



嘉实培训咨询集团  
管理智慧系列丛书



Walking a straight line



Career Planning and Management

# 职场走直线

——职业生涯规划与管理

王磊◎著

凡事预则立，  
不预则废。

——《礼记·中庸》

在职业生涯发展的道路上，  
重要的不是你现在所在的位置，  
而是迈出下一步的方向。



人民邮电出版社  
POSTS & TELECOM PRESS

更多电子书资料请搜索「书行天下」：<http://www.sxpdf.com>

职场走直线  
——职业生涯规划与管理

王磊 著

人民邮电出版社  
北 京

## 内容提要

走直线，选择自己既喜欢也擅长的事情，不停地朝这个方向走，你总能走到你的目的地。选择既定的直线，即这种直线是你自己心目当中的直线，认准了就去做，不跟风不动摇，所以直线型的人更能接近成功。成功来自于对目标的坚持，对职业生涯的规划和执行。只要坚持自己的选择，并采取正确的方法，就能得到快乐的过程与辉煌的成就，让我们在人生与职场中直线到达彼岸。

本书从10个方面系统介绍了职业生涯规划管理的方法，帮助你进行职业探索，确定职业目标和职业开发战略，掌握职业生涯规划过程中的各种关键因素，从而科学有效地进行职业生涯规划。

### 职场走直线

---

◆ 著 王 磊

责任编辑

执行编辑

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京崇文区夕照寺街14号

邮编 100061 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

印刷

◆ 开本：880×1230 1/32

印张：7.25

字数：千字

2011年 月第1版

2011年 月北京第1次印刷

ISBN 978-7-115- -

定价：.00元

---

读者服务热线：（010）67119329 印装质量热线：（010）67129223

反盗版热线：（010）67171154

## 有规划的人生能成功

早在2000多年前，孔子对于人生应该怎样度过、怎样规划，作如此论述：“吾，十有五，而至于学，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳顺，七十而从心所欲，不逾矩。”

人一生中大部分的时间和精力都要跟职业发生关系，职业，成为一个人安身立命之本，施展才华之基，成就人生之途，人的生涯管理之路将会直接影响人生理想与幸福的实现。因此对职场当中的是是非非，如何让自己不困惑，不纠结，明晰方向，找准定位，力求直线，力达事半功倍之效果。

职场中的自我成长极为关键。很多人刚步入职场就开始迷茫，甚至在迷茫中开始迷失者不在少数。对于一个国家而言，如果拥有学历或技能的人力资源不能人尽其才、才尽其用，那将是人力资源的巨大浪费。

初入职场是个非常关键的时期，经过一段时间的历练与洗礼，有人很快成长为一名综合素质全面、职业能力突出的职场精英，也可能成为一名精通专业知识、具备研发能力的项目专家；我们不妨留意一下身边的这些职场同仁，他们之所以能把握住学习与社会工作的关系，是跟他们看待问题的系统性、全局性紧密相关的，他们不会去怨天尤人，能够保持一种积极的心态去增强自己的未来意识、责任意识，总是在思考探索未来阶段的发展任务并认真规划自己的发展路径。

人与人的差别并不大，但有时候是否专注于心，并有意识的去行动、去坚持不懈的持续行动，往往也就注定了结果的不同。

借用一句职场流行语：“不怕被利用，就怕没人用！”首先作为初入职场的新人而言，脚踏实地地去做，多听多做，就能得到相对应的工作经验以及自我管理的能力提升，当提升到一定的阶段，就需要用另一句话来对照自己“人有被选择的价值，也有选择的权利！”价值是前提，否则缺乏选择的权利力度，根本上解决这个问题就是如何提升自我价值，也就是职场中的人才竞争力。

当下社会来自各方面的压力重重，尽管我们对人性愈发尊重，文化更加多元，人们拥有的选择机会越来越多，也依然觉得迷茫和不知如何实现自己的价值。他们的生活和发展依然会失去很多可能性，甚至放弃选择属于自己的生涯道路，从而陷入痛苦当中。我们在

职场中苦苦寻觅的到底是什么，我们追求的是什么呢？

如果说有一本书能让大家有所感悟，并掌握一些实用的工具，达到少走弯路，少走或者不走错路，我想达成这样的目标显然是幸福的，假设能够帮助朋友们实现这样的幸福那将是对作者最大的鼓励，这也是作者的追求。谨以将此书献给所有职场的新老朋友们！

最后我想感谢我的妻子、女儿，拥有你们是我最大的福气，并因此感到无比的自豪，谢谢你们对我的宽容与支持。

感谢生命中的四位父母，他们无私的爱照耀着我们在另一座城市同样倍感温暖与幸福，激励着我以一颗感恩的心面对世界、面对人生。

感谢所有一路同行的家人、师长、朋友们。

因能力有限，书中不足之处，敬请大家不吝指教。

直线职场、优化路径、超越自我，迈向卓越！

让我们出发吧！

王磊

## 你的人生可以步步为赢

性格是命，职业是运。性格更多由先天决定，具有遗传性，而“行运”之职场却是需要好好规划一下的。王磊老师的《职场走直线——职业生涯规划与管理》为这种“运”之亨达提供了一张步步为营的战略地图。大家都知道“两点之间直线最短”，但在生活、生涯中，许多时候人们并不知道“直线”在哪里，以及如何得到直线，而本书正在布局这样一种发现的可能！

目前，职业生涯规划在国内显示出一种越来越强的“工具化”趋势。使职业规划慢慢变成人们回避许多责任的“科学依据”。如果把每一个生涯发展比较好的人组合起来，是否会使未来的“Made in China”产生不一样的内涵？也就是说，生涯发展的共同使命是什么？为此，我很期望读到此的你做一番思考。

当人们对眼前的得失产生情绪波澜或心生抱怨时，那一定是因为你没有长远的生涯定位，还没有清晰你“天命”的未来到底是什么。比如在一个无限大的黑暗空间里，如果远处有一点点微光，那么这个光就会成为人们执着的方向，此时有人碰到你、撞倒你，可能你都不会停下脚步与他算账，因为你有自己的追求。因此，“直线”的生涯成长，前提之一就是清晰自己长远的目标与意义是什么，明了远处那“微光”是什么，这也是作者期望你明了的。

职业生涯规划经历了“结构主义”的“人职匹配”规划模式、再发展到关注全人的生命生涯发展，再发展到今天“混沌”存在的模糊体系。所有这一切，都是伴随着职场的快速变化而来。但即使以“模糊”为显在特征的混沌理论，也认为有一些稳定的“吸引子”存在——而这正是“给世界一个真实的自己——规划管理之审视自我”部分所要澄清的内容。在这一部分，读者可以沿着“性格、兴趣、价值观、能力.....”这样一条线路图，完成自己稳定、本质特征的探知，从而清晰自己生命生涯这这样一个美妙未来的可能锚点。

从来问别人“兴趣是稳定的还是可变的”，得到的回答都是“可变的”。其实，大家所说的兴趣内涵更多时候指的是爱好。否则，为什么大家不去培养让自己对自己当前的工作“充满兴趣”？一个喜欢自己钻研东西的人，要把自己培养成混际人群变成公关高手，可能需要十几年、几十年的努力。这样高成本的改变（即使可以改变），一般人是不愿意付出的。前者是喜欢与物打交道，后者则是喜欢与人打交道。因此，通过对自己各方向特质特征的充分把握，就可以安己身、立己命，在自己最擅长的方向上真正实践“直线”式的

高效生涯成长。

这个时代用三个词来描述就是：Change、Chance、Challenge，充满挑战、机遇与变化性。因此，“直线”的生涯规划也需要像高尔基描述的海燕那样，贴着时代的“脉搏”，以与时俱进的行动力去整合自己历史中的、目前生存环境中的，以及可能的未来中的资源。把锚定了的自己，放在一个职场世界的机遇平台上，展现直线式的高速发展。

根据CIP（认知信息加工论）的生涯理论，规划的过程就是“知己”、“知彼”，有勇气行动，并能为自己负责的过程。当你对自己清晰了解、对机会有准确而有底气的把握，那么就可以产生一种生涯的“确定感”。如此，人才可以坚实地走好属于自己的每一步，而不会像带了好几只表一样，在许多别人的“成功标准”与发展期望中迷失、茫然。我一直信奉的格言是“生活是你采取行动或者不采取行动的结果”，但这有个前提，那就是你知道你将要走到哪里，你期望生涯发展成什么样——这就是“人生路线图”。

另外，面对职场江湖，你需要按照这个江湖的游戏规则办事。这其中，与学校区别最重大的规则就是：以前学生时代以“对”为准，职场则需要以老板期望的“结果”为准。为此，作为一个职业化的职场人，你需要给自己设定一些原则与策略、定位好自己的角色与品牌。生涯发展就是先要“以为自己活为核心，以一种工具化地方式去满足别人的需要”，然后拥有更多的被认可与信任之后，去建立自己的全景自由人生。这些规则正在“规划管理之周期管理”的要则。

当你沿着这个规划的“直线”前进的时候，作者还特别设计了一些权威评估工具，可以给人一个快速的自我参照体系。

总之，生涯的直线就是你每一步都踏实前进，未来自然展开！

北京大学职业规划督导专家

北京仁能达教育科技有限公司研发总监

大醍醐网（[www.datihu.com](http://www.datihu.com)）高级咨询师

谢伟



# 目 录

---

[有规划的人生能成功](#)

[你的人生可以步步为赢](#)

## [第1章 假如你的人生可以走直线——彻底明白职业规划与管理](#)

[你还有哪些人生需求尚未满足](#)

[这些概念与职业有关](#)

[内外职业生涯知多少](#)

[何为职业规划与管理](#)

[给你一个职业规划与管理的理由](#)

[热点难点问题要弄懂](#)

[职业规划管理就那几步](#)

[本章小结与权威测评](#)

## [第2章 走出毕业求职迷茫带——职业求生先规划](#)

[走出迷茫带，从规划开始](#)

[职业活动的要素](#)

[职业生涯规划的四符合](#)

[职业生涯规划的原则与步骤](#)

[切莫走入职业生涯规划的误区](#)

[本章小结与权威测评](#)

## [第3章 大海航行靠舵手——职业发展与管理并行](#)

规划为先，管理也不能少

管理自己4步走

不管理就不知道自己还有多少潜力

超乎你想象的管理意义

管理是规划的进一步提升

知道有效性标准做更好管理

本章小结与权威测评

#### 第4章 给世界一个真实的自己——规划管理之审视自我

我的性格里有几重因素

我的兴趣可激发哪些潜能

我的职场价值观能让我接受什么

我的能力特长给了我哪个方向

我需要的人际关系是什么

通过自我探索能获得哪些成果

大有用处的SWOT自我分析法

本章小结与权威测评

#### 第5章 给自己一个真实的世界——规划管理之审视环境

必须知道的影响职业的几种环境

必须了解的社会环境对职业生涯的影响

必须弄清的职场人际关系

必须清楚的职场心理学

[本章小结与权威测评](#)

## [第6章 给自己绘制一个人生路线图——规划管理之制订目标](#)

[透过目标分析自我](#)

[评估自己的职业生涯机会会有多少](#)

[合理设定职业生涯的目标](#)

[职业生涯的可行性研究](#)

[给职业生涯画个路线图](#)

[本章小结与权威测评](#)

## [第7章 朝着目标进发直线最短——规划管理之目标执行](#)

[有了万全的策略才有完美的职业生涯](#)

[有了通畅的途径才有成功的职业生涯](#)

[有了大胆的梦想才有现实的职业生涯](#)

[角色和能力的转换左右着职业生涯的走向](#)

[本章小结与权威测评](#)

## [第8章 要看脚下更要看前方的路有多长——规划管理之周期管理](#)

[你知道职业发展的周期与规律吗](#)

[别让职业的大铁锚砸了脚](#)

[我是不是决定要跳槽了](#)

[阻力与助推力究竟来自于哪里](#)

[职场的10条金科玉律](#)

[本章小结与权威测评](#)

## 第9章 走在路上才能更明确方向——规划管理之反馈评估

每人不同的职业生涯成功标准

究竟抓住了多少机会

如何离成功更近一步

边走边学

本章小结与权威测评

## 第10章 跟名家学习做自己的咨询师——规划管理之境界提升

霍兰德的人业互择理论

人格类型的六边形

不是你不优秀而是没有找到合适岗位

促进兴趣拓展的价值分析

本章小结与权威测评

# **1 假如你的人生可以走直线——彻底明白职业规划与管理**

## 你还有哪些人生需求尚未满足

每个人在不同的人生阶段，对生活的需求是不同的。

当你还是个孩子的时候，你需要的只是生理上与安全上的满足。

随着年龄的增长，你逐渐知道了家庭的概念，有了自己的小群体，你便发现了爱的价值。

当你步入社会，有了属于自己的事业的时候，你会发现尊重感与自我实现是左右你走向成功的重要因素。

这些追求潜移默化地构成了你的性格，是你面对职场种种问题、做出相应反应的源动力。

所以说怎么认清自己的人生需求？你的哪些人生需求尚未满足？这些问题的答案对于日后的你具有重大的影响。美国著名心理学家马斯洛博士在1970年提出了人生需求层次理论。他把人的需求划分成了5种，分别是生理需求、安全需求、社交需求、尊重需求与自我实现需求。尽管这些需求是一个人日常工作所必须具备的，但是明白自己哪些需求尚未满足，或者明白这些需求对自己来说的主次排序，才能清楚地给自己树立目标。那么，有什么办法能合理地处理这些需求，并让之为你所用呢？唯一的有效办法便是职业生涯规划与管理。

### 规划职场人生

#### 1. 生理需求与职业生涯

所谓生理需求指的是人最基本的生存需要：食物、水、空气。这些低级别的需求维持着生命的运转。虽然从级别评定角度来说，生理需求排在最低端的位置，但必须承认，假若它们无法得到正常的满足，任何人都必将失去工作的能力。由此便可得出一个结论，那就是工作的最基本目的便是源自于生理需求。如果你正处于这个层次，那么你的职业规划面对的便是如何获得良好的回报，以满足日常的生活需要。

#### 2. 安全需求与职业生涯

安全需求指的是对于人身安全与生活平稳方面的追求——渴望良好的福利，免受疾病

的威胁与痛苦。它是生理需求的进化产物。当一个人满足了日常的生活开销之后，自然会谋求更为平稳的工作环境。从职业生涯的角度来说，当你身处这个阶段的时候，最先考虑的就应该是职业能否给你提供一个良好的工作环境，能否满足你的日常福利。

### 3. 社交需求与职业生涯

社交需求相比前两种基础需求显然提高了层次。它主要包括对于友谊、爱情以及其他情感关系的需求。人绝不能脱离群体而独自生活。任何一位成功人士的背后，都会有和睦的人际关系作为支撑。当你能从社会交际中体味到需求得到满足的时候，那么这种满足对于工作将产生巨大的激励作用。当你进入到社交需求的层次之后，应注重的并非是“我能得到什么”，而是“我能给别人带来什么”。良好的关系处理能力以及职业交往能力，能让你更好地融入到群体之中。工作并非仅仅是办公室里的事情。它还需要你在闲暇的时候表现得面面俱到。成熟的社交关系将让你在成功之路上走得更快。

### 4. 尊重需求与职业生涯

经常能在各种场合听到“尊重”这个词。所谓“尊重”，从最浅显的角度来说，在职场生涯中指的便是对于自我成就与价值的追求，以及他人对自己的认可与尊敬。一般来说，有尊重需求的人在工作中渴望别人能接受自己，能肯定自己的劳动成果。这样的人会很关心自己的成就、名声、地位等因素。可以说，正是尊重需求的不同才导致了人们在工作中进取心的强弱。假如你已经进入了此阶段，那么恭喜你：你已经逐渐发现了工作的价值。这时，你就不应该把职业当做一种负担或是养家糊口的工具，而应从中发现独特的乐趣与成就感。所以，此刻的你最该关心的并非是个人利益的最大化，而应该是个人能力与成就的最大化。工作就像是弹簧，你用多大的力，它就会给你多大的反馈。当你认真对待自己的每一项任务的时候，你的个人需求自然会得到相应的满足。

### 5. 自我实现需求与职业生涯

自我实现是马斯洛层次理论的中心，也是人生需求的最高层次。马斯洛曾经说过：“人为万物之灵，自身所蕴涵的潜质远大于一般动物。如何善加引导，使其潜力充分展现，这是人性的本质理念。”由此便能看出，自我实现的需求表现在人对于个人目标的实现和潜能的发挥这两方面的追求。当你处于此种境界的时候，你能很轻易地从你的工作中体味到独特的乐趣以及游刃有余的快感。职业生涯规划与管理的条令要求你面对工作时绝不能应付了事，而是要专心致志，把工作当作自己人生的一部分。通过对于工作经验的

总结，你应该勇于提出新创意并付诸于行动，就算是遇到挫折，也会在哪里摔倒就在哪里站起来，将自己对于生命的智慧与感悟巧妙地融合在工作之中，这样才能实现自己的最终理想。

## 规划要点

通过上述介绍，你大概能从中找到自己正处于哪种人生阶段，哪种人生层次你尚未满足。完成那些未完成的就是你接下来的目标所在。但是，在开始前我们还应该注意以下几点。

首先，人生需求的5个层次并非是一蹴而就的。所有的成功者都是从最基本的层次开始的，然后逐渐领悟到了新的层次，所以初入职场的你切忌不要激进冒取。事物发展的规律永远都是循序渐进的，只有把握好职场的规律才有可能获得层次的提高。

其次，你在工作中应该怀着进取的心。拿破仑曾说：“不想做将军的士兵，不是一个好士兵。”成功者之所以最终能站在金字塔的顶端，都因为他们年轻的时候有着一股拼搏向上的精神，并且根据职业生涯规划为自己的成功之路画出了一条脉络清晰的寻宝图。



## 这些概念与职业有关

在进入职场之前，你有没有仔细思考过——究竟什么是职业？职业的内涵又是什么？

这看似简单的概念对于你日后的发展有着至关重要的作用。古人常说：“师出有名。”意思是告诉我们，你在做任何事情的时候都要有恰当的理由，特别是当你踏上职场的征程，就更需要清楚自己工作的理由与目的，这样才能保证你在日后的工作中不会迷失自我。

### 规划职场人生

#### 1. 什么是职业

总的来说，职业就是人在社会中为了生存而采用的谋生手段。从社会角度看，职业就是赋予劳动者社会角色的工具。通过参与社会分工，利用自身掌握的技能 and 知识来获得物质财富、精神财富，最终体现人生价值。

职业并非是简简单单的一个“工作”便可替代，它有着更深刻的含义。当你步入职场的时候，要想清楚自己在做什么，怎样做才是最好的方式。有些人认为，走入职场的目的，就是为了挣钱养家。调查证明，绝大部分的成功人士在面对职业时并非是把薪资报酬放在首位。尤其是当一个人刚从学校中走出来，面对社会还不甚熟悉的时候，一份好工作绝不意味着它能给你多少物质上的财富，而是它能从精神领域带给你多少知识，能让你获得怎样的提高。木桶原理告诉了我们一个道理，那就是你的整体实力并非取决于你的长板，而是那块最易忽视的短板。好的职业将是弥补你自身不足的最后途径，它能让你的整体实力提高到一个新的层次。

#### 2. 职业的内涵

细节决定成败，假如能将以下的5个职业内涵理解清楚，对于你日后的发展有着重要作用。

##### （1）参与社会分工

参与社会分工，指的就是人参与各种劳动的具体责任划分，具有独立化和专业化的特点。没有社会分工的话，劳动时间将大大增加，生产效率也会随之降低。这个理论运用到

日常生活中，你很容易发现，一家强大的企业并非要靠领导者事必躬亲，而是将不同的工作交给相应的部门来解决，以达到更快的办事效率。

## （2）需要专业的知识与技能

任何一个职业都需要你在岗位上有所作为，这也是你走向职场所必须具备的能力。拥有良好的专业知识与技能，才能让你面对工作表现得游刃有余。你越拥有高超的专业知识与技能，就越能在成功的路上比人先行一步。所以当我们强调工作外因的时候，首先要注重的是提高自己的内因，这样才能保证你获得一个称心如意的职业。

## （3）运用技能创造财富

财富通常包括精神财富与物质财富，它们的创造方式又可根据实际情况分为直接创造和间接创造。譬如房地产商开发土地、纺织工人织布，这些创造的都是物质财富；而哲学家提出某种思想、经济学家提出某种理论，这便是精神财富。直接与间接又体现在，生产产品的人属于直接创造，而从事第三产业的服务人员，大多是间接创造。财富的创造形式是多种多样的，这便需要你能扩宽思路，打开自己的眼界，不拘泥于单调的职业模式之中。

## （4）获得合理的报酬

合理的报酬并非是你通过劳动后每月获得的薪水，而是你在法律规定下，理应拿到的薪资报酬。通常你所创造出的财富，一部分会上缴到国库，一部分要交给企业，剩下的才是你应得的薪水，这样才能被称之为合理。在职场之中，永远都会存在着诱惑，如何能够保持一颗正直的心，通过自己的努力来获得合理的报酬是十分重要的。

## （5）满足自己的需求

职业还有一个重要的内涵，就是满足自己的需求。这其中包括对于物质需求以及精神需求两方面的满足。通常来说，物质生活的需求方式要通过资金去购买生活的必需品，而精神上的需求则是来自于同伴或是自身的认同感、喜悦感、自我满足感等。这些需求决定着一个人能否安心工作，也影响着选择工作的标准。

## 规划要点

需求是有高低之分的，基本需求主要指向的是自己，把维持生活放在首要位置，当一个人满足了生理需要，有了一定的安全保障，那么已满足了基本需求。

同时还存在一种更高级的需求，那就是对于外在环境的期望度，它的指向目标并非是自身，而是通过你对于他人需求的满足，从而获得的反馈，在这反馈中得到的心理满足，就是高级需求。

作家写作书籍，通过自己的劳动成果向读者传播知识、观念和方法，他人在读完后觉得有所收获，并对作者产生崇敬、感谢之情。这种情况就是我们所说的高级需求。你为别人贡献得越多，别人对你的尊敬也在逐渐上涨，这时你就步入了更高层次的人生阶段之中。这种满足与成就感要大于通过钱来得到的物质生活，我们在职场之中，也应该注重对于高级需求的满足。

# 内外职业生涯知多少

职业生涯，按其内部结构可以划分为内职业生涯和外职业生涯两种。

说到这里有些人肯定会心存疑惑：一个小小的职业生涯为什么还有内外之分，难道在办公室里工作的就是内职业，在户外工作的就是外职业？这个答案显然是不对的。将职业区别内、外是有很重要的意义的，分清两者的区别，并找出其中的不足加以改正，对于你的职业生涯有着极大的促进作用。

## 规划职场人生

### 1. 内职业生涯

内职业生涯指的是当你从事某一项职业的时候，所具备的相关知识、观念、心理素质、能力等因素。将这些因素集合在一起，随着自身素质的变化引发的改变被称之为内职业生涯。

要想提高内职业生涯的诸多因素，首先就要从个人学习方面入手，通过学习、研究来使自己的能力得到不断的完善。内职业生涯的各项因素并非是可以造假的，在工作中，你自身具备的能力会有意无意间表露出来，它成为了你最独特也是最有力的资本，是走向成功的源动力，将为你日后的发展打下良好的基础。

内职业生涯关乎着你对于自我的认知、了解，以及自我实现的目标所在，即弄清我是谁，我想做什么，我能做什么等问题。这标志着对于自我的一次详细解析，是职场初探时候的必备解答过程，只有将内职业生涯理解清楚，做到“一日三省吾身”，才能使以后的职场一路畅通。

### 2. 外职业生涯

外职业生涯指的是你从事职业时选择的工作单位、工作性质、工作职务，以及对方承诺的工资待遇等因素。它们的变化情况构成了外职业生涯的具体内容。

外职业生涯是可以经常改变的外因，其中许多因素都是可以通过转化工作来获得的。如前所述，人们都渴望能有一个好的职业，也就是渴望外职业方面的需求得到满足。但是之所以人们工作、待遇、职务有不同，原因来自于内职业生涯架构。外职业生涯通常由别

人决定、给予、认可，也容易被别人否定或剥夺。比如新律师刚进入工作岗位，他处理的案件有好有坏，薪资待遇以及声望也会跟着起伏。这便是外职业生涯的特点。

### 3. 内外职业生涯的关系

内职业生涯与外职业生涯两者之间的关系是密不可分的。前者各项因素的取得主要是靠自身的努力而得来，别人的帮助只是起到了辅助作用。毕竟改变内因的事情终归要回归自我，从自己身上找出不足之处加以改正，内职业生涯的各项因素一旦形成，别人是无法剥夺的。而后者通常是别人给予你的工作，具有一定的不稳定性。你可能就要问了，那是不是寻求外职业就要过着寄人篱下、朝不保夕的日子，这个问题的答案还要从内职业生涯中来寻找。

当一个人具备了强大的能力，自身的素质有了很大提高的时候，他自然不会受制于外来因素的影响，甚至可以说他的自身优势也就是良好的内职业生涯，将会极大地促进外职业生涯的发展。这种情况就好像是建摩天大厦，大厦的高度并非是凭着你的胆量或是外部条件的好坏决定的。任何一座高楼大厦的根本都来源于地基与钢筋混凝土的强度，有了更深的基础才会有更高的建筑。如果仅仅关注楼的高度，一味地攀高而忽视了自身的合理水准，到头来大厦只有垮塌这一条路可以走。

职业生涯也是如此。内职业好比是大厦的地基与材料，只有当你有了更优秀的能力和素质的时候，才能决定职业生涯走多远，走多快。就像大厦想要建得更高，最基本的条件便是你自己有多么地稳固，其次也要注重环境的影响。外职业生涯同时也具有着反作用于内职业生涯的效果。摩天大厦不是走一步看一步盖起来的，在筹备之初，最高的楼层已经在你心中搭盖完毕，剩下的就是实践过程了。所以说职业生涯的发展模式也来自于你内心的渴望程度，对于成功的期望越大，你实现目标的可能也就越大。当然，你要记住，这千里之行的第一步就应该是注重自我的提高，打好地基。

### 规划要点

现在我们来思考一下，职业生涯的关注点究竟在哪里。通过上面的论述，我想你已经看出了一些端倪，职业生涯的关注点应该放在和谐内外职业的关系上。

#### 1. 协调内外职业关系

首先，内外职业生涯的两种模式缺一不可的。伯乐与千里马的故事向我们传达了一个

道理，那就是有伯乐的赏识固然重要，但前提是你必须是匹千里马。其次，协调好内外职业之间的关系对于工作也有着举足轻重的作用。可以说，内职业生涯的发展是外职业生涯的前提，对其有着不可或缺的推动作用；同时外职业的水平无时无刻都在影响着内职业，一份好的工作算得上是你人生中又一个重要的老师，正所谓名师才能出高徒。从这点上看，任何人都不能忽视外在环境对于自身的影响。

## 2. 规划自己的野心

有些人对于外职业生涯的渴望到了一种登峰造极的地步，这种不合规律的野心很容易给你带来困惑，当现实情况与理想差距过远的时候，你不但很难从中体会到成功的喜悦，而且还会给你带来很多的负担，抹杀你的成就感。所以说，对于外职业的追求要与现实情况相符合。

# 何为职业规划与管理

理解了职业的具体含义并不是万能的，你依旧会在职场上遇到这样那样的问题，有的会带给你挫折，有的甚至会让你丧失工作的信心。当你面对困难找不到解决办法的时候，有没有想过，会有一种方法在挫折发生前帮助你有效地回避它，让你在职场中少走弯路，更快地到达自己的目的地。这种方法便叫做职业生涯规划与管理。

## 规划职场人生

### 1. 合理规划之路

职业生涯规划主要指的是对于一个人职业生涯的主客观条件进行的分析、测试、总结、研究等。通过这些过程，凸显出自己的价值观、能力、素质、经验等多方面的综合能力，并依此找出自我短板加以修正改良。合理的职业生涯规划与管理，可以帮助你确立自己的职业倾向，找准未来的职业奋斗目标，对于今后发生的事做好预测。

这需要我们总结现有的成就，确立人生的方向，为未来的奋斗提供正确的策略。要认清自己的强项与不足，扬长避短。在改良自身的时候，我们要合理评估个人目标和现状的差距，确立职业的方向。当你步入职场以后，要通过工作重新认识自身的价值并使其不断得到完善与提升，发现、把握新的职业机遇，增强自己的职业竞争力。

这些便可以算是职业生涯规划之路上的笼统步骤。我们应确保在做每件事时都是有的放矢的。有些人认为，经过自己的不断尝试总会找到适合自己的职业，但是你有没有想过，在短暂的职场生涯之中，你把大量的时间浪费在了做无用功上，不如做一些积极有意义的事情，早起步意味着你到达目的地的时间就越短。

### 2. 整体规划阶段

踏上职业生涯的规划之路，要求你要随时关注自己与外部环境的变化，认清每个时间段都应该用来干什么，而不是浑浑噩噩地度过一天。

表1-1 各阶段职业生涯规划说明

类型	定义
整体规划	整体规划讲的是对于职业生涯的概括性规划。一般来说从我们参加工作到退休，总共会有30~40年的时间，少数人会更长。这就需要我们设立好自己的人生目标，明确理想，并坚持不懈地为之奋斗
长期规划	指时间持续较长的目标计划，通常持续时间在 5 年以上，主要指那些不是很容易完成，但又具有一定可行性的目标，这对于你的职业生涯有着引导作用
中期规划	指时间适中的计划，通常在 3 年以上 5 年以下，是对于未来几年的预测，例如想达到什么样的职位，获得如何的回报等
短期规划	指时间较短的计划，通常时间在 3 年以下，是根据眼下的现实情况作出的推测，是近期要实现的目标，具有很强的现实意义

### 3. 职业生涯阶段

#### (1) 探索期

探索期是你从事正规工作之前的储备，包括个人能力的储备，社会经验的增长等。这个时间段能否丰富自己的知识，对于日后的发展有着重要的作用。

#### (2) 职业前期

这个阶段属于刚刚进入职场，接触到许多之前未曾了解的事情。你的首要任务便是要迎接工作的挑战，在自己所工作的领域内掌握一定的技能，学会开拓创新的精神。这个时间段你要学会自己独立完成任务，而不是一味地依靠他人；要学会与人相处的方法，获



得成功和失败的案例，并从中领悟经验。学会面对挫折，处理好竞争、工作与家庭的冲突等问题；了解如何克服困难，努力学习新知识。

### （3）职业中期

当人步入职业生涯中期的时候，年纪基本在30~50岁之间，这个年龄段决定着你是走向辉煌还是甘于平庸，所以把握好职业生涯的中期是至关重要的。你的首要任务是掌握新的知识与技术。有些人认为已经步入中年就没必要学习新技能了，这种思想是极其错误的。职场中绝不会因为你资格老就给你特殊的照顾，它依旧需要你具有与时俱进的能力。这时你要学会协调工作与家庭的关系，将自己的工作经验、人生经验运用到职场之中，来获得更多的肯定。

### （4）职业晚期

处于职业生涯晚期的人都将面临一个问题，那就是职业的停滞甚至是衰退，这种情况是与你中期的职业生涯息息相关的，中期保持持续发展的人，往往到了这个时候依旧能从工作中体味到成功的喜悦。这时候，你应该能够感受到自己多年的工作成果带给别人的帮助，成为别人工作的平台，能从公司的活动中找到自我的统一，实现自己的人生价值。

## 规划要点

根据上面的论述，你应该能看出职业生涯规划与管理要走过的人生路径。总的来说，职业规划并非是一朝一夕就能完成的，它是一个漫长的、几乎能伴随你人生的计划，从这点上看，就更要求你能在步入职场之初给自己一份满意的答卷。如果当初计划不慎，只是凭着自己一腔热情步入职场，等过不了多久问题就会凸显出来，这时再加以改正已为时过晚。

职业生涯规划与管理的目的，就是让你少走弯路，在面对成功的目标的时候，一路直线。尽管人的职业生涯是有限的，但你创造的物质财富、精神财富是没有限制的，如何能做得更好，能超人一等，这就必须重视现在的规划工作。

## 给你一个职业规划与管理的理由

德国戏剧家莱辛曾经说过这样的一句话：走得最慢的人，只要他不丧失目标，也比漫无目的地徘徊的人走得快。当你步入职场之后，你会发现前方的路程并非如你想象得那么容易，那里充满着数不清的陷阱与诱惑，不是你凭着顽强的拼搏精神就能解决得了的。但你可能也会心存疑问，难道职业生涯规划与管理就可躲避这一切吗？

### 规划职场人生

从个人角度来说，一个人首先要明白自己的能力。了解为什么工作的原因，才能在日后获得自己想要的结果。职业生涯规划与管理能帮助你分析清楚自己是哪方面的人才，诚然我们应该肯定身处职场，没有一个人会是天才，都需要后天的学习，但是怎么学，朝着哪个方向学却是至关重要的。有些人本身就具备了一定的职业技能，那么我们就应该充分利用这些优势，加以发挥和壮大。

#### 类型性规划

合理的规划可以帮助你很轻松地分析出你是属于哪种类型的人才。

**1. 技术型：**此类型人才在就业之初多是出于自身个性与爱好的选择，不喜欢参与到公司的管理之中，而是喜欢在自己擅长的专业领域进行发展。如果你具有这方面的才能，例如电子产业、生物产业等方面，就应该注重随时提高自己的职业技能，这是你安身立命的重要武器。

**2. 管理型：**此类型人多具备很强的管理意识，在参加工作之前普遍有过管理的经验，喜欢统筹指挥而不是亲自深入到一线去进行操作。如果你有这方面的喜好，就应该注重自己的分析能力、人际交往能力、情绪控制能力方面的培养，肯于承担责任与压力，面对困难选择迎难而上。

**3. 创造型：**这类型人通常具有较强的性格，喜好建立完全属于自己的东西，而不是辅助他人完成产品。创造型人才多会选择自己开公司、独立制作产品，这需要你具备很强大的执行能力与动手能力，你所创造的东西是别人无法帮助与替代的，这给你的工作也增添了一定的难度。

**4. 自由型：**自由型人才多喜欢独来独往，不愿在公司中与人合作办公，也不愿意在

组织中发展，从性格角度来说，他们具备很强的自由意识，讨厌被约束。这种人不同于简单的技术型人才，他们希望通过自己具备的能力独立完成工作。作为自由型人才要注意的是，要有详细的规划，不应自命不凡而毫无作为。能把梦想变成现实的强大执行力正是他们最需要的。

**5. 安全型：**这些人关注的是职业的长期稳定性与安全性，追求的是安定的工作、高额的收入、优越的福利等因素。这种类型是较为普遍的选项，跟社会的发展水平息息相关。由于带有被动选择的成分，所以这类型的人才要更加注意职业生涯的规划，不能为了一时的利益而耽误了以后的发展。

## 规划要点

步入职场之初，重要的不是先选择什么样的职业，而是关注自己是什么样的人才，属于哪种类型。通过详细的类型性规划，你可以很轻松地分析出自己的性格特征，并根据这些特征来规划自己的职业之路。

可以很肯定地说，忽视自身的性格类型，对于日后的发展会产生很大的阻力，会让你丧失职业的激情。所以说当你踏上职业生涯的道路之前，请对自己进行分析，给自己一个正确的目标，这样才不至于在职场之中盲目地徘徊。

## 热点难点问题要弄懂

现如今越来越多的人开始关注职业生涯规划与管理，希望自己能在步入职场之时或是在职场之中面对选择的时候做出合理、正确的抉择。这种情况下，关于职业的一些热点问题便成为了人们思考的对象。如何解决好这些人人都会遇到的难题，是你必须认真考虑的。

### 规划职场人生

#### 1. 职业规划的前提

##### （1）正确的职业理想，明确个人职业目标

职业理想在职业生涯设计过程中起着调节和指南作用。一个人选择什么样的职业，通常都是依照自己的职业理想为出发点的，这同时也受社会环境、社会现实的制约。社会发展的程度以及内在需要，是选择职业的客观依据。换句话说，凡是符合人民利益、社会发展需要和理想的职业都是正确的、高尚的，且具有现实的可行性。

##### （2）正确进行自我分析和职业分析

正确的分析意味着要有科学的认知和合理的手段，要对自己的职业兴趣、气质、性格、能力等进行全面认识，了解自己所具备的优势、劣势。首先，避免设计中的盲目性，目标要具备一定的可行性，不应过高或过低。其次，现代职业具有自身的区域性、行业性、岗位性等特点，从业者要注意该职业所在的行业现状和发展前景。

##### （3）知识的积累是成才的基础和必要条件

仅凭一个人头脑中知识量的储备是无法衡量他的能力的。不仅要具有相当数量的知识，还必须具备合理的知识结构。没有合理的知识结构，就无法将知识用在实处。

##### （4）培养职业需要的综合能力

具有单方面的能力还不足于在职场上立足，这就需要你提高自己的综合能力。一般来说，进入岗位的新人，应重点培养自身参与决策的能力、创新能力、人际交往能力、实际动手能力、组织管理能力和终身学习能力，掌握好心理调节和遇到困难随机应变的能力。

##### （5）参加有益的职业训练

职业训练包括职业技能的培训、对自我职业的适应性考核、职业意向的科学测定等。可以通过社会活动、毕业实习、校园创业及从事社会兼职、模拟性职业实践、职业意向测评等进行职业训练。

