

初入职场，做好四方面准备

毕业季即将来临，面对未知的职场，职场新人们是否真的已经做好了准备？

身体状态上的准备

时下，大多数年轻人喜欢上网娱乐、玩游戏，夜生活丰富，不到十二点不休息，有的甚至更晚，是十足的夜猫子。其实，这样非常不利于工作。小王实习第一天迟到就是因为前一天晚上打游戏打到凌晨三点。像小王这样熬夜晚睡，第二天还要面对复杂的工作，即使是一些工作已经得心应手的熟手都难以招架了。事实上，越来越多的职场人士出现工作倦怠、亚健康状态，这在一定程度上缘于其自身养成的不健康的生活习惯。因此，职场新人们要懂得取舍，放弃一切影响工作的不良生活方式，加强运动，才能更好地占领属于自己的“一席之地”。

精神面貌上的准备

一个人的“精气神”很重要，一个“精气神”足、气宇轩昂的年轻人，往往能给同事、领导留下好印象；反之，领导则“怎么看怎么不舒服”。



服”。一个人的“精气神”主要体现在形象和气质上，像小王第一天实习那样，头发凌乱、不修边幅，给人的第一印象就不好；同时，还要特别提醒一下，上班的穿着与平时在学校的穿着有些差异，建议不要穿“乞丐裤”“人字拖”“拳王衫”等夸张的衣服去上班。另外，言行举止要体现出年轻人的朝气、精神饱满，不要给人留下萎靡不振的印象。

心理状态上的准备

一个人内心的力量非常强大，要有克服困难的勇气和信心。作为新人在工作中肯定会遇到一

些难以预计的困难，甚至误解，磕磕碰碰、受点委屈在所难免，千万不能因为几次求职不成功而垂头丧气、一蹶不振，而是要努力看到问题，并且进行调整，要对自己有信心。很多时候，成功的关键就在自己身上，就在于自己心理状态的调整。成功的人首先控制住自己，始终坚强独立，自信执著，从而逐步走向成功；同时，要学会宽容。俗话说，心宽境自阔。在工作中一味追究他人的过失，放大别人的过错，其结果往往是两败俱伤。因此，职场新人一定要学会宽容。

提升自己的准备

很多人在找到一份满意的工作后，往往会安于现状，认为自己现在已具备的能力足以应对现有的工作，不需要进一步提升了，从而放松了对自己的要求。其实，职场新人更应注重走上工作岗位后的学习和锻炼，要把眼光放得长远些，要有危机意识，在完全适应现有的工作后，还注重业务能力和知识的延续性，要切实制订可行的职业发展步骤，有针对性地选择培训和学习，这样才能快速地成长和发展。



如何面对第一份工作(中)



文/史顺利

毕业后的第一份工作对于个人职业生涯的重要性不言而喻。专家认为，第一份工作会成为标杆，影响你对新工作机会的判断；第一份工作形成的工作经验，包括工作方法、工作习惯、工作态度会使你形成思维定式；第一份工作的收入会影响你对未来收入的期望，等等。综上所述，毕业后的第一份工作对个人的影响是比较大的。俗话说，态度决定一切，作为刚跨出校门的新人，究竟应该以怎样的心态面对第一份工作呢？

上一期，和同学们分享了“不要轻言放弃，多给自己时间与机会”的故事，这一期，让我们来看看“如何认真对待自己的位置”。

小王从北京某高校毕业后没拿到留京指标，在北京流浪了两个月也没找到一份如意的工

作，最后费尽心思才进了北京朝阳区一家鞋厂流水线做工。

“主管把我安排到流水线最差的位置上打包装。这是最简单的工种，连文盲也能做。我总是很快做完自己手头的事情，然后望着前面发呆。流水线上只有我和主管是男性，其余的全是女工。我很忧郁，感到十分失落甚至羞愧，我觉得自己是流水线上最低等的公民。”

“不久，主管把我调到流水线的最前端学习第一道工序。坐在最前面，我总觉得下面有几十双眼睛忽闪忽闪地看着我，这时我才发现最上面的位置不好坐。又过了一段时间，主管开始教我学习第二道、第三道工序。看来主管想要我把流水线上的十几道工序全部学完。我弄不懂主管为什么要这样对我。”

“有一次，我跟行政主管一起吃饭。在他

暗示之后，我才知道公司早把我划入储备干部之列。原来公司用心良苦对我进行培训，我却还感觉‘英雄无用武之地’。从此，我端正了工作态度，认真踏实地完成每一项工作。”

“没过多久，我被提拔为管理干部。离开流水线前，我跟主管道别，他语重心长地对我说：‘年轻人，不管做什么事情，都要认真对待。’”

【启迪】

小王说，到现在他还一直记着主管对他说的那句意味深长的话。刘备曾留给后人一句话：“勿以善小而不为，勿以恶小而为之。”是的，事无大小，都要认真对待，尤其是刚离开校园不久、工作经验不足的年轻人，一定要认真对待工作中的每一件事情，无论它有多小、多简单。