

就业创业指导报



●主 办:河南师范大学就业创业指导服务中心
●顾问:马治军 ●总编辑:宋京双 ●副总编辑:冯峰 马二杰
●编辑部主任:王灵修 ●总第 24 期 ●2019 年 4 月 10 日

本期导视

- ◇二版:大学生创业十大“秘籍”、二十五岁之前培养的八种职场竞争力、妙计 12 则助你考研上岸
- ◇三版:耐得住寂寞,守得住繁华、人生得意须尽欢,勿于回首悔莫及、我的大学:不负时光
- ◇四版:改变,请从今天开始、感谢生活的磨砺、雷军北大演讲:我们总该有一点点梦想

教育部关于做好 2019 届全国普通高等学校毕业生就业创业工作的通知

各省、自治区、直辖市教育厅(教委),有关省、自治区人力资源社会保障厅,部属各高等学校、部省合建各高等学校:
促进高校毕业生就业创业,既是民生,也是国计,事关广大群众切身利益,事关社会和谐稳定,事关社会主义现代化建设,事关高等教育健康发展。为深入贯彻落实习近平新时代中国特色社会主义思想,全面贯彻党的十九大精神,全面落实全国教育大会精神,把“稳就业”放在更加突出的位置,努力实现高校毕业生更高质量和更充分就业,现就有关事项通知如下:

人才培养全过程,把创新创业教育和实践课程纳入高校必修课程体系,促进创新创业教育与实践教育有机结合、与思想政治教育深度融合。开展好大学生创新创业训练计划、中国“互联网+”大学生创新创业大赛和“青年红色筑梦之旅”活动,着力培养学生的创新意识、实践能力和奋斗精神。

不法行为。普及就业创业有关法律法规知识,提高大学生的法律意识和维权意识。加强毕业生和用人单位诚信教育和管理,做到诚信签约、诚实守信。

一、拓宽就业领域,着力促进高校毕业生多渠道就业

1. 引导毕业生到基层就业。各地各高校要深入贯彻落实中央《关于进一步引导和鼓励高校毕业生到基层工作的意见》,落实基层就业学费补偿贷款代偿、考研加分等优惠政策。要继续配合相关部门组织实施好“特岗计划”、“大学生村官”、“三支一扶”、“大学生志愿服务西部计划”等基层就业项目,结合地方实际适当扩大地方基层项目的实施规模。要围绕乡村振兴战略,引导毕业生到现代农业生产、经营等领域就业创业。要发挥服务业最大就业容量作用,鼓励毕业生到文化创意、健康养老、服务外包等现代服务业就业创业,鼓励高校毕业生到社会组织就业。

2. 促进毕业生到中小微企业就业。各地各高校要鼓励和促进高校毕业生到实体经济就业,充分发挥中小微企业吸纳毕业生就业的主渠道作用。要积极配合有关部门落实中小微企业吸纳毕业生的社保补贴、培训补贴、降税减费等优惠政策。要加强与中小微企业沟通联系,广泛收集中小微企业招聘需求,积极组织中小微企业进校园招聘,进一步办好全国中小企业网上百日招聘等活动。

15. 加快高校就业创业指导队伍建设。各地各高校要加快建设一支职业化、专业化、专家化的就业创业指导队伍,在专业技术职务评聘和绩效考核中充分考虑指导教师的工作性质和工作业绩,予以适当支持。要建立高校毕业生就业创业指导教师培训机制,开展专业培训,鼓励指导教师到行业企业挂职锻炼。要定期对辅导员、班主任等就业工作人员进行集中轮训,全面提高政策水平和工作能力。

3. 服务国家战略开拓就业岗位。各地各高校要主动对接国家经济社会发展的人才需要,围绕“一带一路”建设、雄安新区建设、长江经济带发展、粤港澳大湾区建设、海南自贸试验区建设等,引导毕业生到重点地区、重大工程、重大项目、重要领域就业。要落实区域协调发展国家战略,鼓励毕业生到中西部地区、东北地区和艰苦边远地区就业创业。要加大对“三区三州”等深度贫困地区的教育脱贫攻坚力度,结合实际制定激励政策,引导毕业生到贫困地区就业创业。

3. 加大创新创业场地和资金扶持力度。各地各高校要加强大学科技园、创业孵化基地等创新创业平台建设,为大学生创新创业提供场地支持。各高校要积极推动各类研究基地、实验室、仪器设备等教学资源向创新创业学生开放。有条件的地区要积极推进设立高校毕业生就业创业基金,高校要通过政府支持、学校自筹、校企合作、风险投资等方式多渠道筹措资金,支持大学生自主创业。

16. 积极发挥高校毕业生就业状况反馈作用。各地各高校要进一步落实高校毕业生就业质量年度报告编制发布制度,着力完善统计指标和内容,按时向社会发布高校毕业生就业质量年度报告。加快形成就业与招生计划、人才培养联动机制。各地要根据经济社会发展需要以及本地区毕业生就业总体状况,主动对接地区、行业、产业需求,进一步建立完善高等学校专业、培养层次、培养类型动态调整机制,努力实现本地区高等教育规模和结构的科学配置和布局。

4. 拓展新兴业态就业空间。各地各高校要结合学科专业特色,主动对接以技术集成和商业模式创新为特点的新业态人才需求,充分利用平台经济、众包经济、共享经济、数字经济等新业态,支持鼓励毕业生实现多元化就业。配合有关部门落实相应的社会保障政策和灵活就业、自主创业扶持政策,引导毕业生主动适应新业态形态、新用工方式。

4. 加强创业指导与服务。各地各高校要进一步建立健全各级各类大学生创业服务平台,为大学生创业提供项目对接、财务会计、法律政策、管理咨询等深度服务。鼓励各高校聘请行业专家、创业校友、企业家等担任大学生创业团队指导教师,鼓励专业教师、实验室老师全程指导大学生创新创业。

17. 强化组织领导。各地各高校要认真落实就业创业工作“一把手”工程,切实做到“机构、场地、人员、经费”四到位。高校主要负责同志要亲自部署,分管领导要靠前指挥,院系领导要落实责任,辅导员(班主任)要密切关注毕业生就业创业进展情况。健全就业、招生、教学、学工、团委、科研等机构分工负责、协同推进的工作机制,千方百计促进高校毕业生就业。

5. 继续做好大学生征兵工作。各地各高校要深入贯彻习近平总书记给南开大学新入伍大学生回信和勉励语精神,认真落实学费资助、复学升学、就业创业等优惠政策。要密切配合兵役机关,面向毕业生、在校生,有针对性地开展宣传,集中播放征兵公益宣传片,发放应征入伍宣传册,落实好预征兵工作机制,为大学生入伍开辟绿色通道,鼓励更多大学生参军入伍。

5. 健全精准信息服务机制。加强部省校三级就业服务体系建设,建立毕业生求职和用人单位需求数据库,运用大数据技术实现供需智能匹配,为毕业生精准推送政策、岗位和指导。要进一步发挥校园招聘市场的主体作用,鼓励组织分层次、分类型、分行业的校园招聘活动,支持举办区域性、行业性联合招聘活动。高校举办的大型校园招聘活动要向其他高校有组织开放。做好在内地(祖国大陆)高校就读的港澳台毕业生就业创业服务工作。

18. 深化思想教育和宣传引导。各地各高校要组织大学生学习习近平总书记关于青年成长成才的重要论述,教育引导毕业生把个人理想融入国家和民族事业当中,鼓励毕业生到基层、西部、祖国最需要的地方建功立业。要广泛宣传解读国家和地方促进就业创业的政策措施,帮助毕业生知晓政策、用好政策,营造就业创业良好舆论氛围。

6. 支持大学生到国际组织实习任职。各地各高校要加大经费资助,教育教学、升学就业等政策支持力度。高校要结合学科专业特色,加大双语或多语种复合型国际化专业人才培养力度。将国际组织基本情况、职业发展路径等内容,纳入大学生就业指导教材和课程。进一步完善信息服务平台,及时收集发布国际组织招聘信息,开展专家讲座、政策咨询、社团活动等系列指导服务。鼓励高校与国际组织开展合作交流,进一步拓展实习任职渠道。

6. 提升毕业生就业创业能力。各地各高校要加强高校毕业生职业生涯规划教育,对低年级学生着重进行职业生涯规划启蒙,对高年级学生着重提升职业素质和求职技能。要结合就业形势和毕业生特点,帮助毕业生调整就业预期,找准职业定位。要多方搭建社会实践、实习实训、职业体验等实践平台,增强学生专业技能和职业能力。鼓励学生在取得毕业证书的同时考取行业企业认可度高的多种类型的培训(或认证)证书。

19. 进一步加强就业工作规范管理。各地各高校要建立就业统计工作责任制,健全毕业生参与的就业状况统计核查机制。各高校要认真落实统计工作“四不准”要求,即不得以任何方式强迫毕业生签订就业协议,不准将毕业证书、学位证书发放与签约挂钩,不准以学籍托管为由劝说毕业生签订虚假协议,不准将顶岗实习、见习证明材料作为就业证明材料。各地要对高校毕业生就业工作及数据进行认真核查,对查实的弄虚作假等问题要严查严处,并进行通报。

二、推动双创升级,着力促进高校毕业生自主创业

7. 全面深化高校创新创业教育改革。各地各高校要将创新创业教育贯穿

二、加强组织领导,着力深化思想教育和宣传引导

河南省财政厅关于进一步做好高校毕业生政府购岗计划实施工作的通知

各省辖市、省直管县(市)人力资源社会保障局、财政局:

度计划表,逐级报省人社部门备案。

政府购买基层公共管理和社会服务岗位吸纳高校毕业生就业工作(简称政府购岗计划),是我省贯彻落实国家促进高校毕业生多渠道就业的创新举措,对引导高校毕业生到基层工作、提高基层管理服务水平具有重要意义。自 2016 年实施以来,政策制度逐步完善,管理服务不断加强,人员待遇水平稳步提高,各项工作取得积极成效。为深入贯彻落实省委省政府《关于做好当前和今后一段时期就业创业工作的实施意见》(豫政〔2017〕33 号)、《关于进一步鼓励和引导高校毕业生到基层工作的实施意见》(豫办〔2018〕1 号)及有关文件精神,现就进一步做好全省高校毕业生政府购岗计划实施工作通知如下:

三、调整优化人员招募程序

毕业年度和离校 2 年内未就业的高校毕业生可自愿报名并填报政府购岗计划个人报名登记表。市、县(市、区)人社部门应根据报省人社部门备案的年度政府购岗计划,按照自愿、公开、公平、公正、择优的原则,组织实施本地区年度政府购岗计划的组织实施工作。