## 2. 职业规划选择要点

### （1）职业地域

对于职业规划来说，地域是首要的问题。你在不同的地方肯定会有不同的境遇，最终也决定着你的未来走向。

张辉是一所普通大学的毕业生，毕业之后面临着就业的选择。一个选择是回到自己当地的县城。那里生活成本较低，并且离家也近，可以住在家里。但唯一不好的是，小县城的发展较慢，相对应的机会很少。

另一个选择是留在自己上学的那座城市里。这里比较发达，科技水平很高，留在这里工作会有许多机会。但是面临的问题是生活成本太高，日常开销加上房租，基本上很难再有剩余的钱。张辉的不少同学同样面临着这个问题。在思索了良久之后，众人作出了自己的选择。

10年之后，众人重新相聚在了一起。当初那些选择回家工作的同学，还过着平常的日子，多年来工作薪资都没有太大变化，但贵在平稳，不少人都已经结婚生子。而张辉和几个同学选择留在了城市里，现在都已经成为了各自公司的中流砥柱，年收入节节升高。表面上，众人都有着美满的生活，可是细聊起来就发现了差别。首先，小县城的发展日新月异，物价水平也在慢慢上涨，留在县城里的同学由于工资涨得少，所以渐渐有了生活上的压力。而张辉他们尽管在城市中开销很大，但是多年来养成的良好理财习惯，加上年年都会上涨工资，使得这群人生活反而很富足。

县城里的同学听了很是羡慕，想向城市里发展，可惜受制于专业技能、工作经验以及家庭的负担，都不能成行。而城市里的同学们，凭着多年积攒的人脉关系，有许许多多选择机会，有的甚至决定要在家乡投资办厂。这个提议一出，张辉立即响应，拿出自己部分积蓄参了股。此时那些生活在县城里的同学，唯有一声叹息。

如果仅凭自己的喜好，或是当时的生活压力程度来选择工作的地点，这是不对的。更换地域而获得发展或发展受阻的例子都很常见。在职业更换迅速的今天，一个人曾在不同的城市工作是很正常的事情，但是在职业生涯发展的初期，要尽可能在比较发达的地方工

作，等你已经在职业发展上达到相当程度再考虑生活上更能接受的城市为好。

当然，给了你更多选择权，并非是让你朝三暮四，打一枪换一个地方。所谓的工作迁移，是在一定基础上的转移行动。如果盲目地从一座城市换到另一座城市，这将对你的人脉关系等方面造成很大的打击。

## （2）行业的内在连续性

每年都会有大量的招聘会在全国各地举办，应聘者更是一年更比一年多。有的人从金融业到IT业到房地产业都干了个遍，总之市面上什么炒得火就去干什么。有的人几年间换了10多份工作。当我们问起这些人：“在工作中得到了怎样的知识与收获的时候”，这群跳槽王的回答永远都是让人难以满意的。他们运用短暂的时间学到的只是这个行业之中最为浅显的知识，与其说这是从工作中得来的经验，倒不如说是在职场上交的学费。如果仍旧不知悔改，那么在日后的工作中，这些人依旧很难取得成绩。

有的人总认为换过多少多少份工作是一件非常值得自豪的事情。其实这对自己的职业发展并没有多少好处。在职场之中最容易犯的错误就是忽视行业内在的连续性，盲目、频繁地更换职业，这是职场中的大忌，对未来有着难以弥补的影响。不过，若想改变这个局面，重新树立良好的职业理念，也是比较容易的事情，关键树立行业意识。

当然，这也不是鼓励你要一条路走到黑。从一而终是好的，但也要有灵活应变的能力，不能一味地沉溺于不理想的工作。刚刚工作的人有时很难马上发现最适合自己的行业，但你可以去尝试，找准自己的发展目标之后致力于这个行业的发展，成为行业的专家。当你发现一份工作缺了你就无法圆满地完成了，这才能说是你自我价值的实现。而不能是这份工作有你没你皆可。

职场是不讲究过客的。它需要的是你的执著与专注。当你进入职场之后，没有多年的行业经验，你很难了解一个行业，比如对于行业的惯例和发展趋势、行业的价值链条、各个层面的细节的了解以及人脉关系的积累等都需要相当长的时间。失去了行业背景，你的价值就会大打折扣。

要尽可能在一个行业深入地做下去，不要轻易地对自己说：“这个不适合我做”，因为转行意味着会让你损失掉很多积累。如果一定要改行的话，就要注重行业发展的内在连续性。所谓内在连续性，就是你以前积累的资源如经验、技能、人脉等能够不断地得到延续和强化，能够形成一条清晰的连续的轨迹，而不是随随便便地跳跃式发展。

内在连续性要求我们在自己所属的行业内不断提升自己的个人价值，做职场上有所作为的人才，而不是把精力放在体味在不同行业上面。任何人都会向往热门的职业与高额的薪水，但是你要注意的是这些职业的未来发展，你是否适合在这个行业中生存等一系列问题。

所谓的“冷”和“热”要用辩证的方法来看。每个行业都有其发展的周期。“热”可能代表着它已到了波峰的阶段，从业人员基本饱和；“冷”只是这个行业暂时处于低谷，它在积蓄力量，等待着未来的上升。这就如同股市一样，真正投资成功者都是坚定的价值投资者，而不是投机倒把的机会主义者。就像股神巴菲特曾经说过的：“我每买一只股票，就做好了持有它10年的准备。”选择职业也是同样的道理。只要这个职业有其自身的社会价值存在，你能从中体味到人生的价值，那么就應該在其中坚定不移地耕耘下去。

### （3）企业的发展程度

企业在个人职业生涯中是十分重要的环节。选择一家好企业，一个好平台往往能够让人得到成长和锻炼，获得职业技能方面的提升，从中体会到工作带来的乐趣，促进你对于职业的兴趣以及信心。

当我们步入职场的时候，一家好企业教给你的东西远比大学里你学到的要多得多。它给了你更多提升自己各方面价值的机会。

### 规划要点

在一个群体中，人的情绪是很容易互相传染的。好的情绪可以有促进作用，能产生相加的效果；而负面情绪则造成了相减的效果，越说就越是得不到好的结果。在职场中也是同样的道理。积极的心情反映出的是向上的状态，在工作中遇到困难自然是迎刃而解；而如果只知道一味地抱怨，那么肯定是很难安心于工作，最终落得止步不前。

# 职业规划管理就那几步

职业规划管理是有章可循的，并非盲目地肆意规划。它的内部具有一定稳定性与连续性，其中的每个环节都构成了下一步规划的起因，若忽视了内部的联系性，不按照职业规划的步骤行事，很容易造成整体规划的失败。路要一步一步地走，步入职场也要按部就班地进行分析：从自身评估做起，找出自己的特点与不足之处，然后对社会的现状、职业生涯进行详解，掌握好职业规划的步骤，这样才能让你事半功倍。

## 规划职场人生

### 职业规划管理的步骤

#### 步骤1：自我评估

有些人总认为自己是最了解自己的，其实不然。人们从主观角度出发，总会带有这样那样的偏见：有些人过于自信，有些人过于自卑。这都对于鉴定自我能力有着一定消极的影响。而自我评估主要是对个人的需求、能力、兴趣、性格、气质等进行分析，以确定什么样的职业比较适合自己和自己应具备哪些能力。

#### 步骤2：组织与社会环境分析

职业生涯规划与管理按照时间分为长期规划和短期规划两种。长期规划的重点放在了社会环境的分析上，也就是对我们所处的社会政治环境、经济环境、法制环境、科技环境等方面进行具体考量；短期规划则注重组织环境的分析，详细可以划分为对于工作环境、人与组织的关系等方面的规划。

#### 步骤3：职业生涯机会评估

职业生涯机会的评估可分为对长期机会和短期机会的评估。通过对社会环境的分析，结合你的具体情况，评估自己从事哪些行业有发展的机会；通过对组织环境的分析，评估组织内有哪些短期的发展机会。

#### 步骤4：确定职业生涯目标

职业生涯目标主要包括对于人生目标、长期目标、中期目标与短期目标的探寻，它们分别与人生规划、长期规划、中期规划和短期规划相对应。在确立职业生涯目标的时候，



首先要根据个人的专业特长、性格、气质、价值观以及社会的发展趋势来合理规划，不能凭一时冲动而不考虑后果，然后再把人生目标和长期目标细化，根据个人的经历和所处的组织环境制订相应的中期目标和短期目标。

#### **步骤5：制订职业生涯行动方案**

这要求我们把制订好的目标转化成具体的方案和措施。这一过程是职业生涯规划与管理的关键所在。如果不能把制订好的计划变成实际可行的实施方案，那么只能算是纸上谈兵。这要求我们重视规划自己的行动方案，包括职业生涯发展路线的选择、职业的选择、相应的教育和培训计划等。

#### **步骤6：评估与反馈**

经过长期实践的总结，个人事业的成败很大程度上取决于有无正确适当的目标。没有目标就不知道自己走向何方。只有树立了目标，才能明确奋斗方向，就如同海洋中的灯塔，引导你避开险礁、暗石，走向成功。

### **规划要点**

在步入职场之后，社会环境的变化和不确定因素的左右，导致现实情况与原来制订的职业生涯目标与规划有所偏差，这时需要对职业生涯目标与规划进行评估并做出相应的调整，以更好地符合自身发展和社会发展的需要。职业生涯规划的评估与反馈过程是个人对自己不断认识的过程，也是对社会不断认识的过程，是使职业生涯规划更加有效的有力手段。

## 本章小结与权威测评

### 本章小结

在步入职场的时候，你会发现自己对于将要从事的职业带有很多疑惑。这些疑惑并非是优厚的薪资待遇可以掩盖得住的，只有抓住这些问题、解决这些问题，才能让你的人生走上正轨。

这种情况就要求我们应先认识到自己的需求，明确自己内心中的源动力，并将其升华。人们常说：“求其上得其中，求其中得其下。”有了更高的职业需求与人生目标，才能让你在今后的日子里不至于被眼前的利益所迷惑。

在认清了自己之后，还要注意分析外部的职业环境。可以说一个人的职业生涯都是由内、外两个因素左右的，作为从业者的你是内因，而你选择的职业则为外因，忽略了其中任何一个都很难有比较完美的职业生涯。在处理问题的过程中，要注重时机的掌控。每个人在不同年龄段对于问题的认知会有所改变。同样，职业生涯也有着自己的时间规律。合理划分这些规律，认清其内在联系，根据自身所处的环境制订相应的目标，切忌盲目行事、以偏概全，否则职业生涯规划与管理不仅无益于你的人生，还非常有可能把你带入歧途。

### 权威测评

当你身陷一片炎热的丛林中的时候，你看到两男一女正在叽哩咕噜不知道在讲什么。看他们讲得脸红脖子粗，请问你，你觉得他们三个人可能在讲些什么呢？

- A. 工作的酬劳过低导致生活水平下降而争吵。
- B. 为了伙食没着落而争吵。
- C. 天气太热，为了自己的身体健康而争吵。
- D. 为了争风吃醋而争吵。

### 答案分析

- A. 你希望生活平静，能够有个稳定的工作环境，除了上班之外，剩下的就是你的时

间。一般朝九晚五类的工作最适合你。这样的工作也最多，你可以依照兴趣去选择你想要的，只是也要让自己能时时学习，才不会因为突发状况而面临失业。

B. 你可以是一位很称职的专业人士。例如你可以选择医生、律师或是工程师等职业。地位崇高，不仅收入多，也受人尊敬。只不过在成为这类人士之前，你必须付出相当的努力以及代价。

C. 你适合当老板。领导力极佳的你天生最适合担任主管、总经理甚至是老板的工作。只是除非你是含着金汤匙出身，否则这类机会对你是可遇而不可求的。你也很容易在还没坐到这个位置之前就放弃了。成功绝非偶然，脚踏实地才是致富之道。

D. 你适合从事创意类的工作，也习惯以一技之长来闯天下。只是你虽身怀绝技，却总是无法营销自己，难以为自己找到出路而使生活困难。作家戴晨志说：困难就是困在家里万事难，出路就是出去走走就有路。广结善缘，累积人脉，借力使力，你才能成功。

## 2 走出毕业求职迷茫带——职业求生先规划

# 走出迷茫带，从规划开始

在职业生涯的发展过程中，我们都是一群“摸着石头过河”的人，路途中难免会遇到困惑与阻碍，尤其是刚刚步入职场的时候。环境的突然变化很容易给人造成这样或那样的烦恼。当这些烦恼集中在一起的时候，就形成了一种迷茫的状态。

## 规划职场人生

### 1. 迷茫源自目标不清或没有目标

经过长时间的实践证明，对于职业的迷茫多表现在从业者不清楚自己到底想要的是什么。

这种情况发生的概率是很大的。不少人会觉得工作很乏味，甚至质疑自己入错了行，如果不是迫于生计的压力，他们说不定早就不干了。以这种态度面对工作，自然做起事来会屡遭挫折，而挫折多了又会影响你的自信心，这样就形成一个恶性循环。其实，身处职场之中，感到一时的困惑是很正常的，但若是陷入了迷茫的状态，就应该好好反思一下究竟是因为客观的环境，还是自己本身的不足。太多人跟着生活的惯性去安排职业。大学毕业之后，不少人认为一定要按照自己喜好、专业来选择职业，而完全不去思考究竟什么适合自己，什么才是自己能胜任的。

有一年，一群意气风发的天之骄子从斯坦福大学毕业了，他们即将步入社会，开始自己的职业生涯。学校从他们中选取了一些智力、能力、环境条件都相差无几的人，在临出校门前，对这群人进行了一次关于人生目标的调查，结果是这样的。

27%的人，没有明确的职业生涯目标；60%的人，职业生涯目标较模糊；10%的人，有清晰但比较短期的职业生涯目标；3%的人，有清晰而长远的职业生涯目标。

20年后，斯坦福大学再次对这群学生进行了跟踪调查，结果是这样的。

3%有清晰目标的人，20年间朝着一个方向不懈努力，基本上都成为了行业内的成功人士，其中不乏行业领袖、社会精英；

10%目标较清晰的人，短期目标不断地实现，成为各个领域中的专业人士，生活水平稳定在中上游；

60%目标较模糊的人，他们安稳地生活与工作，但都没有什么特别的成绩；

最后27%完全不知方向的人，他们的生活没有丝毫进展，过得很不如意，并且常常在抱怨他人、抱怨社会、抱怨这个“不肯给他们机会”的世界。

其实，他们这群站在同一起跑线上的人，差距就是在20年前对于自己的认知以及未来的目标上面，这最后导致了多年后不同的境遇。

## 2. 处理迷茫的法则

在职场之中，出现迷失自我的现象是很普遍的。有些人刚刚毕业，无法融入新的环境，适应不了新的生活方式；还有的人是工作了一段时间，对于自己当初的目标感到了怀疑，或是在现实中遭受了打击而迷失了自我。发生这些情况的时候，通常他们心里都会思考这样几个问题：问题1：我在做什么？是在实现自己的理想吗？问题2：我的职业能提供实现自己理想的机会吗？问题3：我还有机会找到合适的职业吗？我还有继续奋发的力气吗？

面对这3个问题，我们也发现了3种不同的应对策略。

### 第一招：“怨”话连篇

当你遇到困惑的时候，只说不做是没有丝毫效果的，更何况抱怨还会让你的心境变坏，丧失理智的思维。这种人有可能在工作不久之后便选择跳槽，寻找另外的机会。殊不知所谓的机会并非是良机，而是引你走向困境的陷阱。这样的人通常欠缺责任感，总是喜欢强调外界对自己的影响，而不关注自身的发展，奋斗精神较差，遇到困难率先败下阵来。所以，这条策略是十分不可取的。如果你在不经意间流露出了抱怨的想法，那么就请你立即清醒下来，思考一下，自己的不满意究竟来源于何处，通过什么办法才能改变这种状况。

### 第二招：“忍”者无敌

“忍”一直是中国人的美德。可以肯定的是，遇事忍一忍的话的确可以让自己变得冷静，泰然处之地处理问题，但是过分忍耐则会起到过犹不及的效果。毕竟职场不是锻炼你忍耐力的地方，它需要你在工作中不断地提高自己的能力，通过努力来实现自己的人生价值。如果只知道一味地甘于现状，而不从自身找到问题并寻求突破，那么不管时间过去多久，你都很难有突破。通常选择忍耐的从业者，存在奋斗精神不足、对现有岗位认识不

够、无法很好地把握住机会的缺点。如果你正处在这种状态下，那么请试着寻找自己身上的突破点，而不是继续沉沦下去。

### 第三招：奋勇突“围”

当你从事某项职业的时候，可以说就是走进了一座围城。如果你甘于堕落，不思进取，那么就要在这座围城中永远地困下去；如果你选择奋勇突围，那么很有可能会有另外一番机遇。

当你从电视、杂志上看见成功人士的风光一面时，你未曾想过，你看到的只是最浅显的表面，而在表面之下的真相却被你忽视了。你“只看到贼吃肉，没有看到贼挨打”，没有看到他们为成功所流的汗水、泪水，甚至鲜血！即使你看到了“贼挨打”，你也只愿做“只吃肉不挨打的贼”。天下哪里有这样便宜的好事！在职场之中，要的就是有那么点舍我其谁、天不怕地不怕的劲头。忍耐与逃避永远都不是解决问题的根本办法，只有迎难而上、突破重围，才是成功之道。

这里所说的“围”指的是个人岗位价值的最大化发掘，就是说，你要在自己的工作领域内争取做到最好。唯有这样你才能突破自身与客观环境的限制，打开新的人生篇章。

一般选择突围的从业者，会有很强的责任感，能够很好地完成自己的本职工作，有良好的奋斗精神，立足现有岗位挖掘机会，建立职业生涯成就感。

### 规划要点

身处职场之中难免会遇到这样那样的困难，心中也会产生许多疑惑。有了疑惑不要紧，只要勇于认清它们并加以解决，就是正确的方法。职场之中的大忌就是不知问题出在哪里，讲不清楚自己心中的疑惑。这种情况很容易让你陷入迷茫之中。

让自己摆脱迷茫的状态是十分重要的。这需要你认清自己所处的客观环境，以及自己身上的职业特点，进行个人岗位价值的最大化发掘。这样才能让你获得更多知识与技能，屹立于职场之中不被外来因素击倒。

# 职业活动的要素

职业活动主要是指劳动者在一定时间限制下从事的职业行为，反映到现实生活中就是指人们通过劳动来获得赖以生存的物质资料。这是个人与社会共同进步的状况，个人的生存、成长、完善要凭借职业来体现，而社会的进步则依靠所有劳动者的辛勤付出。没有了职业，社会便会垮掉，而人也就无法生存，两者相辅相承。

## 规划职场人生

职业都是有着各自的性质和工作方式的，唯有认清它们的主要任务和要求之后，才能更好地选择职业。根据不同职业的职能与需求，可以将其划分为以下几种类型。

### 1. 操作型职业

操作型职业是以技能劳动为工作的基本特征，如生产工人等。这类职业对于劳动者的身体素质要求较高，并且要求劳动者具有很强的动手能力，能够灵活协调地操作相应的机器生产工具。近年来，我国十分注重操作型人才的培养。他们一般都具有良好的社会地位和劳动报酬。此种职业目前是我国从业人数较多的职业。

### 2. 服务型职业

服务型职业指的是以提供服务为主的职业形式，主要包括服务员、导游、导购等。此种职业对于从业者的心理素质要求很高，要求从业者具备很强的心理承受力，要有待人热情、助人为乐的精神，在遇到突发事件的时候，要有冷静的头脑与随机应变的能力。同时，这种职业还要求从业者具备一定的职业素养，对于自己销售的产品有深入的了解。

### 3. 社交型职业

社交型职业即以社会活动与交往为主的职业活动，如销售人员、对外联系人员、外交官员等。这类职业要求从业者有很强的社会交往能力，能够和谐地与人相处。从事社交型职业的人员，大多具有直觉力强的特点，心思敏捷，为人幽默健谈。

### 4. 表现型职业

表现型职业是当今很火的一个职业，主要是通过外在表现作为职业活动的主要侧重



点，也就是我们常说的演员、演讲员、教师等。这类职业对劳动者的表现能力有一定的要求，要求从业者有很强的表演欲望，性格开朗、活泼，富有感召力与表达能力，善于运用语言、动作、表情来表达对于客观环境及内在心理的描述。

## 5. 创造型职业

创造型职业主要以创造为基本特征，通过固有的职业条件来创造出新事物，寻求整体的突破。这类职业主要包括企业家、科学家、作家等。从事此类职业就是要具备远见卓识以及丰富的想象力。可以说，每个创作型的成功人士都是伟大的梦想家。但光有美梦是不成的，还要求有很强的洞察力与执行力，富有开拓冒险精神和百折不挠的气魄。这类职业的收入较高，社会地位也很高，但是从业要求也是很严格的。

## 6. 智囊型职业

智囊型职业多是指以知识储备、头脑智慧为主的职业活动，多以脑力劳动为从业手段，如科研人员、技术人员等。这类职业对于从业者的知识素质要求较高，要求其思维具有很强的活跃性与清晰性，但不是天马行空地乱想。

## 7. 常规型职业

常规型职业指的是从事社会规范性工作的从业人员，如公务员、非政府组织人员等。此类职业对于从业者的全面素质要求较高，需要有良好的理解力和执行力，能够详细地观察事物并与现实结合，提出自己独到的意见。常规型职业在当今社会比较普遍，经济收入比较稳定，规律性很强，工作的内容也相对单调。

## 8. 特殊型职业

特殊型职业即是较一般职业更为特殊化的职业，常见的有军人、警察，甚至是特工等。这类职业对于从业者的要求较为严格，并且有着特殊的地方，譬如身体素质要好，有很强的心理素质与组织纪律性，较之其他职业更注重果断、勇敢、无私等内在品质。

## 规划要点

职业不但是一个人赚取金钱、提升个人价值的途径，而且是生活的一部分，原因是它无时无刻不在影响着你、左右着你的知识架构与情感认知。所以，当你在做职业规划时，

这方面也是应该重点考虑的。

### 1. 时间与空间上的影响

职业生活制约着其他活动的时间和空间上的架构。当一个人步入职场之后，他的主要时间都会受限于职业生活。就是说，他在考虑了职业生活的需要之后，才考虑其他生活需要。同理，人们选择的职业所处的空间，对于其自身生活的空间也是有很大影响的。职业生活的工作空间是公共生活和家庭生活的中心。

从这两点就不难看出，职业生活对于你自身的影响。换言之，如果你能有一个好的职业，在岗位上奋发图强，对于你的其他生活都是有着积极影响的。有些人认为要认真生活，工作可以放在一旁。其实，他在忽略工作的时候就已经放弃了自己的美好生活。

### 2. 对思维和行为方式的影响

除了受时间和空间的影响外，职业生活还制约着人的思维和行为方式。人在职场之中，经常要进行大量重复性活动。在深入自己领域的同时，你掌握的专业知识也在影响着你自身的思维和行为方式，并在生活、举止方面打下具有职业特点的烙印。职业生活对整个生活形式起着决定性的作用。尽管它表面上是整体生活的一部分，但是忽视了职业的重要性，势必会对你的思维和行为方式产生不利的影响。

## 职业生涯规划的四符合

一个人要想选择好自己的职业，在职场中迈出成功的一步，首先要注意的就是自身与职业的符合程度。这种符合牵扯到4个方面，分别是：个人素质与职业的符合程度；性格与职业的符合程度；兴趣与职业的符合程度；能力与职业的符合程度。

### 规划职场人生

#### 1. 个人素质与职业的符合程度

每个人在步入职场之前，都会渴望能通过职业来体现自己的人生价值。这就需要你能选择一个好的职业，找准方向迈出人生最重要的一步。若想达到这个目标，就必须注意以下3点。

一是清楚地了解自己的个人能力、对待工作的态度、兴趣以及身上的不足之处。

二是清楚地了解职业走向成功的条件，明白它所需的知识与技能，以及这个职业未来的发展走向。

三是通过实践将上述两个条件相均衡，找出最适合自己的职业方向。

这3个条件的运用便表现出了个人素质与职业之间的符合程度。程度越高，你在职场中就越是如鱼得水，迈向成功的步伐也就越大；程度越低，那么意味着你将在这个行业中寸步难行。一般来说，我们将个人素质与职业的符合标准分为下列2类。

一是条件匹配，即你所具备的个人素质与职业要求相一致。例如智囊型职业需要你有着广阔的知识面与高超的洞察力，而你自身就应该具备这些条件。操作型职业需要你有着强壮的体魄与过人的动手能力，那么你也应该满足这些要求。可见当你自身具备的素质与职业高度符合的时候，一切困难都会迎刃而解。

二是特长匹配，即某些职业需要一定的特长。这些特长并不局限于职业技能的范畴里面，可能还需要你有相应的品质、性格特征，例如画家需要美感，作家需要有发现诗意的眼睛与心灵等。

#### 2. 性格与职业的符合程度

人的性格具有很强的独立性，就算是双胞胎也不可能在性格上完全一致。在职场之中，不同的职业有着不同的性格要求，没有人会与职业所要求的完全一样，但是却可以通过后天的努力，培养出相适应的性格。

一般来说，人们在最初选择职业的时候，都应从自己的性格特点出发，选择适合自己性格的职业，而不是一味地关注物质方面的报酬。同时现在许多用人单位都会提供性格测试，你可以根据测试的结果来适当调整自己的职业选择对象，以及在公司中从事的工作。

### 3. 兴趣与职业的符合程度

兴趣人人都有，好的兴趣对于事业的发展是十分重要的，这就需要你在选择职业的时候，要注意兴趣方面的因素。有些人愿意与人打交道，这就适合社交类型和服务型的行业；有些人擅长技术，能熟练地操作各种机器，那么就可以选择操作型或技术型的职业；还有的人天生具备敏感的心思，善于观察美的心灵，那么就可以选择创造类型与表演类型的行业。

每个人的兴趣并非单一的，所以选择的职业也并非局限在一个小范围内。有的人固执地认为，自己喜欢什么就一定要从事那个行业，其实不然，一个主体职业会衍生出许多周边的附属职业，而这些都可以满足你的要求。记住，在任何时候，兴趣都应该是你自身的优势，千万不能让它绊住了你的脚。

### 4. 能力与职业的符合程度

一个职业之所以能够存在于这个世界上而不被淘汰，是因为它有着自己独特的社会需求。而当你选择职业的时候，要注意自己的能力是否与职业相符合。一般来说，一项职业总是需要几种能力的综合，在选择职业的时候应遵循以下3个原则。

#### 原则1：能力类型与职业

职业根据自身所处的工作环境的不同，具备着一定的特殊性，它要求人的能力也是不尽相同的，因此，选择职业时应注意能力类型与职业类型的符合程度。

#### 原则2：能力水平与职业

每一种职业，根据其内部的职务不同，所承担的责任与义务也不同，对于从业者的要求自然也不同，因此，在根据能力类型确定了职业类型之后，要注意自己的能力发展程

度，确定能力水平与职业相符合。

### 原则3：充分发挥优势能力

每个人的能力系统都是十分复杂的，在这个能力系统中，各方面能力的发展是不平衡的。在职业选择或是职业发展之中，要注重运用自己的最佳能力，选择能发挥自己优势的职位。

### 规划要点

以上我们说的4点相符合，便构成了职业选择的路线方针，从整体上确定了自己的职业选择方向。做到个人职业方向与社会类型相一致是有一定难度的。要想在职场之中有所成就，必须根据自身的特点来找准相对应的职业，并通过后天的努力来创造条件，弥补自身的不足。

在今天，社会进步的脚步越来越快，职场中同样是变化莫测，这就需要我们性格、兴趣等多方面的因素能做到与时俱进，绝不固步自封，这样在日后的职业变动中就能很轻松地找到自己光明的前程。

# 职业生涯规划的原则与步骤

职业生涯的规划是有一定的原则与步骤的，盲目地进行规划不仅没有正面作用，还会给你的职场生活带来不利影响。所以在规划之初，我们必须知道职业规划的原则与步骤。

## 规划职场人生

### 1. 个人职业规划的原则

#### 原则1：实事求是的原则

个人职业规划要做到实事求是，不能依靠幻想。其中有几项是值得我们要十分注意的：

- A. 职业价值取向，思维中设定好的职场成才之路；
- B. 个人能力、知识、技能与工作的对应度；
- C. 个人素质、性格、爱好、兴趣和专长与职业之间的关系；
- D. 自己的职业价值追寻与职业渴望。准确的自我认识和评估是制订个人职业规划的基础。

#### 原则2：切实可行

一方面，个人的职业目标或职业需求，一定要同自己的能力、性格及工作适应性相符合，这样，职业规划才有可能实现。另一方面，考虑周围客观环境和条件的允许，完成个人职业目标和获取职业成功之路。

#### 原则3：个人目标与组织目标相一致

从业者是要借助于在企业中工作而实现自身价值，满足自身需求的。其职业目标在企业目标而奋斗过程中得以实现。离开企业目标，便没有个人的职业进步，甚至难以在企业中立足，所以，当履行个人职业规划的时候，要与企业的目标保持一致。这就需要从业者积极主动与企业沟通，获得企业的引导与帮助。

#### 原则4：修正个人职业规划

从业者的职业生涯阶段是发展着的，有早、中、晚不同的阶段。在不同的阶段之中，个人的职业规划也是不同的。应当根据不同阶段的职业任务和个人职业特征，制订不同时期的职业目标，根据需求的变化改变其实现的途径。规划一经制订，并非永远不能改变，而是需要自身的探索，依据客观实际情况，不断予以调整、修改和完善，使之变得更加可行，行之有效。

## 2. 制订职业生涯规划的步骤

### 步骤1：评估环境

评估环境主要是指对于各种环境因素以及个人职业发展的衡量。评估任务有：政治环境与社会环境、经济环境、职业环境和组织环境。这些都是影响你职业生涯的重要因素，应注意分析不同环境的特点、发展变化趋势，找出环境与个人不协调的地方以及客观环境产生的有利和不利因素。

在规划职业生涯的时候，要注意分析环境的特点、环境的未来发展状况、自己与环境的关系、环境对自己提出的要求等。只有当你对这些环境因素进行了详细的了解之后，才能做到在复杂的环境中趋利避害，使职业生涯规划更富有可执行性。

### 步骤2：自我评估

自我评估指的是对于自己的认识与了解。因为只有认识了自己，才能对自己的职业做出正确的选择，才能确定职业生涯的发展路线，对自己的职业生涯目标做出正确的抉择。具体来说可以分为以下几点。

#### A. 自我分析

思考你所扮演的各种角色与你自身的特点，弄清自己的能力到底是什么，性格是什么样的，尽量得出多元化的答案，从中选择更为突出的。思考这些特点之中，哪些是暂时性的，哪些是永久存在的，这里面有哪些是要加以改正的缺点，哪些是值得发扬的优点。你可以通过简单的职业测试和“角色扮演”的方法换位思考一下自身的问题，你会从中找到意想不到的答案。

接下来你要用几分钟时间思考你的一生，时间不需要很长，思考也不需要很详细。你可以画一个图，将自己的一生进行粗略的分析、阐述，仔细考虑人生将成为什么样，然后上面标上你所在的位置。

画完了人生的路线图，就让我们来思考一下你自己将要面对哪些变化？在职业生涯中，作为不可或缺的参与者，你将完成什么事？想要有哪些成就？把这些想法写在纸上，逐一进行分析。最后把目光放到当下，思考你的职业梦想，看一看这个梦想能不能满足你的要求，以及如何满足你的要求。

## **B. 自我诊断**

在自我分析之后，你就进入了自我诊断的阶段。在这个阶段，你要对自己身上的问题进行实事求是的分析，寻找可行的解决办法。一般来说诊断存在的问题，主要包括3个方面。

第一，诊断职业生涯问题发生的原因，是源自家庭问题，还是自我问题、工作问题？根据找出的答案进行改进。

第二，诊断出现问题的难度。是否可以通过学习新技能来解决，还是在工作中倾注更多的心血？是否需要改变个人的态度与价值观？

第三，诊断自己与公司的协调、配合情况。弄清自己在公司中的作用，是否发扬了自己的专长？在公司中的人际关系如何？现有的工作是否与自己设定好的职业生涯目标相违背？

### **步骤3：选择职业**

选择职业是非常重要的一项行为，可以说是职业生涯规划与管理中的关键环节。选择职业的对与错，对于一个人的未来起着很大的决定作用。据统计，在事业上不成功的人，80%的原因是选择了错误的职业。由此可见，职业选择对人生事业发展是极其重要的。

### **步骤4：选择职业发展模式**

在确定了职业之后，关于发展模式的选择就摆在了你的面前，这时就需你从中做出选择。

我们将发展模式概括分成了两种，一是行政管理模式，二是专业技术模式。这两种模式对职业发展的要求不相同，成才的途径更是不尽一样。因此，在职业生涯规划中合理做出抉择是必要的。只有通过这种方式，才能使自己的学习、工作以及在职场中做出的举动，沿着你的职业生涯路线准确地前进。



## **A. 行政管理模式**

行政管理模式的典型特征：理性大于感性，能够从宏观角度把握问题，能很好地获取、处理多方面的信息，并引以为己用；有很强的组织能力与执行能力，能很好地领导团队完成既定的目标。

成功标准：管理团队不断壮大，自身领导能力得到显著提升，能够通过决策发现问题、解决问题。

职业领域：企业的职业经理人、项目负责人、公司总裁。

成才之路：再好的领导者也是从最基础开始干起的，从基本的职员出发，逐渐上升为具体项目的负责人，最终成为统筹兼顾的领导者。

职业积累：理解管理知识，培养与人沟通的性格，通过学习提高自身的领导能力、组织能力。

## **B. 专业技术模式**

专业技术模式的典型特征：有很强的职业技术能力，善于独立思考，解决相关问题。做事细心、谨慎，通晓某方面的专业知识。

成功标准：在保证自己技术优势的同时，成为项目的领军人物。

职业领域：工程师、财务会计、精算师、科研人员。

成才之路：由一般性专业技术人员上升为项目的技术主管。

职业积累：掌握先进的技术知识，培养自己独立动手的能力，通过学习具备自身的技术优势。

## **步骤5：确立职业生涯目标**

职业生涯目标的确定主要包含对于人生不同时期进行的目标分析，包括人生整体目标、长期目标、中期目标与短期目标的确定，分别与人生整体规划、长期规划、中期规划和短期规划相对应。

### **A. 长期职业目标**

长期职业目标一般在5年以上，10年以下。通过对于现实的分析总结，提出一个具有指导意义的长期目标。要注意眼光的长远性，不能只局限于现在。寻找自己最渴望追求的东西，寻找满足自己的合理路径，预测未来职业的发展、升迁机会，根据这些机会做出相应的对策。同时也要有忧患意识，考虑一些突发性的问题，并找出解决方案。

## **B. 短期职业目标**

在确定了长期职业目标的基础上，将其分成阶段性的任务，这样就构成了短期目标。通常来说短期目标的时间都在5年以下。短期目标是行之有效的、迫切需要达到的目标。可以说短期目标是一种特殊工具，把长期目标变得具体化、现实化、可操作化，它是连接行动与愿望之间的桥梁，是走向成功的必备因素。

需要注意的是，短期目标要具有现实性、可执行性。如果目标定得过高或难以实现，那么对于整体的职业规划将产生重大的影响。

在执行短期目标的时候，自己心里要清楚此刻的行动将会给未来造成什么样的影响，搞清自己还应学习哪方面的知识。可以说每个短期目标的提出，都是自己给自己出的一道解答题，你的答案越是正确、详细，你人生的答卷就越是能够得到高分。

## **步骤6：制订行动计划与措施**

明确了职业生涯规划的目标之后，紧接着就到了行动的环节。没有行动的话，所有的目标都是纸上谈兵，可见行动对于职业目标的重要意义。这里所说的行动，主要是指达成目标的具体行为，包括接受培训、从工作中获取经验、接受再教育等方面的措施。为了达成目标，在工作上，你必须学会采取相应的措施，提高工作效率；在业务素质方面，明确自己的学习目标，提高自己的业务能力。将开发潜能与工作相联系起来，做到个人能力的最大化发挥。

## **步骤7：评估与反馈**

之所以把评估与反馈当作职业生涯规划与管理的最后步骤，原因在于其所独具的改良与纠正能力。

能够影响职业生涯规划的因素有很多，这些因素有的是可以预测的，而多数都是突发的，具有很强的不确定性。社会环境发生的种种变化，会使之前制订好的职业生涯目标与现实有所偏差，这时就需要我们根据现实情况，对职业目标与规划进行恰当的调整，以更好地符合社会发展的需要。职业生涯规划的评估与反馈过程是个人对自己的不断认识过

程，也是对社会的不断认识过程，是使职业生涯规划更加有效的有力手段。

## 规划要点

职业规划是有自己的原则与步骤的，它就像是一个紧密联系的整体，稍有不慎很可能导致全局的崩盘。在制订职业生涯规划与管理的时候，要注意把握它的原则，做到实事求是、切实可行。目标可以远大，但是切记不能好高骛远。

## 切莫走入职业生涯规划误区

职业生涯的发展在任何时候都不可能是一帆风顺的，在职场中可能会遇到许许多多的困难。有些人认为进行了职业生涯规划就可以避免这些困难，其实不然，在你的行进过程中，依旧存在着许多误区，一不当心就可能掉入职场的陷阱。

