.我国用人单位种类与职业需求 6.常见行业的选人用人要求 链接：供求不匹配是就业的大障碍 7.未来的热门职业 8.未来的职业模式 9.什么叫职业声望 10.什么叫职业发展 11.什么叫人职匹配 链接：“知识型失业”的五大形式 12.现代青年的职业兴趣类型 13.个性与职业的关系 链接1：个性与职业如何匹配 链接2：八种人驰骋职场不顺 14.性别与职业的关系 15.年龄与职业的关系 链接：青年人的全球失业率 16.智商、情商与职业的关系 17.别过分迷信学历 18.自费毕业生的就业政策 19.正确看待失业现象 20.正视就业难的自身原因 链接：大学生缘何“回炉” 技校求职技巧篇 21.职业信息的来源与采集、加工 22.不同群体的求职优势和不足 23.怎样根据自己的气质、兴趣、性格、能力来选择职业 24.怎样应用六类型关系图来选择职业 25.充分认识观念的作用 26.求职前的知识准备 27.求职时的材料准备 28.求职中的力量安排 29.常用求职途径与方法 链接：常用求职方法的成功率 30.职业选择的决策步骤 31.制约职业选择的因素 链接：社会对不同职业的期望值 32.企业怎样挑选求职者的简历 33.简历制作技巧 链接1：简历简评 链接2：把握好简历的关键部件 34.缺乏工作经验怎么办 35.求职信的制作 36.填写求职表格的诀窍 37.如何上网求职 链接：增加简历点击率的招数 38.我国国家公务员的考录 链接：怎样写好申论 39.求职中的主要禁忌 链接：招聘者的感慨 40.别让聪明成为求职的路障 41.成功求职八大因素 42.求职“心结”如何解 链接：实用求职小技巧 43.以法律应对就业歧视 44.对异地求职者的忠告 45.警惕职场骗局 链接：当心、求职中的陷阱 46.年龄偏大者的求职技巧 链接：企业不欢迎的六种人 47.近年的抢手人才、热门专业与新兴职业 链接1：2007年第四季度全国部分人才市场供求情况及分析 链接2：职业取向测评面试技巧篇 48.怎样自我介绍 49.常见面试问题解析及回答思路 链接：职场中的语言技巧 50.面试中的说话技巧 链接：口才训练练习 51.面试中的答话技巧 链接1：职场口才述评 链接2：口才分析练习 52.面试中的心理障碍与调适 53.面试中的着装技巧 54.面试中的化妆技巧 55.面试中的时间把握技巧 56.面试中的距离技巧 57.面试中的礼仪技巧 58.学会化解面试中的危机 59.培养自己的应变能力 链接：面试中的赢“心”术 60.预测面试结果的技巧 61.面试过后怎么办 62.应聘中的细节技巧 63.应聘中的参与技巧 64.应聘中的展示技巧 65.应聘中凸显优势的技巧 66.跳槽者应聘时的注意事项 67.理智面对失败 链接：面试焦虑状态测评上岗技巧篇 68.完整的聘用程序 69.面对第一份工作的心态点拨 70.怎样订立劳动合同 71.社会保险的含义 72.什么是人事代理 链接：人才派遣 73.知道上岗后的感受吗 74.如何确定职业目标 75.怎样做好职业规划 76.如何进行职业定位 77.冲浪职场的总原则 78.什么是职业道德 79.什么是职业性格 80.什么是职业能力 81.什么是职业素质 82.如何培养责任心 83.注意培养团队精神 84.要磨砺哪些职业素养 85.职场应遵守哪些原则 86.保留好习惯，改掉坏习惯 87.如何安度职场断奶期 88.怎样释放职场压力 链接：测测你的工作情商 89.哪些原因影响升职 90.老板怎样炒人 91.注意积累职场智慧 92.劳动者享有的基本权利和义务 93.劳动保护的法定原则 94.关于职业病 95.怎样解决劳动争议薪资技巧篇 96.岗位测评不等于岗位分析 97.我国的薪资构成方式 98.决定工资的七大要素 99.我国目前的职场薪资行情 100.业界薪酬大趋势 101.初入职场者如何评估自己的薪资 102.要求加薪的技巧 链接：关于兼职兼薪 103.最低工资制度 104.当心薪资中的骗局交际技巧篇 105.正确看待同事的评价 106.务实地界定成功 107.自警自律六招 108.求人的艺术 109.怎样与上司相处 110.怎样与同事相处 111.怎样与雇主的亲友相处 112.交朋结友四诀 113.防范小人“三要” 114.四种老板应避免 115.七种朋友谨慎交 链接：异常人格者的八种表现跳槽技巧篇 116.怎样进行职业再选择 117.如何调换工作 118.跳槽前的准备 119.跳槽时忌说的话 120.跳槽时不能做的事附录1：部分省、市人才市场与网站集览附录2：部分大中专毕业生就业服务网站参考文献

## 章节摘录

由此可见，对自己充分的了解，是每一个求职者进行职场定位的依据与前提；而我们许多适龄劳动青年，在面临巨大的就业压力时，却往往很少能真正做到全面了解自己。

2. 择业过程中的心理素质准备不足。

这种准备不足首先表现在既不敢于竞争，又不善于竞争上。

当今的时代，竞争机制已经渗入社会的各个领域和人生的整个过程。

学习生活一开始，同学之间便开始了学习成绩的竞争，人人都希望得到好成绩，升入好的中学和大学。

在大学阶段，竞争更为激烈，评“三好”学生、优秀毕业生，评奖学金，推荐研究生等，无一不和竞争联系在一起。

但是我国的适龄劳动青年自身的竞争意识在过去并没有得到真正的强化，有的适龄劳动青年面对挑战显得手足无措。

深化改革的今天已经对强化适龄劳动青年的竞争意识提出了迫切要求，也提供了客观环境。

迎接新的挑战，强化竞争意识也是广大适龄劳动青年们在择业前最基本的心理准备。

适龄劳动青年们强化择业的竞争意识，一是要在正确自我评价的基础上，充分相信自己的实力，敢于通过竞争去达到理想的目标。

二是必须在心理上准备同“铁饭碗”、“大锅饭”的传统告别。

必须从社会进步和深化改革的角度来加深对竞争机制的认识，强化自身的竞争意识，自觉地正视社会现实，转变观念，做好参与竞争的心理准备。

但要想在求职与择业中取得成功，仅仅敢于竞争还不够，还必须善于竞争。

善于竞争就具体体现在必须具备良好的心理素质、实力和良好的竞技状态。

比如，期望值是否恰当。

期望值是个人愿望与社会需求的比值，期望过高会使心理压力加大，注意力难以集中，造成焦虑，影响正常水平的发挥。

这都要求我们的适龄劳动青年在准备投出自己的简历之前一定要有充分的自我认识。

再如，求职面试时情绪一定要轻松自如。

面试时，要克服情绪上的焦虑和波动，如果一个人能够自始至终地以良好的情绪对待学习、工作和生活，那他就有可能在竞争中获胜。

很多适龄劳动青年能力不差，却在面试时失败，很大程度上正是与其心理素质差有关。

<<求职技巧一本全>>

编辑推荐

《求职技巧一本全》既可作就业实训教材，也可作普通工具书收藏学习。书中的许多经典分析与精辟概括，对各高校的就业指导教师也是一份难得的参考资料。

<<求职技巧一本全>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>