六、进一步加强人员考核与监管

县级人社部门应对政府购岗人员组织实施年度(期满)考核,并将考核情况逐级报送省人社部门。考核合格的,发给河南省高校毕业生政府购岗基层服务证书,基层岗位工作时间视为基层工作经历;参加县级以上机关事业单位公开招录招聘人员的,享受河南省及当地高校毕业生基层服务项目优惠政策;被新单位录用招聘的,其基层岗位工作时间计算为连续工龄,继续参加“五险一金”的缴费时间累计计算。

一、进一步明确部门工作职责

实施政府购岗计划实行政府领导、部门协同、属地管理、分级负责。人社部门牵头负责政府购岗计划的基层岗位开发、人员招募和监督管理工作,财政部门负责政府购岗所需资金的筹集、拨付及使用情况的监督检查工作。基层岗位所在地乡镇(街道办事处)中心、站所(统称用人单位)及其上级主管部门负责政府购岗人员的政策业务培训、工作指导和日常管理考核工作。

四、进一步完善劳动合同管理

用人单位应与招聘的政府购岗人员签订政府购岗劳动合同,合同期限为 3 年。政府购岗劳动合同解除或终止按照劳动合同法及有关规定执行,由用人单位及时书面报告县级人社部门,县级人社部门逐级报省人社部门备案。因政府购岗人员流失造成基层岗位空缺的,可申报纳入下年度政府购岗计划予以补充。用人单位应对政府购岗人员加强管理教育和培训,并将其出勤情况和上岗表现作为发放薪酬待遇和评定年度(期满)考核等次的重要依据。

七、其他有关事项

2018 年起各地新招聘政府购岗人员的劳动合同期限届满自行终止,不再续签。2016、2017 年全省政府购岗统一招聘仍在岗人员,期满考核合格且基层岗位仍需需要的,经用人单位同意,经县级人社部门批准,可参照本通知申请续签政府购岗劳动合同。政府购岗业务表按照省人社厅豫人社办〔2018〕79 号文件印发的《河南省公共就业创业业务经办规程和办事流程(试行)》执行。其他未尽事宜按照省人社厅、财政厅《关于印发河南省政府购买基层公共管理和社会服务岗位吸纳高校毕业生就业实施办法的通知》(豫人社〔2016〕1 号)执行。

二、调整优化岗位开发程序

按照统筹开发、总量控制、合理布局的原则以及政府购买服务有关规定,全省每年在乡镇(街道办事处)开发一批人社、民政、卫生计生、教育及其他基层公共管理和社会管理岗位,总量共计 1100 个左右,通过公开招聘形式择优吸纳一批高校毕业生到基层岗位工作。

当年开发基层岗位的种类和数量,由县级人社部门在乡镇(街道办事处)数量的 50% 以内,结合基层岗位种类及开发原则、当地政府购岗人员现状、基层用人单位及其上级主管部门提出的年度政府购岗需求以及同级财政预算安排就业补助资金等情况确定,并填制政府购岗年

五、进一步明确岗位待遇和资金来源

自 2018 年 10 月 1 日起,政府购岗人员的岗位工资标准按照专科生、本科生、研究生分别不低于 2200 元/月、2300 元/月、2400 元/月(均含个人应缴纳社会保险费)执行,并随最低工资标准调整而调整。

用人单位应依法为政府购岗人员办理企业职工基本养老保险、职工基本医疗保险、失业保险、工伤保险和生育保险,个人应缴纳的社会保险费由个人承

担,单位应缴纳的社会保险费由当地就业补助资金全额补贴。政府购岗人员的住房公积金、休假休息以及法律法规规定的其他待遇,按国家和我省有关规定结合当地实际执行。

报省人社部门备案的政府购岗计划所需资金从当地就业补助资金中列支。市、县(市、区)自行开发实施的政府购岗计划所需资金按规定由同级财政安排解决。

各省、自治区、直辖市党委组织部、人力资源社会保障(人事、劳动保障)厅(局)、教育厅(教委)、财政厅(局)、团委:根据《国务院办公厅关于加强普通高等学校毕业生就业工作的通知》(国办发〔2009〕3 号)精神,为进一步加强高校毕业生就业工作,进一步改善高校毕业生就业状况,鼓励毕业生到农村基层服务项目(以下简称各专门项目),现就有关事项通知如下:

一、各专门项目主要包括:中央组织部牵头组织的“选聘高校毕业生到村任职工作”、教育部牵头组织的“农村义务教育阶段学校教师特岗计划”、人力资源社会保障部组织的高校毕业生“三支一扶”计划、共青团中央组织的“大学生志愿服务西部计划”等项目。

二、中央组织部、人力资源社会保障部、教育部、财政部、共青团中央,在就业工作部际联席会议框架下建立引导和激励高校毕业生面向基层就业部际协调机制。办事机构设在人力资源社会保障部,负责在研究确定计划、组织报名选聘、安排工作岗位、出台优惠政策等方面进行沟通协调。各专门项目主管部门不变,仍按现有方式管理。

三、各专门项目高校毕业生的工作、生活补贴按照现在各专门项目毕业生所从事的岗位,参照当地乡镇机关从高校毕业生中新录用公务员、事业单位从高校毕业生中新聘用人员试用期期满后工资收入水平确定标准,按月发放。在艰苦边远地区工作的,按规定发放艰苦边远地区津贴。现有项目中高于此标准的,按现行标准执行。

四、各专门项目高校毕业生在服务期间,未参加社会保险的,从 2009 年起,按照当地规定,参加相应社会保险。其中在建立补充医疗保险制度的地方,应在参加基本医疗保险的基础上,为其办理补充医疗保险。

社会保险的单位缴纳部分,由负责发放高校毕业生工作、生活补贴的部门缴纳,个人缴纳部分由负责发放高校毕业生工作、生活补贴的部门在个人补贴中代扣代缴,具体手续由县(市、区)负责发放高校毕业生工作、生活补贴的部门到当地社会保险经办机构办理。其中,按照《工伤保险条例》规定,应由用人单位支付的工作待遇,由负责发放高校毕业生工作、生活补贴的部门发放。相关费用,纳入财政给予的工作、生活补贴范围。

五、各省、自治区、直辖市(市)级以上党政机关录用公务员,要坚持“凡进必考”,并明确录用具有 2 年以上基层工

作经历的人员比例,县及乡镇机关要拿出一定职位,专门招考到村任职等专门项目的大学生。各专门项目毕业生服务期满考核合格,同等享受各省、自治区、直辖市(市)级以上党政机关录用公务员优惠政策。在录用具有 2 年以上基层工作经历人员的比例范围内,符合规定条件的,同等具有报考资格。

六、鼓励高校毕业生在项目实施后留在当地就业。今后,参加各专门项目的事业单位相对应的自然减员空岗,全部聘用服务期满的高校毕业生。从 2009 年起,到乡镇事业单位服务的高校毕业生服务满 1 年后,在现岗位空缺情况下,经考核合格,即可与所在单位签订不少于 3 年的聘用合同。

各有关部门要制定切实有效措施,充分挖掘本系统就业岗位,积极吸纳高校毕业生进入本系统工作。各省、自治区、直辖市及县级以上相关的事业单位公开招聘工作人员,应拿出不低于 40% 的比例,聘用各专门项目服务期满考核合格的高校毕业生。

七、各专门项目服务期满考核合格的毕业生自主择业和自主创业的,享受国办发〔2009〕3 号文件规定的各项优惠政策。由人力资源社会保障部门所属人才服务机构和公共就业服务机构提供免费就业指导、就业推荐、创业指导等公共服务。各主管部门要发挥本部门资源优势,积极推荐各专门项目服务期满考核合格毕业生就业。各专门项目毕业生到农村基层服务 2 年以上,服务期满后 3 年内报考硕士研究生,初试总分加 10 分,同等条件下优先录取。各专门项目高校毕业生服务期满考核合格的,按规定符合相应条件的,可按规定享受相应的学费补偿和助学贷款代偿政策。按照各专门项目高校毕业生到农村基层的服务年限来计算工龄。服务期满后企业就业的,应按照规定转移社会保险关系。

八、中央财政和地方财政继续安排专项资金,用于参加各专门项目的高校毕业生的工作、生活补贴及参加社会保险等费用。各地可根据当地经济发展水平及物价水平,适当调整高校毕业生服务期间的工作、生活补贴标准。要加强资金管理,确保专款专用,切实保证高校毕业生工作、生活补贴按月足额发放,并按规定为其办理社会保险。

九、各专门项目主管部门要明晰职责,密切配合,不断完善工作协调机制。各专门项目的选拔招聘工作以省、自治区、直辖市为单位统筹组织实施。各省级组织、人力资源社会保障部门可根据各专门项目现行招聘办法,统筹做好农村基层岗位需求统计,制定工作方案,分项目上报招聘计划并分类组织实施。要注意总结、运用已有经验,解决突出问题,努力探索建立高校毕业生面向基层就业的长效机制,进一步拓宽高校毕业生就业渠道,为高校毕业生到农村基层就业服务提供有力保障。

关于统筹实施引导高校毕业生到农村基层服务项目工作的通知

二十五岁之前 应培养的八种职场竞争力

所谓学历,包括学校、科系、学位。若本身学历不好,一个补救方法是出国留学或报考国内硕士班,用最高学历“勾销”先前较差的学历。尤其现在国内研究院所广开大门,从“硕士在职班”到“产业硕士班”,想要拿个好学校热门科系的硕士学位,各种渠道多元畅通。另一个补救方法是选择学历门槛较宽的工作,例如部分服务业、成熟期的科技公司或西北的地方企业,由于在人才竞争上处于劣势,对学历也不敢要求太高,不妨先在这类工作中累积一定的资历,因为“资历”要比“学历”更管用。

一、证照
除了法律、会计、医疗等行业要有证照才能执业外,目前包括金融业、信息业、房地产业、美容业、餐饮业、健身业这6个行业,以及制造业的环卫部门,也都逐渐走向“证照化”。如果你的学历条件较差,专业证照可弥补学历的不足。

在校期间所培养的专业技能,只是你踏上专业之路的第一步,许多行业所特有的专业技能,学校无法提供,只能在工作实践中学习。所以,在最初的“学徒期”,薪水待遇是其次,学习机会才最重要,要把工作当成学校的延伸,把主管和资深同事当成良师,像海绵般虚心学习,专业技能的“马步”才扎得稳。过去所谓的“一技之长”,现在成了“一技之短”,因为单一技能的人才过剩,如果能跨领域培养多重专长,便可拉大你的领先距离。