### 规划职场人生

#### 误区一：以后的问题以后遇到的时候再去解决吧

这个错误是许多人都存在的，那就是没有真正意识到危机的存在，或者自认为此刻工作稳定，虽难有大成就，但养活自己没问题，至少可以保证生存没有问题。他们不知道5年后的自己应该是什么样子，也不会深入去想，他们关注的只是眼下的利益，至于日后的发展却从未考虑过。这些人把时光挥霍在了享受上，认为这样才不会辜负大好的年华。当遇到这样那样的问题的时候，首先想到的不是如何解决，而是如何逃避，“以后的问题以后遇到的时候再去解决吧。”如果所有的问题都以拖延时间来解决，那么，很快你就会发现这些小问题堆积在一起，成为了你成功路上的阻碍。

#### 误区二：亲身经历了才会有解决问题的办法

许多人都认为迈向成功有两条路可以走，一是虚心汲取别人的经验和教训，来为自己指明方向；二是通过不断的实践，通过挫折来纠正自己的道路。很显然，前一种人是明智的，而后一种人走上了职场的歧途。尽管后者从表面上看起来很强大，有超人一等的信心与决心，肯于接受困难并在困难中磨炼自己，但事实的真相却并非如此，他们只是在潜意识里回避着自己已犯下或正在犯的错误，为这些可笑的失误找着借口，并且从心中不肯接受现实的纠正。这种人的性格往往是一意孤行的，不愿意听从别人的意见，长此以往终究会尝到失败的痛楚。

对于刚步入职场的人来说，“以身试错”其实是种很不明智的做法。有些人总是喜欢说：“我年轻，我有的是机会。”诚然，一个人年龄上的优势是非常宝贵的。但是我们是不是可以认为年轻就是为了犯错误而准备的呢？难道我们有更好的机会来避免错误，你会因为自己年轻而不认同这种机会吗？

答案肯定是否定的。正确的方法是有效地执行职业生涯规划与管理，从别人的经历中获得对自己有用的经验，从而避免那些本不该犯的错误。

### 误区三：遇到问题时，做个职业规划就行了

既然我们讲了那么多有关职业生涯规划与管理的好处，有些人可能会认为，只要我遇到了问题，做个职业规划就可以解决一切了。这个想法其实是非常错误的。

对于一个成熟的职业生涯规划来说，它的核心在于帮助职场中人找到他的职业方向，并围绕这个方向建立独特的竞争力，保证他能够在规划好的领域中快速发展。如果只是为了找个方向，没有思考它的实质性、可行性，那么，这样的规划没有丝毫的用处可言。而要想保证职业方向实现的可能性，就必须考虑外在客观因素的影响——家庭的压力、年龄的差距、因工作不顺而造成的心态的失衡……这些都是影响职业生涯规划的重要因素。

职业规划不是你的突发奇想，而是经过系统地、科学地分析得出的比较有预见性的规划。

### 误区四：关于性格的测试就是职业生涯规划

现在在网络上，你可以轻易地搜索到许许多多有关职业生涯的测试题。但是假如我告诉你，它们其中有不少都是错误的，或者说跟职业生涯是毫无关系的，你可能会大感吃惊，但事实就是如此。

这里需要提醒大家的是：职业规划并不等于性格测试。很多人以为通过一些简单的情商或是性格测试，便算是规划好了未来的职业之路。其实这是一个非常严重的认识误区。性格测评只是我们了解一个人个性的手段。而职业生涯规划，则是要根据个人优势特长、自身技能、学习专业、职业价值观、社会环境因素等各种情况进行综合考量，才能得出具体的结论。这可能在时间上消耗的很多，但是越是详细，越是具有指导意义的规划，就越应该细致入微，而不是三言两语就能说清的。

### 误区五：我的职业生涯走一步算一步，没有具体途径

有些人认为自己的职业生涯可以走一步看一步，在战争中学习战争，这句话看似有它的道理，其实不然，许多人都不缺乏明确的职业目标，但一旦实施起来却总会半途而废，无法达到预期的效果。这就是因为，你虽然规划好了合理的职业方向，却没告诉自己达到目的地的方式，尤其是在执行的过程中，不同的问题有不同的解决方式，如果只是走一步看一步，没有提前的准备，那么很容易会陷入职场的泥沼之中。

## 误区六：过来人给我的建议肯定没错

你可能有这样的体会，生活中的长辈、朋友可能会根据自己的经验给你指出一条道路，并希望你按照这个方法走下去。其实你在听从他们的意见的时候，可能已经踏上了职场上的错路。年长者都有自己从职场中获得的经验，你可以借鉴这些经验，但是绝不能把它们当作金科玉律。因为每个人的价值观是不一样的，当你征求别人的意见时，他们只是基于自己的价值观去思考问题，并不是站在你的立场上。因此，别人的意见到底是不是适合你，还取决于你自己内心的想法。

## 规划要点

1. 经验固然重要，但是自己的路终究还是要自己走，所以应该关注自身的特点，为自己制订一条具有自我特点的职业之路。
2. 在职场中养成“今日事今日毕”的良好习惯，不要总把结果寄托于未来，要知道未来的路都是今日所做的事积累而来的。
3. 正确的职业生涯规划与管理对你有着重要的指导作用；相反，错误的规划对于你来说不仅仅是一时的误导，很可能对你未来有着极大的阻碍。

## 本章小结与权威测评

### 本章小结

职业生涯之所以被人们关注，不仅在于它是人们生活中不可或缺的一部分，还在于它内部错综复杂的结构很容易让人陷入迷茫的状态。这种迷茫不仅是长时间的，而且对于日后的发展会产生巨大的误导作用。

我们经常能看见职场中人在工作了多年之后，仍找不到自己的目标所在，每天蹉跎度日很难获得成功。这种情况是跟职业规划的不合理相关的。所以说认清职业的要素，掌控自己的心理，并结合自身特点对职业进行具体分析，这才是处理职场人生的正道。

职业生涯规划与管理像是一部运转的机器，缺少了任何一个零件都会让整体无法产生作用。我们要把握住其中的每一个细节，按照步骤行事，这样才能让规划行之有效。

### 权威测评

你最近感到很郁闷，负责的一个项目需要和另一个部门合作完成，而和你直接合作的是一个年轻的女孩。由于经常在一起讨论，难免会产生一些摩擦，坏就坏在，每次遇到意见不一致的时候，那个女孩就会表现出很不高兴的样子，有时甚至会在办公室对你大发脾气。你会怎么办呢？

- A. 暂时忍耐，如果以后再出现这种情况时，严厉地告诫她，让她知道你的厉害。
- B. 私下与她单独谈一下，要她以后注意分寸。
- C. 暂时不和她计较，如果还遇见这种情况，冷静地和她一起讨论、分析。

### 答案分析

- A. 你现在的职业成熟度不是很高，要学会换位思考。给你的职场小建议是：解决工作分歧，说服和沟通最有效。遇事冷静平和，才会彰显出你的成熟和份量，尊重和提拔随之而来。
- B. 你的职业成熟度还不错。当出现摩擦的时候，尽量用你的情绪来带动她。能控制住自己的情绪是有实力的表现，有涵养、职业成熟度高的你一定会最终赢得老

板、同事的尊敬。

- C. 你的职业成熟度很高。企业是组织，团队合作重于一切，你能很好地适应这样的游戏规则，你最终一定可以成为职场赢家。



### 3 大海航行靠舵手——职业发展与管理并行

## 规划为先，管理也不能少

完美的职业生涯脱离不开正确的规划与有力的管理，没有了管理，一切都将沦为空话。在完成了提纲挈领的统筹工作之后，我们要将这些宏观的概念应用到具体的事物中去，这其中首当其冲的便是职业管理的施行。

### 规划职场人生

#### 1. 谋定身动的职业管理

职业生涯管理要求我们在步入职场的时候应该具备以下2点。

◇ 熟练掌握从事职业的劳动技能与相关知识。这些知识一般是从从业者从专业学习中获得的，或是经过参与相关的培训得到的工作经验。总之要想在职业中不被淘汰，自身的能力应该是与现实情况匹配的，漫长的职业生涯不允许从业者有滥竽充数的情况，要想获得竞争优势就必须让自己的水平得到提高。

◇ 了解从事职业的动态，及时补充相应的知识以及职业意识。任何职业都不仅仅是书本上的死概念可以囊括的。随着时代的发展，不同的职业会有着不同的进步，而这种进步恰恰是你必须把握住的关键所在。

一般用人单位都会注重从业者的3种综合能力：表达能力、处理问题的能力、团队合作的能力。

这些能力的培养并不局限于某种行业，它们是你必须具备的基本技能，所以在进入职场的时候，许多公司都会给员工做相关方面的测试。如微软会测试应聘者的创新能力、分析问题的独到之处。它们不仅关注“你已经会了什么”，还把目光放在“你能学会什么”上。一些金融类的职位还要求你必须具备初步的会计常识、法律知识等。对某项职业的获得在很大程度上取决于你对此职业的业务了解多少。

要想培养自己的综合能力，就要注重在平时多参加社会活动、社会团体，在其中发挥出自身的能力，参与组织决策与问题的处理，以便就业后更好地适应工作的需要。

#### 2. 跨领域的职业选择

很多人在择业的时候发现自己想要或将要从事的事业与学习的专业关系不大。这就面

临着一个问题，那就是跨领域选择职业。

在综合能力普遍提高，同时企业也越来越注重能力而非学历的今天，跨领域就业是很常见的现象。从前我们说隔行如隔山，而现在看来，去另外的“山头”工作并非是高不可攀的事情，不过在跨领域之前，你要作好下面的准备。

◇ 认清你“跨”到了哪里。这句话的意思是提醒你，选择职业的时候的确可以跨领域，但并不是盲目地、天马行空地胡跨。有些专业性很强的东西，在没有系统的学习前，你是很难掌控的，譬如注册会计师、精算师、律师等。对于这些职业，如果你仅是凭着一腔热情而步入其中，日后定会遭到精神上的打击。

◇ “跨”之前先学习。现在社会上有许多职业资格考试，像注册会计师考试、司法考试等，这给想跨领域就业的人提供了机会。如果你想跨领域就业，那么就选择一个门类专心致志地攻克它吧。

◇ “跨”不在远，而在正确。有些人觉得跨领域就业就是参与一件完全不沾边的职业。其实并非如此。你在选择职业的时候，有很多打“擦边球”的机会。例如师范类专业的从业者可以考虑社会培训、企业技能培训工作，医生可以参加医疗器械、保险等工作，法律类的从业者可以考虑行政管理等方面的职位……这些跨领域的就业可以帮助你原有的基础上进一步发展，这样更有利于你把握住机会。

### 3. 成功，从第一次开始

人们常说：“好的开始是成功的一半。”这句话在职场中也不例外，拥有一个美妙的开局对于你日后的职业生涯之路有着许多积极的影响。但有些人心中会存有疑问：我已经步入职场很久了，是不是就没有了重视第一次的机会？其实不然，工作转换、部门调任、职场升迁，这些都可以算是你的第一次。既然有了全新的一页，那么就请你拿起笔，仔细书写你的人生。

◇ 该不该先就业，再择业。许多人都认为，现在社会压力很大，人才竞争得也很激烈，所以说有份职业就先干着，“骑着一头驴再找另外一头”。这种想法的初衷是对的，但真要照着这么做却万万不可。

对于任何人来说，选择职业都应该有目的、有准则，不能应付了事。你随意选择了一个职业，从心里认为这只是你的垫脚石。但现实中你会受这种不负责任的心态影响，无法在职场中安心工作，时间久了就有了职场的惰性，甚至产生了职业恐惧感，这对于日后将

造成很不利的影响。

◇ 第一是为了第二准备的。正确的方法是选择合适的第一份职业，跳槽也要看准了自己的发展之路再跳。“骑驴找驴”未尝不可，但你必须知道自己要找的“那头驴”究竟是什么模样的。而良好的开端对于你日后的选择有着很大的促进作用。

第一份职业积累的经验如果能很好地被用在之后工作中，那么你的职场人生永远是相加的过程。但如果你总是盲目地乱选择，那么你的职场人生是在做着减法，会被不尽如人意的感觉困扰着，这无疑构成了职业的致命伤。

## 规划要点

1. 随时掌握最新的职业动态，并根据社会的要求提高自身的能力水平。要记住你能做的是改变自己，而不是改变世界。

2. 跨领域选择职业并非妄想，也不意味着要从头再来，许多时候领域之间都有着紧密的联系，把握住这些联系，将帮助你在职场中胜人一筹。

3. 好的开始是成功的一半，选择好自己的开端，对于日后的发展至关重要。

## 管理自己4步走

我们在学习生活中，经常会出现这样的现象：妻子对丈夫说，不要把情绪带回家来；老师对同学说，跟我说话的时候不要带着情绪。在我们的工作中，也经常出现这种状况：上司对下属说，不要把情绪带到工作中来。在工作中，我们要如何控制自己的情绪，使它不影响到自己的工作，使得自己用一个良好的心态去完成自己的职业规划，让职业规划走得一帆风顺。

### 规划职场人生

#### 1. 错误，错误，还是错误

无论是谁，在任何工作岗位上的人都会有自己的情绪。而我们通常管理情绪的办法是从学校中老师的教导和生活中家庭给的环境相结合得来的，这些办法用在职场中，会对你的工作有不利的影响。

#### 管理方法1：互换型

我们在大街上经常可以看到这样的画面：一个小孩摔倒了，他妈妈赶紧过去扶起他说：“宝贝儿不哭，妈妈给你买好吃的！但是你一定不许再哭，我才给你买。”一个朋友失恋了，你会去安慰他说：“别想了，我们出去兜兜风，玩一会儿就忘了。”这种拿其他事物去和让你心情不好的事物相对掉的方法，我们称之为“互换型”管理法。

#### 管理方法2：流逝型

简单来说，就是当你的情绪不对的时候，旁边的人都对你的情绪不理睬，放任你让你难过，认为等到时间久了你自然而然就会忘记。这种想让你的情绪随着时间的变化而消失的管理心态，我们叫作“流逝型”管理法。

#### 管理方法3：训斥型

从小到大，当我们做了什么不正确的事情或者有什么不正确的想法、情绪时，家长在劝诫无效的情况下都会去训斥甚至大骂你。这就让你形成了一个反射弧，当自己的情绪不对甚至影响到生活工作的时候，你有意识地就会寻找自己的错误，然后对自己进行心里责怪，从而陷入无限的内疚当中。这种管理的方式我们称之为“训斥型”。

## 管理方法4：依赖型

当我们情绪比较差的时候有可能就会进入一个误区，怎么都走不出来，于是就开始依赖别人，把别人说的大道理当作解决自己情绪的办法，完全按照别人的思想走，让自己觉得自己已经走出了情绪的阴霾。这些人大多数都比较没有自主性，依赖性强。我们把这种管理心情的办法叫作“依赖型”。

### 2. 改正，改正，如何改正

这4种管理自己EQ的办法会让我们的情绪走入误区，导致最后整个人状态上的失控，从而对自己的工作产生不好的影响。要怎么走出误区，让自己有个良好的心态去完成职业规划，就是重中之重。

#### 方法1：每个情绪都无可代替

首先要正视自己的情绪，要去弄清楚自己为什么产生这样的情绪，根源在哪里。揪出最根本的问题才能找出办法解决。一定要记住每件事情都是独立的，即使你现在让别的事情吸引走了注意力，把不好的情绪暂时抛在了脑后，也不代表这件事情就解决了，因为过不了多久，当你互换的事情完成或者暂停的时候，你的坏情绪又会随着没有解决的问题跑出来，你根本甩不掉它。

#### 方法2：时间并不一定是良药

都说时间可以冲淡一切，但是这在你的职场上却不适用。很多问题发生后，如果你置之不理，它可能会慢慢地被你淡忘，但是终究会有一天被另一件事情牵连出来。职场上我们遇见什么不顺心的事情，一定要想解决的办法。如果置之不理，第二次发生同类型的事情，你的情绪就会再次被带起。第三次、第四次，当到了一种无可复加的状态，将会有无法想象的后果。

#### 方法3：不要一味地自我谴责

当已经发生了一些事情的时候，虽然我们应该先在自己的身上找原因，但是这并不意味着要让自己一味地自我反省。有些事情是无法避免的，我们不能完全控制好自己身边的人或者是大局所决定的环境，所以当我们出现了什么差错的时候，要根据现实状况来寻找自身的原因，不能做不好就赖自己，什么样的责任都往自己的身上揽，因为那样会让你的身心都承受太沉重的压力。

## 方法4：学会独立寻找出口

在自己走入死角的时候，去倾听别人的意见是没有错的，但是一一定要与自身情况相结合。也就是说不是每个人说的道理都适用于你身上，你要有选择性地去听，要结合自己的实际情况来修正自己，更要学会如何去自我寻找解决办法，自己跨越心理的障碍，独立地解决自己的情绪问题。

## 规划要点

要记住，真正有能力的人，是懂得自我驾驭协调和管理自己的情绪，让情绪为自己服务、为自己的工作开辟顺利道路的。你要学会怎么样去控制自己的情绪，学会情绪自主，做好这4步，是创造美好职业生涯的关键。

### 1. 时刻提醒自己

了解自己的情绪，知道自己心里所想，可以时刻察觉自己情绪中不对的方面，做到开心的时候自己知道，难过的时候自己察觉，有任何的情绪波动都可以在第一时间发现，为可以及时调节不良情绪作准备。

### 2. 闹情绪有原因

这点是很重要的一点，就是懂得自己为什么会闹情绪。有情绪不是因为别人的言行举止让你有了什么样的反应，而是你自己的生命经验反应到别人身上又折射回来的一种反馈。一切都是因为你心里所想才会产生。一定要抓住这个根源，才能为自己做一个完全正确的选择。

### 3. 让情绪化为财富

你要懂得，自己的情绪失控是因为某些事情所造成的。我们要知道这些事情到底是什么，它为什么让我们有了这样的情绪。情绪就像一个提醒一样，它表示有问题发生，需要你去解决。比如说当你看见某些人自己就有生气的感觉，那就要提醒自己，这个人做的什么事情或者什么话语侵犯到了自己，要尽快找到解决办法。当朋友心情不好的时候，你可以送出一份关爱给对方，这表明你很重视他。这会帮助你在职场上建立好的关系网，从而让你的工作更顺利。

### 4. 有场合的有情绪

在不合适时机、不合适的环境，不要让自己的情绪表现出来。比如说你辛辛苦苦做的策划，到了商讨的时候受到了别人的嘲讽，你要很清楚这种场合不适合你表露生气的情绪，于是从你气愤的情绪中先摆脱出来，等到会后再去解决自己的情绪问题。记住识大局，懂进退，把握住自己的情绪，让自己的情绪成为自己在职场上的资源，是我们管理自己的情绪最主要的一个目的。



# 不管理就不知道自己还有多少潜力

“人的潜能是无限的”这个话题已经是旧话重提了。可以说，没有一个人是完全了解自己的。我们有很多潜藏的能力没有被挖掘出来，导致我们看起来普普通通。在职场上，如何挖掘自己的潜能，让自己得到更出色的发挥呢？这就要靠我们对自身的管理，只有管理得恰当，才能让自己更加优秀。

## 规划职场人生

我们要如何管理自己，在管理中我们需要注意哪些要点呢？有哪些事情是绝对不能做的？有哪些是我们必须把控的？请参考以下4点。

### 1. “我不能”

这里的“我不能”，是指不能做到。很多人在工作中遇到了困难，或者上司给了个要求很高的问题，自己就会犹豫不决，觉得自己做不到，认为自己能力不足。

在职场中千万不要有这样的想法，这样的想法将是你职业生涯里很大的一个阻碍。很多事情不去试永远不知道自己行不行。我们一定要学会自我管理，让这种“懦弱”的想法不要出现在自己的脑海里。要记住，遇到任何困难、接到任何任务，其实都是有办法解决的，千万不要自甘放弃，认为自己没有能力去做好。

### 2. “放松一下”

人都是有惰性的，哪怕是一个很严谨的人，也会在一些特殊的情况下放松对自己的要求。可能你觉得这不是什么大事情，但是，如果这样的情况时常发生，就会成为一种习惯，等到你再发现这种惰性的时候，可能一切都已经晚了。

所以在工作中，要始终严格要求自己。制订好目标，然后按照目标合理地管理自己的实践和行动，千万不能有一丝的松懈，这样才能很好地约束自己，让人生规划按照自己的计划走，让自己能够发挥出应有的实力。

### 3. “差不多”

我们做完每件事情，都会在心里默默地思考一下：这件事情做得怎么样。即使你无意

去衡量，但是这种想法还是会自然而然地在心中产生。很多人都会觉得，事情做得“差不多”就可以了。其实，这是万万不成的。

当你有了“差不多”的想法时，也就代表这件事情跟你能力可以达到的最高限差了一大截，也就是你根本就没有尽全力去做好这件事情。

在工作中一定要注意约束自己，对自己有严格的要求，不可以什么事情只要“差不多”就可以，对每件事情都用自己的全力，你才能得到最大的发挥，真正地挖掘你的潜能。

#### 4. “没有意思”

如果我们反复地做一件事情，长久下来就会觉得很无趣。工作上也是这样。如果总是让你做一件事情，很有可能磨灭了你的兴趣，让你机械式地去完成这个任务。

如果你觉得你的工作已经“没有意思”了，那么就证明你开始走下坡路了，你已经脱离了你的人生规划，这是很危险的。要记住不管是什么事情都要以百分之百的激情去完成，把每件事情都当作一个从头开始的新鲜事物，让你的热情充满整个过程，才有可能发挥潜力。

### 规划要点

如果我们想避免这些错误，就要学会约束自己，管理自己。其中有几个要点，把握住了就会让我们的职业规划顺利地进行。

#### 1. 有信心

信心非常重要，只有有信心才能做好一件事情。当我们遇到问题的时候一定不要轻易言放弃，要加倍努力地去钻研，告诉自己可以，并且监督自己，让自己保持充满信心的心态。你就会发现，再难的问题你也能够解决。下次再遇见困难的时候，就不会轻言放弃了。

#### 2. 有责任心

如何保持工作质量高，就要看是否有强烈的责任感。当我们把工作上的每一件事情都当作自己的事情做，不敷衍了事，有“如果这件事情做不好，就会对我.....不利”的想法，

认真地做好每一件事情，监督自己，让自己保持一颗富有责任感的心，那么你的工作将会是优质高效的，会比你想象中的还要好。

### 3. 有耐心

不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江河。这句话告诉我们，什么事情的成功都是一点一点积累出来的。我们一定要约束自己，让自己不要自满。如果认为我做得已经够多了，认为这件事情这样已经可以了，甚至对于反复去做的工作出现了不耐烦的现象，那么将会使你对工作有倦怠感。如果连工作都没有了积极性，还怎么可能在工作上发挥潜力，做到最好呢？约束自己，让自己平心静气地去工作，也是很重要的。只要做好这些，约束自己、管理自己的想法和心态，让自己去正视自己的工作，你就会发现，在工作中，你会比想象的要好、要优秀。

# 超乎你想象的管理意义

中国几千年来一直是以农业和手工业为主的经济，工业革命使得这一切都发生了变化。最近几十年里，脑力劳动已经基本上代替了体力劳动，在经济中占据了核心地位，所以脑力劳动者也开始面临着越来越多的挑战。在这些挑战中，最重要的一点就是如何管理自己。体力劳动者永远都是在帮别人做，而脑力劳动者自己给自己确定目标、实行计划，自己去完成任务，所以要自己管理自己，挖掘自己的特长，察觉自己的风格，才能够很好地完成工作。

## 规划职场人生

职业规划管理不只是找工作那么简单，它的意义其实是很深远的。如果你有一个成功的职业规划，那么它将给你带来良好的职业发展前景。我们都对未来有着一个美好的憧憬，那么就需要一个完美的职业规划并且对自己进行管理，让自己有个良好的职业可以发挥自己的创造力，尊重自己的个人能力，就能为未来的发展提供良好的支撑。

### 1. 有攻略，旅途顺

职业生涯规划其实就是人生当中职业旅行的一本攻略。只要我们按照攻略上的意见管理安排自己的行程，就会让一切都有条不紊地展开，让旅途畅通无阻。

制订职业规划，然后再按照规划来管理自己，就可以让现有的成就成为基础，然后在此基础上确立人生的职业方向，并按照方向顺利前行。

### 2. 塑造鲜明的自我

我们按照规划来管理自己之后，就会有目标、有策略地去进行，可以排除干扰，让自己的工作风格更鲜明，“快、狠、准”，让自己雷厉风行，提高工作效率。

### 3. 善用长项，常抓不足

按照职业规划来管理自己，可以通过事先总结出来的个人特点和强项来最大效率地完成任务，并且很容易就发现自己的不足之处，得以改正，还能及时地总结自己的现状和目标的差距，制订出更好的计划来实现目标。

## 4. 发现职业机遇

当我们有了一定的经验，完成了现有策划，达到目标之后，就可以开始重新筹备一个新的目标策划，让我们的职场充满了挑战，发现新的职业机遇，让自己的职业生涯丰富多彩不拘于现状。

### 规划要点

如果想使自己的管理有意义，就要做好规划。

#### 1. 正确认知

要知道自己的社会价值不可能被社会上的所有人等地接受，别人的想法也不一定适合自己。不要觉得大家都会认同自己，也不要轻易地去认同别人。要知道自己想要什么，自己的价值在哪里。一般我们需要掌握的价值是：经济、权利、回馈、审美和理论这五大价值。

懂得努力，但是不要认为自己的努力就会收到和别人同等的成就。每个人的成就都是不等同的，如果你得到的少，千万不要后悔和抱怨，这是无济于事的；如果你得到的多，也不要沾沾自喜，以为别人永远不会超过自己，而是要继续加倍努力地向前冲，保证跑在最前方。

不要过于执拗。执著固然是好的，但是过于执著其实是一种“阻滞”前途的做法。要学会“学以致用”，灵活利用你学到的东西来解决问题，千万不要钻死胡同；也不要认为一切都应该“学以致用”，其实“学非所用”也是常有的事，按照现状做策划，寻找更好的突破口，以万变应万变，才是最好的选择。

#### 2. 看清现状

首先要看清自己的现状——身体是否健康，自己的阅历和专长是什么，是否有个良好的心态去面对生活和工作。其次要总结工作现状——自己的财富、自己的职位和自己是否喜欢现在这样的岗位。最后要结合自己的家庭，看看自己的生活品质、和家人的关系怎么样，这样的关系会对工作造成什么影响，家人的健康怎么样，这些问题要耽误自己多少工作上的时间。

#### 3. 了解环境

首先你要知道你有多少朋友，他们各自的职业是什么，能力又有多大，哪些可以在职场上帮助你，哪些可以是你的合作伙伴。其次是你现在的经济状况，你已经有了怎么样的基础，将标志着你要定的目标高低。接下来就是企业的环境，要注意你要投身的企业是不是未来社会需要的，市场占有率有多大，你加入的公司是不是稳定，公司在做什么样的改革，需要什么样的人才。除此之外，你还需要关注地区、国家乃至世界的局势，虽然这些不一定对你有什么影响，但也不一定就对你没有影响。

总结好这些，就要按此仔细地考虑工作安排，让自己的安排不会干扰到生活，也不会让生活打扰到工作，这样才能保证质量。做好规划后，要严格按照自己的规划实行。这样有计划的管理，才能体现意义。

## 管理是规划的进一步提升

当我们按照自己的实际情况、周围的环境和未来的目标做完自己的职场规划之后，接下来就要进行管理，按照自己规划的要求向着目标前进。

### 规划职场人生

怎么才能按照自己所制订的规划对自己进行管理？在管理的过程中我们要注意什么？着重点在哪里？我们按照职业规划及其管理的顺序，分为了以下4点。

#### 1. 达到目标

要按照规划的目标走，管理自己，使自己达到目标。目标有：

- ◇ 高度的自我决定和意识
- ◇ 掌握必要的职业信息
- ◇ 加强个人成长和发展的速度
- ◇ 灵活制订目标
- ◇ 让自己融入职业生活当中去
- ◇ 搞好自己的职场交际圈

#### 2. 做好工作总结

当我们完成一天的工作以后，一定要通过总结来管理自己的规划，让自己得到更好的提升。工作总结包括以下几点：

- ◇ 一天内所学到的知识
- ◇ 对职业职位的新认识
- ◇ 是否有效地实行了职业规划
- ◇ 是否可以有更好的成绩

### 3. 要达到的目标

在实行了规划并对其进行管理之后，我们要看到实质上的成效才算是完成规划，具体成效为以下几点：

- ◇ 对自己的工作充满斗志
- ◇ 工作效率高，工作质量好
- ◇ 添补漏洞的时间变短
- ◇ 薪资或职位有所提升

### 4. 让规划改变自己

我们制订规划是为了更好地工作，但不仅仅只是为了工作，如果能够按照规划对自己进行严格的管理，甚至可以让自身各种素质都有所提高，从态度、知觉到心理变化，每一步都有改善。想要达到这几点，我们要对自己进行的管理是：

- ◇ 经常对自己的状况做客观评价
- ◇ 去发现和探索其对职业发展的益处
- ◇ 清楚自己对现有工作的感受
- ◇ 对自己的职业技能进行客观评定

### 规划要点

找出自身问题。在做职业规划的时候，我们要找到自身的缺点和优点，擅长哪些，对哪些不够了解。对自己有了这么一个良好的认识，才能够制订出合理的方案。所以这是最基础的，也是最重要的。

如果说做职场规划是取得职业生涯成绩的前提，那么管理你所做的规划就是取得成绩的必要手段。当我们做好规划之后，一定要按照规划来进行自我管理。

我们在进行职业生涯的管理时，还不能看出这些有效管理所带来的好处，只有当一个或者几个阶段过去后，在我们总结并与过去做对比的时候，才能发现自己进步的过程，才



能衡量规划的实施是否出色。我们不必在所有的方面都如此进行管理，适量地做调试更有利于发展，但是一定要以这些为基础，因为它是一个思考未来实施评价的基础。

## 知道有效性标准做更好管理

在职业规划中，有些人可能对自己的评估太高，或者对自己的期望值太高，从而制订了一些不合理的规划。这些规划的“不合理”在于以自身的现状无法很好地实施它，只有制订可实施的有效规划，才能够进行更好的管理。

### 规划职场人生

什么是有效？有效就是指能实现一件事情的预期目的，管理就是为了实现职业规划的预期目的，所以我们该如何有效地管理自己呢？以下4条可以向你说明这一点。

#### 1. 审视自我

你要了解自己，知道自己的性格怎么样，是什么样的因素导致了自己这样的性格；自己的兴趣是什么，这些兴趣可以激发自己的哪些潜能；自己的特长是什么，让它们告诉自己适合往什么样的方向发展；自己的人际关系怎么样，这些人际关系能帮助自己的职场做哪些事情；还有职场价值观、自我探寻评估等。只有这样深刻地了解自己，才可以做好规划。

#### 2. 审视环境

首先你要弄清审视环境都有什么样的方法，然后去了解一下现在的社会和经济环境对自己的职业生涯有什么样的影响。接下来你就要认真地思考自己周边的环境如何，自己的交际网如何，并且学习如何与人交往。

#### 3. 制订目标

我们可以通过对自身的了解来确定一定时期内的目标，然后在执行计划的时候及时通过目标来分析自己的现状，评估一下自己在职场上担任哪种职位的机会有多大，把各个目标放在一起，制订一个路线图来让自己“有迹可循”地去实施，再评定这样的目标能否满足自己的人生需求。

#### 4. 目标管理

制订完具体的规划，就要开始实行了。在实行中我们必须掌握3方面的要点。第一，

一定要有一个好的策略，当我们实行计划遇到困难的时候可以通过它去解决。第二，要为自己寻找障碍最少的途径，这就要按照自己的自身能力和环境去仔细寻觅了。第三，我们必须有一个远大的理想，这样才能让我们有动力、有激情地去完成自己的计划，从而达到目标。

## 规划要点

我们制订了规划和目标，接下来就是在实施的过程中去进行系统的管理了。怎么样才能管理这些有效的计划，让它们得以实现，就成了一个要解决的重点。

### 1. 周期管理

首先我们要了解职业发展的周期和规律，别让自己被现在的职位上的压力击垮。然后要在一个周期之后总结自己是否自己适合这份工作，这个工作可不可以给自己带来更好的发展，明白自己的阻力和动力在哪里。千万不要太鲁莽行事，导致走歪路。

### 2. 反馈评估

按照自己的目标来评定自己，千万不要轻易地就被别人所带动。要了解自己拥有多少机会，又抓住了其中的多少。自己离成功还有多远，通过什么方法可以让自己离成功更近一步。要不断地学习，千万不要放弃向外界吸取知识的机会。

### 3. 境界提升

当我们制订了规划并且实行之后，要通过这些让自己的境界进一步提升。

## 本章小结与权威测评

### 本章小结

个人职业生涯管理是规划的一个升华。做好了职业生涯规划之后还要管理自己的规划。好的管理可以增强个人对工作环境的把握能力和对工作困难的控制能力，能让自己更好地确立人生的方向和奋斗的策略，处理好职业和生活中其他方面的关系，还可以让自己的自我价值不断地提升，超越从前。

要清楚地把控自己的情绪。面对自己的情绪，不要逃避，更不要过分地自我谴责。正确的方式应该是清楚地分析自己的错误，然后找到解决的方法。学会管理自己的情绪。

知道什么是最有效的，对自己进行周期管理。每个周期都要按照自己的绩效进行统计和评估，分析自己的优点和不足，在下一周期继续发挥自己的优点，完善自己的不足之处。这样反复下来，让自己的不足都变成优点，让优点效力于事业，根据最有效的方式来管理自己，让自己能够得到更好的提升。

另外，管理自己还能够发掘自己的潜力。我们在进入职场前无拘无束惯了，不知道什么叫压力。管理可以让我们对自身施加压力。有了压力以后，才能发掘出我们自身从来没有被发掘出来的潜力。

记住：管理是实行规划的手段，更是加快规划完成的方法。有方法、有效率地去管理自己，让自己离目标更近一步。

### 权威测评

#### 管理能力测试

是：1分；不是：0分。

- |                             |                            |                            |
|-----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| (1) 习惯在行动之前先制订计划?           | 是 <input type="checkbox"/> | 否 <input type="checkbox"/> |
| (2) 经常因为想要更高的效率而更改计划?       | 是 <input type="checkbox"/> | 否 <input type="checkbox"/> |
| (3) 能经常接受别人对自己的看法?          | 是 <input type="checkbox"/> | 否 <input type="checkbox"/> |
| (4) 实现目标是解决问题的继续?           | 是 <input type="checkbox"/> | 否 <input type="checkbox"/> |
| (5) 临睡前思考筹划明天要做的事情?         | 是 <input type="checkbox"/> | 否 <input type="checkbox"/> |
| (6) 事务上的联系、指令的执行常常是一丝不苟?    | 是 <input type="checkbox"/> | 否 <input type="checkbox"/> |
| (7) 有经常记录自己行为的习惯?           | 是 <input type="checkbox"/> | 否 <input type="checkbox"/> |
| (8) 能经常思考对策, 扫除目标实现中的障碍?    | 是 <input type="checkbox"/> | 否 <input type="checkbox"/> |
| (9) 能严格制约自己的行为?             | 是 <input type="checkbox"/> | 否 <input type="checkbox"/> |
| (10) 经常严格比对预定目标和实际成绩?       | 是 <input type="checkbox"/> | 否 <input type="checkbox"/> |
| (11) 无论何时何地, 都能有目的地行动?      | 是 <input type="checkbox"/> | 否 <input type="checkbox"/> |
| (12) 对工作的成果非常敏感?            | 是 <input type="checkbox"/> | 否 <input type="checkbox"/> |
| (13) 能每天检查自己当天的行动效率?        | 是 <input type="checkbox"/> | 否 <input type="checkbox"/> |
| (14) 今天安排的工作决不拖延到明天?        | 是 <input type="checkbox"/> | 否 <input type="checkbox"/> |
| (15) 习惯于在掌握有关信息的基础上制订计划和目标? | 是 <input type="checkbox"/> | 否 <input type="checkbox"/> |

测验结果分析:

0~5分: 管理能力很差。但你具有较高的艺术创造力, 适合从事与艺术有关的具体工作。

6~9分: 管理能力较差。这可能与你言行自由、不服约束有关。

10~12分: 管理能力一般, 对你的专业方面的事务性管理尚可。管理方法经常受到情

绪的干扰是最大的遗憾。

13~14分：管理能力较强。能稳重、扎实地做好工作，很少出现意外或有损组织发展的失误。

15分以上：管理能力很强。擅长有计划地工作和学习，尤其适合管理大型组织。

## 4 给世界一个真实的自己——规划管理之审视自我

# 我的性格里有几重因素

在职场上，有些工作薪资较高，工作量却不大，但是有些人在这样的岗位上就觉得没有意思；有些工作内容艰巨，要通过你完成的效果来决定薪资的多少，有人却做得津津有味，充满了激情。这跟一个人是否适合这份工作有关系。找到一份优越的工作是建立在这份工作适合自己的基础之上的。了解你自己的性格，知道你的性格适合什么样的工作，这是至关重要的。

要客观地看到自己的特点，知道自己的个性是什么。个性是一个人的心理活动中最稳定的特征。拥有不同的气质和性格，将适合不同性质的工作。所以我们首先要了解自己的性格特征，选择适合自己性格的工作。如果选择的工作不适合，你不仅仅在生活和工作中得不到激情，也将无法得到“工作”的认可，它会把你排斥在外。

比如从事公关工作的人，就需要具备热情、亲切、体贴到位的性格。这样的人不能有暴脾气，必须懂得怎么和人沟通，能灵活应变地和每个人打交道；如果是一名医生，那么就需要谨慎沉稳的性格，要有很强的抗压力，认真、一丝不苟、精益求精才是适合这份工作的。所以我们要学习如何发觉自己本身的性格，找到合适的工作。

## 规划职场人生

通常我们把性格分为6种类型。

### 1. 现实型

这种人喜欢和事物打交道，不喜欢跟人建立虚幻的关系。喜欢制造或者修理一些东西。善于操纵设备和机器，喜欢看见有形的东西。这类人有毅力，勤奋，但是创造力不足。喜欢用固定的模式去思考问题，习惯熟悉的方式，对问题的答案往往过于绝对。喜欢有框架且思路清晰简单，不喜欢抽象和哲学思想。非常传统保守，很少有良好的人际关系或者与人的沟通过少。不喜欢成为别人瞩目的焦点，那样会使他浑身不自在，不善于表达自己的想法。大家一般认为这种人很内向，但是踏实、实事求是，稳定。

### 2. 研究型

这类人拥有强烈的好奇心，非常喜欢去研究问题。喜欢清楚地了解身边发生了什么，分析每一件事情的原因，预测每一件事情的发展趋势。对科学有着强烈的兴趣，一般用否



定或者怀着批判的态度面对很简单的或者超自然的解释。如果遇见一件喜欢的事情，这类人会心无旁骛地去研究它。喜欢独立去完成一件事情，不喜欢被别人束缚也不愿意去束缚别人。善于从理论和思辨的角度去解决问题，爱解决抽象含糊的问题。有创造性，接受新鲜事物快，不太能接受守旧的思想。不适合那种结构化严重、束缚性过强的环境。处理事情有计划、有条理。缺乏领导能力和与人沟通的能力，在社交场合会不自在，处理人际关系过于死板和拘谨，不善于表达感情，给人冷淡、不好接触的感觉。

### 3. 才艺型

才艺型的人有很强的创造力，善于表达自己的想法。做事情有原则，思想比较天真，做人处事很有个性。喜欢别出心裁并且努力使自己成为很优秀的人。不喜欢那些笨重的、枯燥无味的体力活，不喜欢框架结构鲜明、过于规范和程序化的工作。喜欢通过艺术作品来表达事物和内心想法，希望成为众人的焦点，得到荣誉和赞美，对于别人对自身的不满或者批评非常敏感。衣着大胆，不遵循传统，喜欢与众不同的品味。言行举止常常让人惊诧，永远不会循规蹈矩。不喜欢别人的约束，处理问题比较冲动。有优秀的审美观，品位极高。容易情绪化且心里想法复杂。喜欢抽象的事物和没有结构约束的工作，在意别人是否接纳自己，希望所有人都赞扬自己。和人相处太过于亲密会有压力，喜欢自由。一般通过艺术间接地和人沟通，以此来弥补和别人的疏离感。经常一个人想问题，思想活跃，无拘无束，拥有非常强大的发散性思维。

### 4. 社会型

这类人一般很热心、外向，对任何人都非常友善。喜欢与人合作，习惯有伴的环境。能够洞察别人的想法，发现别人身上的问题。乐于助人，善于表达自己并且在人群中的说服力很强大，喜欢成为焦点并乐于处在人群或者机构的中心位置。对于日常生活和交往都很敏感，容易谨慎地思考事情。热爱哲学知识，对宗教、伦理道德和人生意义充满了强烈的兴趣。不喜欢与机械类或者资料类有关的事物，讨厌结构严密、要重复才能够完成的工作。和人相处会很融洽并且能很自如地表达自己的所思所想，一般别人会觉得他们心慈手软，乐于助人。

### 5. 领导型

这类人通常是外向的，很有说服力且乐观向上。他们能够严格地要求自己，对自己的言行举止都把握得很好。敢于冒险，对有挑战的活动充满了激情。喜欢管理别人，支配欲

很强。通常追求权力、地位和财富这类实际的东西。善于言辞，总是想让别人接受自己的想法和观点，经常做劝说或调配人的事情。他们觉得自己很受欢迎，对细致的事情缺乏耐心。不喜欢那些纯脑力的劳动，但是自己头脑清醒、思维敏捷，一般人们认为这类人可靠。

## 6. 常规型

这类人做事一般脚踏实地，遇到问题的时候一板一眼，有些固执。喜欢做重复的具有固定模式的事情，依赖别人，通过团体或组织让自己获得安全感，并且会为了团体和组织付出努力。对工作的要求不高，希望在强大的企业中拥有一个普通的职位。时刻知道自己该做什么事情，让自己在清晰的状态下自在地生活。不喜欢自己决策事情，所以不会喜欢含糊不清的指示。希望得到精确的要求和目的，以便知道自己要做什么，对于有精确目的的事情能够完成得非常好。守旧，遵循传统，习惯服从于别人，执行别人对自己的命令。适合环境轻松的室内工作，重视物质层面上的一切。可以很好地制约自己的感情，不会有太紧张的人际关系，喜欢随遇而安的相处模式，在熟人面前才会轻松自在。做事有计划，不喜欢打破惯例。生活很有规律，不喜欢纯体力劳动。

### 规划要点

1. 当了解自己的性格后，就该进行进一步的自我性格分析。
2. 可以寻找一些测试来帮助你了解自己，请选择专业的网站进行性格评估。要正视自己的问题如实回答，才能够得到准确的性格评估答案结果。
3. 得到结果以后要分析自己性格形成的因素，为更深入了解自己做准备，不要沾沾自喜或者有“破罐子破摔”的心理。

## 我的兴趣可激发哪些潜能

当我们知道自己的性格之后，也就间接性地明白了自己的兴趣。每种个性的人兴趣爱好都不一样，那么哪种类型的人适合哪种职业呢？我们的兴趣具备哪些潜力，可以适应何种职业，是这节要分析的问题。

### 规划职场人生

#### 1. 实际型

这类人喜欢需要基本操作技能，控制工具或者机器的工作。对于机械方面、体力劳动或者运动器材、植物、动物相关的专业感兴趣，并具备了这些方面的相应能力。适合的工作大多是技术性职业和技能型职业。技术性的包括摄影师、制图师、计算机管理及机械装配等职业，技能性的有工匠、厨师、技术工、汽修等一般劳动。

#### 2. 研究型

这类人喜欢抽象的东西，分析力强、智力高且可以独立完成工作。一般具备高智商或者精确分析的才能。这样的才能适合对事物进行观察、衡量、预测，并且以此来判断，最终得出理论，解决问题根本的工作。适合的工作如教师、工程师、编程人员、医生和分析员。

#### 3. 才艺型

喜欢有艺术修养、创造力和表达能力的工作，具有将艺术创造和直觉表达运用在语言、行为、色彩或者形体上的能力。这类人的审美观很好，自己的思索和感受力空前强大，不善于事务性的工作，比较适合的工作大多在艺术方面和音乐方面，如演员、导演、设计师、建筑师、歌手、作曲家、乐队指挥等。

#### 4. 社会型

这类人喜欢和人打交道，希望不断地有新朋友，对于搞好人际关系非常地擅长。具有提供信息、服务、开发培训或者医疗等相应能力。适合做教育工作或者社会工作者，如教师、咨询人员、公关人员。

## 5. 领导型

这类人喜欢要求具备经营、管理、劝服、监督和领导才能的工作，以实现政治、社会及经济目标的工作，具备相应的才能。适合的职业如项目经理、销售人员、营销管理人员、政府官员、企业领导、法官、律师等。

## 6. 常规型

这类人喜欢讲究细节、精确度，有系统、有条理，具有记录、归档、根据特定要求或程序组织数据和文字信息录入的相应能力。通常适合的职业有秘书、记事员、会计、行政助理、图书管理员、出纳员等。

### 规划要点

上面是根据每种性格兴趣的人所划分的职业，但是大多数人并不是只有一个类型，有可能一个人同时拥有研究型和社会型两种性格的特点。特点越相似，相容性就越强，那么在面临职业选择的时候，犹豫就会越少。

我们要学会根据自己的兴趣选择合适的职业，这样不仅能激发出自己更多的潜能，也可以减少在职场上摸索的时间，更快更好地达到规划的目标。

# 我的职场价值观能让我接受什么

我们在制订规划的时候，往往忘了考虑“职场价值观”这一问题，甚至有些人都不知道职场价值观到底是什么。在我们的职业生涯中，不是找好工作、挣好钱就是它的价值了，往往还有更多需要我们去追求的。

## 规划职场人生

职业价值观就是内心的一把尺子，它是用来衡量我们职业生涯中的一切得失的。职业价值观支配着一个人的所作所为，对事情的态度、信念和理解力等。它会影响我们认识世界的能力，支配着我们的思想，影响自我了解、定向和设计，也为人的行为提供了充分的理由。我们这里考察的职业价值观，在于探讨人们在职业选择和职业生活中，在众多的价值取向里，优先考虑哪种价值。

### 1. 价值观的特性

#### ◇ 价值观是因人而异的

每个人先天条件和后天培养各不相同，人生的阅历也是不一样的，每个人的价值观受到各个方面的影响而决定，所以各自有各自的不同。当每个人都有不同的价值观和价值体系的时候，面对同样的客观条件，每个人根据自己的价值观和体系，动机也就会不同，做出来的行为也就不一样。

#### ◇ 价值观是相对稳定的

价值观是形成人们人生观和世界观的条件，是人们思想认识的深层基础，是随着人们认识能力的不断发展，在不同的环境和不一样的教育方式下逐一培养出来的，当你的价值观形成了，就会是非常稳定的，不容易被改变。

#### ◇ 价值观不是绝对稳定的

价值观也不是永远不会变的。当价值观随着环境变化、积累的经验 and 知识储备的增加，是会发生改变的，有时这种改变还是巨大的。

### 2. 价值观的类型

人的职业价值观可分为以下13种类型，各类型的基本含义如下：

（1）乐人主义：总是为他人着想，把直接为大众的幸福和利益尽一份力作为自己的追求。

（2）审美主义：不断地去追求美的东西，从中受到启发和享受。

（3）智力开发：不断进行智力开发，动脑想问题，学习新事物，用新手段解决新问题。

（4）成就动机：不断创新、不断取得成就、不断得到别人的赞扬或不断实现自己想要做的事。

（5）独立自主：能够充分发挥自己的独立性和主动性，根据自己的想法和方式去做事情，不喜欢别人打扰。

（6）社会地位：喜欢从事社会地位比较高的职业，希望从中得到他人的重视和尊敬。

（7）权力掌控：获得对他人或某事的管理权，能指挥和调遣一定范围内的人或事物。

（8）经济报酬：有很高的工资，使自己能够用足够的财力获得自己想要的物质产品，让生活充实、富裕甚至奢侈。

（9）社会交往：社会圈子非常广，和各种各样的人都可以进行很好的沟通，甚至和名人有很好的交际。

（10）安全稳定：希望始终如一、永不改变。不管社会环境还是周边环境如何变化，都希望有一份稳定的工作，对于奖金和工资甚至职位没有很高的期望。

（11）轻松舒适：希望将工作作为一种消遣、休息或享受的形式，追求比较舒适、轻松、自由、优越的工作条件和环境。

（12）人际关系：希望跟周边的同事和领导关系都很好，相处起来比较自在，不喜欢冷漠的环境。

（13）追求新意：不希望工作和环境一成不变，喜欢在新鲜的状态下做事情。愿意接

受变化很大的调动。

## 规划要点

价值观是个很奇妙的东西，它决定了你对工作的态度。而不同的工作又需要不同价值观的人去用自己不同的态度去完成，所以要寻找合适自己的工作，善于利用自己的价值观，让它成为你职场上的一种工作手段。

根据上面所列的条目来审视自己的价值观，首先要分析这种价值观里好的一面和不好的一面，注意在规划自己的工作时最大限度地发挥和利用好的一面，竭尽所能避免价值观里坏的一面出来捣乱。

对于自己的价值观不好的一面，要及时地纠正，让自己的价值观始终是健康向上、有利于自身发展的。但这并不是短时间内可以做到的，一定要严格地约束自己，让自己“无机可乘”，才能够让顽固的价值观有所改变。

# 我的能力特长给了我哪个方向

## 规划职场人生

在选择职业前，我们先要清楚地了解要选择的职业究竟是什么性质，它的核心竞争力是什么，自己是否适合这个职业。很多选择职业的人并不是真正地了解自己的这个职业将来会是什么样子的，而且存在传统观念上的误区。

就像很多人都认为那些朝九晚五的金融类行业非常好，收入稳定、工作环境好。但是在你选择这种工作性质的时候，一定要考虑这个行业是否适合你，你是否是个喜欢固定工作的人，你的能力是否可以胜任这类职业，是否具有很好的抗压心理，是否有敏锐的洞察力等。

### 1. 兴趣与特长哪个更重要

选择工作时，兴趣和特长哪个更重要呢？经常会有人为这种事情而苦恼。我们说兴趣是最好的老师，但是当你感兴趣或者爱好的东西真正成为了你的职业，也许你就不再对它感兴趣了。比如说，你喜欢绘画，经常会拿着笔和纸涂涂抹抹，但是真的让你把它当成工作，有客户给你提出要求，你所创造的东西不仅仅是你所想象的，还需要得到别人的认可，你是否会觉得这份工作的压力很大，已经渐渐地对它丧失了兴趣呢？

当你在选职业的时候，很重要的一件事情就是看你的特长。比如说你学习的是会计方面的专业，但是你喜欢编辑方面的事情，那就要先考虑会计方面的职业。因为在你的长期练习下，你具有了相关的会计水平，而编辑方面的专业知识只停留在兴趣上而已，二者比较，第一个必然会比较得心应手一些。

### 2. 感兴趣的未必能做好

从心理学的角度来说，很多人都认为只要我“感兴趣”的东西就一定能够做得好。如果一个人所从事的工作和他的兴趣爱好刚好相结合，那么就会全身心地投入进去，从而很容易取得成功。他在成功之后会获得很多的满足感和愉悦感，这些将会转化成他工作的更大动力。如此良好的循环模式，是我们认为的“人尽其才”，是完美的职业理想境界。

但是要记住，很多人的兴趣爱好都会随着年龄的增长而改变。比如小时候喜欢玩游戏，觉得以后长大了要从事游戏技术方面的工作，但是随着年龄的增长和阅历的增加，很



有可能这个人就不再喜欢玩游戏了。到那个时候，这个兴趣爱好的消失，将会导致你对工作的激情消失，从而导致对工作的倦怠。不仅仅是年龄的增长，当你的周围环境发生变化时，你也很有可能就此换了兴趣和爱好。所以对于这种很容易改变的东西，我们在规划的时候要慎重考虑它们的位置和决定作用。

最根本的还是要考虑自己的能力，因为很多能力和特长已经成为了固定模式。比如说你对数字方面的事物非常敏感，这种技能不会随着时间变化就变了，不会有一天你看见数字就变得愚钝不堪。所以不要把兴趣当特长，认真地区分它们，正确地找到自己所擅长的。

### 3. 不要去做试验田

要记住，职业规划很大一部分是为了防止我们在自己的职业生涯里走弯路。所以对新型的、你感兴趣的行业，也要慎重考虑才好。首先你没有一个好的渠道去知道自己是否有在这个新型行业里发展的能力，当你凭借着一时的兴趣走进这个行业，发现自己驾驭不了自己的工作，那就代表你在职场上走了弯路。其次，如果你不能确保这个专业的发展前景，一定不要轻易去实验。记住一定要看见“样本”才可以行动。就职不是做生意，别有“舍不得孩子套不着狼”的思想。

### 4. 一定要尊重眼前的工作

当我们根据自己的特长找到了适合自己的职业时，有可能会发现这与自己想象中的、感兴趣的工作差得很远，于是开始应付这份工作，不去认真地完成，然后把眼睛看向外面，以寻求更有兴趣的工作。这种状态损失的不仅仅是你所就职的企业，也是你的一大损失。有的时候只有你去认真地完成一项工作，才能从中发现自己从来没有发掘的兴趣。当你不认真对待这份工作时，你将失去获取经验的机会，也可能与一个你适合并且将会感到兴趣的职位擦肩而过。所以我们要正确地调整自己的心态，学会在工作中找到乐趣。

## 规划要点

1. 要分清特长和兴趣的区别，兴趣是会随着时间的变化而变化的，而特长是只要拥有就不再消失的。不要把两者混淆，很可能你的兴趣会和你擅长的事情差很多。

2. 在做人生规划的时候，特长比兴趣更重要。特长可以帮助你完成工作上的任务，并且让你在工作中发现自己的更多价值，兴趣却不会。

3. 按照自己的特长来寻找合适的工作，不要凭借对新型职业的热爱就去做没有人尝试过的工作，就职不是冒险，不要成为试验田。

4. 认真对待工作，在工作中发现自己更多的特长，不要自我厌倦工作造成机会的流失。

# 我需要的人际关系是什么

如何处理职场上的人际关系，我们要如何运用职场上的关系进行对工作有意义的事情呢？

## 规划职场人生

每个人生下来就是一个个体，之间的差异很大。但是我们每个人都不能够避免步入社会，在职场上打拼。作为走入社会的新人，是继续学生时代那种我行我素、自我欣赏的独立主义，或者继续那种游走在组织和众人之中，参加各种活动，八面玲珑的张扬主义，还是要在相对复杂的职场上默默无闻、封闭自我呢？到底应该用一种什么样的态度步入职场，在这个复杂的圈子里尽情游走呢？

### 1. 融入大家庭

有些人在刚刚进入职场的时候，显现得十分不合群，早上上班的时候悄无声息地到公司，晚上下班的时候再默默无闻地回家，就像是隐藏在了空气里一样。这样的人会被同事忽略，导致很不好的后果。公司里需要很多相互合作的项目，如果你是这样的人，到时候需要其他人协助或者需要其他部门一起完成一个任务的时候，就会因为不合群而获得的支持少，很多事情做起来不方便，困难重重。

刚走入职场的新人，千万不要气压过低，跟别人没有交际，应该利用空余的时间和大家多打交道。比如中午吃饭的时候和大家坐在一起聊聊天，这可以让你很快地融入新的组织，并且从谈话间获得你想要的、必须了解的周围环境信息。周末或者假日的时候，当别人邀请你去参加聚会活动，大家一起吃个饭唱个歌的时候，千万不要以自己是新人、跟别人不熟悉就拒绝了邀请。要记住，只有主动地和大家沟通，互相才能渐渐地熟络起来。

每个刚刚进入职场的新人都会面临陌生的环境，怎么样调节自己的心态，让自己以一个好的心态去迅速地适应环境就是关键所在了。除了当别人邀请你的时候你要去加入这些同事的讨论之外，在适当的时候，你也要展现出你渴望加入组织、进入圈子去参加同事的活动这样的想法。做一个合群的职场新人是你最基本的起点。

### 2. 勇于担当

刚刚进入职场的时候，我们都没有经验，难免会做错一些事情。虽然新人犯错误是难

以避免的，但是作为职场新人，千万不能有“以嫩卖嫩”的举动。仗着自己是新人，还没有什么经验，很多事情也不了解，一旦犯了错误就开始给自己找借口，甚至很理直气壮地提出来自己是新人，不懂规矩，不明白应该怎么做。

在职场最忌讳的就是犯了错误还不承认。你是一个新人，当你找这种借口的时候，别人会认为你不接受别人的批评，推卸责任。开始的一次两次，你犯了错误找这种没经验的借口，别人可能还会谅解你。但是如果你一有问题就揪出这样的借口不放，把事情推得干干净净，那么绝对会引起别人的反感，也会因为不能够承担责任让别人对你的人品产生质疑，陷入无法脱身的人际危机当中去。

推卸责任本身就是件不会被别人尊重的事情。当你身为新人的时候，还没有融入周围的环境，这么做，那么只会让人抓住你不好的地方不放，让你无法在职场中建立起一个好的个人形象。

犯错误的时候，一定要反思自己犯错的原因，不要推卸责任，更不要以新人为借口来抱怨别人的责罚。一个懂得担当的新人才能够融入集体，才有机会获得更大的职场收获。

### 3. 主动学习

新人进入职场的时候，大多数企业都会进行培训，也会让资深的老员工带着学习一些事情。但是很多新人就像是一个算盘，人家一拨他就一动，如果别人不拨他，他就不会主动地动一下；如果别人不来教授知识，那么很有可能他就在那里等着，不会自己学习。这就是缺乏主动精神。

很多人在应聘的时候把简历填得满满的，说自己什么都会做，但是一旦进入企业，如果没有严格的培训，自己就不知道干什么。在刚进入职场的日子里，大多数新人都是处于一种“免费上网”的状态。每天去了公司就看看这个，玩玩那个，不去主动地和领导或者周边的同事沟通，也不去询问有没有自己可以试一试或者协助的事情做。这种情况会让同事以及领导觉得你懒惰，不求进取，或者没有什么责任心，不太靠谱。

职场新人在进入职场的时候，也许最初还没有具体的工作任务，也没有什么要求来管束自己。即使在这种无管束无目标无压力的情况下，职场新人也要主动学习。可以先学习自己所在的行业需要的知识，或者去了解一下自己就职企业的背景文化、运营情况以及未来发展方向。毕竟你对于公司来说是一名新人，公司对于你来说也是一个“新”公司，于是它需要你去主动地获取相关知识，以便未来可以更好发展。

做一个有责任心、知道进取又好接触的新人，会很快地被周围的人所接受。这样的人际关系，会协助你在今后的工作中解决难题，让自己在职业路上更好更通畅地驶向前方。

## 规划要点

1. 在刚进入职场的时候不要特立独行，要注意和周围的人沟通，积极主动地去融入团体，参加一些中小型的活动，以便更好地了解周围环境和给自己增加交际圈。
2. 要主动去学习，增加自己的阅历和经验。通过主动的学习去和身边的人结交友谊，这样可以更自然地融入内部，也会让领导对你有个好的看法。
3. 遇到问题要解决，做错事情不要逃避责任。有一个正确的态度是解决问题的根本办法，也会让别人认为你是个有担当、负责任的职场人。

## 通过自我探索能获得哪些成果

以上是自我审视的方法，那么到底为什么要做自我探索，自我探索对于我们来说代表着什么呢？

### 规划职场人生

我们在步入职场前的学习生活中，因为周边的环境和所接受的教育，会有各种各样的择业心理产生，大概分为以下几种。

#### 1. 盲目自信

有的人在就业之初对自己没有深刻的了解，认为自己优点多多：学习成绩非常优秀，家庭条件非常的好，家里铺的“路子”非常广，名牌大学毕业、学的是热门的专业等。无论是这里面的哪一点，都可能使一个初入职场的人对自己过于自信，于是挑选工作的时候很挑剔，对公司和个人收入的要求过高，忽略了自己的工作经验和其他不如别人的方面，看不清自己，导致最后在找工作当中受了挫。

#### 2. 过分自卑

另一种人正好和第一种相反。这种人可能非常顺利地完成了学业，也具备了很多工作所需要的优势和实力，但是在踏入社会那一刻，面对着职场上激烈的竞争，他觉得自己好像没有能力胜任，这里不如别人，那里也不如别人。这种自卑的心理让他失去了竞争的勇气，带着一颗缺乏自信的心在选择职业的时候就会发怵，产生一种抵触心理。面试的时候，过分地紧张，让面试官对自己没有一个良好的印象，从而失败。当失败到来时，他就会更缺乏自信心，不能够承受这种打击。如此反复，他始终觉得自己不成，没有实力。在激烈的职场竞争中，这种自卑的心理会成为一个人职业生涯中成功的最大障碍。

#### 3. 急于立功

有些人在选择工作的时候，首先注意的就是这份工作是否能有一个高的薪资、好的待遇，总是想着去大的城市发展，一心想进入大的企业、机关，希望自己有一份发展前景广阔、职位重要、挣钱多、待遇好的单位，甚至为了寻找这短时间就可以成功的“好工作”放弃了自己正在进行的学业。虽然这样的心理可以使你得到一些眼前的利益，但是从长远考虑，这并不是个明智的选择。

#### 4. 患得患失

有些人在选择职业的时候过多地考虑未来，比如说：我会不会在做一段时间以后不再喜欢这份工作，或者是有一份银行的工作很适合我，收入稳定，上班时间稳定，但是另一个地方让我去当会计，收入颇高但是起早贪黑，于是在这之间非常犹豫，“这山望着那山高”，最后可能就在犹豫中丧失了就业的机会。

#### 5. 过分依赖

这种心理的人在求职的时候具体表现分为两种：一种是过于信服别人的想法，对自身没有一个好的了解，认为别人选择的好的，不从自己的实际情况出发去寻找合适的工作，“随大流”，看见别人选择了哪里，什么样的工作，自己就去凑热闹似地应征。另一种是自己不去竞争，觉得自己的学校承诺过优生优分，或者觉得自己有国家的保障，怎么样都会有工作，坐等学校给自己落实工作。这种心态与现在这个充满竞争的社会格格不入，而且也很可能找不到合适自己的职业。

上面说的这5种心理现象，都化作了一个问题，就是很多人对自己的认知很不准确，不知道自己的长处和短处，不能够想清楚自己到底想要什么，能够胜任什么。这些人在求职的过程中会存在很多的误区，就要通过自我探索来解决这些问题。

### 规划要点

#### 1. 给自己一个准确的定位

其实自我探索就是要让你知道自己是谁。有这么个故事：以前有一个学生参加工作以后没多久，就决定不再上了，回去继续读书，因为他发现自己所在的广告公司里面要和很多外企打交道，外语水平要求非常高。他觉得在外企，自己的语言能力不够，于是就产生了胆怯的心理。其实他在工作中没有太多的需要外语的应用，一般都是跟外企中的中国人打交道，偶尔会有一些看不懂的英文词汇出现。

有的时候认识自己是非常困难的，其实这个在广告公司做业务的一部分学生已经在工作取得了成功，但是他凭借着自己的主观想象，认为外企应该是什么样，然后自己就要去学习什么。这其实是一种逃避的做法，可能真正的原因是工作压力比较大或者其他原因。

通过自我探索可以真正地了解自己，让自己在工作中遇到压力时做出正确的判断，揪

出真正的原因。

## 2. 知道自己到底有怎样的能力

所谓的能力分为专业能力和一般能力。专业能力是指你的思维创造能力，自我教育、自我管理的能力，管理别人的能力和专业技能。一般能力就是指自己的学习能力，表达能力和对环境的适应力。专业能力因为每个人所学习的专业不同，内容和要求也不一样，但是无论自己是什么专业的人，都要具备一定的专业能力。

和工作成就联系最紧密的就是你的这些“能力”。我们所说的是能力，跟你工作的关系、和你的生活是否幸福快乐可能有关系，也可能一点关系都没有。如果你觉得你的工作就是你生活的全部，那么这些就有些关系，如果你觉得它们是分开的，那么生活就是生活，工作就是工作。很多人都分不清楚这些，认为如果自己的生活不幸福，那么自己就是没有能力，这是很错误的观念。也有一些人认为自己的生活很有条理性，丰富又多彩，就证明我在职场上也相当地有能力，让自己遇到任何事情都迎刃而解。

这样的想法都是因为你不了解自己有这样的能力，不知道哪些才是自己的工作能力而导致的。自我探索，就是让你发现自己的能力，对自己有个正确的了解，以便去找适合自己的工作，做得心应手的事情。

## 3. 知道自己需要什么样的工作

在我们的想法中，大多数人都认为一定要找一个成功的工作。而在一些外国人的思想中，找一份适合自己的工作比这份工作是否可以取得成功更重要。他们很多人都会从事一些零散工，比如说端盘子、扫地、修理管道等。他们认为这是会让人感到很愉快的事情。做自己感兴趣的事情，找份适合自己的工作，会感到很愉悦。如果你想要的只是成功，那可能你会在一个自己不感兴趣的岗位上，于是你就放弃了愉悦随行的权利。

我们可以通过自我探索来弄清自己到底想要什么，是一份很高的月收入、很高的工作压力的职业，还是一份适合自己但是薪水不一定高的职业？这些都要与你的性格、兴趣、价值观和能力相结合才能够做出判断。

## 4. 知道自己的人格特质和价值观

一个人是什么样的？这样的人适合什么样的职业？这是我们在就业的时候第一个要考



虑到的问题。而价值观、人际关系等往往决定了你职业生涯的选择。比如身为律师，本来应该从当事人的立场提出辩护，但是他发现自己的价值观根本就不认同那个当事人的行为，或者和当事人有不一样的看法，很可能造成无法去履行律师的职责。再比如，本来有一份很好的工作，前景好，工资也丰厚，可是它要花费你大量的时间，经常熬夜加班，而你却是个顾家或者生性自由的人，就会和这份工作产生直接的冲突。而探索自己还可以避免选择了不适合自己的职业所发生的冲突。

因此，自我探索，正确地认识到自我的一切，对自己进行很详细的分析是很重要。这不仅仅是为了找到一份适合自己的工作，更是因为这个工作适合自己而对自己的整个人生会产生良好的推动作用。

# 大有用处的SWOT自我分析法

当我们了解自己的个性，知道了自己的兴趣和特长，那么我们就去制订一份规划了。要如何快速有效地去制订这份规划，让规划能够贴合我们实际，可以让我们正确地选择职业并且保证这份职业是值得去发展的，这就要通过一些手段分析得出了。下面介绍一种有效的方法，帮助我们来完成职业规划。

## 规划职场人生

我们应该通过什么样的具体手段来分析自己，在这里介绍一种SWOT分析法。

### 1. 什么是SWOT？

SWOT分析法本来是一种企业内部的分析方法，是根据企业自身的条件进行分析的，目的是为了找出企业的优势、劣势和竞争力所在。其中S代表Strength（优势），W代表Weakness（弱势），O代表Opportunity（机会），T代表Threat（威胁），其中S、W是内部因素，O、T是外部因素。要分析出一个企业“能够做的”和“可能做的”。

和其他的分析方法相比较，SWOT具有显著的结构化和系统化的特征，因此近几年SWOT分析法在很多领域都被广泛应用，其中就有自我分析、个人能力自我分析的作用。分析自我，也是和分析企业一样进行“能够做的”和“可能做的”分析，再将两者相结合，分析出适合自己的职业。

### 2. 如何利用SWOT来分析自己

#### 步骤1：计算出自己的长处和不足（S、W）

每个人的技能、天赋和能力都各不相同，不是什么样的职业都能胜任。比如：有的人不喜欢一整天的时间都坐在办公室里对着电脑拼命敲字；有的人很腼腆，不适合跟陌生人打交道。所以我们要做一个列表，这个列表上要详细地记载你擅长做的事情，对哪些事情有兴趣，同时也要记录下你对哪些事情有抵触心理，你不适合或者做不好什么类型的事情。要记住，找出你的短处是和找出你的长处同等重要的，因为如此你可以根据你的长处和短处做出两种选择，一种是努力地弥补自己的短处和不足，让自己的能力有所提高；第二种是放弃自己的短处和不足，绕开它们不去碰触，来竭力地发挥自己的特长。

最后你还要做一步，就是在你所列的强项中标出等级，哪个最强，哪个其次，哪个是最强的里面最弱的那项。同样的，在弱项里面也要标出等级，哪个最弱，哪个其次，哪个是最弱的里面最强的那项。

### 步骤2：找出您的职业机会和威胁（O、T）

我们要知道，在不同的行业、不同的企业，你都会面临着不同的、别人给你的或者环境造成的机会和威胁，找出这些外界因素也是给你选择职业的一大参考。这个参考可以让你正确地选择职业，从而可以避免挫折和失误，让自己的就业更成功。举例来说：如果你选择的公司处于一个落后或者正在恶化的局面，那么这家公司就不会有很多的机会提供给你，而且升迁也比较困难；如果一家公司有广阔的发展前景，那么你在这家公司得到的机会自然而然就会增多。当然也不要忘了分析自己所要从事的行业。如果你要从事的行业已经接近饱和或者已经开始渐渐变成冷门，那么你的机会就会比较少；如果你所就职的行业有一个很好的发展前景，你就会在它的发展中得到更多的机会。所以你要列举一两个刚兴起的行业，评估一下它们可能带给你的机会和将会面临的与你相关的威胁。

### 步骤3：估测你未来3~5年的职业目标

仔细分析以上的S、W、O、T，然后列出你3~5年内想要实现的最少4个以上的目标。这些目标包括，你想要从事哪一种行业，你想要奋斗到什么样的职位，你期望的薪资收入是多少等。要记住，你要尽可能地去寻求怎么来发挥自己的特长，让它和你的工作完全匹配。

### 步骤4：计划你未来3~5年的职业行动

这一步要涉及具体内容，就是你要按照之前制订的目标来计划你达成这每个目标所需要做的每一件事情，估测这些事情何时会完成，完成这些事情需要些什么，如何去获得这些所需要的东西。例如：如果你要在就业3年内拿到一个水平证书，那么你就要分析自己要参加哪些课程，哪个水平的课程，何时去进修这些课程等。认真详细地去规划这些，可以让自己的职业道路有方向，就好像旅途中的指南针一样有效。

### 步骤5：寻求专业帮助

这是针对那些想要弥补自己不足的人的。发现自己的不足并不难，而是要找到正确的方法去对它进行弥补。你可以通过朋友的帮助、上司的指点或者咨询专家来解决这些问题。有这些外力的协助和监督，你会更好地取得成效。

## 规划要点

在用SWOT进行分析的时候，我们要注意以下几点。

### 1. 一定要明确目标

当你在寻求职业的时候，要利用SWOT来分析这份职业是否适合你的发展。如果你的目标不明确，那么就不会有准确的分析，分析法也就没有发挥它的作用。

### 2. 不要将SWOT当成一种管理方案

这个分析法是根据这个职业现在的现状做出客观的陈述，是帮助你发现这个职业将要面临的问题和不足，是一种现象的体现。我们要做的是根据这份分析法去判断职业是否可以得到发展，它不能帮你制订一套有效的方案，方案需要你自己根据它反馈的现象制订。

## 本章小结与权威测评

### 本章小结

一份有价值的自我评估会给你带来一份适合你的工作。所谓有价值的自我评估就是必须真实。自我评估的时候一定要认清自己，不要对自己有任何的敷衍，这样才可以找到一份适合你的、让你感到快乐的工作。

首先性格很重要，你要认识到自己到底是什么性格的人，然后根据性格来分析你的兴趣爱好。这些都是你去选择职业要参考的条件。你要找一份适合你的工作，一定要先划定你要去的领域范围，而这些就是由个性和兴趣决定的。

然后你要考虑你的特长，当然很多人的特长是通过兴趣培养出来的。但是一定要记住，不要把你的兴趣当作特长。兴趣是会随着时间、环境和你所经历的事情改变的，但是特长是与生俱来的，也有后天培养的不会因为任何原因而变化。在选择工作的时候，你的特长一定要先适合你的工作，其次才是性格和兴趣。

接下来你就要分析自己的人际关系。记住，职场上有很多事情不是你一个人就能完成的，所以你一定要仔细分析你的人际关系，把什么人能够帮助你做哪个方面的事情弄清楚，当职场上遇到困难的时候，你就可以运用你的人际网来解决了。

我们分析的时候可以利用SWOT法，把一切外因和内因结合在一起，来估算出最适合自己、最有发展前途的职业。

### 权威测评

1. 你喜欢读哪类小说——①武打、惊险；②科幻、传记。
2. 哪种方式对你更具说服力——①文学语言；②统计数字。
3. 你认为事实是——①用来证明事实本身的；②用来论证原理的。
4. 在一场热烈的讨论中，你会——①坚持己见；②求同存异。
5. 通常情况下你属于——①性子急躁；②坦然自如。
6. 你喜欢哪种类型的作家——①直接表明自己的观点；②用隐喻和象征手法表达观