二、计算能力
在日本,教导上班族如何培养“作文力”、“语学力”、“算术力”的书籍,这几年大行其道;而传授上班族“得体的话术”、以及教你使用敬语和打电话的书籍,也成为畅销书。甚至搭地铁时,也可看到上班族埋头在读一些类似儿童智力测验的图册,据说有助于大脑活性化,可提升逻辑思考力与数字运算力。

听说读写算,是每个人从小就要培养的基础能力,从生活到工作都离不开这5种能力,但新生代这方面却有“退化”的现象。很多主管抱怨新进员工的电子邮件词不达意、不知所云;行销主管也发现年轻一代虽然创意十足,但连像样的文案都写不出来。此外,“做事情无厘头没有逻辑,谈吐应对粗鲁无礼”,也让主管为之傻眼。

除了传统的听说读写算,办公室文书软件的运用,也成为新的基础能力要求。很多企业以为新生代是计算机时代,征才条件通常不会注明要熟悉办公软件,等到录用后才才发现不懂Powerpoint、Excel的新人,竟然为数不少,有人甚至都不会用Word绘制简单的图表。

总之,文字表达能力、沟通表达能力、外语能力、数字能力、逻辑思考力、办公室文书软件运用能力都是不可缺少的职场基础能力。

三、Soft Skill
除了专业技能外的“Hard Skill”之外,“Soft Skill”也不可或缺。不论你是工程师或业务员,任何工作都需要做报告的能力,要懂得如何进行一场会议,要会做基本的企划提案,在工作上要能创新思考,遇到问题要有分析解决问题的能力,对内对外客户要掌握服务的技巧,具备良好的说服力。一名外商银行主管表示,他用户一定用国外留学归国的MBA,因为即使国内名校出身的商学院研究生,上台做报告的表现也普遍欠佳,要

如何去跟客户做口头提案?这种能力在国外教育中是家常便饭,但国内学生却不太习惯,学校教育也不重视,令他感到不可思议。

四、性格特质
“性格决定命运”,这句话用在新人求职上,再贴切不过了。很多企业主管领导过“草莓族”的不能吃苦耐劳、抗压性与挫折忍受度低、缺乏小组合作精神、忠诚度与责任感低、追求卓越的成功动机不足,因此在新人的筛选上,更加重视性格特质,并且采取“3Q Very Much”的准则,也就是说IQ(智商=专业技能)、EQ(情绪商数)、AQ(抗压性)三者并重。而从性格测验、社团活动纪录、面试表现,都不难看出性格的端倪。

虽然科技业用人,基本上是技术挂帅,但在产品研发过程中,经常要熬夜不休完成使命,因此工程师的毅力与抗压性很重要。在服务业,性格特质更决定了服务质量,多数服务业都希望员工具备细腻敏锐的同理心、阳光般的热情开朗与亲和力,以及不厌其烦的沟通协调能力。

五、历练
跨国公司栽培高级人才,最重要的方法就是“轮调”,让你在部门与国家之间培养阅历。历练的多少,决定你究竟可成大器,还是一颗小螺丝钉。对社会新人来说,包括社团活动、打工实习、校内外比赛、海外游学、项目研究,都是有用的历练。对职场新手来说,对于上司交办的高难度陌生任务,不可视为畏途,反而应该积极争取参与各种项目,以及外派出差的机会,给自己更多职场历练。

六、人脉
人脉,往往会在你意想不到的时候,助你意想不到的一臂之力。但是“贵人”不会从天而降,平时就要勤于耕耘,而且眼光不要“看高不看低”。人脉是一种相互牵成的“共荣”关系,在你利用别人前,要先创造自己的“可利用价值”,一定先有付出才有回报。此外,人际关系学的另一门功课,在于建立360度的圆融关系,包括了面对同事、主管、部属、客户,就算不是朋友,至少不要树敌,卷入复杂的办公室政治中。

七、形象管理
除了研发工程师每天面对机器外,诸如业务销售、行政、法务、公关、教育培训……绝大部分的职务都是属于“人对人”的工作,因此个人形象管理格外重要。

根据“7:38:55”法则,人们对你的印象有55%来自你的外形与举止,只有7%取决于你说了什么;就算专业也要靠形象来包装,形象攸关专业说服力。即便各行业所要的形象不同,但“品味是共通的原则”。

八、情报信息力
进入知识快速“折旧”的年代,在校期间所学的东西,如果不随时update,很快就会跟不上时代。但是,能有持续学习的上进心还不够,更要懂得如何快速有效地在浩如烟海的信息中“淘金”,掌握最新的关键情报。现在是速度决定胜败,谁的情报力比较快,谁就掌握先机。因此,如今企业都把“情报搜集”列为“绝对必要的工作技能”。

不同的职业生涯阶段,竞争力的侧重点不同。那么在每个生涯阶段,都应该建立一张竞争力清单,弄清每个阶段的重点,发挥强项,补充弱项。

大学生创业十大秘籍

第一招:自信

听过太多“昙花一现”的大学生创业失败的经历,如今的毕业生有创业想法的多,但付诸实践的少。在一场商业策划决赛中,选手们纷纷展示了自己的创业计划,但即便是一等奖获得者也表示自己的计划是“空想”,近几年不会考虑创业。而评委则认为他的作品是所有参赛者中最具操作性的。之所以会出现这样的现象是因为现在有新创精神的学生对自己的能力信心不足,而创业是需要激情和信心的。

第二招:创新

谈及创业,创新是必不可少要素。从某种意义上说,创新决定了创业成功与否。创新包括技术创新和思维创新,创业者首先必须是创新者,必须有着自己的核心技术。在这个信息爆炸和抄袭成风的年代,若没有自己的“独门秘笈”,那么你的技术和产品马上就会被抄袭或者模仿。国内很多互联网小企业就是这样死掉的,他们的产品因为技术含量不够高,轻易就被一些互联网巨头模仿,不久就失去了市场。而创业者一旦没有了在技术上的核心竞争力,那么他的创业就会注定失败。

对于想用技术创新创业的大学生来说,应当具备以下条件:具有自主知识产权的发明创造,该发明创造可转化为市场产品并具有广阔的市场前景、有可靠的资金来源等。

第三招:务实

没错,创业需要创新,但创业更是脚踏实地的行动,而不是盲目自大地臆想,大言不惭地说自己在做没有人做的事。“太阳底下没有新鲜事”,创业的创意源泉其实就在我们身边。

任何梦想家都不足以成事,因为所有的成功者都一定是实干家。《三国演义》中有两类人最优秀,一类是曹操、刘备那样的领袖人物,一类是郭嘉、诸葛亮之类的谋士。创业需要的是前一种人。因为创业是一件很艰苦的事情,创业者必须拿出自己卓越的吃苦精神和超过常人的精力去实干才行。在最艰苦的创业起步阶段,创业其实是一件特别麻烦的事情,因为很多小事情都得创业者去“躬耕”,包括协调组织、产品研发、产品推广、市场运营、资金运作等在内的各项事务都要创业者亲自过问。

大学生们受社会整体认识的影响,一提到创业想到的就是和高科技产业相关的,这固然很好,但创业不一定全是开大公司做大买卖,哪怕是传统行业中一项具有革新意义的技术创新,哪怕是开个小店,这也是创业。关键在于毕业生们有没有从小做起,从实际做起的勇气,创业要对行业进行深度审视,对社会和大众消费有一个深刻了解,不盲目跟风,能从自身能力出发。

第四招:知识积累

创业者可能有很好的技术,但是创业过程中需要的知识是方方面面的。包括生产、销售、管理、财务等等,而这样的知识需要有实战性的经验作为指导,让他们快速具备创业知识。

创业是一个系统工程,不仅需要创意,还需要创业者有较高的多维素质,主要体现在知识储备、行业经验、资源整合、社会人际网络建设、管理能力等方面。而这些方面没有3-5年的社会工作经验积累是不可能的。

向竞争者学习也是知识积累的一个好办法。竞争者虽然会在短期内给自己造成压力,但成功亦是失败的竞争者都可以成为自己创业的好教材。而且通常由于近地域和相似性,可以更加清楚的看到自己经营的好坏所在。

第五招:艰苦奋斗

也许有人看到这个标题会笑,但从统计的创业者中,没有一个不强调创业不是风花雪月,其中的艰辛只有经历过的人才懂得。“每天从早上8点开始工作到凌晨3点休息,没有周末,没有娱乐,同样的事情必须比别人做得更好!”而且在公司没有盈利之前,不要指望别人会愿意给你风险投资。

大学生习惯了衣食无忧的生活,所以初期对于花销上没有概念,而创业又是一个很需财力的投资,所以一定要克制自己。用钱的地方很多,一定要落到实处,绝不能任意挥霍。

第六招:要有从屡次挫败中爬起的勇气

前浑身发抖,而成大事者则能把困境变为创业成功的有力跳板。

钱不是那么好赚的,我们往往看着别人创业赚钱好像很轻松,等到自己去做的时候,怎么就那么难呢?其实很正常,因为你只看到了表面,创业背后的辛苦和艰难别人是不会暴露给你看的,所以说,前途是光明的,道路是曲折的。只要有希望,就不要轻易放弃,也许再坚持一下,就会成功。如果你中途放弃,那成功的可能性就是零,坚持下去就有希望。同时,我们要对自己的选择和自身的能力充满信心。多分析总结,不断调整改进,通过不懈的努力,成功一定属于我们。

而对于公司来讲,任何一家企业的成功必定是团队带来的。如果没有一支执行力高效、富有激情的团队,再好的项目都无法实现。如何组建一个执行力强、高效的团队,以下四点很重要:

第七招:获取风险投资的重要能力

商业计划书的撰写中特别提出这一点,是因为商业计划书直接关系到企业运行的关键要素——资金。如何将你的创意写成商业计划书,去说服风险投资者投入资金,是一个让创业者极为头痛的问题。在经过前些年的网络泡沫之后,风险投资者也更加理性,甚至可以说是更加苛刻。每天找他们投资的人不止一个,因此如何让商业计划书吸引投资者的目光,将是考验创业者能力的一座高山。

第八招:拥有好的创业团队和人脉

马云创业的前5年,从来没有一个员工主动离开,别的公司出3倍的工资,员工也不动心。这就是团队凝聚力的最大化表现。

人与人之间的交往,是推动人际关系的力量。成大事者的特点之一是善于借力,借热去营造成功的局势,从而把一件难以办成的事办成,实现自己人生的规划,这就是人脉的力量。

首先,要有共同目标,只有具有共同目标的团队才有凝聚力、战斗力。所以,必须要有一个比较清晰的发展思路和一个可以预期的发展目标。其次,要有一个坦诚、自由、即时的沟通机制,只有良好的沟通才能凝聚更多的智慧,才能高效的完成目标。特别是重大的决策要多听取不同的想法,因为每个人的想法都有一定的局限,这样就可以形成更全面的方案并找出可能出现问题的应对措施。第三,要有很好的执行力,只有具有执行力的团队才有竞争力。怎么样才能让团队有执行力呢?首先,每个员工的职责必须明确,如果一个员工不知道自己该做哪些工作,那么又怎么会有执行力呢。其次,要让团队能够高效的工作,公司就要创造一个基本的工作条件以确保员工有良好的工作心态。最后,要富有激情,创业需要富有激情的团队公司才能更好、更快地发展。创业不一定需要精英团队,但一定要有富有激情的创业团队。只有富有激情的人才会不断的追求进步、加强学习。