点。

7. 在杂乱的工作室，你会——①花时间先整理好，再投入工作；②先不管它，工作完了再说。

8. 你通常注意到的是——①直接展现在你面前的东西；②表象后面隐含的东西。

9. 你更欣赏下面哪种做法——①保证事情按照既定的方针进行；②让事情顺其自然地发展。

10. 你更喜欢——①对别人提出批评性的意见；②尊重他人观点的意见。

11. 与人相处时，你更倾向于——①自信，不屈服；②理解、宽容。

12. 你更容易被什么打动——①令人信服的数字；②打动人心的游说。

13. 通常情况下你属于哪种类型的人——①头脑冷静型；②易冲动型。

14. 在评价他人时，你更倾向于——①不带任何个人色彩地客观评价；②友善地提出自己的个人观点。

15. 在困境下，你的反应是——①处之泰然；②觉得伤感。

16. 在做出一项抉择时，你通常——①十分谨慎；②有些冲动。

17. 你认为下述说法哪一种是对别人的称赞——①“你是一个逻辑思维型的人”；②“你是一个感情细腻型的人”。

18. 你认为自己属于——①理智型；②情感型。

19. 你认为自己更倾向于——①意志坚强型；②心地善良型。

20. 你认为自己从根本上说，属于——①不太敏感的人；②非常敏感的人。

21. 在晚会上你是否——①十分喜欢与他人（甚至陌生人）交流；②只愿意和熟悉的朋友聊天。

22. 什么对你更有吸引力——①坚定的信念；②和谐的人际关系。

23. 你认为自己是一个什么样的人——①一个演说家；②一个好的听众。

24. 哪种方式更贴近你的办事风格——①当机立断；②尽可能精挑细选。
25. 你认为自己是一个——①外向型的人；②内向型的人。
26. 你更喜欢——①把想法说出来；②聆听。
27. 在工作中你更喜欢——①与你的同事和睦相处、协同配合；②坚持自己独立完成一件事。
28. 通常情况下，你很——①健谈；②寡言。
29. 在等电话时你经常——①和别人聊天；②继续你手头的工作。
30. 当电话铃响起时，你一般——①争着第一个去接；②等着别人去接。
31. 你更愿意谈论——①个别情况；②一般情况。
32. 你更善于——①察言观色；②自我反省。
33. 通常情况下你——①立即处理和决定一件事情；②将事情放一放，以后再说。
34. 你认为自己更倾向于——①勤于开拓；②略微保守。
35. 如果必须伤害一个人，你通常采取的做法是——①坦率、直言；②谨慎、婉转。
36. 你更相信——①自己的经历；②自我的观念。
37. 你自认为属于哪种类型的人——①认真而决断；②善变。
38. 你一般喜欢听——①最终确定性的结论；②带有初步探讨性的评论。
39. 你注重——①事实；②推理。
40. 你更容易被什么吸引——①事物的本质；②由本质引申的观点。

1~10题测试你的S（感知）—N（直觉）：

如果你选①的个数大于8，表明你属于典型的“感知型”的人，用S代表；你选择②的个数大于8，表明你属于典型的“直觉型”的人，用N代表；如果你选①或②在6~8个，说明

你是倾向性；如果你选①或②都是5个，说明你是中间型。同样对待以下2项：

11～20题测试你的T（思考）—F（感觉）：①代表思考型；②代表感觉型；

21～30题测试你的E（外向）—I（内向）：①代表外向型；②代表内向型；

31～40题测试你的J（判断）—P（认知）：①代表判断型；②代表认知型。

（1）ISTJ型：内向、感知、思考、判断型。相应工作：审计员、后勤经理、信息总监、预算分析员、工程师、技术工作者、电脑程序员、证券经纪人、地质学者、医学研究者、会计、文字处理专业人士。

（2）ISFJ型：内向、感知、感觉、判断型。相应工作：人事管理人员、簿记员、电脑操作员、客户服务代表、信贷顾问、零售业主、房地产代理或经纪人、艺术人员、室内装潢师、商品规划师、语言病理学者。

（3）INFJ型：内向、直觉、感觉、判断型。相应工作：人力资源经理、事业发展顾问、营销人员、企业组织发展顾问、职位分析人员、企业培训人员、媒体特约规划师、编辑、艺术指导（杂志）、口译人员、社会科学工作者。

（4）INFP型：内向、直觉、感觉、认知型。相应工作：人力资源开发专业人员、社会科学工作者、团队建设顾问、编辑、艺术指导、记者、口笔译人员、娱乐业人士、建筑师、研究工作者、顾问、心理咨询师。

（5）ISTP型：内向、感知、思考、认知型。相应工作：证券分析员、银行职员、管理顾问、电子专业人士、技术培训人员、信息服务开发人员、软件开发商、海洋生物学者、后勤与供应经理、经济学者。

（6）ISFP型：内向、感知、感觉、认知型。相应工作：客户销售代表、行政人员、商品规划师、测量师、海洋生物学者、厨师、室内 / 风景设计师、旅游销售经理、职业病理专业人员。

（7）INTJ型：内向、直觉、思考、判断型。相应工作：管理顾问、经济学者、国际银行业职员、金融规划师、设计工程师、动作研究分析人员、信息系统开发商、综合网络专业人员。

（8）INTP型：内向、直觉、思考、认知型。相应工作：电脑软件设计师、系统分析



人员、研究开发专业人员、战略规划师、金融规划师、信息服务开发商、变革管理顾问、企业金融师。

(9) ESTP型：外向、感知、思考、认知型。相应工作：企业家、业务顾问、个人理财专家、证券经纪人、银行职员、预算分析者、技术培训人员、综合网络专业人士、旅游代理、促销商、手工艺人、新闻记者、土木 / 工业 / 机械工程师。

(10) ESFP型：外向、感知、感觉、认知型。相应工作：公关专业人士、劳工关系调解人、零售经理、商品规划师、团队培训人员、旅游项目经营者、表演人员、特别事件的协调人、社会工作者、旅游销售经理、融资者、保险代理人、经纪人。

(11) ENFP型：外向、直觉、感觉、认知型。相应工作：人力资源经理、变革管理顾问、营销经理、企业 / 团队培训人员、广告客户经理、战略规划人员、宣传人员、事业发展顾问、环保律师、研究助理、广告撰稿员、播音员。

(12) ESFJ型：外向、感知、感觉、判断型。相应工作：公关客户经理、业务员、销售代表、人力资源顾问、零售业主、餐饮业考、房地产经纪人的、营销经理、电话营销员、办公室经理、接待员、信贷顾问、簿记员、翻译人员。

(13) ESTJ型：外向、感知、思考、判断型。相应工作：银行职员、项目经理、数据库经理、信息总监、后勤与供应顾问、证券经纪人、电脑分析人员、保险代理人、承包商、工厂主管。

(14) ESFJ型：外向、感知、感觉、判断型。相应工作：公关客户经理、业务员、销售代表、人力资源顾问、零售业主、餐饮业考、房地产经纪人的、营销经理、电话营销员、办公室经理、接待员、信贷顾问、簿记员、翻译人员。

(15) ENTP型：外向、直觉、思考、认知型。相应工作：人事系统开发人员、投资经纪人、工业设计经理、后勤顾问、金融规划师、投资银行业职员、营销策划人员、广告创意指导、国际营销商。

(16) ENTJ型：外向、直觉、思考、判断型。相应工作：人事、销售、营销经理、技术培训人员、后勤、电脑信息服务和组织重建顾问、国际销售经理、特许经营业主、程序设计员、环保工程师。

## 5 给自己一个真实的世界——规划管理之审视环境

## 必须知道的影响职业的几种环境

当我们踏出校门走入职场时，就进入了一个崭新的环境，开始接触陌生人，在不同的环境下与不同的人进行交流。我们要如何分析自己所处的环境，让自己能融入环境甚至掌控环境呢？有一句广告词非常经典：“心有多大，舞台就有多大。”

### 规划职场人生

#### 1. 社会环境整体分析

##### （1）家庭情况分析

人的性格和价值观的形成与他所成长的家庭环境是分不开的，所以我们在做职业规划的时候，考虑最多的就应该是家庭的情况，如家庭的经济情况、家人对你的期望值、家里人的文化水平等。每个人的职业规划都会跟自己的成长经历和家庭情况有关联，我们要按照自己家庭情况的变化来调节自己的职业规划，一定要正确地有针对性地按照家庭情况去规划自己。

##### （2）学校环境分析

在我们走向社会之前，除了在家里待的时间之外，剩下的时间大多数都在学校了，所以对于你所就学的学校，也要具体地分析它的情况。最主要的就是分析所在学校的教学特点和优势，还有你专业的选择等。要分析你的学校是否知名，你手里拿着的文凭适合你去就职什么等级的职位，你的专业是否是现在社会上供不应求的专业等。

##### （3）社会环境

社会环境一定要合理地分析好，以使自己尽快地适应这个环境并且能比较好地发展下去。

对于社会环境的分析主要包括以下几个方面。

#### A. 社会政策

社会政策是通过国家立法和政府行政干预，解决社会问题，促进社会安定，改善社会环境，增进社会福利的一系列政策、行动准则和规定的总称。其核心是解决市场经济下公民的社会风险。我们主要重视的是社会政策里面的人事政策和劳动政策，这两点对于我们

的就业有很大的影响。

## **B. 社会变迁**

社会变迁是指一切社会现象发生变化的动态过程及其结果。这里面的知识经济和信息化社会的发展，对我们的职业生涯发展影响比较大。我们的工作会因为它们的发展而改变原来的面貌，我们要根据它适时地去磨炼自己，让自己适应它才可以。

## **C. 社会价值观**

社会价值观是回顾、观察、预见一个社会发展水平的标尺之一。我们的价值观会随着社会价值观的变化而变化，从而让我们对职业有新的看法。要适时地去关注社会价值观，才能够让自己更适应、更有灵活性地去工作。

## **D. 科学技术的发展**

科学技术在发展的过程当中，会给人们带来理论的更新，思想的变革，观念的转变和技术的补充，所以我们要跟随并适应科学技术的发展，通过它发现自身所处行业的发展，有效果、有针对性地让自己得到提高。

## **2. 组织（企业）环境分析**

有这种情况发生：两个同专业的人进入了同样的行业，一段时间过去了，一个人觉得每天上班特别有意思，越干越有劲，心情一直是愉悦的；另外一个人却觉得这个工作很不好，总是琢磨着如何换个行业，干活没动力，总是郁郁寡欢。这就是说，这两个人所处的行业虽然一样，但所在的企业不一样。因此，在找到适合的行业时，还要对自己所在的企业和自己所在的团队环境进行分析，这样才能够让自己融入进去或者驾驭它，使工作充满动力。

### **（1）职业环境分析**

职业环境分析就是需要清楚自己所要从事的职业在社会环境下将会如何发展以及它目前所处的社会地位，社会发展的趋势将会对这个行业有什么样的影响。这里包括职业的发展趋势，职业内涵里社会分工、专门知识技能、创造财富的方式、报酬水平和满足需求的程度这五大方面的发展变化趋势。

### **（2）行业环境分析**

所谓行业环境分析包括对目前所从事和将来想从事的目标行业进行分析。分析这个行业目前的优势是什么，不足又是什么，这个行业以后的发展趋势如何等。

### （3）企业环境分析

企业环境分析一般是着重于单位的类型、企业文化、企业的发展前景、企业处于哪个阶段、所开发的产品和服务、员工的素质和工作的氛围。要做的第一件事情就是确定适合自己的企业文化和环境是什么样子的，从而找到真正适合自己的公司，并且积极努力、有效地去工作。如果用了很长时间去从事一个不适合自己的工作，那将耽误你的职业生涯发展。

### 规划要点

1. 家庭环境是我们选择职业的重点。只有清晰地认识自己，弄清家庭对自己的影响，才能有助于自己寻找合适的职业。
2. 要着重考虑社会环境，因为它的变化将让自己的职业随着变化。如果不了解社会环境的变化，那你很可能落后于别人，对自己的工作变化无法适从。
3. 对自己所处的行业和自己所在的职位进行分析，通过公司的发展来寻求自身的发展。只有跟上公司的步伐，将自身搞好，才能够胜任一份工作。

## 必须了解的社会环境对职业生涯的影响

20世纪50年代，军人是最受人钦佩的；70年代起工人就成了最受人羡慕的职业；90年代流行自己弄个小生意小买卖；21世纪大家的梦想是成为IT业界的人士。不同的年代，人们对于职业的选择是不一样的。人们在选择职业的时候会受社会因素的影响。

现如今，社会经济发展正在渐渐地市场化，那么我们职业生涯的发展必然会受到社会环境变化的极大影响和制约，其中包括了政治环境、经济环境、文化环境、科技环境 and 教育环境。在社会环境的变化过程中所产生的职业价值观、政治经济观和社会产业结构的调整与变动、人力管理体制的变化、社会劳动市场对于人才的需求和需求类型的变化、对职业岗位的认同等因素，都会在我们个人职业规划的决策上留下深深的印记。

### 规划职场人生

社会环境对职业规划的影响主要有3个方面。

#### 1. 法规政策环境

法规政策环境主要是指一个国家或者地区所颁布的法律法规、所实施的方针政策，还有当地的经济管理体制、人才的培养开发和人才流动等。

《中共中央、国务院关于进一步加强对人才工作的决定》中指出：要促进人才合理流动，进一步消除人才流动中的城乡、区域、部门、行业、身份、所有制等的限制，疏通人才流动渠道。发展人事代理业务，改革户籍、人事档案管理制度，放宽户籍准入政策，推广以引进人才为主的工作居住管理制度，探索建立社会化的人才档案公共管理服务系统。鼓励专业技术人才通过兼职、定期服务、技术开发、项目引进、科技咨询等方式进行流动。加大吸引留学和海外高层次人才工作力度。坚持以自我为主、按需引进、突出重点、讲求实效的方针，积极引进海外人才和智力。继续贯彻支持留学、鼓励回国、来去自由的方针，鼓励留学人员以不同方式为祖国服务。建立符合留学人员特点的引才机制。要重点吸引高层次人才和紧缺人才。

法律法规政策环境不好，就会直接影响当地人才的成长，影响个人职业生涯规划的实施，国家发布的这项政策，就是为了解决环境对于人才的制约问题。

#### 2. 人才市场供给环境

人才市场是一个有组织的外部人才储备市场。通过这种储备，各个公司可以获得他们需要的人才。因为可以从公司的外部雇佣自己需要的新型人才，所以人才市场便成为了人才资源管理必须考虑的一个外部因素。人才市场是会随时变化的，于是也就会引起企业内部人才的变化。当这种变化在进行的时候，企业内部的每一个人也会因为这个受到升迁或者被辞退。简单地说，就是人才市场的变化会导致组织内部人才动态的变化。

我们要通过对人才市场的分析，了解哪类人才是处于供过于求的状态；哪些人才是供不应求的状态；哪些人才是市场非常需要的，哪些是市场上几乎成为饱和状态的。这些都是将决定你的职业生涯规划展开的方向。

### 3. 科技发展对职业模式的影响

科技的发展将会引起产业结构的调整，而产业结构的调整又必然会带动职业模式的变化。产业模式最大的变化就是由制造业和农业转向了服务业和IT业。也就是说，现在的产业模式已经从第一、第二产业转向了第三产业。第三产业的就业岗位包括金融服务、理疗保健、运输业、零售和餐饮业。另外还有法律、社会服务、教育方面和计算机领域等。从比例的增长上来看，就业岗位增长最快的是计算机和医疗保健领域。

我们在职业规划的时候，就要谨慎地考虑职业模式的变化，分析好每个职业的发展前景。如果没有规划好，很可能就成为多余出来的“人才”，也就会面临着择业上的困难。

据有关部门统计，在20世纪里，中国消失了将近3000个旧职业。有专家预测，在未来的10年里将要发生一次全面的“职业大革命”，其中重大变化大约每两年就会出现一次。还有的专家预测，人类的职业将会面临着每15年就被更换掉20%的严峻局面。

我们无法想象以后的竞争会有多么的激烈，也不能预见哪个职业会有什么样的变化。我们唯一能做到的，就是为自己未来的发展作准备，通过分析现在的社会环境来保证职业生涯规划的有效性。毕竟只有少数人的命运是完全被摆布的。当我们规划好自己，也就有能力应对经济环境的千变万化了。

## 必须弄清的职场人际关系

职场人际关系非常的重要，它里面的复杂性根本就不亚于那个风波诡异、高人辈出的政坛。很多的学校新人或者从其他地方转入新行业的员工，因为不熟悉所在职场的“水性”，导致不幸“溺水”，成为了办公室里面的“丁克族”。

可是你身在职场，是身不由己的，所以就得花大力气去熟悉这其中的门道，学着如何去处理这样的人际关系，让自己在陷阱多多的职场中可以稳扎稳打，见招拆招，甚者让职场所有的阻力都变为帮助你的动力，无论什么样的形式都能自己掌控，在职场上如鱼得水。

### 规划职场人生

当我们进入一个新的环境的时候，要去学着适应它，让自己融入其中，和身边的人多接触，这样才能搞好自己的人际关系，从而有一个好的环境来带动我们的工作。

#### 方法1：布局造势

无论你是刚从学校里面出来还是转行而来的新人，在进入了一家新的公司时，要去了解熟悉的事情除了工作职能和 workflows 外，还有错综复杂的人际关系。如何了解这些关系，并且从这种关系里面像抽茧剥丝一样拉出一条逻辑性贯穿的线，给自己正确地定下位置，是我们必须要考虑的。

你要懂得职场是一个创造利益和价值交换的场所，那么在这特定的环境中，利益关系就是处理人际关系的支点。换句话说，以价值为核心的人际互动过程就是职场人际关系。当我们明白了这个以后，就要从利益这个点切入到其中，明白每一个人每一件事情背后所牵扯的利益，按照这个划出你人际规划的基本线。在划这个基本线的时候，一定不能被自己的认知、情感、友情所迷惑，因为在职场的交往中，这种东西都会因为利益的变化而变化。要明白“只有永远的利益，没有永远的朋友”这句老话的深刻含义。

到达新环境，划出正确的人际地形图，学会在众多的同事中间，很快地区分出谁是自己要去结交的同盟者，是未来可以跟我一起走下去的合作伙伴；谁又是我不能够避免的竞争者，以及哪些人可能成为我的竞争者；哪些人可能会让我走进他的圈子，什么样的人应该让我提高警惕。然后，要理智地分析在利益这个遥控杆的遥控下，此刻的分析将有可能出现什么样的改变。这样的预测分析会让你在将来的道路上学会应对各种情况。最后，你



要先判断好自己现在应该做什么，去维持哪些关系，马上要发展的是什么，在这样的交往中留下什么样的伏笔。

在这当中，你要寻找你的“贵人”，也就是将来可以帮助你事业有成的那个人。当然，怎么样去选择就要跟你的规划挂上关系了。你要按照你的规划目标来选择可以帮助你完成它的人，并且能够正确地找出会帮助你的那一个人。

## 方法2：建立人际模型

首先，你要按照利益的长期和短期来划分自己的核心交友圈、投资交友圈、暂时交友圈、要防备的人际圈、处于边缘的交际圈等。其中，对眼前有利益并且在发展中也将对你有利益的人要放入你的核心交友圈，对当前有利益未来不一定有利益的放入暂时交友圈，对于居心叵测的人要把他归为防备的人际圈，而完全没有利益的，就放在边缘交际的圈子。

按照目前的职务实际去衡量，领导要找具有高超领导能力的，能够赏识自己、提携自己的人；对于同级，就要找能够在工作中互帮互助，有默契，意见相左的时候能够包容对方，性格开朗的；对于下属，就要培养有潜力、对工作执行力强，做事踏实有效，不用你很操心的人。

## 方法3：深入培养人际

我们规划好了自己的交友圈，就要去培养他们。对于核心交友圈的人要殷勤对待，易位思考；对于投资交友圈的要主动出击，增强对方对自己的信任；对于暂时交友圈的人要尊重，懂得合作和资源互换；对于要防备的人际圈，就要步步为营；而边缘的交际圈，就客气地去对待。

同时要考虑与每个人沟通的方式和渠道，良好地把握自己的交际圈，让自己的交际圈扎实有方向地发展。

## 方法4：人际融通的8种方式

方式1：职场人际关系的基础是互帮互助。如果人家帮助了你，一定要及时回报，人际关系就会在这样的你来我往中建立。很多人只懂得去接受别人的好意，不知道付出，结果自己的人际交往越来越差，最终失去了所有的机会。

方式2：要让别人觉得你值得去交往，和你在一起舒愉快。有的人总是在交往的过

程中埋怨别人让自己不舒服，觉得自己受委屈。其实首先要考虑的应该是自身的原因，是自己怎么做才能让对方接受自己，让自己从他那里获得自在。理顺了这个思路，就自然而然地展现出了友好的一面，使得对方接受你。

**方式3：**职场上你来我往，你要从中判断自己的支出和回报是否平衡。应该先把你要交往的对象分为长期交往和短期交往两种类型，对于长期交往的就可以下大工夫投入你的精力，对于短期的就不要太意气用事，明白自己到了哪里就要适可而止，把握自己的情感。

**方式4：**鉴赏人的时候要仔细地观察他的打扮、行为举止、语言逻辑，通过这些找出之中的矛盾点，以此来判断对方的性格。比如有些人衣着素净，但是行为夸张，言行举止比较慌忙，这类人大多是追求安详但是自己内心实际很焦虑的性格。还有一种就是通过言语间沟通的方式，可以列举你感兴趣的东西去判断他是否和你交往。

**方式5：**要和上司搞好关系，但跟上司关系好不是靠拍马屁。有些人能力很强，但是只被人用来干活，所以要在自己能力强的基础上和上司搞好关系，这样你才有机会受到提拔。注意不要盲目地去拍马屁，给上司跑腿，要用实际行动证明自己的能力，才能够得到真正的提升。

**方式6：**多结交有些方面强过自己，对方跟自己互补的人。这是职场上交往的规律。如果你只找比自己弱的人做朋友，那么你就没有了提升空间；如果你只找比自己强的人做朋友，那么你可能永远处在一个被动的状态。只有那些可以和你互相提升的人，才有可能很友好地相处下去。

**方式7：**如果对对方有一定的好感，就要深度培养感情。虽然我们前面说两个人交往的根本是利益，但是这个利益是要互相给的，当两个人在职场上互相挡风避雨，为对方着想，也就达到了人际关系的最高境界了。

**方式8：**要和同实力的人来往。物以类聚，人以群分，只有和你相似的人才是真正的伙伴，不要妄想攀高枝，因为就算你有能力越攀越高，也会被一阵风吹下来落个惨败。

## 规划要点

在职场中与人交往，我们除了主动去沟通，积极地去了解之外，还要注意以下几点。

### 1. 不能没有自己的原则

要注意做什么事情都要有自己的原则，不要因为想和别人搞好关系就没有原则地去答应别人的要求。如果对方请求帮忙的事情超过了你的底线或者给你带来了损失，那么就要正面拒绝他。不要因为一味地讨好最后被人占便宜，被利用。

## **2. 不要窥探同事的隐私**

每一个人都有自己的秘密，在职场上，请记住千万不要去探听别人的隐私，这是一种没有素质的事情。当你窥探了别人的隐私后，对方也会对你建立“保护墙”，防止你越过，你也从而缺少了一个可以交往的朋友。

## **3. 不要带着情绪工作**

请记住工作就是工作，它跟你的其他事情是分开的。在工作的时候，千万不能把情绪带入其中。在职场上与人合作的时候，也不要把自己的心情通过言语、行动、表情等反映出来，这样会让别人觉得你莫名其妙，有些甚至会对你产生厌恶的心理。

## **4. 不要算计身边的同事**

首先你要明白，算计身边的同事就是一种不道德的行为。如果你经常算计别人，那么你的后果将不堪设想。先不去想对方会不会反击，就是当这件事情暴露的时候，你的声誉和人际关系就将毁于一旦。

# 必须清楚的职场心理学

职场心理是根据人类行为模式理论和心理学理论所研究出的心理活动。

我们要清楚职场心理学，是为了让自己在职场上能够更灵活，知道怎样去和人相处，知道什么样的人用什么样的办法。你可以通过大量的生动的实例去了解对方复杂的心理，找到根源运用好正确的处理手段。学会去了解别人的心理，知道怎么去维护自己的形象，对周围的环境进行掌控，并且了解和领导、同事、下属、客户、合作商等应该如何沟通，应该怎么去运用他们的心理帮你完成任务。

## 规划职场人生

### 1. 不要认为停留在心灵的舒适区域内是可以原谅的

有些人有这样一个区域：在这里你很自由，不愿意被别人打扰，不喜欢强迫自己做规定的事情，不去主动关心别人，也不去和陌生人接触，这就是人们平时所说的冷漠，或者个性。这样的心态在学生时代可能问题还不大，但是到了职场上，你不去主动调整这样的心态，一味自我地停留在这里，只会让你被孤立起来。随之而来的可能就是压力，导致你的工作不顺利。

大学生走出校园的同时，就要在工作中把这样的个性赶走，一定要化被动为主动，开始构造自己的人际关系网。

### 2. 说话一定不要“差不多”

有些人在上大学的时候，对自己的要求不高，生活较闲适，没有紧迫感，做什么事情也没有什么具体期限，别人不要求自己，自己也不要求自己，从而养成了把什么事情的计划都用在“差不多”、“大概”、“可能”、“没准”这样的字眼之上。在学校里这个样子并没有人去纠正你，可是当你走上了工作岗位，这就成了致命的缺点。

当你的上司问你这件事情完成得怎么样了，什么时候能够交给他，你告诉他说：“差不多了，明天或者后天吧”。这样回答，就相当于没有回答。别人想要的是一个准确的答案，但是你却给了一个大概的答复，这会让你的上司觉得你是个不负责任，或者懒散没上进心的的人。

这种似答非答往往会暴露你的很多缺点，比如拖延任务，没有责任心，应付工作，不敢实事求是，爱逞能或者不能够独立地完成一份工作。当你这么回答你的上司的时候，你的上司对你的看法不是上面的一点，而是所有点，因为你的上司没有得到自己想要的答案，不知道你的进程，仍然需要不断地去提醒你。

### 3. 不要拖延工作

有些人会在学习和玩之间先选择玩，然后再在不得不学习的时候突击去学习。在工作中不要养成这种毛病，因为工作是无止境的，它永远都是一环接一环地再继续，如果你慢了一分钟，那么后面的事情都会慢一分钟。还有一点很重要，就是你手头上在做的，永远不是最后的一个工作。

做事情前不要徘徊不定，当然徘徊并不是计划，而是计划之后、实施之前的犹豫。往往你犹豫了很久，觉得有十足的信心的时候，没准刚踏出第一步就跌倒了；也没准你带着犹豫迈出了第一步，却发现前面的道路都很顺畅。你要记住，当你徘徊不前的时候，就证明你的工作正在拖延。徘徊可能是因为害怕犯错误。你不能害怕，工作的时候你要有基本的自信，相信自己的能力能够应对任何状况。另外，什么事情不要想太多的时间，如果真的不知道就要去求助，独自苦恼和忧虑只会给你更多的压力。

### 4. 不是所有计划都可以简单地完成

要记住，事情往往等到要去实施的时候才能够知道计划全都是“站着说话不腰疼”。如果你不是去亲自实践，那么你百分之百会被实施的人鄙视。记住要提升自己的能力，要去证明自己，不能空谈。

首先，如果你是在做策划和计划，那千万不要把自己都认为可能很难做到的事情策划进去让别人去做，这会让执行这个计划的人认为你在为难他，拿他做实验。

其次，要和执行者尽量地沟通。比如说你安排一个新的下属去做一个公司内的调研工作，那么你一定要跟她沟通，告诉她去那里用什么方法去调研，更重要的是你一定要说明人际框架，好让她知道应该怎么去下手。如果不沟通的话，那么她很难去执行任务，这个任务很可能就是她遭遇的第一个失败。

最后，不要奢望一切都会按照你的计划进行。很多事情都会有突发状况，比如你要开一场两个小时的会议，结果一个必须出席的领导因故迟到了。

## 5. 不要让别人等你

在任何情况下，都不要让别人放下手头的工作来等你。因为在工作中，你手头的任务只是一个大项目的一部分，就像飞机不能缺少零件一样，你这一部分是非常重要的。如果大家都做完了在等你，一次还好，两次也可以，等到次数越来越多，大家就会质疑你的能力，就会发现其实有别人可以胜任你的位置并且不需要等待。那么这个时候你就会被替换掉。

## 6. 不要认为细节不重要

我们有的时候，总是觉得事情差不多就成了，只追求表面完美。但是在企业的管理上，细节才是精髓。在工作中，不是把什么事情都做到90%就好了，而是要看你的细节，比如说在文档上加一个小的备注纸，比如把每个流程环环相扣地记录下来，估算出每一个任务能够完成的时间，并且想出每一个任务完成中可能出现的所有问题，这样你才能真正地把事情做好，精益求精，才能够得到发展。

## 规划要点

1. 什么事情都要积极主动地去做，懂得发挥自己的优势来给公司完成任务，懂得自己去探寻工作，与领导取得沟通，帮助他人完成任务。这样的心态可以让自己在职场上拥有一个很好的关系网，别人也会认为你是个积极上进的人。

2. 什么事情都要换位思考，懂得把任何事情都假设成自己去完成，然后再斟酌是否能够迅速完成。不要认为有了计划就相当于完成了事情的一大部分，从而掉以轻心或者太过理想化地去要求别人。

3. 做事情要迅速，什么事情都不能拖延。因为你的工作是整个公司运营里的一部分，当你没有能够迅速地完成任务的时候，别人的进度也会耽误。

4. 抓住事情的细节，懂得把细节规划好，这样才能使你的工作更有条理性，完成得更好。

## 本章小结与权威测评

### 本章小结

我们对环境的分析就是要认清职场所在的行业、企业、职位的信息。还有就是要了解所选职业在社会环境中的发展状况、技术含量和社会地位，并且分析这些对我们的职业生涯会有什么样的影响，我们应该对此影响做出什么样的改善。我们观察环境的发展变化和自己与环境的关系是为了找出与环境相适应的职业生涯规划。于是我们必须深刻地了解它，才能做到在复杂的环境中趋利避害，使自己的发展更有前途。

职业环境作为个人职业生涯发展的外部约束条件，在我们的工作中将发挥关键作用，所以我们要弄清如何审视环境，弄清社会环境和经济环境对职业生涯的影响，找到适合社会发展的工作，要对这个工作在当前经济环境下进行分析，让自己对发展前景有很全面的预测和实施方案。

最后，要弄清所在单位、所在团体的人际关系，让自己融入其中，从心理学的角度去分析每个人，掌握好自己的的人际关系架构。

要重视自己的职业环境，不可掉以轻心。环境的变化会影响自己的职业生涯，必须随时观察，随时了解，随着环境的变化来调整自己的职业规划。

### 权威测评

你正身陷逆境，有位朋友来好心相劝。可是，他/她的话不但没有起到安慰你的作用，反而让你非常反感。朋友究竟对你说了什么呢？

- A. 你还需要再加把劲儿，加油吧！
- B. 好可怜啊，我真同情你，心里肯定不好受吧。
- C. 身处逆境的不只你一个人，大家都一样啊。
- D. 胜败乃兵家常事，别灰心。

答案分析：

1. 选A

对员工的勤奋努力给予充分肯定的工作环境最适合你。

你已经在埋头苦干拼命工作了，如果还听到别人让你“再加把劲儿”的话，就会抱怨“我还要怎样努力呢”。这样的你，适合进入那些能够对你的工作给予客观评价，对你的勤奋给予充分肯定的单位，比如：政府机关，银行，学校，清正廉洁的公司等。

## 2. 选B

适合从事能够自己做决定的自由职业。

你一直很要强，不想在别人面前暴露自己的弱点。听到“令人同情”之类的话时，你觉得这是对你的侮辱。这样的你，适合从事那些可以自己作决定，自己负责的工作或者是自由职业。行业方面没有什么限制，只要能得到相应回报的工作，就能激发你的干劲儿。

## 3. 选C

富有创造性，尊重员工个性的环境最适合你。

你希望自己的个性以及创造力能够得到别人的认可。因此，听到“大家都一样”这样的话时，你会觉得“自己的能力没有得到别人的肯定”。这样的你，适合在那些尊重个性与创造力、尊重个人见解的环境中工作，如出版、广告等富有创造性的行业或者装饰品经营行业等。

## 4. 选D

肯定工作业绩的营业部门最适合你。

你希望自己的工作成果得到他人的认可与赞赏，你不想面对失败。安慰的话最伤害你的自尊心。完成某项任务，创造某项成果时，你希望能够得到肯定。因此，你适合在营业、销售、保险、外勤以及看重个人形象的美容行业工作。



## 6 给自己绘制一个人生路线图——规划管理之制订目标

## 透过目标分析自我

每个人都清楚要实现自我规划必须首先进行自我认识，才能做出正确的职业选择。本能地绘制出适合个人发展的职业生涯路线，才能对职业生涯目标做出最佳选择，这是最基本的规划理论。

进行职业生涯设计，为自己绘制一个人生路线图，要对自己过去进行的职业生涯准备的过程进行总结，依据个人背景资料，对自己的能力和潜力进行自省，有一个明确的认识，并能够明确自己的发展预期目标。将自己本身的个人素质、发展潜能、预期方向与社会和企业的大背景环境所提供的机遇和形成的制约条件相比较，这是正向的思维。然而透过目标进行自我分析，是一种反方向思维。它是根据个人的目标设置，去分析自己该走的途径，如何行事，根据目标的大小远近分析自己的能力，规划职业，明确地了解自己已经做过什么，想要做些什么，能够做些什么。

### 规划职场人生

管理学上有一个著名的理论，叫作“木桶理论”，就是说，一只边沿不齐的木桶，其存水量的多少，实际上是取决于最短的那块木板。一个人如果忽视了自己的短板，而仅仅看到自己拥有的长板，那必将影响他职业目标的实现。实现目标其实就是缩小差距的过程。只有透过目标进行自我分析，分析结果所需的条件，用逆向思维来调整自身造就的条件，和自己与实现目标所需要的知识、能力、观念等方面的差距，才能采取有效的行动。

#### 1. 观念的差距

观念是对人对事的一种价值观，不同的观念也会形成不同的行为方式。拥有正确的观念，才能形成较好的人际关系处理能力。懂得什么是最可贵的，才能正确处理人与人的关系。假如你认为金钱是人生中最可贵的，其他任何东西都不能入你的眼，那么就注定你的人生观与他人的思想造成冲突。当问题发生时，你与他人看重的不同，就代表思想观念的差异，处理事情的方法更会不同。你的观念很难使你能赢得朋友的支持，甚至破坏你与他人的关系，因此要拥有正确的观念，才能更好地处理人与人之间的关系。

#### 2. 知识的差距

现代知识分子的能力是具有快速接受和吸收新知识的能力，具有将知识运用于实际工作中并取得优异成果的能力。据统计，在18世纪，知识更新周期是80年到90年，而到了现

在的21世纪，知识更新周期已缩短到惊人的3年到5年。高速发展的知识更新，导致人们所拥有的绝大多数知识迅速地变得过时和陈腐。然而人的时间和精力是有限的，现代人难以成为百科全书，而且知识的价值不在于拥有，而在于实践中的具体应用。就像两个经验相同的人面对同一岗位时，看的就是两个人的能力，能力来自于知识的力量，谁的知识面广，可以跟上时代的节奏将知识保质保量地应用，谁就有更优越的条件。没有一个企业会埋没有知识有能力的人。然而同样如此的是，既然其他条件等同，那么知识的差距才能检验谁的能力更胜一筹。延长知识保质期的唯一方法就是不断地更新知识。

### 3. 心理素质的差距

心理素质关系到一个人拥有怎样的毅力，面对变故和挫折时，这个人能够拥有怎样的心理承受能力。美国人类行为学家丹尼斯·维特利博士认为成就大业者应具备以下10种心理素质。

（1）现实的自我觉察：觉察到自己周围事物出现的任何细微变化，觉察到自身由于遗传因素和环境因素而形成的缺陷，觉察到大量有益于自己的事物，觉察到自己的潜能。

（2）现实的自我尊重：我不愿意也不需要成为历史上任何时代的人，我只愿意成为我自己。

（3）现实的自我控制：坚定地控制着自己的思想、日常工作、目标和生命。

（4）现实的自我动机：有向着他们所制订的目标而努力的能力，有扮演他们想去扮演的角色的能力。

（5）现实的自我期望：总是把问题看做向能力和决心挑战的机会，总是作好了迎接机会和挑战的准备。

（6）现实的自我意向：积极地考虑和发挥现实的自我意向，表现出成功者的样子，以此来展现自己的吸引力。

（7）现实的自我调节：有着合理的生活计划、总体目标和明确的任务，每天的工作很明确，并且日复一日地努力。

（8）现实的自我修养：善于进行思想的锻炼，树立新的思想感情，废弃储存在潜意识的记忆中的陈旧的东西。

(9) 现实的人际范围：珍惜每一分钟，把每一分钟看做是自己的最后时刻，从而经常地去寻求更为美好的东西，怀着热心和同情心去帮助别人生活得更美好。

(10) 现实的交际能力：他们是坦率和友好的。作为听者，他们聚精会神地去倾听讲话者的发言；作为讲话者，他们努力使听者能够明晰他们的意思。

#### 4. 智力的差距

智力不仅仅包括IQ，还包括EQ（情绪智力），即了解并调整自己的情绪、理解并接纳别人的情绪的能力。在一项工作中，不仅仅是你一个人作战，有很多时候，是要团体作战的，那么这时候，能力就不是首要的了，我们看重的就是智力的差距，就是IQ和EQ。IQ很简单，所有人都明白；EQ就是情绪智力，指的是当团体作战时你情绪的自我控制能力。如果你将情绪带入工作中，那么你可能会比别人急躁，或者做事的效果不好。况且当两个人中一个能很好地控制情绪，另一个人的情绪不能将自己掌控，那么很容易就能看出差距，所以说EQ也会影响我们对各种各样人际关系的处理。EQ非常重要，是你尤其应该具备的一种特殊能力。

#### 5. 能力的差距

除EQ外，可能还会有一些其他能力差距，如具体操作能力的差距、讲演能力的差距、身体适应能力的差距以及沟通能力等。一项工作不是只要一项技能就可以应付得了的，每一个能力都是可能造成你与他人差距的原因，因此要时刻分析自己与他人能力的差距在哪，从而在这个方面更加努力。

#### 规划要点

通过分析，你大概能够了解自己在哪方面比较有优势，在哪方面又存在较大的差距，那么接下来就要弥补那些存在较大差距的方面了。

哈佛大学人类学家查尔斯认为，每个人都有潜在的7种能力：非语言表达能力、说话能力、聆听技巧、沟通能力、适应他人的能力、时间和空间的管理能力、预测力。尽管这7种潜在能力是每个人都具备的，但是因人而异，各有不同，所以要明确自己哪种能力已经被开发出来，哪种能力还有待开发，哪种能力是自己所擅长的，这样才能够更有利于绘制个人的职业生涯路线。

迈克尔·乔丹是NBA最伟大的篮球明星，对于人们的提问，他说，我对我自己的要求

超过所有人的想象，比所有人对自己的要求都要严格。当人们认为我的远射是个弱点的时候，我立刻要把我这个弱点努力变成优点；当人们认为我投球不准的时候，我立刻要投得比所有人都准；当人们认为我跳得没有有些人那么高的时候，我立刻要努力想办法变成灌篮王。乔丹是个典型的例子。他的目标就是成为篮球明星。他通过自己的目标，为自己确立发展路线。

就是以这样的目标和信念以及实际的行动，乔丹成为了有史以来最伟大的篮球明星，可见不断地学习别人的长处有多么的重要。

# 评估自己的职业生涯机会有多少

机会是留给有准备的人的。职业生涯中处处都存在着机会，就看你能不能敏锐地发现机会，果断地把握机会。机会与威胁总是并存的，而且在很多时候机会和威胁往往可以互相转化。

评估你的职业生涯机会，首先就要分析一下内外环境因素对你的职业生涯发展的影响。内在因素就是指你是否具备进入某个职业领域的基本条件，如个人兴趣、价值观、性格、能力、性别、年龄、民族、宗教信仰、价值取向等。外在因素则是指外在环境是否允许你进入该职业领域，如环境、文化、行业、组织、家庭等。

## 规划职场人生

当然职业生涯机会最重要的是个人评估，对此，可以采用SWOT分析法。S代表Strength（优势），W代表Weakness（弱势），O代表Opportunity（机会），T代表Threat（威胁）。SWOT分析法是检查职业机会的实用工具，通过SWOT分析，就可以很明了地知道自己的优势和弱势在哪里，进而仔细地评估出自己所感兴趣的不同职业道路的机会和威胁所在。

### 1. 优势分析

要知道你学了什么。在过去生活中，你都学到了什么有价值的东西，社会实践活动提高和升华了你哪方面的知识和能力。

要知道你曾经做过什么。在过去你都担当过什么职务，参加过什么社会实践活动，工作经验的积累程度如何等。要提高自己的丰富性和突出性，你应该有针对性地选择与职业目标相一致的实习项目，坚持不懈地努力工作，这样才会使自己的经历有说服力。

要知道你最成功的是什么。通过分析你曾经的成功经历，可以发现你自己的长处，譬如坚强的意志、过人的毅力、创新的精神等，继而以此作为你个人深层次挖掘的动力之源和魅力闪光点，从而形成职业生涯设计的有力支撑。

### 2. 劣势分析

要知道你性格的弱点。这个世界上除了全知全能的上帝，没有一个人是没有弱点的。

如果你能够同别人进行深入的沟通和交流，了解别人眼中的你是什么样子的，是否与你的自我看法相同，找出其中的偏差加以思考更正，这将更有助于你的自我提高。

要知道你过去的生命中所没有经历过的缺失的方面。存在缺失是很正常的一件事，真正可怕的是你自己还没有认识到你的缺失，或者可能你认识到了，然而因为某种原因你却不懂装懂，这不是面对劣势的正确态度。正确的态度应该是，善于发现缺失，努力克服不足，进而得到提高。

要知道你最失败的是什么。通过分析你过去所经历的失败经验，可以尽量避免在以后的职业生涯中再次犯下同样的错误，严防在跌倒过一次的地方再次跌倒。

### 3. 机遇分析

经济快速发展为你提供了发展空间，网络技术的发展使你能了解更多的信息，出国深造的途径多了，择业的双向选择给了自主选择权等，这都是大学生面对的机遇。有人说，在机会面前有5种人：第一种人创造机会，第二种人寻找机会，第三种人等待机会，第四种人错过机会，第五种人漠视机会。如果做不了第一种人，至少也要主动去寻找机会。如果你不善于创造机会，那你一定要善于抓住身边的机会，不能让机会从指尖流走。

### 4. 威胁分析

这个社会永远是机遇与挑战并存的，面对机遇的同时，你也会面对各种各样的挑战。这些都是不可控的外部因素，虽然不可控，然而你却可以弱化它所造成的影响。这些因素包括：还处于买方市场的就业形势、所学专业与所选择的职业不对口、来自拥有同样技术能力的同学的竞争、面对有更丰富的知识和更多的实践经验的竞争者等。对于这些挑战，你不能自怨自艾，更不能一味回避，因为你还要在这个社会上生活，你不能让社会去适应你，只能提高你自己适应社会的能力，通过自己的努力把威胁和挑战统统转化为机遇。这样，才能避免不利的影响，在困境中脱颖而出，寻求发展和成功。

## 规划要点

在你的职业生涯设计中，如果你可以在你所擅长的领域进行选择，并顺势将你的优点发挥，那么自然事半功倍。然而如果你选择了与自身优势没有契合点，甚至充斥着你的劣势方面的职业，那么，即使以后再勤奋弥补，也是事倍功半。

职业生涯设计的前提就是知道你自身优势是什么，进而将你的生活、工作和事业发展

都建立在你的这种优势之上。

同样，你还要明晰你的劣势所在，知道哪些工作是你最不喜欢做的。不知道自己的劣势在哪里，就会如井底之蛙一般沉浸在自己巴掌大的井里。找到自己的短处，才可以努力去改正自己容易犯的错误，选择性地放弃那些自己不擅长的对技能要求很高的职业。

环境为每个人提供了发展的空间、条件以及获取成功的机遇。特别是近年来，社会的迅猛发展，科技的快速发展，都对个人的发展产生很大的影响。在这种情况下，如果你能很好地利用外部环境，就会有助于个人发展的成功，否则的话，你就会处处碰壁、寸步难行。

拥有一份既能满足个人兴趣爱好，又具有一定的挑战性，待遇薪酬还尽如人意的职业是每个人的梦想，然而这个梦想并不是每一个人都能实现的。因此，如果你想让你的个人职业发展具有更强的竞争力，请认真分析和评估你的职业生涯机会会有多少。



## 合理设定职业生涯的目标

在制订职业生涯规划时，确立志向，确定目标，是一个关键环节。

目标就是未来可能出现的实际情况，目标就是冲向未来的导航灯。

有些人不愿意制订职业规划，因为这涉及作出具体的决定。选定一个具体的目标，这也就意味着放弃追求其他目标的机会。而且这些人担心如果达不到预期的目标，会对其个人的理想和信念造成巨大打击。

### 规划职场人生

其实分析制订、实现目标的主要影响因素之后，制订出实现目标的具体方案，并切实掌握好分解目标和组合目标的方法，这样就可以做出明晰而准确的目标选择，并且可以按部就班地实现它。

要一气呵成地实现一个远大而宏伟的目标，可以说这几乎是不可能的，所以我们需要对目标进行分解和组合，把长远目标分解成若干个相对比较容易达到的阶段性目标。目标分解有助于增强目标的可操作性，目标组合有助于处理不同目标之间的关系。

#### 1. 目标分解

目标分解就是根据你现阶段的思想观念、知识水平、技术能力，将职业生涯长期的目标分解为有一定时间限制的长期、中期、短期目标，直至将目标分解为某确定日期可以具体采取的实际步骤。

目标分解按性质可分解为外在目标和内在目标。

外在目标包括经济目标和职务目标等。经济目标就是在某一时期内你想要达到的经济待遇或资产总值。职务目标则需要具体化，具体到是负责全面工作的管理人员，负责某一部门的管理人员，还是具体某个职务。在职业发展生涯中，有时候需要采取迂回战术，即为了一个长远的目标而主动去申请担任某个比现在职务级别低的工作岗位，以期充实和发展相应的知识和能力。

内在目标则侧重在职业生涯过程中的经验阅历和知识内涵的积累、价值观念和技术能力的提高以及内心感受的满足。首先是工作能力目标，这可分为4个阶段：情况不熟、能

力不足的学习阶段；积极主动、知错能改的进步阶段；了解过程、方法得当的掌握阶段；运用自如、有所创新的例行程序阶段。其次是工作成果目标，是指发现和应用新的管理方法、发表管理方面的文章、创造新的业绩等。再次是提高心理素质目标，包括能够经受得住挫折和成功，逐渐做到宠辱不惊、临危不惧，对压力有一定的承受力，保持冷静，快速做出准确判断等。

目标分解按时间可分解为短期目标、中期目标和长期目标。

短期目标一般是预计在3年以内实现的，可能是自己的选择，也可能是上司的安排而自己被动接受的。短期目标未必是由自己的价值观决定的，但一定不是同自己的价值观相违背的。短期目标一般都很切合实际，有明确而具体的完成时间，实现起来也比较有把握。制订短期目标需要你对环境有充分的适应，并具有现实眼光，明确你所制订的短期目标是采用迂回路线朝向长期目标。

中期目标一般是预计在3~5年内实现的，是结合自己的意愿和工作的具体要求而形成的。中期目标一般都比较符合自己的价值观念，切合实际且有一定的创新。中期目标应该用明确的语言进行定量的说明，同时又可以利用环境的变化做出适当的调整。制订中期目标要带有全局性的眼光，对目标实现的可能性要做评估。中期目标一定是与长期目标相一致的。

长期目标一般是预计在5~10年之内实现的，是自己认真选择过的、与社会发展需求结合比较紧密的目标。长期目标一定是非常符合自己的价值观的，使自己对实现这个目标充满了渴望，并立志为此改造甚至创造环境。长期目标在一定时间范围内有实现的可能性，但是很具有挑战性。长期目标必须是始终如一并能够长期坚持不懈的。

## 2. 目标组合

目标组合是处理不同阶段性目标之间关系的有效方法，主要包括时间组合、功能组合、全方位组合三个类型。

### （1）时间上的组合包括并进和连续

目标并进，是指同时着手实现两个现行阶段性目标，或指建立和实现与目标工作内容不相关的预备职业生涯目标。设立和着手实现当前工作以外的目标是具有远大眼光的行为，是一种居安思危、未雨绸缪的战略手段，需要具备较强的毅力和自控能力。目标连续，是指实现一个阶段性目标之后再着手开展下一个阶段性目标，短期目标的完成支撑了

长期目标的实现。目标的期限是相对的，随着时间的推移，长期目标也会变成短期目标。只有完成好每个阶段性目标才能实现最终目标。

### （2）功能上的组合包括目标因果关系和目标互补关系

有些目标之间有非常明显的因果关系，如能力目标的实现是职务目标实现的动力，而职务目标的实现又是你经济收入目标实现的基础，这样就是目标因果关系。

有的管理人员希望成为一个优秀的部门经理，而他在具备丰富的实践经验的同时又获得了MBA证书，这种理论学习与实践经验之间能起到互补作用的就是目标互补关系。

（3）全方位组合是指职业生涯目标、家庭生活目标、个人事务目标等阶段性目标的均衡发展，相互促进。

## 规划要点

不论是设定短期目标还是设定长期目标，首先有以下几个问题你要扪心自问一下：你的梦想是什么？你最喜欢干什么？你的兴趣爱好是什么？你最适合干什么？你能做什么？

问过自己这几个问题之后，你一定能够得出一个初具模样的目标，接下来你就要考虑这两个问题：你的目标如何表述？你的目标是否科学？

设定目标谨记以下6个原则：要明确具体，不明确、不具体的不能称之为目标；要有可测量性，没有可测量性就无法确定目标是否完成，或者完成到了什么程度；要有相关性，你的职业生涯目标自然要与你的职业有相关性，没有相关性就无法完成目标；要有时限性，目标分为短期、中期、长期，有时限性才能进行目标的分解组合，以各个击破，实现长期目标；要有集中性，有集中性不仅体现在要尽量集中在工作领域中，还体现在总体方向上要集中；要有可实现性，有可实现性才叫目标，没有可实现性的是空想，空想是没有价值的。

一个人事业的成败，很大程度上取决于他有没有正确的适当的目标。确定职业生涯目标的时候，要志存高远、高屋建瓴地反映你的理想、胸怀和价值观。目标的大小，直接影响个人实现目标的动力和有可能取得的成就，这在职业生涯初期尤为重要。

# 职业生涯的可行性研究

职业生涯的规划要有事实依据，要有可操作性、可行性，决不能是不切实际的梦想，否则将会延误职业生涯发展的机会。一个发展计划能有操作性，有可行性，这不是单方面的自我认识，而需要通过研究进行自我论证，从而得到结果。

一项规划能否得到实行，或者可行，是这个计划最基本的要求，因此，一定要对职业生涯规划进行可行性研究。

## 规划职场人生

职业规划是对环境、职业、行业、企业、个人等几个方面进行的分析研究，从而得知它的可行性。

### 1. 社会环境分析

社会环境分析是指通过对所处的社会的大背景、大环境的分析，了解所在国家或地区的政治、经济、法制建设发展方向，寻找各种发展机会，并且将自己的职业生涯规划与环境相结合，进而研究它的可行性。

### 2. 职业分析

职业分析是指认清所选定的职业在社会环境中的发展过程和目前的社会地位，以及社会发展趋势对此职业的影响。

### 3. 行业分析

行业分析是指分析行业发展现状，国际国内重大事件对该行业的影响，目前行业优势与问题所在，行业发展前景预测等，包括对目前所在行业和将来想从事的目标行业的环境进行分析。

### 4. 企业分析

企业分析要首先分析企业在行业中是否具备足够强的竞争力；其次要评估企业主要领导人的抱负和能力，这是企业发展的决定因素；最后要了解企业的文化、制度，尤其是要

着重分析企业用人制度。通过对企业的分析，得出你对企业发展战略、企业文化和管理制度认同程度。要了解企业组织结构发展的变化趋势，形成与你自己有关的未来职务的发展预期。

## 5. 个人分析

对个人潜能进行测评。通过某一工作的过往经验和推测，模拟出可能出现的问题或情况，测试解决问题的能力。当有些问题处理不好时，不要立刻否定，而是根据能力的差距给予适当的培训和教育。

### 规划要点

随着我国各个行业的发展，如果我们有目标进入某一个行业发展，我们要进行个人的职业生涯规划。个人的职业生涯规划是建立在社会发展基础之上的，因此，我们更要利用当下的环境、行业、企业等对它进行可行性的研究，并且要注意研究国家对相关行业的政策，是鼓励扶持还是限制缩小。对于社会环境分析，对于职业和行业的分析，可以使你了解你的职业所在的行业在我国的发展趋势，是不是有巨大的发展前景，从事这个职业、这个行业是否可以实现你的人生价值。

无论身处何职，社会环境是改变不了的，因此首先对社会环境进行分析，了解社会背景和发展趋势，从中寻找机会；接着对职业有所分析，了解你所从事职业在社会上所处的位置和发展趋势，去调整自己的职业生涯规划；然后分别对行业、企业进行相应的分析，了解这一行业的前景发展和企业文化；将前3个方面全部分析完成后，再分析个人潜力所在，可以通过模拟问题测验自己。

在你过往的生涯中，有一些人的建议、帮助和决定对你产生了重要的影响，他们在你的职业生涯中扮演了重要的角色，他们可能是你的领导人、上司、同事，也可能是你的父母、配偶，还可能是你的老师、同学、朋友。你应该记住他们的建议，虽然并不一定是绝对正确的，但是可以作为参考，他们可以帮助你更清晰地认识现实和理想间的差距。

## 给职业生涯画个路线图

人们常说条条大路通罗马，意思就是说道路多、选择多，那么达到目标的办法也就多。虽然条条大路通罗马，然而每一个人一次也只能选择一条路来走。不同的路线会导致不同的结果，这就产生了现实生活中实现目标的路线选择问题。

选择了捷径或者是康庄大道，就能够很容易地进入职业生涯发展的快车道。反之，则会耽搁在路上，延误你的职业生涯发展。这就体现了职业生涯路线的重要性。

### 规划职场人生

职业生涯就像一片广阔的地域，有无数条路径供你选择。

职业生涯路线图是指你选定了一个你即将要从事的职业之后，通过怎样的途径去实现你自己的职业目标。发展的方向如果不同，那么所需的条件也就不会相同，而最终达到的效果也不尽相同。

如果没有一个职业生涯发展的路线图，就容易绕弯路、走错路、走回头路，这将导致你的努力不能直接作用于目标，造成精力、时间和资源等的严重浪费，也就影响了你的既定目标的达成。

因此，必须制订职业生涯路线图，以使日后的工作可以有章可循，沿着职业生涯路线图和预定的职业发展方向前进。

#### 第一步，分析自己和自己的目标

想要勾绘一张属于自己的生涯线路图，第一步要从自身起笔。“非常清楚什么是自己要做的事，并且怀揣着激情和抱负去做。想获得成功，必须先分析自己，了解自己，了解职业环境及企业制度，了解你参与的事业。”就像“赢在中国”中的周宇所说的，他就是这方面的典范。周宇身上有着一一种精神被人们称为“土狼精神”。他告诉我们，当你在对自己进行评价时，你还要问：“我是谁？我以什么为重？我的人生追求是什么？”他就是这样，16岁开始为了自己的老板梦想，分析自己和自己的目标，最终才实现梦想，这也证明在规划职业发展路线时，了解这一点很有必要。

如果你对自己想干什么、能成为什么样的人都不清楚的话，可以请教一些专业或者有经验的人士。通常专业的职业顾问都能帮助你了解、发现自己。直接明了地说，就是帮你

了解自己的气质与个性特点，自我的职业需要，即分析自己适合从事什么职业；自己想要从事什么职业；了解自己的职业能力及其倾向，评断自己适合从事什么样的职业才能充分发挥潜能，最大限度地实现自我价值。想要画出适合自己的职业生涯线路图，就要从先了解自己、分析自己开始。

### 第二步，熟悉自己所在的公司及所有规定

了解自己只是勾画路线的初步工作。自我分析完毕后，要熟悉自己所在的公司背景及规定，包括公司内的领导，然后我们才可以与领导沟通。周宇在任外资酒店中方总经理前，曾在集团公司的团委工作。当时，他听从了一位资深经理的忠告：“想到下属酒店任职，首先要进入酒店管理中心工作，其次是赴国外培训半年以上。”周宇把这些话牢记在心。两年后，他成为集团最年轻的总经理。即使在今天，作为外资酒店的中方总经理，他仍然不忘向那些行家里手和经验老道的人请教。

### 第三步，仿效成功人士

在一个采访中，生活教练乐富发现，大部分成功的经理人是通过观察、仿效他们的高层经理的行为来磨练自己的技能、学习公司的管理风格的。周宇也曾说：“我经常自问，我的上司们是怎样成功的？他们与众不同之处在哪里？”生活教练乐富认为确实如此，并且给周宇提了建议，不仅要分析效仿公司内部人，还要分析效仿公司外部的成功人士。

在事业的进程中，你应根据每个阶段发展的不同，有选择地模仿不同人身上的不同的特质，比如，你的上司、朋友、导师、同事，甚至可以是你的竞争对手。

在绘制个人职业生涯发展路线图时，你也不能忽视健康、家庭、朋友和精神需求等个人因素。这些因素对你的生活幸福和事业进步非常重要。如果我们能正确处理，你会不断得到补充活力的能量，增加生活的乐趣和幸福。反之，这些个人因素都会与你的生活和职业目标发生冲突，甚至可能影响它们的实现。

因此我们应该听从乐富的建议，对自己的目标实事求是，量力而行。在职业发展过程中，一定要舍得花时间、金钱去与你们的上司和顾问交流你个人成功的要素以及其他有关的问题。同时，你还要舍得在自己身上花时间，反思自己的成绩和目标。

### 规划要点

了解了常见的几种职业生涯路线图的类型，你心中一定对你的职业生涯路线图有了一

个大概的模型。但是在真正确定路线之前，你还需要问自己三个问题。

一是如何分析自己和自己的目标？这个问题是你规划职业生涯路线图的时候首先要考虑的问题。你需要通过对自己的价值观、理想、努力动机、兴趣爱好等的分析，确定适合你自己的目标。

二是如何熟悉自己的公司及规定？这个问题是你规划职业生涯路线图的时候必须考虑的问题。你需要熟悉自己的公司及其规定，通过了解公司背景，从而对你自己的个人性格、擅长领域、人生经历、教育背景等条件进行分析。

三是如何效仿成功人士？这个问题是你规划职业生涯路线图的时候需要综合考虑的重要问题。你需要去发现生活中的成功人士，同行业的、不同行业的，都可以成为你的效仿对象。

无论你是刚入学的大学生，或是刚刚踏上职业路途的大学毕业生，还是40岁左右、正在一份你不热爱的工作岗位上每日辛劳的人，现在都是你规划职业生涯路线图的时候。只要你还没有想现在就去安享晚年，那么任何时候开始勾画你的职业生涯路线图都不算晚。



## 本章小结与权威测评

### 本章小结

每个人都有自己的人生。每个人都有自己的职业生涯规划。实现自我规划必须要进行自我认识，才能做出正确的职业选择，本能地绘制出适合个人发展的职业生涯规划路线，成就人生的线路图。

#### 第一，要通过目标进行自我分析

通过目标进行自我分析，这是一种反方向思维。它是根据个人的目标设置，去分析自己该走哪条途径，如何行事，根据目标的大小远近，分析自己个人能力，规划工作。明确地了解自己已经做过什么，想要做些什么，能够做些什么，再去分析自我差距，比如知识、观念、能力等。

#### 第二，寻找机会

机遇是十分重要的。不过，机会是留给有准备的人的。职业生涯中处处都存在着机会，就看你能不能敏锐地发现机会，果断地把握机会。机会也是需要我们来评估的。

#### 第三，评估你的职业生涯机会

首先要分析一下内外环境因素对你的职业生涯发展的影响。内在因素就是指你是否具备进入某个职业领域的基本条件，通过SWOT分析，就可以很明了地知道自己的优点和弱点在哪里，进而仔细地评估出自己感兴趣的职业道路的机会和威胁所在。SWOT分析包括优势、劣势、威胁、机遇。

#### 第四，确立志向，确定目标，是一个关键环节

有些人不愿意制订职业生涯规划，因为这涉及做出具体的决定。但是，一定要选定一个具体的目标，进而学习目标设计方法。

利用以上条件，勾画出清晰的人生线路图。我们可以通过分析自己和自己的目标、公司背景及其规定，效仿成功人士来保证路线图的清晰。虽然勾画职业生涯规划路线是一件繁琐的事情，但是它能促进职业生涯的发展。

## 权威测评

### 1. 测试你的EQ

问题：职场情商是很重要的，是职场晋升和发展必不可少的部分。如果你遭到上司不正确的批评，你会怎么处理？

- A. 直截了当地说：“我没有错。”
- B. 保持镇静，说：“对不起！是我的错！”之类的话，避免与上司发生正面冲突。
- C. 保持冷静，不说什么，避免与上司发生冲突，让事实说话。
- D. 等上司讲完后，冷静地提出恰当的问题，引导对方逐渐认识到我没有错。

答案解析：

选择A：许多人容易犯的错误就是，不等对方说完就直截了当地说：“我没有错”。也有人会选择保持沉默，避免冲突，但有时候事实并不会自己出来说话。

选择B：不少人会认为B是最好的选择：既避免了冲突，保全了上司的面子，又可以澄清事实。

选择C：这个选择比较适合应对大多数东方上司，因为东方人最讲面子，尤其是中国上司在下属面前最讲面子。而对于比较开明的上司，或者是喜欢直截了当的上司，D也许是最好的选择。

选择D：这个选择是自己既保持了冷静，避免情绪化冲突，澄清了事实，也保护了自己的面子和尊严。

### 2. 测试你的社交能力

用发生在同学聚会上的一件小事测试一下你的社交能力。今天是你的生日聚会，老同学齐聚一堂，其中有个家伙穿着一身被公认为“拣破烂”的衣服，有惹人嫌弃的感觉，使你觉得浑身不自在。请问你会怎么对他说呢？

- A. 一句话都不说，只对他傻笑而已。

B. 在他背后贴个“酒干倘卖无”的标语整整他。

C. 不错嘛！这身打扮很适合你。

D. 你不觉得破坏了今天的盛会吗？

E. 利用间接的方式，委婉说出自己的感觉。

答案解析：

选A：不善人际关系是你的隐忧，因为你本质上较为内向，行事太过保守，不能给人特别具有建设性的帮助，不过本性是非常善良的。一个善良的人，我们还能说啥呢？

选B：你很容易和周遭的人打成一片。这个“打”字有两种含义：第一是热络的意思，第二是真的“干架”起来。无论如何，你的开放行为，是值得提倡。

选C：你的话很玄，故作神秘状，但是任谁都知道你在讽刺他。幸好，你善于和颜悦色，颇有人缘。

选D：你是个直爽的人，不会像一些敢怒不敢言的变色龙那样，颇具“将相本无种，男儿当自强”的气魄。不过，你难有知己相随喔！

选E：乍看之下，你好像是真心对待朋友，但是有点欠缺公平性。你始终不能和亲戚朋友以不拘小节的方式进行沟通，人际关系虽好，但不见得真实。

## 7 朝着目标进发直线最短——规划管理之目标执行

# 有了万全的策略才有完美的职业生涯

每个人都需要对自己的职业生涯统筹规划。每个人都需要有自己的职业生涯策略。它是实现职业生涯目标的行动计划。生涯策略与职业成就是相辅相成的。

有些人不费力便能有效地掌控自己的人生，成就自己完美的职业生涯，其原因很简单，就是他拥有万全的职业生涯策略。

有策略才能有规划地前进。在你每行一步之前，有目的地去执行下一步，料想好自己的第一步、第二步和每步遇到的问题及解决方式。这样，你才有把握自己踏上的是通往目的地最便捷的那条直线。所以，有效的目标规划需要有确实能够执行的万全策略，因而策略具体且可行性较强的行动方案会帮助你一步一步走向成功，实现完美的职业生涯。

## 规划职场人生

### 1. 什么是职业生涯策略

职业生涯策略是指实现职业生涯目标的行动计划，一般都是具体的、可行性较强的。

在确定具体的职业选择目标后，那么行动就成了关键环节。没有达成目标的行动，目标就难以实现，也就谈不上事业的成功。这里所指的行动主要是指落实目标的具体措施，主要包括教育、培训、实践等方面的措施。例如，在职业素质方面，计划学习哪些知识，掌握哪些技能，开发哪些潜能等。

### 2. 职业生涯策略的制订

正如一场球赛都需要确定作战方案一样，有效的职业生涯设计也需要有确实能够执行的生涯策略方案。这些具体且可行性较强的行动方案会帮助你一步步走向成功，实现目标。

根据个体的现实差异，可以选择的有效策略多种多样，但是大致可以分为以下3类。

◇ 一步到位型。针对现有条件下可以达成的职业目标，动用当下资源很快实现。比如希望成为机电技师，就可直接进入机电方面的企业而一步到位。

◇ 多步趋近型。对于那些目前无法实现的目标，先选择一个与目标相对接近的职

业，然后逐步趋近，以达成自己的理想目标。比如，想做企业老板，但目前没有足够的资本，因此先给别人打工，以积累资源。

◇ 从业期待型。在自己无法实现理想目标，也没有相近的职业可以选择的情况下，先选择一个职业投入工作，等待机会，再实现自己的理想目标。比如，自己想去外企发展，但技术和经验达不到外企的要求，这时你可先进入一家民营企业学习技术和积累经验，等达到外企的要求后再寻求发展。

刘洋是一个电子专业的学生。他的目标是成为机械或电子高级技师，所以他常常用自我提醒的方式问自己：

在校需要掌握哪些课程和学习哪些技能？如何求得老师在这方面给自己更多的帮助？

需要参加哪些培训、学习、考核才能够有资格做一名技师？

在成为技师的发展路上需要排除哪些来自内部和外部的障碍？

如何求得所在公司的上司和师傅、工友在这方面给自己需要的帮助？

如何在所处的企业寻得有利于自己目标实现的机会？

一个高级技师应具有怎样的经验水平和技能？自己怎样做才能符合这个标准？

尽管刘洋是个在校生，距离步入社会还有段时间，但他却很早便开始给自己制订职业生涯规划。他属于一步到位型，针对自己所学的专业可以达成的职业目标进行自我规划，清楚地了解自己在在校需要掌握什么，成为一名工人技师需要参加哪些培训，进入企业后如何寻找机会实现自己目标。只有深入地了解自己当下的条件，才能有效地制订万全的策略。

### 3. 职业生涯策略方向的选择

在职业确定后，还要计划一下职业发展的大致路线：是向行政管理方向发展，还是向专业技术方向发展；是先走技术路线，再转向行政管理路线。发展路线不同，对职业发展的要求也不相同。因此，在职业生涯策略中，要有方向地制订策略，以便使自己的学习、工作以及各种行动措施沿着你的职业生涯策略或预定的方向前进。通常职业生涯路线的选择须考虑以下3个问题：

◇ 想往哪一路线发展？

◇ 能往哪一路线发展？

◇ 可以往哪一路线发展？

对以上3个问题进行综合分析。只有清楚地了解这些后，才能有方向地制订策略。

#### 4. 生涯策略的运用

完美的职业生涯规划由审视自我、确立目标、生涯策略、生涯评估4个环节组成。

◇ 有效的生涯策略，必须是在充分正确地认识自身条件与相关环境的基础上进行。对自我及环境的了解越透彻，越能做好生涯策略。

◇ 有效的生涯策略需要切实可行的目标，以便排除不必要的犹豫和干扰，全心致力于目标的实现。如果没有切实可行的目标作驱动力的话，人们是很容易对现状妥协的。

◇ 有效的策略还要不断地反省修正生涯目标。俗话说：“计划赶不上变化。”影响职业生涯规划的因素很多。有的变化因素是可以预测的，而有的变化因素难以预测。在此状况下，要使职业生涯规划行之有效，就要经常反省策略方案是否恰当，以能适应环境的变化为前提，要不断地对职业生涯规划进行评估与修订。其修订的内容包括：职业生涯规划路线的选择、人生目标的修正、实施措施与计划的变更等。

#### 规划要点

首先，生涯策略就是在确定具体的职业选择目标后，紧随其后的行动方案，每个步骤的实施都需要策略作为指导。生涯策略制订越早越好，胜算也越大，而且越到老越受用。

其次，如果你想要制订好的生涯策略，那么你要清楚地把自己归放在哪一类，是一步到位、多步趋近还是从业期待。想要踏着最便捷的那条路径通往目标重点，只有清楚地规划好自己每步的方向和了解自身的条件。

完美的生涯需要制订灵活的生涯策略。就像我们所了解的那样，计划终究赶不上变化，但我们能做的就是随着变化，去反复修正我们的策略，使它永远保持可行性，成为最便捷的方法。只有这样，你才能近乎完美地实现你的梦想。

## 有了通畅的途径才有成功的职业生涯

拥有万全的策略才能保证自己走在最便捷的直线上。当你站在最捷径的路途上，你就能取得成功了么？显然这还不够，就像一个天资高超的少儿，并非他的起跑线在他人之前，就可以轻而易举地取胜。要想有成功的职业生涯，还要保持你的途径通畅，清楚可能存在的任何阻碍及困难。

人们都希望自己的前途畅通无阻，不仅不用走弯路，且没有任何阻碍，才一定能比别人先到达目的地，这就像道路交通安全法一样。只有道路无阻碍，你才能安全轻便地到达目的地。

### 规划职场人生

如果你想在职业生涯中取得成功，最有效最保守的方法就是使自己在畅通无阻的道路中前进。当你的路途不能完全畅通时，就需要你在每个转弯口或每个阻碍前事先做好准备，快速有效地将它解决。那么如何才能途径畅通呢？

#### 1. 开辟属于自己的途径，不随波逐流

无论是什么样的理想或目标，都需要一条可以通往它的途径，并且这条途径一定是最便捷的。然而谁才能开辟出这条途径呢？又应该如何开辟呢？奥普拉曾经说过：“当你的人生正向既定目标前进时，你就是最强大的。”因此能开辟这条路的主人必定只有你自己。你什么都不必想，只要尽自己最大的能力开辟属于自己的途径，根据自己所需和目标所在，测定道路的方向及位置。不要扼杀自己的思想和执著，接受自己最喜欢的事物，去享受它，彰显你的理想。只有肯定自己的目标理想，才能开辟属于自己的途径。

#### 2. 途径规划

无论什么样的途径都需要规划，尤其是当你还没有验证它是否可行时，更应该去有效地规划它，使它通畅地贯穿你通往成功的路途。

每条途径都是需要合理地进行规划，让它为我们铺成一条既快捷又通畅的桥梁，帮助我们走向成功。

##### （1）着眼于当下



如果你是个在校生，那么你首先要做的就是确认自己的专业方向，或你最感兴趣的工作方向，毕业后的发展方向。当下最重要的就是将你想发展的专业变成你最努力学习的学科，加倍努力地取得好的成绩，以便让它成为日后工作的长项，而不是阻碍。

如果你是个应届毕业生，已经脱离了校园生活，正要迈入社会，当下最重要的就是问自己：我的兴趣是往哪个方向发展？我的能力允许我往哪个方向发展？哪些方向可以让我发展？确定好目标，再去开辟途径，从而进行规划。首先你想进入哪个职业行列，然后你需要补习什么跟这项工作有关的技能和知识，同时也是在扫除路途中的障碍。在最重要的路途规划时，要着眼于当下，就自己的现状去规划发展路途。

## （2）合理的途径规划

一条途径不管是长是短，都应该合理地将它分配后再规划，可以分为几段去规划，比如分为短期目标、中期目标和长期目标。在现实中，我们考虑得太多也容易走入一些误区，比如只求当前效益，不注重将来发展；只求目前稳妥，不求发展机会；急于求成，频繁改行等。这就需要在职业生涯规划过程中摆正自己的位置，主要有以下几点需要考虑。

◇ 摆正心态。先将你的心态合理化。如果你的心态比较平和，能从点滴做起，从小事情做起，就能逐渐得到领导的赏识，晋升只是个时间问题。心态非常重要，在工作中应该不断地摆正自己的心态，使自己的发展和提升成为自然的事情，那么你的发展途径也会随之畅通。

◇ 少说多做。如果你是应届毕业生，作为一个职场新人，过多地指手划脚似乎是不太合适的事情。领导在晋升决策的时候更多地还要看一个人的工作业绩，看你做了哪些事情，做好了哪些事情。所以，要想尽快获得晋升，你必须从现在开始行动起来，去做事情，去用实际的行动和真实的业绩赢得领导的赏识。合理地规划工作途径，也许会事半功倍。

◇ 与众不同。现在的职场竞争非常激烈，一无所长的人即使再努力再肯干，也很难获得晋升和赏识，因为你能做到的别人也同样可以做到，晋升的机会没有理由会青睐一个一无所长的人。职场喜欢与众不同的人，所以做得与众不同也是助你成为职场精英的关键因素。

◇ 善于处理人际关系。良好的人际关系是人生的一笔财富。人际关系处理不好，寸步难行；人际关系处理好了，你就拥有了厚实的群众基础，拥有了管理部门的条件。

◇ 帮助上司提高绩效。实践表明，获得上司赏识和信任的最重要的一点是帮助你的上司出色地做好工作。上司的工作都是通过下属来完成的，下属完成的好坏决定了他的业绩的好坏。

### 3. 制订多条发展途径，有备无患

当你发现你的发展途径并不能有效地达成你的目标时，就没必要继续下去。要取得职业生涯的成功并不是只有一条捷径不可。要想取得成功，必须做足准备。所谓的充分准备就是制订多重发展途径。试想一下，如果当一条路被堵死的时候，可以很快地有第二条路线代替，这样一个圆满的结果不是最好的方式么？因此在制订最佳路线时，也要有一条后备途径。

### 4. 用行动验证是否通畅

如果没有行动，计划就毫无价值，目标也就失去了意义。苦思冥想，谋划如何有所成就，是不能代替实际行动的。没有行动的人，只是纸上谈兵，成不了大业。何况我们的途径是需要自己用行动去实现的。大学生要使自己的职业生涯规划变为现实，就必须通过途径去行动。俗话说：心动不如行动。只有行动起来，许多东西才能得到实际应用及验证，才有成功的可能性。如果你没有去实行，那么你又如何知道这条路途是否便捷是否顺畅呢？

歌德的一句名言是：“仅有知识是不够的，我们必须应用；仅有愿望也是不够的，我们必须行动。”也就是说，仅有思考，理想不会变成现实；仅有期待，美梦不会成真；仅有幻想，目标也只能是泡影。只有付诸行动，一切才会真实而明确地展现在你的眼前。只有你行动起来，发现道路中有阻碍，那么才能及时地更改，及时地处理。

## 规划要点

我们都知道，一条马路就算再宽广，如果有路障，也不能使汽车通畅地行驶过去。这就如上文所述，要想成功到达目的地，不仅要安全地行驶，更要保持道路的通畅。

就如上面所讲的，我们都有自己的人生目标，无论它是什么，都需要一条通往它的路径，而这条路径需要我们亲自开辟，而且从开辟到管理，到实行，都是自身的责任。因为目标与理想是我们自己的，途径更是我们自己的。