第九招:好的商业头脑和长远眼光

创业者必须利用自己的商业头脑和长远眼光,为自己的公司找到一个能盈利的、持久的商业模式。像 eBay 和 Google 的成功很重要的取决于他们很早就找到很好的商业模式。但是找到一个好的商业模式有时候比发明一项技术或者产品更困难,因为商业模式的好坏与否最终取决于实际的市场,而市场又是

考研不仅是心智、学习方式、专业技能的较量,更是意志力、耐力与积极平和心态的交锋。考研很漫长,需要有耐心,考研也很快,我们必须珍惜每分每秒。今天这里给大家整理了一些考研备考时的关键点,帮助大家备考过程中保持好状态。

一、珍惜现有时光

有人说时间是把杀猪刀,白刀子进,红刀子出。其实,时间不仅是把杀猪刀,更是一把尚方宝剑。在考研复习的这段日子里,有人把时间用成了杀猪刀,有人却把时间用成了尚方宝剑。

考研是一个比刀的过程,谁获得的时间越多,谁胜利的机会越大。谁充分利用了时间,谁就占有优势。考研要珍惜现有的时间,因为除了这些时光,几乎没有别的什么能给你带来你想要的东西。

二、适当的压力和营造紧张氛围

制定学习计划这件事已经强调过很多遍了。因为我们每个人都有惰性,而且大部分人缺乏时间观念,坐在自习室,眼睛一睁一闭一天就过去了。所以备考复习的同学要每天把自己的任务用时间去量化,逐渐养成高效看书的好习惯。

还有一个营造紧张感的方法是限定自己在一段时间内看完哪部分内容,比如看学科知识时,规定自己在两个小时看某一章,这样会产生一种紧迫感,注意力会高度集中,看书速度也会比平时快很多。这样即使在规定时间内没有看完,进度也不会相差太大。

三、注重学习效果

同学们在复习过程中要不断调整自己的学习计划。在计划执行到一个阶段之后,就应当检查一下效果如何,如果效果不好,应找到原因,及时调整。主要检查以下这些内容:计划提出的学习任务是否已经完成?自己是否基本按计划实施?学习效果如何?没有完成计划的原因?通过检查,立即采取相应的措施,及时改变计划中的不合理部分。科学的、实际的个人学习计划,只要认真去执行,必将促进你的学习,培养你的意志,增强你的信心。

四、一切从实际出发

在制定计划的时候,不要脱离了学习的实际情况。不仅要了解自己的知识和能力,确定每个阶段的学习时间,寻找学习上的欠缺和漏洞,还要留心老师教学的实际进度。从实际出发还要注意的一点是不要平均使用力量,要抓住重点。

五、认识自己

在这个世界上,每个人都是独特的个体,可又有谁真正的懂自己呢?真正了解自己的人知道自己想要什么,现在能做什么,在做什么,相信很多考研的小伙伴直接或间接地思考过这个问题。

认识自己首先从内心想要什么开始,然后确定下来。这样内心会形成一种强大的驱动力,推着你去探索和发现自己真正想要什么,比如考研,你考研的目的是什么?是为了更好的找工作还是为了逃避工作,是为了接触更优秀的人还是提升自己等等,时常问问自己,自然就会有动力了。

一方面,要清楚了解自己目前的状况,也就是你现在能做什么。不管你是工作还是考研都要清楚自己目前的状况,根据自己所能做的事情,然后可以在适当的时候调节自己;另一方面就是要知道自己正在做什么。

总之,长时闻机械性地学习,没有科学的复习规划,老是关注别人的备考情况都是造成你看不进书本的原因,除此之外还有心态不够的问题,过于紧张等等。大家应该及时找出原因,好好纠正一下,科学计划一下,重新集中精力投入复习。

六、多利用最佳学习时间复习总结

每天机械性地复习,只求数量不重质量,会觉得相当枯燥,而且这样即便每天看了很多书,也会因为只是寻求一种量上的心理满足感而丢掉了看书的真正意义。

看书的同时,要学会暗示大脑思考所学内容和其他知识的联系,并且适当做笔记或者画思维导图,让看到的内容真正走进大脑里,而不是停留在书本或者笔尖。

每个人注意力集中的时间都是有限的,通常会保持25-30分钟左右,这期间就是最佳学习时间,复习效率也最高。如果你一天到晚12个小时都坐在书桌旁几乎没挪动过,看似都在学习课本上的内容,实则无法保证注意力能100%集中。

因此,采用这个方法,每复习25分钟,休息5分钟,可以让大脑充分休息,然后高速运转,高效复习。

七、要相信自己

很多考研人现在到了关键时期都有一种心力交瘁的感觉,心里焦躁不安。在研途上一遇到各种各样的困难,就灰心丧气,“我怎么这么笨”、“我不适合考研”、“好想放弃”……其实,焦虑谁都有,但并不可怕,想想你现在在做什么就好,相信自己一定会成功

的。真没必要想太多,事情想多了,反而把简单的事情想复杂了。

在这个世界上,我们每个人都蕴藏着巨大的能量。无论是考研还是工作,既然选择了这条通天大道,那就学会承受这九九八十一难的修行路程,相信自己。行走在人生道路上一定要坚信天生我才必有用,重新认识自己,审视自己,你的能量,其实超乎你的想象。

八、脑力手力相结合

笔记有很多种,有详细的,有提纲式的。很多初读教材的同学喜欢做详细的笔记。因为第一次看书,对知识点不是很熟悉,无法立刻就提炼

出重点、难点,所以普遍认为第一次看书应该做详细的笔记,越详细越好。很多同学尤其是文科同学的笔记会做得像抄书,其实这是一种非常低效的做笔记的方法,既浪费时间,又不能起到多大的作用。我们在看书的时候,可以准备好一个草稿本和一个笔记本,看第一遍的时候,一边看一边在草稿本上写写画画,看完一章之后在笔记本上写一段简略的总结。

这个过程主要是为了手脑并用,调动大脑的活跃度,防止犯困,帮助记忆。如果看书的时候什么都不写,只是盯着书看,很容易走神,出现“人在心不在”的情况。复习到了后期,就可以做提纲式的笔记,构建框架,提取要点,从整体上把握教材。

九、远离负能量

物以类聚人以群分,考研,一定要远离那些带给你负能量的人。负能量有哪些呢?抱怨、堕落、常说丧气话等等。考研遇到负能量的人必须远离,不然你就前功尽弃了。反之,正能量的人每天都是精神焕发,笑容满盈的,如果考研和那些阳光向上的人一块复习,他可能会改变你,让你变得更好。

十、心存希望,设定每天的目标

当出现放弃和绝望的念头时,要停下来好好思考自己的考研目标是什么,有了目标就会有希望。而急功近利和内心的浮躁只会让你的复习效率更加低下,产生自暴自弃的想法,不妨先静下心来,设定好每天的目标。

因为设定目标是高效利用冲刺时间的根本,在冲刺时期,可以把每天的上午、下午以及晚上的复习工作计划好,列出清单每天携带,随时拿出来检查有没有按要求完成计划。切记一点,要严格执行任务,不能拖延,今日事今日毕,保质保量。

十一、养成好习惯

人很容易学坏,却很难变好。坏习惯的养成只需一个星期,好习惯的养成需要一辈子,有点夸张,但不失人性。人最难控制的还是自己,考研人如果没有养成一个良好的习惯,很难上岸。

不知道小伙伴们有没有这样的经历,比如:你规定自己每天晚十一点睡觉,而你遇到一部电视剧是自己喜欢的,现在都快晚上十一点了,你还会去看吗?相信很多人都熬不住这种诱惑,会说:我先看一集吧,只看一集,然后就已经大半夜过去了,还死死不放,最后看着看着就睡着了。所以养成一个好的习惯全靠自律。

十二、弄清楚最重要的事情

考研到了最后阶段,大家还要忙着现场确认、住宿安排、考场踩点等等,事情多而杂。什么是眼下最重要的事情,大家一定要清楚,清楚之后你就会知道怎么做,其他不重要的事情尽可能往后排或是推掉。有问题一定要及时解决,尽量一次完成一件任务,可以避免后期诸多问题来打扰你的心情,影响备考效率。

考研,千万不能急,无论什么时候都要冷静的思考,都要坚持。考研比拼的是努力,更是知识的积累,这又怎是一朝一夕能获得的。考研是自己的事情,无论最终结果如何,都是自己一步步走出来的,因此对于考研,我们要循序渐进,备考有方,找到合适的学习方法,这样才有助于自己早日考研上岸。

真正的成功是一个过程,是将勤奋和努力融入到每天的学习之中,靠着我们的意志力和强大的内心,打赢这场战役。加油吧,考研党们!用良好的状态迎接每一天,用努力收获最终的成功!