我们要知道每条途径都是需要规划的，并且要看当下自身的条件。只有正确有效地规

划才能彻底清除道路中的绊脚石。只有自己亲自去实践验证，才能得到确切的结果和可行的方法！这是步入成功的唯一途径。

## 有了大胆的梦想才有现实的职业生涯

敢想才有梦想，才有现实的职业生涯。只有敢想，梦想才能照进现实。梦想是需要大胆地去设想的。而职业生涯是需要根据现实而规划的，可以说现实中规划的职业生涯映射着我们的梦想。但它们的因果关系却相反，有梦想才可能有职业生涯，因为每个人的职业生涯是根据自己的理想去设计规划的。

梦想不怕大胆。人们常说要树立高远的目标，多高多远并非重点，重点是你能不能因为它而规划出现实的职业生涯。如果一个人没有大胆的梦想，只有眼前伸手可触的目标，那么也就无需有什么职业生涯，更没有什么现实的规划可言。

也就是说，理想不怕大胆，只怕你不敢。现实的职业生涯是凭借大胆的梦想来策划的，如果没有大胆的梦想，职业生涯又从何起始呢？为了我们能有一个现实的生涯计划，应该大胆地去寻找我们的梦想。

### 规划职场人生

#### 1. 大胆选择自己的梦想

一个人的人生，要走的永远是自己的路，不管你的路有多曲折，有多坎坷，这都是你自己的路。又或者可以这么说，虽然你的样貌、肤质和声音是与生俱来的，是你无法选择的，但你的人生方向却是自己可以掌舵的。选择你的人生方向就如同在选择你的梦想，既要大胆设想也要制订自己的人生理想。有了理想才有自己的生活方式，才有属于你的人生。

比如有人喜欢音乐，最大的梦想就是成为第二个贝多芬，因此，他的生活就是伴随着音乐而度过，这也注定他会为音乐而奋斗一生。

比如有人喜欢外太空，最大的梦想就是探索星球的秘密。别以为这是痴人说梦，并非如此。只要你敢想，我们就有现实的职业生涯规划，就有希望实现。现实的职业生涯会帮助你接近梦想，也许不久，你就是一名宇宙飞行员或者是一名天文学家。

#### 2. 梦想要从实际出发

拥有大胆的梦想是值得推崇的，但切记一点，梦想要从实际出发，所谓实际就是指符

合伦理，符合自己的实际情况，而不能是妄想。

李艾是个高中生，她唯一的兴趣爱好就是看动漫，研究动漫，因此他的梦想是有一天可以变成动漫人物，有自己的魔法和特技。这个梦想确实够大胆的，但是超越了伦理，就算李艾再如何策划自己的职业生涯，也注定与梦想擦肩而过。

李艾的事情很明确地告诉我们，大胆的梦想是需要有现实做基础的。当你的梦想脱离正常的伦理范围时，就不可能拥有现实的职业生涯。像李艾这种情况。她需要将自己的梦想拉回现实中去，而又不脱离自己的兴趣。很简单，她可以将梦想大胆地设立为做一名伟大的动漫设计师，这样，既不脱离自己的兴趣爱好又在伦理之中，因此，并非有大胆的梦想，就有现实的职业生涯，还需要从实际出发。

### 3. 梦想定位要“准”

梦想定位就是要落在“定”和“准”上，不能泛谈，其中包括行业定位、方向定位、职位定位、薪酬定位等很多项。比如你定位IT行业，那么，方向是软件还是硬件，是销售还是技术，是基本程序员还是工程师？其中相差很大，各有千秋。

#### （1）切忌阶段性的一时兴起

梦想的定位要根据自己最喜欢、最有兴趣的事物来决定，切忌阶段性。有的人阶段性对某件事物感兴趣，便将它定位为自己的人生梦想。不料，当这件事物过时或者平淡时，他也便将它搁置。这不仅不能算作人生梦想，就连兴趣爱好都不能归类。

#### （2）切忌泛泛而谈

人生梦想要具体化，不能泛泛而谈。每个人的梦想定位都应该具体化，详细到具体目标，而不是大概的方向。一定要具体化，才能清楚自己的职业生涯规划。如果你想做一名医生，那么你希望专攻哪一科，做到什么级别，而不是盲目地就要做名医生。所以梦想定位更不能泛泛而谈。

#### （3）准

梦想定位要准。梦想取决于你的兴趣喜好，找准你最喜欢、最有兴趣的职业来做你的梦想定位。当梦想是你最喜欢的职业时，你想要达成它的动力也会是100%，并且不会浪费时间。但假如你找不准的话，那么更换职业是要浪费大量时间的，青春是浪费不起的，毕竟它是高额的利息，你借不起。不想借高利贷就要找准梦想。

## 规划要点

我们通过上述内容都知道了现实的职业生涯都需要大胆的梦想。梦想不怕大胆，只怕你不敢去想。只要你可以大胆去想，就可以成功实现。然而我们应该更加清楚，梦想是属于我们自己的，每个人的人生道路是不同的，梦想也是不相同的。

当我们定位梦想时，切记要从实际出发。首先考虑这件事情是否合乎常理，再去制订。大胆的梦想是要踩着现实的基石才能定位的。如果当你发现你的梦想超出了伦理，就应想办法将自己拉回现实中，却又不脱离自己的兴趣爱好，就像上文中的李艾一样，虽然不能变成动漫人物，拥有超凡的魔力，但是可以成为一名动漫设计者，为动漫设计魔力。

我们在进行定位时要有以下三条标准：不能将自己阶段性的喜好定位成梦想，否则，随着时间增长，会慢慢对它失去兴趣；也不能泛泛而谈，如果没有将梦想具体化，那么就无法准确地规划自己的职业生涯。最重要的一点就是“准”。要想不浪费时间，并且保持自己有最大的动力去达成梦想，最主要的就是找准梦想。

以上就是在告诉大家，有大胆的梦想才有现实的职业生涯。

## 角色和能力的转换左右着职业生涯的走向

每个人都有自己的角色扮演和属于自己的个人能力，因此角色的扮演与能力的大小并不是独立存在的，它们的转变关系到职业生涯走向，又可以说角色与能力的转换，就是职业生涯中的航帆。今天你决定是一名什么人，那么你就会去从事什么工作。比如，你今天还是一名大学生，你的职业生涯也许就与你的专业有关，明天你就是一名社会人士，你所接触的事物与想象中完全不同，那么你的职业生涯走向也会随之改变。这就是角色的转变，决定职业生涯走向。

### 规划职场人生

如果今天你是一名护士，那么照顾好病人就是你最大的职业操守范围；如果你晋升成了医生，那么如何医治病人才是你的职业生涯方向。同样是在医学的道路上，从护士转换到医生，不仅是角色的转变更是能力的提升，职业的操守范围就有了明显的变化，努力的方向则更不同，所以说角色与能力的转换左右着你的职业生涯方向。

#### 1. 角色转换

##### （1）学生到社会人士

从学生到社会人士是绝大部分人都会经历的，这种转换会决定最初的职业生涯走向。你在校园生活了将近20年，突然踏入社会，扮演的角色有了变化，所处的环境也全然改变，不用茫然或慌乱，此时你的职业生涯只是进入一个磨合的阶段，随着你角色和思想的变化，方向也会做出相应的变动。

##### （2）同职业间的角色转变

角色转变也分多种。同业间的角色转变，就像护士到医生。也许当你还是个护士时，你的职业生涯方向是一名护士长，但当成为医生后，你的职业生涯方向是主任医师甚至是医学专家。这也就是说，在同行业角色变化的同时，职业生涯的方向也会随之改变。

##### （3）不同行业之间的角色转变

你是一名编辑，你的职业生涯方向也许是一名总编或者创办一家属于自己的杂志社。但明天你成为了一名商业投资人，你的职业生涯方向也就随之而改变，变成了拥有一家独立的商业公司，或者成为某某企业的大股东。这些都是随着你的角色转变而转变的。

## 2. 特殊角色在特殊时间的转变

### （1）女性职业生涯的角色变化

女人是感性的，无论何时都复杂于男人。角色的转变对于女人来说，更是不能忽视的。她的转变是左右职业生涯方向的关键。女人大多不敢面对30这个数字。因为它不仅代表着年龄的增长，还代表着女性扮演的角色的转变。30岁，女性职业生涯势必存在的分水岭。粗略地计算一下，从大学毕业到30岁留给女性朋友在职场上发展的时间其实只有短短的七八年。初涉职场，每个人都是一张白纸，看不出30岁时的结果。当30岁悄然来临的时候，大部分女性都已为人妻甚至为人母，将会对过往的七八年职场生涯做一番盘点。

### （2）如何平衡转换，把持职业生涯方向

面对一个新角色，如何在角色之间平衡地自由转换，把持职业方向呢？

32岁的陈小姐毕业于浙江某大学的精密仪器专业。毕业之初，陈小姐凭借优异的成绩被中石化股份有限公司录用，并被分到了其下属的一家炼油厂做技术员。中石化的效益和待遇都令陈小姐十分满意。于是，6年当中刘小姐始终都在同一家单位工作，从技术员做起然后转到企业宣传与策划，之后又从事过文秘、质检等工作。由于中石化是国有企业，各方面的影响因素非常多，虽然陈小姐在此付出了6年的光阴，工作岗位也换过几次，但一直都得不到晋升。于是，陈小姐就利用结婚的契机，辞掉了这份工作，在广州找到了第二份工作——在深圳某知名服装企业任总经理助理。陈小姐本来想先找份过渡性的工作在深圳站稳脚跟，再图后计。然而，事与愿违，当时工作很难找，陈小姐也不敢贸然就辞掉工作，于是在这家公司做了2年的助理工作。之后，经朋友介绍进入另一家深圳某实业公司做市场部门副主管。职位虽然是有所提升了，可根本没有什么发挥的空间，只是处理市场部的一些杂事。最令陈小姐苦恼的是，她无法找到一份既有发展空间又可以兼顾家庭和孩子的职业。

女性的职业生涯一般都有3个转折点：高中毕业时、大学毕业后和参加工作5~10年。当女性到达第三个转折点的时候，大多数女性朋友都在30岁左右，为人妻为人母，有着双重的角色，面临着家庭与事业的双重压力，职业发展可能遭遇到了瓶颈期。案例中，陈小姐遇到的最大问题就是迷失了职业方向，找不到几种角色之间的平衡点。从陈小姐的工作经历来看，除了最初的技术员工作，其他工作的可替代性非常强，使得她没有形成非常突出的核心竞争力，这就造成了陈小姐晋升或再择业时的困境。即使勉强找到一份不错的工作，也很难达到她自己的要求。



那么，女人30岁时，究竟如何平衡转换角色，把持事业方向呢？职业生涯规划对女性尤为重要。女性进行职业生涯规划的作用是很大的。首先，可以避免盲目工作带来的迷失感，让工作有的放矢。职业生涯规划，可以对职业生涯发展中潜在的问题有所准备，避免问题来临时不知所措，而能从容应对。其次，可以让工作、休闲和家庭相和谐。不同的阶段应该有不同的重点。刚开始工作时，应以事业为重；30岁左右可以开始适当地向家庭倾斜。为了保障女性在家庭与工作之间的时间、精力等的平衡分配，进行合理的职业生涯规划可以使女性在几种角色之间平稳转换。

### （3）能力的提高亦能决定职业生涯方向

能力的高低转换亦能掌舵职业生涯的方向。当你在一个小的企业中，能力得到了充分发挥，你就会不安于现状，想走得更高，那么职业生涯方向也会随之变化。就像你从学生变成老师，当你是个学生时你的能力逐渐在提高，那么你可以用自己的能力在校外为别人做业余辅导，当你的能力更高时，你可以选择做教师，从事教学工作。随着你的能力再提高，你的职业生涯方向也会被改变。

“跳槽”是每个白领都能心领神会的词汇。为什么许多白领都会选择从一个企业投奔到另一个企业中？因为能力的增长，使得他的职业生涯有了新方向。

### 规划要点

通过具体分析，我们应该了解每个人的职业生涯方向是被自身所扮演的角色及能力的变换所左右的。你是一名什么样的人，就要走什么方面的路。

角色之间的变化，大约分为三类，学生到社会人士、同行业间的角色转变、不同行业间的角色转变。然而女性的角色转变会牵涉到家庭及子女，她们通常面对工作和家庭的双重压力，因此女性更要注意平衡转换角色，把持职业生涯方向。首先应该避免盲目工作带来的迷失感，让工作有的放矢。职业生涯规划，可以对职业生涯发展中潜在的问题有所准备，避免问题来临时不知所措，而能从容应对。其次可以让工作、休闲和家庭相和谐。

能力的高低也是把握职业生涯走向的路标。当你自身的能力提高时，你就不再满足于现在的工作。工作变化，职业生涯走向就会不同。因此你应该对自己的能力加以提高，掌握职业生涯走向。

## 本章小结与权威测评

### 本章小结

我们都知道两点之间直线最短这个道理。在一个人的职业生涯中，应根据自身情况来选定自己的路线，选择距离最短、最便捷的一条路线直达目标。如果想要用时最短，通畅地实现自己的职业生涯规划，首先就要有自己的职业生涯目标，并且要有落实目标的具体措施，主要包括教育、培训、实践等方面的措施。职业生涯每个步骤的实施还需要有策略的指导，使自己朝着既定的目标前进。

人们都希望自己的前途畅通无阻，只有道路无阻碍，你才能安全轻便地到达目的地。

当你的路途不能完全畅通时，需要你在每个转弯口或每个阻碍前事先做好准备，快速有效地将它解决。途经也需要合理的自我规划，着眼于当下，并且制备多条，采取实际行动验证是否有可行性。

大胆地选择自己的梦想，大胆选择自己最喜欢的事情定位自己的梦想，只有最喜欢的事情才能使你更大的动力去追寻它。选择梦想有两个条件：第一，要从实际出发，不能使自己的梦想脱离正常的伦理；第二，选择梦想要“准”，不能阶段性地喜欢，一段时间后就疲乏，慢慢就放置了，这显然不能够成为人生梦想。

生活中每个人都有自己的角色扮演，职业生涯中同样存在着角色扮演。角色的扮演与能力的大小并不是独立存在的，它们的转变关系到职业生涯的走向，或者说角色与能力的转换，就是职业生涯中的航帆。你从一个职业上的角色变换到另一个角色，就像护士变医生、学生变老师，都注定你的职业生涯也会随之改变方向。

### 权威测评

想知道你的职业潜质吗？以下是几道有关事业发展的测试题。

#### 1. 从选座位看你职场做事潜质

如果你和三个同伴共同乘坐一辆出租车，你通常会选择哪个座位？

A. 司机旁边

B. 后排中间

C. 后排右边

D. 后排左边

答案解析：

选择A：你是个理智的人，懂得遵守市场规律，不会做出错误的判断。如果有一天，你真的遇到了生意上麻烦的事情，你会理智地选择放弃，再去重新寻找生意目标。你也是个镇定自若的人，你不会因一些突发事件而手忙脚乱。总之，你会在发财的道路上越走越顺。

选择B：也许你并不适合做生意，因为你有一颗脆弱的心，你无法承受生意中出现的危机，也无法去处理、化解这些矛盾。你也许适合选择一个稳定的工作，每月领取一份满意的工资，过一种安详、平和的生活。

选择C：你做事喜欢精心策划与设计，是个细心的人。你会在花钱之前想到一切后果，不会对突发危机没有准备。

选择D：你是个执著的人，会用尽全力去追逐梦想。但有时候你不会审时度势。建议你学会在必要的时候选择放弃。

## 2. 从选楼层看你的创业潜质

你的公司在一座8层的大厦里，你希望自己的工作地点在哪一层？

A. 一层或二层

B. 三层或四层

C. 五层或六层

D. 七层或八层

答案解析：

选择A：你的创业意识较强，能脚踏实地，是个务实的创业者。但有时遇到问题过于

犹豫，往往失去好的发展机会。

选择B：你很务实，有很强的思考能力，是非常精干的创业者，只是过于机敏反而容易误失时机。

选择C：你能够抓住时机迎头而上，具备超强的市场洞察力，并且能够听从他人的指正，是位非常有潜质的创业者。

选择D：你具有不服输的性格，具有力压群雄之势，有竞争力，对自己创业充满信心，但要避免出现急于求成的心态。

## 8 要看脚下更要看前方的路有多长——规划管理之周期管理

## 你知道职业发展的周期与规律吗

每个人的职业发展是不同的。当处于职业发展的阶段时，我们不仅要时常注视脚下的途径，更要看前方的道路有多长，即要根据职业发展周期来调整自己。周期是指事情的发展或运动遵循连续重复的规律，连续两次之间所花费的时间就是一个周期。当然职业的健康发展是职场中每一个人的最终目标。

### 规划职场人生

认识职业发展的规律是保证健康发展的首要条件。如同其他社会现象一样，职业的发展有明显的阶段性，并且呈典型的螺旋式上升的周期性。在职业发展历程中有三段论和五段论，分别由金斯伯格和格林豪斯提出。这两种理论是从不同的角度对职业发展的历程进行划分的，都有一定的可取之处。然而你对职业发展的周期性和规律知道多少？

#### 1. 职业的发展周期

职业的发展历程总是与能力的提高不可分割的，两者具有明显一致的周期性。从现代社会人才成长的情况划分，从步入职场到退休，大约有5个周期（或叫做阶段），每一个周期都要经历成长期→成熟期→资深期的循环，但三五年是每个周期大概的用时。也就是说，在一个岗位上连续工作3~5年，经过成长期、成熟期的锻炼，综合能力会有显著的提升。

#### 2. 按照周期性调动

刚刚进入新的岗位时，遇到的困难多，工作会有一定的压力。每天都遇到新鲜事物，人的精神处于高度紧张状态，随时备战，能力就会提高很快。随着对工作的日渐熟悉，新鲜有挑战的工作越来越少，压力逐渐变小，进步越来越慢。于是，一切都驾轻就熟了，每天就只是按部就班完成工作，处于毫无挑战的重复劳动状态。此时，就应该获得晋升或者换岗。否则，时间久了，不但能力无法提高，还会逐渐对工作失去兴趣，产生漠然、厌烦情绪，对自己的长远发展是不利的。

#### 3. 根据周期划分发展道路

了解职业的发展周期才能正确地划分职业发展道路，即找到阶段性的目标。

### （1）从入门到资深

走出校园踏上职场就是职业生涯的开始。此后五六年主要是完成从入门学习到资深辅导转变的过程，其间经历了试用期、学习期，其年龄段大约在25~30岁。这个时期的主要目标是获得生存的技能 and 空间。其中，前两三年主要是熟悉、了解社会，并逐步适应社会，找准适合自己的发展方向。这段时期被称为是探索尝试期和起步期。

### （2）从主外打入中层管理

成为资深人员以后，就基本奠定了成功发展的基础，职业的取向也基本定型。随后的五六年则是积累实力，为腾飞做准备，并且有管理方向和专家方向两条可能的发展路线可供选择。对于那些某种业务能力非常突出，有兴趣在某专业方向发展的从业人员，可以在选定的方向上向纵深发展，成为该领域的专家；那些沟通能力、社交能力见长的，则可以考虑往管理方向发展。

就当今的社会现实来看，上述两种发展方向并不是有明确区别的。即使要往专家方向发展，也必须学会管理；往管理方向发展的，也必须在某些方面有所专长，才能发展得好。社会需要复合型人才，这已经是一种趋势。

此阶段是整个职业生涯的成长期，这一时段的年龄段为30~35岁。这一阶段最主要的任务是拓展知识面，提高实际操作能力，积累管理经验和提升组织协调能力。任何方面的单一优势都不能使你达到目标。实现这个阶段的目标单靠拼是不行的，必须审时度势，运用谋略，才能取胜。培养领导能力，提高综合素质是本阶段胜出的基础。

### （3）从中层管理到高层管理

从35~40岁左右，是职业生涯逐步走向成熟的时期。这个时期，在工作上可以独当一面，职业发展也获得了部分成功，具备了较好的独立工作的能力。从职业能力上看，在这个岗位的基本要求主要有以下5个方面。

A. 具有独立思考和分析问题、解决问题的能力。

B. 具有一定的管理能力，能够有效地利用部门内的各种资源实现达到目标的能力。管理能力主要包括3个方面。

◇ 管理的手段。就是如何有效地组合和利用现有资源。

◇ 相互配合。部门经理不仅要了解本部门的工作，还要了解其他部门的工作并与之配合、协作。

◇ 人力资源。人是工作的基础。作为中高层管理人员，你有一定的人力资源，充分利用这些资源是做好工作的根本保证。

C. 作为处在领导和被领导地位的中高层管理人员，既要接受上级的领导，又要领导、指导下属进行工作，以完成公司布置的任务。

D. 准确的判断、果断的决定能力也是部门经理的基本功。犹豫不决、拖拖拉拉不但会耽误工作，也会失去下属的信任和尊重。

E. 你还必须具备良好的学习能力，能够根据工作的需要了解和掌握所需的新知识。

经历了多年职场的变幻莫测，在心理上会产生稳定下来的强烈愿望。

#### （4）黄金阶段

40~50岁是人生最珍贵的10年，也是职业生涯的黄金时期。经历了20年的职场风云，能力、经历、资历、资源等均已经达到成熟，而且年富力强，正是干事业的最佳年龄。这段持续10~15年的时光，主要任务是用自己的能力和经验创造业绩，实现人生价值，赚取收获。这个阶段应尽量保持职业的连续性，在现有的公司继续发展，以免不必要地浪费时间，因此切忌跳槽。

#### （5）归隐期

随着年龄的逐渐增长，体力、精力逐渐下降，而且思维开始缓慢，接受新事物的能力也会下降。虽然对于那些成为领军或领袖人才的高级管理者来说，其工作寿命可达65岁，但大多数人在55岁就进入职业下降期。此时的主要任务是完成后继人才的遴选和交接班。如有必要，可做几年顾问，逐步从一线退下来。

### 4. 职业发展规律

世态万物都有它的成长发展规律，职业也不例外，每个职业都有它的发展方向、周期及规律。

#### （1）生命有限规律



人生有限，体力与精神更是有限的。我们不是仙人，不可能长久精力充沛。因为我们可以等，但是时间不会等我们。20岁时没有做的事情，放到30岁去做，一定会来不及，每个阶段都有这个阶段相应的工作机会，如果没有把握，也许今生不会出现第二次。

## （2）累积阅历规律

人的阅历不是与生俱来的，它与时间成正比的。这种规律使职场旧人比新人更先得到提升机会，因为旧人始终比新人阅历累积得多。

## （3）时间效率规律

相同的条件下，每小时所付出的劳动越多，产出的就越多。但旧人不要怕，当新人的体力和效率高过你，和你平起平坐时，上一条规律也还是起作用的。

## （4）能力有限规律

一个人的能力是有限的，因此我们不能说自己的能力高就一定做成某事。如果你想做成事，要认准方向以免走错路。能力是有限的，不要白白浪费，选好路很重要。

## （5）职业寿命规律

人在企业发展过程中，每个阶段所做的工作都有一定的寿命，不可能无限延长。一个从事管理工作的人做经理做到40岁，如果没能升到总监的位置，那以后做总监的机会就大大减少了，所以职场中的人，在现阶段的时候，就要努力做事，很好地完成现阶段的任务，为下一个阶段做准备。只有做好准备，机会来临时，才能顺利跃升至更高层面。

## 规划要点

我们应该清楚职业发展的周期，当你在一个周期内做着同样的一份工作，无论知识还是技能都无法再得到提升时，应该适当地做一些调动，以免对工作出现厌烦。根据周期我们可以将自己的职业发展划为5个阶段，从入门到资深、从主外到打入中层管理、从中层管理到高层管理、黄金时期和归隐期。我们应根据自己所在的阶段去衡量自我发展。

# 别让职业的大铁锚砸了脚

职业锚，又称职业系留点。锚，是使船只停泊定位用的铁制器具。然而职业锚，实际就是人们选择和发展自己的职业时所围绕的中心，是指当一个人不得不做出选择的时候，他无论如何都不会放弃他所认为职业中至关重要的东西或价值观。

职业锚，也是自我意向的一个获得部分。个人进入早期工作阶段后，由获得的实际工作经验所决定，与在经验中自省的动机、价值观、能力相符合，达到自我满足和补偿的一种稳定的职业定位。职业锚强调个人能力、动机和价值观三方面的相互作用与整合。职业锚是个人同工作环境互动作用的产物，在实际工作中是不断调整的。

## 规划职场人生

### 1. 职业锚的作用

职业锚在员工的职业生命周期中，发挥着重要的功能作用。

#### 作用1：增长工作经验

职业锚是员工职业的定位，不但能使员工在长期从事某项职业中增长工作经验，同时职业技能也能不断提升，直接产生提高工作效率或劳动生产率的明显效果。

#### 作用2：得到真实的反馈

职业锚是员工经过探索所确定的长期职业贡献区或职业定位。这一探索定位过程遵循着员工的需要、动机和价值观进行。所以，职业锚清楚地反映出员工职业追求与抱负。

#### 作用3：是奠定中后期工作的基础

之所以说职业锚是中后期职业工作的基础，是因为职业锚是员工在工作经验的积累后产生的，它反映了员工价值观和才干。员工抛锚于某一种职业的过程，就是自我认知的过程，就是把职业与自我价值观相结合的过程，并开始决定成年期的主要职业选择。

#### 作用4：挖掘顺畅的职业渠道

职业锚准确地反映员工职业需要及其所追求的职业工作环境，反映员工的价值观和抱负。通过职业锚，企业获得员工正确信息的反馈。这样，企业才可能有针对性地对员工职

业发展设置可行的、有效的、顺畅的职业渠道。

## 2. 别让职业锚砸了脚

(1) 职业锚以员工获得的工作经验为基础。新员工在工作若干年获得工作经验后，才能够选定自己稳定的长期工作方向。个人在面临各种各样的工作环境之前，不可能真切地了解自己的能力、动机和价值观以及在多大程度上适应可行的职业选择。因此，员工的工作经验使职业锚得到了演变和发展。换句话说，职业锚在某种程度上由员工实际工作所决定，而不只是取决于潜在的能力和动机。

(2) 职业锚不是员工根据各种测试得出的能力、才干或者工作动机、价值观，而是在工作实践中，依据自省和已被证明的才干、动机、需要和价值观，现实地选择和准确地进行的职业定位。

(3) 切记职业锚是员工自我发展过程中的动机、需要、价值观、能力相互作用和逐步整合的结果。

(4) 员工个人及其职业不是固定不变的。职业锚，是个人稳定的职业贡献区和成长区。但是，这并不是意味着个人将停止变化和发展。员工以职业锚为其稳定源，可以获得该职业的进一步发展，以及个人生命周期和家庭生命周期的成长、变化。此外，职业锚本身也可能变化，员工在职业生涯的中后期可能会根据变化了的情况，重新选定自己的职业锚。

我们要切记以上4个注意事项，使职业锚正确引领我们的方向，不要让它砸了我们的脚。

## 规划要点

职业锚是职场中人必须知道的，很多人尽管有着好的悟性和高人一等的能力，结果却让职业锚砸伤了脚。为避免这种情形发生，我们应该更好地认清职业锚的作用及功能。职业锚是员工职业的定位，能反映员工的价值观和自身的才干，准确地反映员工职业需要及其所追求的职业环境，这样企业才能更好地为员工开辟渠道。

# 我是不是决定要跳槽了

当一个人做一份工作满一个周期时，可能就无法再前进，无论是知识还是经验都累积到一个阶段的顶层。此时如果不能得到晋升或调动，可能会出现厌烦或者漠然，那么就要重新审视自己的工作与工作环境是否适合再继续发展！一旦你找到更适合或者比你现在的环境更好的工作，就可以考虑跳槽。当然做这个决定时，你必须清楚跳槽是一个怎样的概念，做这个决定时更要思维清晰，决绝。

## 规划职场人生

跳槽只是人们心里遵循的一个道理，那就是“人往高处走”。这固然是个真理，但是说来轻巧的一句话，却包含了怎么样才是“高”、你为了什么“走”、怎么“走”，什么时间“走”，以及“走”了以后怎么办等一系列问题。因此跳槽是一门学问，更是一种策略。

### 1. 如何完成跳槽

当你将面临跳槽时，如何才能顺理成章地完成它，进而取得成功呢？

#### （1）确定动机和自身需要

确定你跳槽的动机是什么和自己是不是需要跳槽。跳槽不能盲目地去跳，要知道只有自己清楚自身的能力才能去挑选你的工作，才能谈得上跳槽。在这之前你要确定自己的动机：为什么跳槽？你想得到什么？是良好的工作环境？还是薪资的优越？还是更好的发展道路？

#### （2）动机可划分为如下3种

**A.** 属于被动跳槽。是个人对自己目前的工作不满意，不得不去跳槽，具体包括对工作待遇、工作岗位、工作内容、工作环境及工作条件、发展机会或者人际关系（包括上、下级关系）的不满意等方面。特别是你和上司的关系处理得十分不好，觉得得不到发展，并且认为无法适应目前的环境，那么恐怕就要考虑换个环境试试了。

**B.** 属于主动的跳槽。现在的工作条件与环境虽然比较满意，但却面对着更好的工作发展或者福利，有更优越的条件可以选择。当你发现自己的能力应付目前的工作绰绰有余，并且发现了自己真正感兴趣的工作的时候，就不要错过机会，不妨考虑换个工作试试。

### C. 想跳得“高”。

当你跳槽的动机与决心都具备的时候，就是你跳槽行动的开始。但是，为了这次跳槽能达到一个飞跃，不妨让自己先了解几个问题：

- ①你的跳槽行动经过慎重考虑了？还是一时遐想？有没有对自己的想法做调整？
- ②到底是什么使你无法满足现在的工作？
- ③你有信心适应新的工作环境和人际关系吗？这是需要很多精力的。
- ④你的背景和能力能适应新的工作吗？
- ⑤跳槽后你的得失是什么？
- ⑥你是为了生活而选择工作，还是为了工作而选择生活？
- ⑦你的职业目标是什么？新的工作是不是为你提供了一个清晰的职业方向？
- ⑧你要跳过去的公司的职位是什么？如果比你现在的职位还低你能接受吗？
- ⑨新的工作要求你从头做起，你有这个心理准备吗？

### 2. 挑选适当的时机

适当的跳槽时机是你在之前的公司至少工作一年，因为时满一年的工作经验才能得到新公司更好的福利条件，并且要挑选在目前工作顺利时跳槽，因为在这个时间里，你的职业含金量会大大提升。

### 3. 职业顾问给予跳槽的建议

一旦决定跳槽就要对此付诸行动。在采取行动的时候，职业顾问常常会给予你以下建议和注意事项。

（1）明清而细：清楚仔细地翻阅签订的劳动合同，确定自己是否违约，并熟知办理离职的难易程度。

（2）有备无患：到新公司入职前，要做新公司的资料预习，了解一下该公司的基本

情况。

（3）正式对待：你属于跳槽，并不像起初找工作那样有点盲目，但也要正式对待，准备一份职业化的简历。

（4）递交辞呈：向原公司递交辞职信，做好离职过渡期的安排。在这之前记住在拿到“Offer Letter”以后再递交辞职信。

（5）人际关系：成功进入新公司后，切记要与人友善，不要背后放别人冷箭，否则说不定哪天你就会回到“原”公司。

## 规划要点

应该清楚，在职场中跳槽是件常事。当你做满一个工作周期时，很有可能自身的能力和知识在这个岗位上已经达到饱和，如果不能得到晋升或调动，那么跳槽是最好的选择。这是在自我审视适不适合继续在这个岗位上发展或在这个环境中发展后，做出的抉择。但是跳槽不是轻易说跳就能跳的。

跳槽也是门学问，更需要一种策略，清楚自己在跳槽前要做什么？就如上文所说，跳槽前要清楚自己的动机和自身需要，是为了寻求更丰厚的薪资，还是更舒适的工作环境？

跳槽是一个新的起点和阶段，如何才能跳得好跳得高，是我们需要把握的重点。如果想要工作有一个飞跃，首先要问自己上文中的9个问题，让自己跳槽的思绪清晰。

另外，选择适当的时机跳槽。跳槽不是随时都可以进行的，合适的时机才能保证跳槽的质量。我们应该在工作经验至少满一年，并且在工作顺利时跳槽，这样才能得到新公司更好的福利条件。

你还必须明白，跳槽并不意味着你就能够取得职业的成功。这个时候，寻求职业顾问的帮助才是理性的做法，因为职业顾问会告诉你什么是正确的跳槽，什么是你应该选择的职业方向。请谨记职业顾问给我们的5条建议及注意事项。

## 阻力与助推力究竟来自于哪里

每个人做每件事都有它的阻力与助推力，二者虽无形，但真实存在。当你走在职业发展的道路上，你应该了解自身的阻力与助推力是什么？它们来自于哪里？与其苦思冥想，自己埋头苦干去发展自己的职业，不如坐下来冷静思考一下现状，分析发展道路上有哪些阻力与助推力，它们分别来自于哪里。

### 规划职场人生

#### 1. 什么是你的阻力和助推力

职业发展的阻力，就是影响你的工作进程、态度、效率的人、事、物。任何对工作没有好处的事情都可以成为阻力；反之，职业发展的助推力就是任何能帮助你事业发展的人、事、物。

#### 2. 特殊经历是阻力还是助力

刘成，1984年7月出生，2005年广东飞机制造厂中技钳工专业毕业后，被分配去了广东航天局第750研究所任装配技工。半年后应征入伍，一去就是5年，从一个小士兵到班长，期间还代理过排长，并在部队里自考了法律专科。如今退伍回来了，发现找工作成了问题，投出去的简历全无音讯，好不容易有两家单位回复，去面试都是以“没回音”收场。

“不想回原单位，并且还是做个技术工人，工作也比较枯燥，何况我现在是大专学历。”刘成不知道自己该如何选择，是继续法律专业方向还是钳工专业方向，什么工种合适呢？自己的退伍军人身份是否在择业中有优势呢？

没想到刘成军旅的特殊经历却成为了他找工作的阻力。其实刘成的动手能力较强，也善于与人打交道，在部队时处理上下级关系的能力较好，擅长组织协调和控制局面，但学习成绩平平，英语及计算机能力都一般，也无特殊技能。经过沟通与交流，刘成认识到想工作一步到位还是有些难度的，毕竟缺乏必要的工作经验，自己的部队生活又有特殊性，因此不应该过于执著在专业方向。

建议刘成在求职过程中，做好失败最少10次的心理准备，只有这样才能愈战愈勇。其后的1个月内，刘成面试了6家企业，最后幸运地被广东地铁运营人力资源服务有限公司录用为地铁站务员。

刘成的情况也是目前退伍军人求职的一个典型现状，没有特别好的学历和专业特长，缺乏工作经验，认为退伍军人的特殊经历是求职的有力保障，继而求职目标过高，往往得不偿失，形成了一种高不成低不就的局面。而多次求职不成功又造成缺乏求职积极性和动力，更加影响了自信心，刘成的故事告诉我们，每个人都有自己的阻力和助力，有时一个特殊经历可能既是阻力又是助力，要看我们如何处理转换，调整自我心态，懂得循序渐进，才能使特殊经历成为动力而不是阻力。

### 3. 寻找根源

找到阻力与助力时，要深入追寻它们的根源：为什么会有阻力？阻力来自于哪里？什么事情产生的阻力？清楚了来源，才能对症下药，采取相应的措施将阻力撤销。助推力亦如此，找到其来源，才能采取措施，放大助力，使我们拥有更强大的助力，助我们前进。

#### 规划要点

分析阻力与助推力。每当我们做一项工作，都是在阻力与助力下运作的。想顺利发展，清楚自己的每条发展路径，就要清楚自身的阻力与助推力来源于哪里。

要清楚什么是阻力，什么是助力。能帮助你促进职业发展的那一定是助力，阻碍你的工作进程，或者影响你的工作心情的事物都成为阻力。



# 职场的10条金科玉律

## 1. 什么是职场的金科玉律

职场金科玉律就是职场的生存法则。它是职场生存必备的基本常识，也是成为一名优秀的职场人应该具备的职业素养。称它为金科玉律足见它对职场人生的重要性和权威性。

## 2. 职场10条金科玉律

**第1条：**在一项局部的事业中求精髓，培养一种核心技能

这是实打实的一句真理。在狭小的专业中，苦钻苦练数10年，可以帮助你积累常人没有的经验和阅历。比如，现在的3D制作工程师。这个专业很窄，但是五六个行业都需要，如果你在这个专业拥有3年以上的工作经验，那么你就是抢手的人才。

**第2条：**你所找的工作是你喜欢的，而且能够让你脱颖而出，有机会成为佼佼者的

人事部在甄选候选人时，非常注重他们的态度——面对问题的思考方式是积极还是消极的，还有个人的兴趣。兴趣和结果是有相当大关系的，如果没有兴趣，那么对工作的积极性就不高。因此我们应该选择自己喜欢的工作去做，兴趣才会让我们生动力，事半功倍的可能才会加大。

**第3条：**明白“知识就是力量”的道理

知识就是力量。在职场上，知识是最大的力量。同等条件下，想要赢过别人，依靠的是知识。对于相同的问题，你有相关的知识，你就能迎刃而解；对于同一个职位，你的知识面广，你就比他人更有能力胜任。