个变幻莫测的东西,即便是最有经验的人也不一定能够找到一个好的商业模式。

此外,创业者有没有长远眼光决定了公司的寿命。很多创业公司在创业初期尝到了一点甜头后就只顾眼前利益,听风就是雨,不管不顾公司的长远发展,导致公司在市场的迅速发展中失去竞争力。事实上,这种事情经常发生,不仅是创业期的小公司,就连IBM那样叱咤风云的大公司也会犯这样的毛病。由于CEO的短视,错过了个人电脑时代最佳的发展时机,从而将个人电脑领导者这一宝座让给了微软和英特尔。有时候,创业者的眼光有多远,创业公司就能走多远。

第十招:判断力和执行力

通常来说,创办一家公司并不是特别难,但是要把它从小做大,做到盈利,做到成功是一件不容易的事情。因为在这个过程中,有很多路要走,不免会遇到数不清的岔路,任何一次错误的选择都可能是致命的,都可能让原本看起来运营还不错的公司关门大吉,尤其是在和大公司的博弈中。正所谓“一着不慎,满盘皆输”,创业者的每个决定都要承担很大的风险。创业者能否做出准确而迅速的决策是关键因素。而执行力则是保证正确的决定能被贯彻执行的重要因素。马云曾说过这样一句话:“一个一流的创意,三流的执行,我宁可喜欢一个一流的执行,三流的创意。”很多时候不是想不到,而是做不到。而恰恰判断力和执行力很大程度上来源于经验的积累,这对于年轻的创业者来说无疑是一个巨大的挑战。

上面这些因素都是一个成功的创业者所必需具备的。还是那句话,创业本身并不难,但是要创“大”业可能就是难上加难。创业者真的就像一个全能战士一样,必须要有多方面的才能和能力。反之,如果一个创业者什么能力都不具备或者只有一两种才能,那么他在创业的道路上必定艰苦重重,很难取得较大的成功。同时大学生创业时要结合自己特有的优势,坚持走下去,我们相信大学生

妙计十二则助你考研上岸

耐得住寂寞，守得住繁华

时光悠悠，曾经的我还如你们一般，是一个懵懂少年，如今我很荣幸能以学长的身份向你们分享我的经验。虽只是我的浅薄之谈，但真的希望能对你们有所帮助，因为曾经我也是在这些帮助之下才取得了今天的成绩，我想这也许就是师大的传承精神吧。

我想说：调整心态，告别过去，拥抱未来。

对于大一的学弟学妹来说，大家入校以来也有半年的时间了。也许还有很多人会沉浸在高考的结果中，也许有的同学还在抱怨自己发挥失利，与理想学校擦肩而过到了这里，当然也有同学因为学的是自己不喜欢的专业而放任自流，挥霍自己美好的青春岁月。甚至有的同学还在盲目相信着所谓的进入大学之后自由解放的谬论，开始整日在召唤师峡谷里面无法自拔，开始习惯挂科，习惯了慵懒颓废的生活。那么你现在就可以想一下，四年后的自己该以怎样的姿态走出大学的校门，该以怎样的心态去面对自己的父母，该以怎样的能力去承担自己乃至一个家庭的未来。所以我们必须调整心态，拒绝慵懒、堕落、颓废，用学习、工作去充实自己的大学生活，让努力、奋斗成为自己身上最大的标签。同时我们要拥抱未来，对未采充满憧憬、希望，但我们也要理性地思考自己的未来，去想一下自己在大学要看的书，要参加的活动，要考的证件，要怎样度过自己的大学时光，要成为一个怎样的人。同时也要想一下自己是考研还是就业，不一定有一个非常明确清晰的策划，但至少要有个未来的方向。这样我们便可以骄傲地拥抱未来的自己，自信地面对未来的生活。

我想说：有想法，有规划，高中取胜。

进入大学以后，大家要对以后的大学生活有一个相对清晰的定位，是加入学生会、团委或者年级委，结识一些志同道合的优秀青年，还是两耳不闻窗外事，过着教室—餐厅—宿舍三点一线的生活。要学会与自己对话，去追逐自己的内心，按照自己的节奏去生活，去工作，去学习。不要让别人思想和言论过多的影响自己，外在的评价也会随着你的发展而发生变化。所以希望大家在任何时候都要有自己的判断，不随波逐流。曾经我也比较迷茫，不知道如何前行。但幸运的是我知道自己需要向优秀的人学习。我加入了学生组织，在一个个活动中认识了一群非常优秀的学长学姐，他们不仅工作能力强，同时也是专业中的优等生，所以经常向他们取经让我少走了很多弯路。同时我也有幸认识了学院里面很多优秀的老师，他们为我指明了自己专业学习的前进方向，同时也培养了我的人生观价值观，让我明白了自己以后应该成为一个什么样的人，我发自肺腑地感谢这些老师，感谢他们在学习和生活上给予我的指导。所以我给学弟学妹们的建议就是，多向优秀的人请教，你会明白自己未来的方向，然后自己就会根据自身情况有一个具体的规划。这个规划可以由大到小，规划自己的大学四年，规划每一学期，甚至规划每一天，因为人只有在规划中才能将生活过得清晰明白，过得更加有意义。这个规划可以借鉴别人的经验，但绝不能照搬，因为每个人都有自己的特性，有自己的未来。当然有规划只是第一步，更多还是要实践，要坚持。任何人的优秀都绝非是一天的努力，它需要长时间的积累甚至用一生去坚持。希望你们能够站在巨人的肩膀上，有规划地走向人生的巅峰。

我想说：沉淀自己，提升自己的内在修为。

有人说大学的教育就好像买了一张火车的月台票，只是给你机会进入月台，但是接下来的旅程，都要靠你自己。我特别喜欢看央视的一个节目《朗读者》，从每一期的节目中都收获了很多，记得有一期许渊冲老先生曾经这样说到，“人生的意义和价值并不是在于我们度过了多少天，而是我们记住了多少天，所以我们应该把每天都过得尽善尽美，去追寻自己的热爱。”96岁高龄的老先生还能热泪盈眶地讲述自己的美好时光，而现在的我们恰恰正处在这最美好的时光里。那我们应该如何充分利用这最美好的青春年华呢？那就是不断地去充实自己，而充实自己最好的方法就是多读书。大家刚开始可以按照自己的兴趣去选择不同的书籍，有专

业方向的书籍，也有自己兴趣范围内的书籍。有自己平常泛泛而读的书籍，也有自己单独花费时间来精读的书籍。我自己关于读书的看法是，读书其实就是一种方式和手段，最重要的是我们在读书的过程中融入自己的思考。我们可以以读书笔记的形式，把自己的思考及时地记录下来。同样是这一本书，我们在每一次读的过程中都会有不同的想法。当然我们也可以培养自己其他方面的兴趣，比如书法、写作、舞蹈等等，大学的我们有更多的时间去发现自己的内在潜力，去寻找更加优秀的自己。

我想说：非体健则无以负重，非志刚则无以致远，要学会不断开拓自己的眼界和胸怀。

在大学期间，建议大家能够在读万卷书的同时也要去行万里路。世界那么大我们应该去看看，世界那么美我们应该去走走。旅行就是一场修行，在旅途中我们可以找到灵魂伴侣，感受自然的浩瀚，领略不同的地域文化，最重要的是我们会找到最真实的自己。我经常利用自己的假期时间出去旅游，我大一一大暑假去了上海，南京。到这些城市旅游的同时，我会多关注这个城市的一些名校，看看自己和别的地方的年轻人之间差距有多大，不做井底之蛙。有时候，一些东西只有经历了你才会明白。结交些不同的朋友，经历些不同的事情，只有这样你才能慢慢发现自己真正热爱的是什么，然后不断为之努力。

我想说：学会走出自己的舒适区，激发自己的内在潜能。

曾经的我比较内向，不敢在公众场合展现自己，表达自己的观点。后来意识到自己的性格弱点，就强迫自己去报名参加演讲比赛或者辩论赛。通过几次尝试，我觉得自己在参加比赛的过程中，确实收获很多。通过这些比赛，我充分提升了自己的口语表达能力。之后我还选择加入我们学院的莎士比亚剧社，在剧社的一次次排练和演出中，克服紧张，增加了更多信心，在专业学习上也有了很大的提升，为自身综合能力的培养提供了一个宝贵的舞台。

我想说：耐得住寂寞，守得住繁华。

大学的修行道路总是寂寞的，因为智慧来自于寂寞，寂寞赋予我们更多的时间、更好的环境和更佳的心态去读自己喜欢的书籍，做自己想做的事情，在孤独的时光里我们与自己心灵对话，灵魂最深处的寂寞也是伴随着清醒而来的。所以当你身处寂寞时不要恐慌，平静地接受它吧。当然人有寂寞之时也必有繁华之时，在大学里我们会取得一些人生成就，会得到旁人的赞美，但一定不要自满不前，固步自封。因为大学里优秀的人很多，每个人都在前进，如果你驻足脚步，贪图一时荣誉，那么前方的繁华只会属于他人。所以我们要用一颗谦卑之心去学习，去进步，去守住自己的繁

最后，希望大家都能够守得云开见月明，不负自己的青春年华。

作者简介：孔令达，外国语学院英语教育专业。保送至上海外国语大学。先后担任外国语学院2015级年级长，学生会副主席，河南师范大学 STNT 莎士比亚剧社副社长。所获荣誉：大学期间荣获叶圣陶奖学金，并连续两年获得国家励志奖学金、河南省三好学生、河南师范大学优秀团员、河南师范大学模范学生干部、河南师范大学三好学生标兵、21世纪可口可乐杯校级一等奖、“外研社杯”演讲赛校级一等奖、重庆市莎士比亚戏剧大赛二等奖等多项荣誉。

行的。不那么功利，惊喜就在不经意间。

“间歇性踌躇满志”是包括我在内的很多同行者的真实写照，那么找到持续性的动力源便是一件重要的事。父母、朋友和“值得”成就了今天的我。说起父母，那些道理很俗，那些描绘很旧，但是父母的爱真实存在于我生活的每一丝缝隙，不得不提。父亲太以我为豪了，我不舍得让他失望，父亲的朋友跟我说，跟他探讨什么他都不一定会开心，但只要提起我，他的眼里全是光，神情里全是骄傲，他说我是他生命的延续，是他唯一的寄托；他为我付出太多了，我不舍得让他得不到回报，尽管他是做生意的，时间相对自由却也是工作繁忙、应酬繁多，可是只要我在家，没有吃过一次外卖，且每一顿都格外丰盛，匆匆赶回或者早起准备是在他看起来习以为常的事，我会反思自己的无能，但我也真切明白，哪有什么岁月静好，不过是有他在为我负重前行。谈起朋友，君有奇才我不贫，我时常感慨，要有多幸运，才遇到了她们。冬日里备考，早晨五点起来去寝室拉我去自习室，晚上不论多晚都陪我自习的刘洋，夏日午后，吃完饭就陪我回教室复习，平日闲暇就拉我去法院实习积累实践经验的嫣然；认真对待老师布置的每一项作业，用课业讨论代替八卦的室友们。相互陪伴会更容易坚持，相互监督会驱散懒惰。至于“值得”，就是一个主观性很强的衡量方式了。熬夜赶工作，为了篮球赛每天早晨拉练、放弃与朋友的聚会，无法兼顾学习和工作时的焦虑、繁忙时甚至无法按时吃饭的委屈都曾凝结成一股力量消磨我的斗志，但如果重来，我还是会这么选择，与自由闲适的时光相比，我觉得繁忙与我的年岁更加匹配；有所经历比闲适舒坦更让我感到开心，我在这三年的“浩劫”中获得的能量不可估量，所以我觉得值得，仅此而已。

师大是一个广阔的平台，所以机会和选择会时常伴我们左右。大学期间我参加了几十场面试，生活和身边的人也曾多次向我抛来“选择和努力哪个更重要？”这样的问题，至今我依然不知道答案。因为任一观点总会被支持另一方的事例驳倒，哪怕这事例唯一存在。我们的大学时光转瞬即逝，我们没有必要用任何经历亲身实验论证任何一方。况且，师大她也不吝吝嗷，给予我们的选择基本不是舍此求彼一般，所以把“努力”无限放大从而将四选一幻化成四选二甚至四选三，我们就可以降低风险，获得最大的可能。

最后，我想写给你们们的，大概就是尝试了。在2018年四五月份的时候，我看到了学校的一则通知，大概就是要在全校选拔八人和各位老师一起组成一个教育访问团出访台湾，我当时看到“全校选拔”的时候就已经退却了，尽管我曾看过太多台湾的旅游记并励志要在毕业旅行时进行环岛，后来是跟父母说起来的时

前几天，趁着空气清新、阳光明媚，赶在春意消失之前，我带着设备与好友到中心花园拍春景。大学四年，这是第一次。匆匆四年，突然发现师大的景我还没看完，师大的路我还没认全。四年时间也很长，四年的学习和生活，在老师的教诲和同学们的帮助下，相较于刚入学时候那个懵懂的自己，无论是思想、工作还是学习我都成长了很多。在毕业来临之际，希望能将这段美好的大学时光记录下来，与君共勉。

可以说大学四年我完成了一个学渣的逆袭，从专业课成绩徘徊在六七十分，提高到每科成绩平均九十分，学分绩点4.5以上，没有什么捷径和小机灵，我坚信不辜负自己，不辜负时光，越努力，越幸运。

大一，我与大多数同学一样，忙着接触新鲜事物，忙着结交新的朋友。猛然从枯燥紧张的高中生活挣脱，整个人有一点像脱缰的野马。入学报到，参加军训，这似乎就是过去不久的昨日一般。军训流过的汗水，初到大学的憧憬仿佛还历历在目。印象最深的是开学时的百团大战，我和室友一边在各个社团留名，一边感慨人山人海。报了三四个社团，却连举办的内部见面会都没参加，最后全都无疾而终。那时的自己太年轻，不懂得选择与坚持。大一我参加了很多活动，从新生演讲比赛到双歌，我一样也没落下，在这期间我还应聘到了学生处助理的工作和专业文艺委员的职位。满满当当的活动丰富了我整个大一学年，我的综合能力得到了很大提升，但是却把学习落下了。学期末看着自己惨不忍睹的成绩单，内心很挫败。我开始思考自己想要什么，适合什么，来大学是为了干什么？

大二，开始觉得学习压力有点大，一方面专业课增多，学习难度增大，时间也越发的紧凑。另一方面我选调为专业班长，并继续担任学生处工作助理，我的课外时间几乎被完全占据。常听人说学与熊掌不能兼得，而我是一个不服输的人，不逼自己一把你永远不知道自己潜力有多大。为了在兼顾工作和生活的同时提高专业课水平，我除了课堂认真听讲，课下还主动拷贝了老师的课件，利用中午大家都在休息的时候自学。因为我平时事情比较多，所以在在学习上就要付出比别人更多的努力，期末复习期间在新554长明教室挑灯夜战是常有的事。说到这里，也非常感激我的各位任课老师，感谢他们的耐心讲解和悉心教导，指引我总结出适合自己的学习方法。除了理论知识的巩固，我还积极参加科研实训。作为生科院的学生，做实验是必不可少的，但是实验课的时间和资源有限。于是大二暑假我申请了大学生创新创业实践项目，俗称“大创”，更进一步走近了科研，实现了理论联系实际，懂得了求真务实，实事求是的科研真谛，也让我真正地爱上了科研。

大三刚开学，大部分同学都已经开始关注考研的信息了，还有一些同学犹豫着，不确定是找工作还是考研。这个时候一定要静下心来想清楚自己想要什么，以后想做什么。不管是考研还是工作，都只是你更接近你理想生活的途径而已。回忆大学两年的经历，我认为自己更适合走科研这条路，所以我选择了考研。但我不确定自己能在科研领域坚持多久，而且我心里一直有个教师梦。所以我计划攻读完硕士后留到我喜欢的城市，在一所中学任教。我是从大三下学期才开始着手准备考研相关事宜的，这个时候一点都不晚。定学校、买资料、报班一气呵成，从四月份开始学习考研英语和考研专业课，同时也没有落下本科课程。暑假留校学习，我想说认真准备考研的这段时间，每天早晨迎着星光夜晚踏着月光，没有我想象的枯燥，相反我觉得这段时光是大学以来最充实的，是知识储备最有效率的时间，仿佛一下子回到了高三时的生活。九月中旬学院开展硕士研究生推免资格考试，衡量标准是大学前三年的专业课成绩、所获荣誉奖章、科研经历以及最后的笔试，经过认真紧张的复习，我以专业第二名获得了2019硕士研究生推免资格，并被保送至华中科技大学。

我在暑假备战考研政治时，对马克思所说的“人的本质是一切社会关系的总和”深有感触，人作为社会关系的总和而产生，要战胜自然界，创造物质生活资料，单靠个体的力量是不行的，必须结成一定的关系。这种结成一定关系去创造物质生活资料的活动，就是劳动。由此可知，正是由于结成一定的社会关系，才能进行劳动，类人猿才变成人，人才和猿区别开来。劳动是人的活动，劳动把人和猿区别开来，但不是人的本质。决定劳动的是一定的社会关系，人一产生就是社会关系中的人，人从一开始就是社会关系的总和，所以说，人的本质是一定社会关系的总和。而我自己的理解是，你所处的社会关系决定了你的身份，于父母而言你是子女，于老师而言你是学生。我们为什么要学习？为什么要到更高的平台接受教育？就是为了丰富内涵和见识，提升我们的本质和价值。

大学三年只是人生坐标中的小小小区间，但是却可以容纳下无数的点，每个点都是自己的经历，体会和感悟，无数个点就可以串成属于自己的弧线。我的专业课老师曾告诉我“科研有两不，一不违反伦理，二不触犯法律”，做人不亦是如此吗？大学，教会我们的不仅是书本知识，更重要的是做人做事的道理，这些道理将不断完善我们的人生观和价值观。

希望你眼眸有星辰，心中有山海，从此以梦为马，不负青春年华！

作者简介：罗亚楠，中共党员，2015级生命科学学院生物工程专业学生，保送至华中科技大学微生物系，并获得直博名额。先后担任专业班长、文艺委员。所获荣誉：2017、2018年，荣获“国家励志奖学金”；三次荣获“模范学生干部”称号；两次荣获“优秀团员”、“优秀团干”、“三好学生标兵”称号；2018年，荣获“河南省三好学生”称号；2017年，全国大学生生命科学竞赛国家级三等奖；主持大学生创新创业实践项目，获得国家项目支持；第二届全国大学生生命科学创新创业大赛国家级二等奖；河南省高校量化投资模拟大赛省级三等奖。2018年，第三届全国大学生生命科学创新创业大赛国家级三等奖；“创青春”河南省大学生创业大赛省级二等奖；第32届河南省青少年科技创新大赛省级二等奖。

候才又被鼓励去交一份报名表试一试，结果是我被选上了，并且拥有了一段非常难忘的台湾之旅。时至今日，作为一名即将毕业的大四学生，即使已经拥有很多人看来很圆满的大学生活时，我还是有遗憾的，就其根源，就是自己当初的不敢尝试，或许因为懒惰，或许因为不自信，但最终对于那错过的机会无法回头了。所以，弟弟妹妹们，多尝试一点吧，至少会少一点“如果当初……”。我希望在别人否定你之前，你不要否定自己。要敢于踏向那个纷繁的世界，去经历，去感受，在这个过程中，即使是羁绊，却也记述着我们生活和成长的轨迹，它们才是我们庸碌生活的幸存者，是我们人生最有温度的财富，是你回首时最眷恋的温暖——我们曾如此兴奋、如此落魄、如此偏执、如此纯粹。

剩下的经历，我希望我可以用一生去回忆，不愿与你诉说，因为我品尝了这份打拼和探索后收获的甘甜，希望你也拥有，而不是一味的复刻。只是，人生得意须尽欢，勿于回首悔莫及，在这对于拼搏来说最无牵绊的年岁里驰骋吧。

作者简介：蔡晏君，法学院2015级法学专业。保送至南京师范大学。所获荣誉：2015-2016学年，荣获“国家励志奖学金”；2016-2017学年，2017-2018学年荣获“国家奖学金”；参加大学生创新创业大赛并被评“国家级项目”；2017年，荣获“河南省三好学生”称号，2017年获得“河南省翻译竞赛二等奖”；2016、2017学年荣获校级“模范学生干部”称号；2016、2017、2018学年荣获校级“三好学生标兵”称号；2016、2017、2018学年荣获校级“优秀团员”称号。

我的大学，不负时光

勿于回首悔莫及。

人生得意须尽欢。以学习专业课知识并达到一定的水准为主要目的，充分锻炼自己的各项能力以求适应社会对标准大学生的各项要求是我这三年的概况。航道众多，我选择了这一条，自然我所记述的也只能是这条航道内的风雨和其一旁的风景了。我们身处“学生时代”这样一个独特而资源丰富的位置，就该为未来全力以赴。

雷军北大演讲： 我们总该有一点点梦想

20日,我在乌镇参加了全球互联网峰会,这个会议上有马云,也有苹果公司的副总裁。主持人抛出了一个话题,说雷军你说你有一个目标,要用5到10年的时间将智能手机市场份额做到全球第一。我忙着点头,我的确说过,他问苹果公司高管,你怎么看?这个高管也很厉害,他说“Easy to say hard to do”,我英文很差,但正好我听懂了。主持人说雷军你怎么想?那一瞬间我非常非常的尴尬,我冷静了一下,我说马云在阿里巴巴上市的那一刻说过一句话,“梦想还是要有的,万一实现了呢?”我的演说水平远远没办法跟马云相比,马云的号召力和演说水平,我是望尘莫及。

我听说马云还讲过,像他这样的人都能成功的话,80%的中国人都是可以成功,听得我们每个人都热血沸腾,他说我高考几次落榜,好不容易上了杭州师范大学,还找不到工作。马云今天有资格讲这个话,讲得也特别震撼,每一个,尤其每一个屌丝都渴望像马云一样逆袭。

讲完马云这句名言以后,我又补了一段话,我说4年多前,小米刚刚创业,在中关村十来个人,七八条枪要去手机,有谁相信我们能赢?手机这个行业是刀山火海,前面有三星,有苹果,后面有联想,有华为,我们看到摩托罗拉不行了,诺基亚也不行了,黑莓也不行了,连HTC也不行了,最近索尼也不行了,这个市场竞争极为激烈。一个正常人想到智能手机,就觉得这个市场竞争很激烈。

3年前,我们产品刚刚发布,仅仅用了3年时间,谁又想过这十来个人,杀到了全中国第一,全球第三。我们今天有这样的业绩,有这样的起跑线,我觉得我们总该有这一点点梦想,用5到10年时间杀到全球第一吧。所以梦想还是要有的。

其实,办小米对我来说是一个很难很难的事情,为什么?因为在办小米之前,我有幸参与了金山软件的创办,今天我依然是金山软件的董事长和大股东,而且我有幸办过一个电商公司叫卓越网,这样说来我的人生也足够了。在IPO之后,我退休了,还干了三四年投资,而且做天使投资,业绩还不错,绝对能进入中国天使投资界的第一系列。

是什么样的动力使我下定决心去干这么累的一件事情?在我做天使投资,在我从金山退休的那个阶段,我有天晚上从梦中醒来,我问了自己一个问题:我40岁了,在别人眼里功成名就,已经退休了,还干着人人都很羡慕的投资。我还有没有勇气去追寻我小时候的梦想?岁数越大,谈梦想越难,大家现在都是没有梦想的时候,你们到了40岁的时候,还有梦想吗?面对残酷的现实,还有几个人能笑对今天,笑对明天?

我当时问我自己,我还有没有勇气去试一把?这么试下去风险很高,有可能身败名裂,有可能倾家荡产,而且更重要的是,我在别人眼里已经是成功者,我需要冒那么大的风险去做这么艰难的一件事情吗?我犹豫了半年,最后梦想激励我一定要去赌一把,因为只有这样做,我的人生才是圆满的,至少当我老了的时候,我还可以很自豪的说,我曾经有过梦想,我曾经尝试过,哪怕输了。我最后下定决心办了小米。刚开始,我认为我100%会赢,我的脑子里想的全是我会怎么失败。我真的很庆幸,我们竟然只用了3年,完成了一件令我自己都无法相信的事情。

我为什么会有这样的梦想?是因为我跟大家同样岁数的时候,在我18岁的那一年,曾经青春年少,无意之中在图书馆里看了一本书,

改变了我的一生。那是我大学一年级第一个学期,我在武汉大学的图书馆里面看了一本书,这本书叫《硅谷之火》。这本书讲述的是70年代末,80年代初,那些硅谷英雄的创业故事,其中主要的篇章就是讲苹果乔布斯的,书中说乔布斯在70年代末,80年代初,代表着美国式的创业。

看了这本书,我激动的心情久久难以平静,我清晰的记得看完这本书以后,我在武汉大学的操场上沿着400米的跑道走了一天又一天,走了好几个通宵,我在思考,我怎样才能塑造与众不同的人生。在中国这片土壤上,我们能不能像乔布斯一样,办一家世界一流的公司?我觉得只有这样才无愧于我的人生,才会使自己觉得人生是有价值、有意义、有追求的。

当我有这样的梦想以后,我认为只停留在语言上是没有用的,落实到实际的学习和工作中才是最重要的。我当时给自己制订的第一个计划是,2年修完大学所有课程。

我用2年时间修完了所有的课程,我的成绩在我们同学里面排到第六,我们全年级100多人。我认为,要有基本功的沉淀,有了第一个基本功的沉淀,我又给出了第二个目标,大家说我没有本事在一级学报上发表论文?我用两年时间,在我大二的时候,在一级学报上发表了论文。

有梦想是件简单的事情,关键是有梦想以后,你能不能把这个东西付诸实践,你怎么去实践,怎么给自己设定一个又一个可行的目标。当然,还需要长时间的坚忍不拔,百折不挠。

就像我自己,到了40岁退休以后,我还有没有勇气去试一把?今天我可以很自豪的跟大家分享,我在40岁的时候,没有忘记我18岁的梦想,我去试了。虽然我知道现在说小米成功为时过早,谈击败苹果也为时过早,但是梦想总是要有,万一实现了呢?

我经常跟年轻人交流梦想,我自己特别特别喜欢的一句话叫“人因梦想而伟大”。

我们每一个人,只要你有梦想,你就变得与众不同。关键要有梦想,有了梦想,是你迈向成功的第一步,有了第一步以后,你一定要为自己的梦想去做各种准备,其中最重要的,便是打下坚实的基础。

那么谈到梦想的实现,最近一句话挺出名的,叫“台风来的时候,猪都会飞”。

这个话其实想表达了两层意思:第一,没有坚实的基础,没有勤奋是成功不了的。

第二,有了勤奋,有了坚实的基础,也不一定成功,还需要台风,把握大的发展机遇,抓住机会,你才有机会成功。

小米把握的是什么机会?其实,小米精准地踏到了智能手机换机的时间点,诺基亚不行了,苹果刚刚起来,小米应运而生,用了一套全新的模式,在短短的3年时间里销售了中国第一。其实整个成长速度远超想象,3年下来,今年大概销售6500万只手机,营业额大概在700-800亿,这是一个仅创立了三、四年的公司。

这个应该已经创造了全球的奇迹,这背后是什么呢?这背后是坚实的基础和非常好的对时机的把握。

我自己工作了20多年,我对各位同学的建议就是,第一,要有梦想;第二,要设定step by step的努力目标,要制定阶段性的目标,不要着急;第三,要重视机遇的重要性。一些很聪明的同学都觉得聪明加勤奋天下无敌,其实仅有聪明和勤奋是远远不够的,怎么把握时代的机遇,怎么在大方向上正确,这点也非常关键。

在人生的旅途中,最糟糕的境遇往往不是贫困,不是厄运,而是精神和心境处于一种无知无觉的疲惫状态。感动过你的一切不能再感动你,吸引过你的一切不能再吸引你,甚至激励过你的一切不能再激励你。这时,人需要寻找另一片风景。

“要想改变我们的人生,第一步就是要改变我们的心态。只要心态是正确的,我们的世界就会变得光明。”

其实人与人之间本身并无太大的区别,真正的区别在于心态,“要么你去驾驭生命,要么生命驾驭你。你的心态决定你是坐骑,谁是骑师。”在面对心理低谷时,有的人向现实妥协,放弃了自己的理想和追求;有的人没有低头认输,他们不停审视自己的人生,分析自己的错误,勇于面对,从而走出困境,继续追求自己的梦想。

我们不能控制自己的遭遇,但我们可以控制自己的心态;我们改变了别人,我们却可以改变自己;我们改变不了已经发生的事情,但是我们可以调节自己的心态。

有心无难事,有诚路定通。正确的心态能让你的人生更坦然舒心。当然,心态是依靠你自己调整的,只要你愿意,你就可以给自己一个正确的心态。

心态是人真正的主人。改变心态,就是改变人生。有什么样的心态,就会有什么样的人生。要想改变我们的人生,其第一步就是要改变我们的心态。只要心态是正确的,我们的世界也会是光明的。

“人活着就是为了解决困难。这才是生命的意义,也是生命的内容。逃避不是办法,知难而上往往是解决问题的最好手段。”人生之路不会是一帆风顺的,我们会遇上顺境,也会遇上逆境。其实,所有在成功路上折磨你的,背后都隐藏着激励你奋发向上的动机。换句话说,想要成功的人,都必须懂得如何将自己的折磨,转化成一种让自己克服挫折的磨练,这样的磨练让未成功的人成长,茁壮,所以,当你遭遇厄运的时候,坚强与懦弱是成败的分水岭。一个生命能否战胜厄运,创造奇迹,取决于你是否赋予它一种信念的力量。一个在信念力量驱动下的生命即可创造人间的奇迹。

在困难面前,如果你能在众人都放弃时再多坚持一秒,那么,最后的胜利一定是属于你的。坚定的信念是获取成功的动力。很多的时候,成功都是在最后一刻才蹒跚到来。因此,做任何事情,我们都不应该半途而废,哪怕前行的道路再苦再难,也要坚持下去,这样才不会在自己的人生里留下太多的遗憾。

精彩的人生是在挫折中造就的,挫折是一个人的炼金石,许多挫折往往往是好的开始。你只要按照自己的禀赋发展自我,不断地超越心灵的绊马索,你就会发现自己生命中的太阳熠熠闪耀着光彩!

“要想赢,就一定不能怕输。不怕输,结果未必能赢。但是怕输,结果则一定是输。”

人生的道路上,我们每个人都不可避免地对各种风险与挑战,结果有成功,也有失败。不过,人生的胜利不在于一时的得失,而是在于谁最后的胜利者。没有走到生命的尽头,我们谁也无法说我们到底是成功了还是失败了。所以我们在生命的任何阶段都不能泄气,都要充满希望!

不要因为痛苦而放弃你的选择。所谓的成功人士,无非是比别人多付出,多经历了磨难的人罢了。不因痛苦而放弃你的选择,你才能成功。

凤凰浴火重生,正是因为经历了强烈的痛苦,然后才有震撼人心的美丽。一个人的成功并不是偶然的,他是踩着无数的失败和痛苦走过来的,别人看到的只是他今天的光辉和荣耀。只有他自己知道,在他通往成功的路上,有着被荆棘刺破的斑斑血迹。

“人生就有许多这样的奇迹,看似比登天还难的事,有时轻而易举就可以做到,其中的差别就在于非凡的信念。”

活。一天他们赶着羊来到一个山坡,这时,一群大雁鸣叫着从他们头顶飞过,并很快消失在远处。牧羊人的小儿子问他的父亲:“爸爸,爸爸,大雁要往哪里飞?”“它们要去一个温暖的地方,在那里安家,度过寒冷的冬天。”牧羊人说。他的大儿子眨着眼睛羡慕地说:“要是我们也能像大雁那样飞起来就好了,那我们就飞得比大雁还要高,去天堂,看妈妈是不是在那里。”小儿子也对父亲说:“做个会飞的大雁多好啊,那样就不用放羊了,可以飞到自己想去的任何地方。”

牧羊人沉默了一下,然后对两个儿子说:“只要你们想,你们也能飞起来。”两个儿子试了试,并没有飞起来。他们用怀疑的眼神瞅着父亲。牧羊人说,让我飞给你们看,于是他飞了两下,也没飞起来。牧羊人肯定地说:“我是因为年纪大了才飞不起来,你们还小,只要不断的努力,一定能飞起来,去想去的地方。”儿子们牢牢地记住了父亲的话,并一直不断的努力,等到他们长大后果然飞起来了,他们发明了飞机,他们就是美国的莱特兄弟。

一个人的内心如果蕴涵着一个信念,并坚持不懈地为之努力,那么,他一定会是一位成功的人。

“即使遭遇了人间最大的不幸,能够解决一切困难的前提是——活着。只有活着,才有希望。无论多么痛苦,多么悲伤,只要能够努力地活下去,一切都会好起来。”

如果说,人生是一本书,那遗憾就是一串省略号,空白之处,蕴含着深刻的哲理!生命赋予我们每一个人的都是单程车票,我们活着就有自己的高尚和卑劣,就要享受生命的欢乐和烦恼。

生命是上天赐予我们的特别礼物,即使陷入了绝望的泥沼中,也应该握住生命中哪怕一点点值得赞美的亮光,从而鼓励自己要挺住,别倒下。只要有一线希望,我们就要坚强的活下去,因为活着就会有希望。

活着就是希望,活着就有希望。其实,世上没有绝望的处境,只有对处境绝望的人。告诉自己还有希望,因为自己还活着。只要活着,就有实现希望与梦想的机会。

“真正成功的人生,不在于成就的大小,而在于你是否努力地去实现自我,喊出自己的声音,走出属于自己的道路。”

平庸的人总是有一种幸灾乐祸的心理,因为成功者总是给他们强有力的刺激。他们总是希望成功者能够功败垂成,沦为他们一样的平庸。人生如戏,即使今天你是炙手可热的主角,明天你可能就是一个跑龙套的。可谓是:“平步青云会有时,误杀落地未尝知。”聪明人总是用平常心应对人生中的起起伏伏,这就是一种大智慧,台上台下都能自在坚韧,淡然洒脱。

而且聪明人都会对自己的生活设定一个标准,它不是人云亦云的标准,而是自己真正想要的标准。只要我们自己认为有意义,就一定要坚持下去。在不伤害他人和社会的情况下,当你想当的人,做你想做的事,说你想说的话……这就是我们每个人成功的实质。

“低头是一种能力,它不是自卑,也不是怯弱,它是清醒中的嬗变。有时,稍微低一下头,或许我们的人生路会更精彩。”

人,心至善,情至诚,志必坚。

人,得意不可忘形,失意不可失志。

人,没有自尊心就不可能有耻辱感,没有耻辱感就不可能有自尊心。

人,每说一句话,每做一件事,都要考虑是否会影响到别人,是否会伤害别人,这是一个人最起码的素质。

有人问过苏格拉底:“你是天下最有学问的人,那么你说天与地之间的高度是多少?”苏格拉底毫不犹豫地回答:“三尺!”那人以为不然:“我们每个人都五尺高,天与地之间只有三尺,那岂不是戳破苍穹?”苏格拉底笑着说:“所以,凡是高度超过三尺的人,要长立于天地之间,就要懂得低头。”其实,我们的生活又何尝不是如此



习惯是人生成功的一个重要因素。好的习惯使人成功,坏的习惯让人颓废。心理咨询专家研究发现,一个人工作、学习的好坏,20%与智力因素相关,80%与非智力因素相关,而在信心、意志、习惯、兴趣、性格等非智力因素中,习惯又占有重要位置。有人曾做过这样一个测试,让3个人完成同样一件事,其结果却因为每个人工作习惯的不同而出现差别很大的结果。在我们身边,这种事例不胜枚举。好习惯让我们减少了思考的时间,简化了行动的步骤,让我们更有效率;而坏习惯使我们封闭保守,自以为是,墨守成规。然而,面对生活中的坏习惯,习惯固守常态的力量对我们的控制大过了追求改变的力量。

仔细看看,我们的大多数人早已习惯了过去的自己,大多数的日常活动都只是习惯而已,如几点钟起床,怎么洗澡、刷牙、穿衣、读报、吃早餐、上课等等,一天之内上演着几百种习惯。所以我们非常有必要仔细检查一遍自己的习惯。看看哪些是有益的,哪些是无益的,哪些是有害的,然后将无益、有害的改为有益的,哪怕一个小小的改变,假以时日,必能受益无穷。请记住,拥有了成功的习惯,我们就拥有了享受终生的财富。行动起来,改变就从今天开始……

乌鸦打算飞往东方,途中遇到一只鸽子,双方停在一棵树上休息。鸽子看见乌鸦飞得很辛苦,关心地问:“你要飞到哪里去?”乌鸦愤愤不平地说:“其实我不想离开,可是这个地方的居民都嫌我的叫声不好听,所以我想飞到别的地方去。”鸽子平静地告诉乌鸦:“那我劝你别白费力气了!如果你不改变你的声音,飞到哪里都不会受到欢迎的,如果你无法改变环境,唯一的方法就是改变自己。你若不想做,会找到一个借口;你若想做,会自己找到一个方法!”

歌德有句话说得好:“最好不是在夕阳西下的时候幻想什么,而是在旭日初生的时候即投入行动。”改变要趁早,不能只是在嘴上说说,迟迟不行动,到头来,白白浪费了一生,无所成就。

一位知识渊博的教授与一位文盲相邻而居。尽管两人地位悬殊,知识水平、性格有天壤之别,可两人有一个共同的目标:尽快富裕起来。

教授每天踏着二郎腿大谈特谈他的致富经,文盲在旁虔诚地听着,他非常钦佩教授的学识与智能,并且开始依着教授的致富设想去实现。

若干年后,文盲成了一位百万富翁,而教授还在空谈他的致富理论。

有人会说,我是很想立即改变现状,但周围的大环境就这样,不允许,没办法呀!他必定是忘了:一个人在面临无法改变的的环境的时候,他要学会改变自己,自己改变了,环境也会随着改变。西方有句谚语:“生存决定于改变的能力。”不少人往往在一方面既想改变现状,另一方面又害怕承受痛苦,结果把自己弄得既矛盾又挣扎,折腾了一大圈又绕回到起点。改变是痛苦的,但是,如果不改变,那将是更大的痛苦。

“奶酪的故事”随着《谁动了我的奶酪》一书的畅销已经深入人心。看过的人都知道书中反映的道理是:世界是在不断发展变化的,每个人也是在不断发展变化的。要适应瞬息万变的社会,我们必须做出改变,而且,改变必须从今天开始,马上开始,从自己开始,从每一件小事开始,这样才能获得成功!

相信每个人都知道自己寻求的“奶酪”是什么,最重要的是我们该如何寻找属于自己的奶酪,如何面对已经拥有的而且随时可能失去的奶酪。变化始终存在,不管这变化是好是坏,我们必须接受,而变化的好坏往往取决于人的适应能力,也就是你准备的充分与否。当看到变化会使事情变得更好时,能够及时地调整自己去适应变化!不管我们怎样选择,都应是随着外界的变化而变化,每天都在变化,都在顺应着潮流变化。

心理学家安东尼·罗宾说过:“一切的改变都是可以马上办到的。”人们对于“改变”这个问题所保持的态度,经常是“应当”而不是“必须”,就算是必须,也常常是指未来的“某一天”。要想马上改变,唯一的方法就是在心里保持迫切感;不能不快点去做。如何让自己愿意主动去改变呢?一个办法就是让自己的情绪达到痛苦的临界点,让自己觉得不马上改变是不成的。改变要能成功,不是知道得改变便算了事,而是得打从心里知道自己必须改变才行。如果你多次曾试图改变而未成功,其中的原因很可能是令你改变的痛苦还未达到令你无法忍受的程度,而唯有当你达到那样的痛苦临界点时,能令你改变的杠杆才会出现。

请从今天开始改变,你可以参考成功学大师戴尔·卡耐基的四种良好工作习惯,从这一点一滴开始做起:

- 1.拿掉你桌上所有的纸张,只留下与你正要处理的问题有关的;
- 2.按照事情的轻重缓急来做;
- 3.当你碰到问题时,如果必须做决定,就当场解决,不要迟疑不决;
- 4.做事要学会如何组织、分层负责和监督,尽可能在有效时间内完成工作。

在以下“阻碍成功的十大不良习惯”中,如果你有任何一种或几种,请务必马上着手,从今天开始予以改变:

- | | |
|-----------------|-------------|
| 1.经常性迟到; | 2.没有时间概念; |
| 3.注意力分散; | 4.抵触情绪; |
| 5.说话、做事比较紧张,健忘; | 6.做事毛毛手毛脚; |
| 7.打电话时吃东西、大嗓门; | 8.不恰当的肢体语言; |
| 9.字迹潦草、语法错误; | 10.违反职业习惯。 |

这些改变,虽然是一点一滴的小事,但是如果你从今天就开始行动,强迫自己改变这些不良习惯,长期坚持下去,既可养成成功必备的好习惯,又能给自己以“我能行,我能做到”的自信,在你未来的生活中,它的益处将逐渐显现。

不要再怯懦,犹豫了,行动起来,改变就从今天开始。

的美好;只有敢于低头并不断否定自己的人,才能够不断吸取教训,才会为别人的成功而欣喜,为自己的善解人意而自得,才能在挫折面前心安理得。

“很多时候,不快乐并不是因为快乐的条件没有齐备,而是因为活得还不够简单。”

幸福是什么?幸福不一定是腰缠万贯、高官厚禄、呼风唤雨。平凡人自有平凡人的幸福,只要你懂得怎样生活,只要你不放弃对美好生活的追求,你就不会被幸福抛弃。

快乐是什么?其实快乐是一件非常简单的事,快乐就在每个人的身边,可并不是每个人都清楚这一点。“只有简单着,才能快乐着。”不奢求华屋美厦,不垂涎山珍海味,不追名逐利,不扮贵人相,过一种朴素纯净的生活,才能感受到生活的快乐,一种外在的财富也许不如人,但内心充实富有的生活,这才是自然的生活。有劳有逸,有工作的乐趣,也有与家人共享天伦的温馨、自由活动的闲暇,还用去忙里偷闲吗?“世味淡,不偷闲而闲自来。”

“简朴生活”并不是要你放弃所有的一切,实行它,必须从你的实际出发。简单生活不是自甘贫贱。你可以开一部昂贵的车子,但仍然可以使生活简化。一个基本的概念就在于你想要改进你的生活品质而已,关键是诚实地面对自己,想想生命中对自己真正重要的是什么。

“懂得感恩,是收获幸福的源泉。懂得感恩,你会发现原来自己周围的一切都是那样的美好。”

落叶在空中盘旋,谱写着一曲感恩的乐章,那是树对大地的感恩;白云在蔚蓝色的天空飘荡,描绘着一幅幅感恩的画面,那是白云对蓝天的感恩。

人生更是处处要感恩。一个人,如果常怀一颗感恩的心,那么他就会感觉到什么叫幸福,并且随时能

品尝到幸福的滋味,就会更加珍惜生活中的一切,就会觉得人生是十分美好的。

懂得感恩是获得幸福的源泉,在生活中,如果我们每个人都不忘感恩,人与人之间的人际关系会更加和谐、更加亲切。我们自身也会因为这种感恩心理的存在而变得更加健康、快乐!

改变,请从今天开始

感谢生活的磨砺



就 迎 业 创 业 指 导 南 师 报 范 官 大 方 学 微 博