**第4条：**知道自己的市场和主要客户在哪里，并全心服务他们

人事部在招聘时通常都会注意3个要点：能否胜任某个岗位，是否愿意从事这份工作，和这家企业的文化或价值观是否匹配。其中第三个要点是最重要的，不是所有的企业都适合我们，我们要清楚哪种业态、类型的企业或老板是和自己投缘的。

**第5条：**找出什么是用20分力量能给你80分好处的事物

学会找到捷径。简单的事物不一定回报你的利润就小。学会找到用20分力量就能处理

能给你带来80分效益的事情。

#### **第6条：向优秀的人学习**

时刻准备向优秀的人学习，要知道吸取别人的优点。

#### **第7条：及早自立创业**

及早自立创业不是要你在什么都不懂的情况下就去创业，而是告诫我们职场上的发展速度是不等人的，及早地去做准备，开始创业，可以为以后预留富裕的时间。

#### **第8条：尽可能雇用能生产高价值的人**

雇佣产生高价值的人是指被招聘的人应该对公司起到很好的作用，能给公司带来高的利润。

#### **第9条：除了你的主力技能自己做之外，其他的事情全部外包**

在职场中，学会少揽活，尤其是自己技能以外的事情。在工作中尽可能专心致志地主攻一项工作来做，这样才能尽快地积累经验，专长突出。

#### **第10条：以杠杆原理运用资金**

所谓杠杆原理是指学会利用贷款来钱生钱，通过贷款筹集资金进行收购的一种资本运营活动。

### **规划要点**

在了解了职场中的十大金科玉律后，在工作中不要“广种薄收”，要在某个领域专心工作，培养自身的核心技能。选择自己喜欢的工作去做，这样才能有动力，收到事半功倍的效果。懂得在职场中知识就是力量，能帮助你战胜他人的力量永远来自于渊博的知识。确定自己的市场和重要客户在哪里，全身心地投入服务当中。想要优越于别人，就要学会用20分的力量获取80分的效益。永远要向优秀的人学习，要及早地创业为自己预留富裕的摸索实践时间。做有正面价值的人。只有为公司赚取正面价值，才会成为企业想要吸纳的人。在工作时要专注于自己技能擅长的事情，不要揽没有把握的工作。如果是自我创业，要学会利用贷款来钱生钱。

## 本章小结与权威测评

### 本章小结

人们的职业生涯目标都是不一样的，道路更是不同的。当处于职业发展的阶段时，我们不仅要时常注视脚下的途径，更要看清前方的道路有多长。

我们应该积累知识和经验，认识到提高能力是一个循序渐进的过程，这样才能在职业发展时找到最合适的机会。认识职业发展的这种规律，并且遵循它，清楚自己身处在哪个阶段，采取行动。

在职场中每个人都要知道职业锚。职业锚是什么，实际就是人们选择和发展自己的职业时所围绕的中心，是指当一个人不得不做出选择的时候，他无论如何都不会放弃的他所认为职业中至关重要的东西或价值观。在工作中，它可以增长员工经验，使公司得到正确的反馈，奠定工作基础，挖掘职业渠道。

跳槽是每个职场中人必须清楚的一个词汇。跳槽只是人们心里遵循的一个道理，那就是“人往高处走”。这固然是个真理，但是当你已经是个职场人时，你做每件事都要有自己的策略，跳槽更如此。你要清楚如何跳，怎么样跳，如何保证跳槽的质量。

此外，当自己身处一个工作环境中，你应该清楚自身的阻力和助推力来源于哪里，这样才能更有针对性地前进。前进的步伐不要太大，以免自己进入职业认识误区。要了解职场上的十大金科玉律，将它作为职业发展上的警钟，只有这样，才能进行正确的周期管理。清楚分析出这些，才能找对职业发展周期，找到适合发展的最佳时期。

### 权威测评

测试你是什么职业及就业倾向。（是—1分，否—0分）

1. 就我的性格来说，我喜欢同年轻人而不是同年龄大的人在一起

是☐

否☐

2. 我心目中的丈夫应具有与众不同的见解和活跃的思想

是☐

否☐

3. 对于别人求助我的事情，总乐意帮助解决  
是☐  
否☐
4. 我做事情考虑较多的是速度和数量，而不在精雕细琢上下工夫  
是☐  
否☐
5. 我喜欢新鲜这个概念，例如新环境、新旅游点、新朋友等  
是☐  
否☐
6. 我讨厌寂寞，希望与大家在一起  
是☐  
否☐
7. 我读书的时候就喜欢语文课  
是☐  
否☐
8. 我喜欢改变某些生活习惯，以使自己有一些充裕的时间  
是☐  
否☐
9. 不喜欢做那些零散、琐碎的事情  
是☐  
否☐
10. 我进入招聘职员经理室，经理抬头瞅了我一眼，说声请坐，然后就埋头阅读他的文件不再理我，可我一看到旁边并没有座位，这时我没站在那里等，而是悄悄搬来个椅子坐下等经理说话  
是☐  
否☐
11. 我读书的时候很喜欢数学课  
是☐

否□

12. 看了一场电影或戏剧后，喜欢独自思考其内容，而不喜欢与人一起谈论

是□

否□

13. 我书写整齐清楚，很少写错别字

是□

否□

14. 不喜欢读长篇小说，喜欢读议论文、小品或散文

是□

否□

15. 业余时间我爱做智力测验、智力游戏一类题目

是□

否□

16. 墙上的画挂歪了，我看着不舒服，总要想法将它扶正

是□

否□

17. 计算机、电视机出了故障，喜爱自己动手摆弄、修理

是□

否□

18. 做事情愿做得精益求精

是□

否□

19. 我对一般服装的评价是看它的设计而不大关心是否流行

是□

否□

20. 我能控制经济开支，很少有月初松月底空的现象

是□

否□

结果解析：

分数为14~20分：你最大的长处是思想活跃，善与人交往。你喜欢把自己的想法让别人去实现，或者与大家共同去实现，适合你的职业是记者、演员、导游、推销员、采购员、节目主持人、人事干部、广告宣传人员等。

分数为7~13分：你具有耐心、谨慎、刻苦钻研的品质，是个稳重的人。适宜于选择编辑、律师、医生、技术人员、工程师、会计师、科学工作者等职业。

分数为6以下：你不仅能独立思考，也能处理良好的人际关系。供你选择的职业包括教师、教练、秘书、美容师、公务员、心理咨询员、各类管理人员等。

## 9 走在路上才能更明确方向——规划管理之反馈评估

# 每人不同的职业生涯成功标准

职业生涯成功能带给人成就感，使人产生自我实现的价值感，对促进个人素质的提高和潜能的发挥有着极其重要的作用。

处在不同人生阶段的人们，对于生活的需求是不同的。同样，不同的人衡量职业生涯成功标准也不同。

科学上评定职业生涯成功标准分为主观职业生涯成功标准和客观职业生涯成功标准。薪水、晋升这些可量化、可衡量的内容是客观成功标准，而个体主观的自我认同、目标实现、工作与生活的平衡，则被定义为主观成功标准。

职业生涯成功是个人职业生涯追求目标的实现。生涯成功标准与职业价值观关系密切。有不同的职业价值观，就会对职业生涯成功有不同的定义，也就会有不同的成功标准。同时，对不同的人来说，职业需求不同，职业目标各异，成功标准不一样。有的人以获得高社会地位和社会声望的职业为成功；有的人以有一个高薪资报酬的职业算是成功；有的人以获得安稳轻松的工作环境为满足感和职业成功感；还有的人把勤奋努力工作、取得成绩看做成功；还有的人以社会公益助人为乐作为成功的表现。

## 规划职场人生

### 1. 5种职业生涯成功标准

职业生涯成功标准是人们对职业成果意义的认识和评价，它取决于人们自身的需要和愿望。人的多种多样的需求，使得人们对职业生涯成功的界定多元而又复杂。尤其是当我们关注职业成功的主观标准时，多元化的特点就越明显。职业生涯成功与否，从个人、社会、家庭、企业等不同角度，具有不同的判定标准。目前大家共识的有以下5种不同的职业生涯成功标准。

◇ 进取型职业生涯成功标准。这种成功标准往往认为职业成功就是晋升到企业等级体系的高层或者在专业上达到更高等级，以达到集团和系统的最高地位为衡量标准。不满足于日常平凡的工作成绩，对工作永不满足，保有进取之心。

◇ 安全型职业生涯成功标准。这类标准的人往往以追求得到组织和组织成员的认可，拥有安稳的工作，受到人们的尊敬为界定职业生涯成功标准。这是一些扎实的人，



他们需要长期稳定和相应不变的工作认可。

◇ 自由型职业生涯成功标准。这类人强调职业成功就是在工作中自主自由，对职业和工作有最大限度的控制权，在工作过程中得到最大的控制而不是被控制。

◇ 攀登型职业生涯成功标准。这类标准的人以得到刺激、挑战、冒险和“擦边”的机会为界定成功的标准，他们往往是那些敢于标新立异、做出别人没有做的事情的人。

◇ 平衡型职业生涯成功标准。这类人特别讲求平衡之道，在工作、人际关系和自我发展三者之间保持有意义的平衡，使工作不至于变得太耗精力或太乏味，在繁重工作的压力下依然保持身心健康。

## 2. 职业生涯成功评价体系

职业生涯成功的标准具有多样性和复杂性。要对职业生涯成功进行全面的评价，必须综合考虑个人、家庭、企业、社会等各方面的因素。对于企业管理人员来说，按照其人际关系范围，可以将其职业生涯成功标准分为自我评价、家庭评价、企业评价和社会评价四类评价体系。如果一个人能在这四类体系中都得到肯定的评价，则其职业生涯必定成功无疑。

◇ 自我评价体系。评价者本人根据自己的价值观念及个人的知识、水平、能力对自己做4个方面的评价：自己的才能是否充分施展；对自己在企业发展、社会进步中所做的贡献是否满意；对自己的职称、职务、工资待遇等方面的变化是否满意；对处理职业生涯发展与其他人生活的关系是否满意。

◇ 家庭评价体系。被评价者通过父母、配偶、子女等家庭成员根据家庭文化做两方面的评定：是否能够对家庭成员给予充分的理解和肯定；是否能够给予家庭成员足够的支持和帮助。

◇ 企业评价体系。被评价者所在企业的上级、平级、下级根据企业文化及其总体经营结果，做4个方面的评定：是否有下级、平级同事的赞赏；是否有上级的肯定和表彰；是否有职称、职务的晋升或相同职务责权利范围的扩大；是否有工资待遇的提高。

◇ 社会评价体系。被评价者通过社会舆论、社会组织，根据社会文明程度、社会历史进程，做两方面的评价：是否有社会舆论的支持和好评；是否有社会组织的承认和奖励。

由此可见，职业生涯成功方向和标准的多样性，使得个人在职业生涯成功标准的制订上应当更全面和个性化。同时企业应根据员工的具体情况制订个性化的职业生涯开发与管理战略，根据员工的特点制订职业生涯开发与管理工作的战略目标和措施。通过两者之间的平衡，找到企业发展和个人发展之间的最佳结合点，促进企业和员工的共同发展。

## 规划要点

通过以上内容，我们知道职业生涯成功含义因人而异，并且具有很强的相对性，对于同样的人在不同的人生阶段也有着不同的含义。职业生涯成功能够促进个人素质的提高和潜能的发挥。职业生涯成功与否，个人、家庭、企业、社会判定的标准都存在一定的差异。

追求职业生涯成功是职业生涯管理的出发点和归宿。每个人都应该对自己的职业生涯成功进行明确界定，包括成功意味着什么、成功的时间和范围、成功与健康、被承认的方式、想拥有的权势和社会的地位等。界定自己的职业生涯成功标准，从个人的角度而言，是认清自己的内在需要，不至于在人生漫长的职业生涯旅途中迷失方向；对于组织来说，了解员工的职业成功定位，有针对性采取因人而异的激励方案，是促进员工和企业共同发展的有效措施。

# 究竟抓住了多少机会

每个人都知道机会对于职业发展的重要性，每个人都想寻找到属于自己的成功机会，可究竟什么是机会？当机会敲门的时候，你是否听到并迎接机会的到来？我们怎么去分辨机会呢？

改变你生活和他人生活最有效的方法之一，就是抓住每一次改进的机会。然而很多时候，机会就在你的眼前，但是你却并没有发现它。爱因斯坦说过：“机遇只偏爱有准备的人。”只有当你做了充分的知识和能力的积累后，机遇才会不期而至，你才会发现机遇，抓住机遇。

我错过了多少机会？我究竟抓住了多少机会？如何抓住机会？新生事物会推动机会的积聚爆发。机会总是青睐那些有思想的人。抓住机会，你便抓住了成功的一半！

## 规划职场人生

### 1. 新事物酝酿着成功

新事物总是挑战与机遇并存，多机会也意味着多奉献。社会的发展，科技的进步，新工具的产生，推动新事物取代旧事物，而新的工具产生意味着财富重新分配。只有当财富重新分配时，才有可能有机会。一般而言，机会有的时候是不被看好的，如20世纪80年代初期摆地摊，如20世纪90年代初期的股票。而很多机会很多事情都是在反对声中开始，在议论声中发展，在掌声中成熟或结束的。

机会就是别人不知道的时候，你知道了；别人不明白的时候，你明白了；别人犹豫不做的时候，而你做了。当别人知道了，明白了，想要做时，你已经成功了！机会就是这样，总是偏爱少数人，因为大部分人都有一种惰性，喜欢跟风，人云亦云，而那些敢于挑战创新，敢于迎接新事物的人，才会牢牢抓住机会。

### 2. 机会总是偏爱那些有准备的人

思路决定出路，机会决定未来。那些富有创造力的人通常能够看到所遇到的机会，而他们的洞察力、观察力和分析力总是那么透彻。

然而思维不是一蹴而就的，机会总是从那些没有准备的人身边悄悄溜走，一去不返。

失去一次机会，有时候便失去了一生的转机。

随着科技和社会媒体的发展，你遇见那些有创造性的人以及分享他们具有创造性思想的机会比过往历史上任何时代的机会多多了。学习认识世界一切可能性的最好方法就是多和这些将大量时间花在创造新事物上的人交往。让学习和思考成为生活中一门必修的功课，想象一些最有可能实现的事情并把它们记录下来。想象是便宜的、是用之不尽的清洁能源。它会是怎么样的呢？我们应该怎么使用它们呢？幻想一下你理想中的商业模式；幻想一下你的未来，如果你可以创造你的未来的话，它将会是什么样子的呢？将它记录下来，发掘在你想象中潜藏的机遇。

### 3. 抓住机会，大胆去做

抓住机会，未必能赢，但是不抓住机会，注定平庸！

为什么没有选择机会？因为很多人都是选择了“万一……怎么办？”大部分机会都是在这种选择之中失去的，不去选“9999”的机会和几率，而去选择“1”，是不是拣了芝麻，丢了西瓜？是否应该逆向思维，应想到“万一”成功了呢？

生活告诉我们：先知先觉是机会者，后知后觉是行业者，不知不觉是消费者。犹豫者失去机会，观望者丧失机会，等待者永无机会。你见过看热闹的人和发表言论的人拿冠军的吗？

机会是什么！机会就像小偷，它来的时候无声无息，但走的时候会让你损失惨重！只有一个办法，抓住它！机会就是这样，从不对某一个人格外青睐，也不会对谁格外吝啬，我们所做的，就是在它到来之前，去努力做准备，在机会到来之时，一跃而起，奋力抓住！

### 4. 没有机会也要创造机会

要想获得成功，你不可能一味地等待，否则，再好的条件也只能成为你的附庸和累赘，不仅无助于你成功，反而会拖累你前进的步伐。俗话说，愚者丧失机会，弱者等待机会，智者把握机会，强者创造机会。成功者都是善于在没有条件的情况下创造条件，在不可能的情况下通过自己的努力，创造出有利于自己发展的机遇。比如，加薪晋级的机会可不是随时都有的，如果不留点心眼儿，学会为自己创造机会，加薪晋升这类好事儿可不会主动来“拜访”你。事实上，很多人并不是没本事，只是不知道如何让老板知道自己有本

事。

只有弱者才会等待条件都成熟之后了才去做。有句话说得好：“一个聪明人所创造的机会要比他所发现的机会更多。”所以，要想获得成功，一定要自己去创造机会。

## 规划要点

你或许已经发现你错过了很多机会。我们总会发现，生活中有许多人渴望成功，急切地寻找机遇，可当机遇来临时却又失之交臂。只有善于发现机遇，抓住机会，才能叩响成功之门。

机会并非凭空而降，只有当你做了充分的知识和能力的积累后，机会才会不期而至，你才会发现机会，抓住机会。有人常叹息自己怀才不遇，其实，这些人往往是抱怨有余而才气不足。“才”是“遇”的基础，有“才”才会被“遇”。一位作家曾生动地把机遇比作梯子两边的侧木，本人的才学和能力犹如梯子中间的横木，二者兼有，才能成为攀向成功的梯子。如果缺乏知识和才能，即使与机会不期而遇，也只能坐失良机。不断积累知识和才能，才会有能力拥抱机遇。

要想抓住机遇获得成功，还必须有敏锐的思维和创新意识。鲁班被茅草划破手指，从中得到启示，发明了锯子；牛顿看见苹果落地触发了灵感，发现了万有引力。手指被划破过的人何止千万，发现苹果落地现象的也不止牛顿一人，为什么只有鲁班、牛顿能成功？只因为他们善于发现，善于思考创新。

要想抓住机会，还要有锲而不舍的精神。有时你已经具备了足够的知识和才能，也做好了充分的准备，可是由于这样或者那样的原因，机会仍然会与你擦肩而过。但是，无论遇到怎样的困难，我们一定要坚持下去，锲而不舍地努力，机会一定会垂青于我们。

## 如何离成功更近一步

每一位职场人士都希望自己能有一个良好的发展。那么，如何离成功更进一步，并最终获取成功呢？成功需要什么样的素质呢？

都说万事开头难，此话千真万确。从开始树立职业目标，到一步步推进走向事业成功的巅峰，绝非易事。职场上充满了竞争、挑战、智慧。职场的智慧是一门真正的严肃学问。当我们顺利找到理想职业，开始一段职业生涯的时候，该如何迈向下一个阶段，再下一个阶段，一步步踏实稳妥地走下去呢？

职场的刺激和诱惑很多，如何面对刺激和诱惑而坚定目标不动摇？日复一日周而复始的工作，消耗着工作的激情，如何保持鲜活的工作热情？如何提高工作效率，注重效率和结果并重？人际复杂的职场，如何把握相处之道？这些都是我们在通往职场成功之路上需要不断学习提高的职业素养。不积跬步，无以至千里，成功绝非一蹴而就！

### 规划职场人生

#### 1. 要有明确的职业目标

根据自己的优势设定明确的职业目标。职业目标是相对稳定的职业规划。职场人士经常会受到无数新工作的诱惑和刺激，假如没有明确的职业目标，在受到诱惑和刺激的时候便可能选择放弃，职业目标和职业生涯规划就会失去意义。因此，设定明确的目标对于每一位职场人士都相当重要。为了最终达到成功，目标的设定可以按人生奋斗方向、人生职业规划、3~5年的阶段性目标来进行长期、中期、短期的职业规划，这样有利于一步一步地实现每一阶段的目标。

#### 2. 保持鲜活的工作热情

人在对一事物抱有热情的时候，体内就会发生奇妙的变化，从而获得新的动力和力量。因此，让自己保持饱满的工作情绪，不断激励自己，善于打破传统思维的模式，凡事都多换几个角度去思考，与时俱进，勇于创新。有了积极乐观的心态，在工作中自然精力充沛，这样才能达到事半功倍的效果，离成功也就更近一步。

#### 3. 提高执行力

要达成任何的目标，都必须付诸行动。在职场上取胜的黄金定律之一便是要有责任心，凡事尽力而为，并且要任劳任怨。在工作上，永远不要试图去敷衍自己的老板。有人曾经访问过许多在事业上功成名就的人，他们的一个共同特点便是，在工作上投入的时间及精力远远比工作本身所要求的多。一个人之所以能够成功，一定是有非常强的行动力。如果我们想要成功，就应该在每24小时之内做一件与别人不一样的事情。

#### 4. 对工作持之以恒

要想获得成功，必须拥有积极的心态、必胜的信心。在工作中，一定会遇到许多问题和困难，只有坚持永不放弃的精神，不断自我鞭策，自我激励，才能战胜自己，战胜困难，最后达成自己的目标。想真正地做成一件事情，需要你有锲而不舍的精神。不管我们想在哪个领域做成一件事情，如果你已经认准了目标，那就一定要坚持不懈地做下去。罗马不是一天建成的，只要你一天天用心地去做，总有一天，量变会发生质变。

关于挫折，早有职场丽人总结出至理名言：“人在职场飘，哪能不挨刀？”这是一种洒脱的态度。面对挫折和困境时不断鼓励自己。一般来说，人的智力相差不大，工作成效的高低往往取决于对工作的态度，以及勇于承担责任的精神。在工作中遇到挫折而仍不屈不挠、坚持到底的员工，其成效必然较高，并因此受到公司老板和同事们的器重和信赖，他也就离成功更近了一步。

#### 5. 不断学习的能力

现代社会分工越来越细，各行各业所需要的专业知识越来越专、越精。因此，专业知识及工作能力已成为企业招聘人才时重点考虑的问题。但在越来越多的企业重视教育培训、自行培养人才的趋势下，新进人员除了具备专业知识外，其接受新知识的能力，即学习潜力如何也是非常重要的一点。

科学技术的发展日新月异，市场竞争瞬息万变，企业要想持续进步，只有不断创新，否则，保持现状即意味着落后。企业所开展的一切工作都是以人为主体的，因此，拥有学习意愿强、能够接受创新思想的员工，企业的发展必然比较迅速。

#### 6. “内方外圆”的处世之道

所谓“内方”是指为人要诚实、守信、谦虚，对人要真诚、友善、宽容、乐于助人、善于分享。一个人想要成功，他的品质是最为关键的，因为人的品质决定人生成败！而“外

圆”指的是做事要讲究方法、技巧、艺术，要善于与人合作，要积极建立广泛的人脉，要善于进行广泛的资源整合。

在当今的社会里，一个人再优秀、再杰出，如果仅凭自己的力量也难以取得事业上的成功。凡是能够顺利完成工作的人，必定要具有集体主义精神。

员工在个性特点上要具有集体主义精神或合群性，几乎已成为各种企业的普遍要求。个人英雄主义色彩太浓的人在企业里不太容易立足，因此想要做好一件事情，绝不能仅凭个人爱好独断专行。只有通过不断沟通、协调、讨论，优先从整体利益考虑，集合众人的智慧和力量，才能做出为大家接受和支持的决定，才能把事情办好。

## 规划要点

综观古今中外，失败与成功、平庸与辉煌、卑微与伟大之间，从来就没有横亘过巍峨的高山、滔滔的江河，有时仅仅相隔一步之遥。

企业的竞争就是人才的竞争，人才是企业的根本，是企业最宝贵的资源。因此，如何选择优秀的员工为公司工作，已经成为企业生存与发展的决定因素。换言之，如何让自己成为符合企业标准的高素质人才，也是个人职业生涯成功的一个非常重要的因素。

一开始一定要给自己确定一个明确的目标。一定要确保你的追求是很现实的，或者在你期望达到它们之前，想方设法使它们变得现实。一旦你明确要做什么，就应全力以赴地坚持下去。适者生存是成功的法则，良好的人际关系是成功的纽带，有影响力的交流是一种成功的艺术，和谐的人际关系是成功的重要因素，情商和智慧的拥有是成功的保证。把握职场成功的要素，离职业生涯成功更近一步！



## 边走边学

学习是成功的因素，是一个人一辈子的事业。趁着我们还有时间，去学习我们能学会的事。这样，才能带给我们某种机会。

CNN电视台名嘴赖瑞金曾经邀请43位全美国最精英的人士一起探讨如何迎接新世纪，并请他们提出一些建言。结果他发现这些精英人物提出最多的字眼就是“改变”和“学习”。“改变”不是在原地等待伺机而动的。当你在阅读本篇文章的同时，可能正在发生中。当你读完这篇文章后，有许多事情又有了明显及重要的改变。你永远不知道时间过得有多快，它就是一直在改变中，所以你应该具备良好的能力，并准备好迎接未来所有的改变了吗？全录公司的首席科学家约翰·西里·布朗（John Seely Brown）提到，将跨越21世纪的人类，首先要学会如何去学习，并且学会如何去学习新事物。

学习，是每个人毕生的事业。总统必须学习如何以人民的福利为出发点；人民必须学习如何爱护你的国家；领导者要学习如何将自己的团队带领成最好的团队；团队的一份子要学习达成目标和解决问题的能力；父母必须学习如何教导自己的小孩明辨是非，未来对社会有所贡献；员工必须学习如何达成自己的职业生涯目标。

是的，你和我都要学习，让我们把学习当成生活的一部分吧！

### 规划职场人生

#### 1. 我要“充电”

“充电”，就是补充知识给养，弥补自身能力的不足。在现代社会，竞争无处不在，对于职场人士来说，给自己充电，不仅是需要，更是必要。所以说，“充电”不是目的，而是职场人提高能力、增加竞争资本的手段。

应该如何提高自己的职业技能，只有学习才能够提高。这里的学习，包括自学，向书本学，向实践学，利用一切可以利用的时间和机会学习，努力提高自己的职业技能。利用业余时间，结合自己的专业，多学习，早提高，在实践中多向有经验的同志学习，多沟通，多切磋，多总结，把努力提高自己的职业技能列入自己生活的重中之重。

选择“充电”首先要明确自身的职业定位。关注自己所从事或准备从事的职业对人员技能的要求，认真分析人才标准，对自己的职业发展道路有一个清晰明确的规划。如果对于

自己该做什么、适合做什么都不清楚，没有明确的职业生涯规划的话，“充电”就有些盲目和跟风的味道，效果就很难保证。

## 2. “充电”以提高自身职业技能为目的

“充电”要以提高自身职业能力为目的。在现实社会中，很多人都抱着这样的心理：多一张证书没坏处，不管自己是否需要，先拿个证书再说，一切以考证为目的，以为证书就代表了工作能力。其实，这是过于功利性的表现，这样的“充电”不仅浪费时间也浪费有限的精力。必须要找准“充电”的切入点，关注职业所需的专业知识，才能学以致用。要加强具体工作的能力培养，而不是盲目跟风。

## 3. “充电”的时间选择

合理安排好“充电”的时间很重要。很多人都是边工作边学习。这本来也未尝不可，但如果时间安排不合理，就容易与工作发生冲突，协调起来也比较麻烦，很可能造成不必要的负担，所以需要把握好“充电”的时机，不要在不恰当的时间安排不恰当的“充电”。

## 4. 选择合理的“充电”方式

首先要处理好工作与学习两者之间的关系。如果是有家庭的职场人士，更要处理好家庭、工作、学业三者之间的关系。业余充电的方式很多，如果因为工作或者家庭的原因时间紧张，可以选择以网络函授的教育方式学习，不仅学习方式灵活，而且时间上可自由选择。另外，如何在眼花缭乱的培训市场中找到合适的“充电器”，需要职场人“货比三家”，从办学机构的信誉、课程设置、教材资料、证书价值等方面做综合评定，真正找到符合自身职业提升需求，真正行之有效并且信誉优良的培训机构。总之，职场人士“充电”必须讲求方法，最重要的是，要为自己制订一个职业发展的学习目标，并细化落实到每一天，在职业规划的基础上每天进步一点点，为自己的未来发展添加持续的动力。

## 规划要点

学习要和自身职业生涯的规划紧密地联系起来，根据当前个人职业发展所处的阶段来安排，做到学以致用。

职业生涯中会出现急需“充电”的情况。一是在职业生涯中出现所谓的停滞期。总是在做以前做过的事情，重复多于创新，或者很难再在公司有更大的作为，而自己又想在这个

行业深入发展下去，就可以利用“充电”的机会充实自己，同时提高未来发展的含金量。二是在工作中发现掌握的知识已经过时，如果不及时学习新知识，很容易被淘汰。因为在当前终身学习的大环境下，找到一份一劳永逸的工作已经不太可能了。三是处于职业上升期，完全能够胜任现在的工作，并得到领导器重打算委以重任时，则可以进行新知识的补充。如果安于现状而放弃学习提升，则会错过很多机会。如今复合型人才已经成为人才发展的大势所趋。实行技能储备，一专多能，这样才能让自己更有竞争力、更有上升的资本。

现在的社会，就是一个学习型的社会。我们的人生，就是学习型的人生。充电、学习，应该是我们每个人的生活方式。

## 本章小结与权威测评

### 本章小结

职业生涯成功是个人职业生涯目标的实现，能带给人成就感，使人产生自我实现的价值感，对促进个人素质的提高和潜能的发挥有着极其重要的作用。人的多种多样的需求，使得人们对职业生涯成功的界定多元而又复杂。

机会对于职业发展极其重要。机会只偏爱有准备的人。新事物蕴藏着机会，要敢于尝试。抓住机会，未必能赢，但是不抓住机会，注定平庸！

成功是当今这个时代的一大主题，人人都渴望成功。然而，没有一个人的成功是偶然的，大凡成功的人士都具备了成功的基本要素：勤奋努力，不屈不挠，勇敢无畏，胸襟广博，仁爱智信等，而这些品性的形成大多要经历人生的挫折，在不断思考，不断砥砺中形成并完善起来。

树立明确的、切实可行的目标。一旦你明确要做什么，就应全力以赴地坚持下去。适者生存是成功的法则，良好的人际关系是成功的纽带。把握职场成功的要素，离成功更近一步！

学习是成功的重要因素，是一个人一辈子的事情。学习要和自身职业生涯的规划紧密地联系起来，根据当前个人职业发展所处的阶段来安排，做到学以致用。

### 权威测评

人们说机会只给有准备的人。谁也不知道机会什么时候能够降临，但只有时刻准备好迎接它，才能抓住它。下面的测试让你了解自己的职场性格，将有助于你更好地把握职场机会。

1. 听说难得一见的流星雨要来了，你的反应是：
  - A. 没有兴趣，连相关新闻都懒得看。（1分）
  - B. 有点好奇，但看看新闻就满足了。（3分）
  - C. 是追星一族，当然要留下珍贵的回忆。（5分）
2. 你平时多久去逛一次百货公司？
  - A. 好像有好几年没去了。（1分）

- B. 不会主动去，路上经过时会进去看看。（3分）  
C. 闲着没事就可能去那里逛逛。（5分）
3. 你对音乐的态度如何？  
A. 只喜欢听某一类音乐。（1分）  
B. 凭感觉，有些歌一听就会马上喜欢。（3分）  
C. 很多歌都是要听几遍之后才会喜欢。（5分）
4. 你对常用的交通工具有上锁的习惯吗？  
A. 会加上好几道锁，担心治安不好。（1分）  
B. 会另外加装一道安全锁，求个心安。（3分）  
C. 只用基本配锁，觉得自己不会那么倒霉。（5分）
5. 你闲来无事时会出去散步吗？  
A. 会的，不过多半在附近绕圈子。（1分）  
B. 会到比较远、平常较少去的地方。（3分）  
C. 喜欢到从来没去过的地方冒险。（5分）
6. 你平均每天到工作地点的时间约需多久？  
A. 10分钟以内。（1分）  
B. 10~30分钟。（3分）  
C. 超过半小时以上。（5分）
7. 你一早起来是否会有不去公司的想法？  
A. 难免，但次数不太多。（1分）  
B. 次数不少，跟心情好坏有很大的关系。（3分）  
C. 只有阴雨天才不会不想去公司。（5分）
8. 你平常是否有饲养宠物的习惯？  
A. 我超级喜欢小动物。（1分）  
B. 我喜欢养宠物，只是它们的一些小毛病会让我觉得麻烦。（3分）  
C. 我很少或从来没养过宠物。（5分）
9. 如果可以在上海金茂大厦租个楼层来工作，你会选择：  
A. 50层，没人打扰，而且视野不错。（1分）  
B. 当然是最高层，喜欢站在最高点的感觉。（3分）

C. 一楼，进出会比较方便。（5分）

10. 你洗澡时通常从哪个地方开始涂肥皂？

A. 先洗脸。（1分）

B. 从胸部开始。（3分）

C. 从私密处开始。（5分）

结果分析：

**20分以下者：实干型**

你的开拓能力及创意能力不足，适合你的工作并不多，但你有高度的责任心，一旦决定了做某项工作，你会全力以赴将之做到最好。工作中的你热情专注，是个尽职的员工或老板。因此，只要执著地做事，对自己喜欢的专业深入研究，成功就会属于你。建议你除了工作，也要多走出去，加强人际关系的积累。

**20～30分者：老谋深算型**

你很懂得谋略，知道如何避重就轻，懂得包装自己的外在形象来掩饰工作上的一些小缺陷。广结人脉是你在工作环境中如鱼得水的一大因素，拥有这样的性格在职场很吃得开。当然，工作还要出色，有成绩，老板才会更加欣赏你。除了打工外，你也很适合自己做生意，在你的精心掌控下，一切都会朝着你期望的方向发展。

**30～40分者：脱颖而出型**

你很有自己的想法，喜欢提出自己的意见，只是总没办法引起共鸣，常常都是差了临门一脚，自己却不知道问题到底出在哪里。其实，你欠缺的只是神来一笔的启发而已。继续发挥自己的创意，并努力付诸于实践，平时多做些“课外功课”，打好功底，相信好的运气就会来临。

**超过40分者：创意天才型**

你的专业能力或许有些欠缺，可是你的创意能力却十分出色。你能胜任自己的工作，但总觉得这份工作不能很好地发挥自己的才能，所以总是在不停地寻找机会。你非常适合从事艺术类或设计类工作，关键要擅于利用自己的长处。固定模式的工作类型并不适合你，你可以尝试再找一份兼职，最大限度地发挥自己的才能。

## 10 跟名家学习做自己的咨询师——规划管理之境界提升

# 霍兰德的人业互择理论

每个人的性格类型、学习兴趣和将来从事的职业密切相关。人们总是在不断寻求能够获得技能、发展兴趣的职业。

洛威尔说过：“做自己的天赋所不擅长的事情往往是徒劳无益的，在人类历史上因为做自己所不擅长的事情而导致理想破灭、一事无成的例子不胜枚举。”

美国著名职业指导专家约翰·霍兰德（John Holland）在研究中发现，不同的人具有不同的人格特征，不同的人格特征适合从事不同的职业。由此，他提出了具有广泛社会影响的人业互择理论，把性格划分为6种类型，分别是实际型、调研型、社会型、常规性、企业型、艺术型，并认为社会上的每一个人都可以划分出一种主要的性格类型，每一种性格类型的人，对相应的职业感兴趣。

同一类型的人与同一类型的职业互相结合，才能达到适应状态。而人的一生面临着许多职业的选择、职位的选择，甚至具体项目的选择，这些选择是否能与其类型相匹配，自然也是影响成功的重要因素。

## 规划职场人生

### 1. 现实型人格与职业选择

现实型的人真诚坦率，较稳定，讲求实利，动手能力强，一般不善言辞，做事保守，偏好具体任务，通常喜欢独立做事。现实型适合从事操作性工作强的。如果你具有现实型人格，在职业的选择上就要考虑技术性或者技能性的职业，比如电脑硬件人员、机械装备工、汽车修配工、制图员、木匠、管道工、厨师、技工等。

### 2. 调研型人格与职业选择

调研型的人喜欢观察、学习、研究、分析、评估和解决问题，可以称这类人为思想家而非实干家。这类人在抽象思维方面表现非凡，喜欢独立而又富有创造性的工作，做事精确理性，喜欢逻辑分析和推理，对未知领域充满探索的欲望。如果你是喜欢智力逻辑和抽象分析的调研型人格，教师、生物学家、数学家、科研人员、医生、电脑编程人员、系统分析员等职业是这类人格的典型职业代表。



### 3. 社会型人格与职业选择

具有社会型人格的人喜欢为他人提供信息，帮助他人，善言谈交际，机智老练，喜交朋友，愿意教导别人，关注社会问题，看重社会义务和社会道德，并渴望发挥自己的社会作用。这类人喜欢在秩序井然、制度化的工作环境中发展人际关系和工作。护理、教学、市场营销、销售、公关人员、咨询人员、培训与开发等包含着大量人际交往活动的职业是这类人格的典型职业选择。

### 4. 常规型人格与职业选择

常规型人格的人尊重权威和制度，按计划办事，细心、有条理，关注实际和细节情况，通常较为谨慎和保守，习惯接受他人的指挥和领导，不喜欢冒险和竞争，富有自我牺牲精神。通常具有常规型人格的人会被那些包含着大量结构性和规则性的职业所吸引。这种个性类型的人最适于从事事务性的职业，喜欢要求注意细节、精确度、有系统有条理，具有记录、归档、据特定要求或程序组织数据和文字信息的职业，并具备相应能力。会计、出纳员、秘书、行政助理、打字员、银行职员就是这种类型的典型代表。

### 5. 企业型人格与职业选择

这种类型的人与社会型的人有一定的相似之处，他们都喜欢与人合作。其主要的区别是企业型的人喜欢领导和控制他人，而社会型的人则更多倾向于帮助他人。这种类型的人追求权力、权威和物质财富，具有领导才能。喜欢竞争，敢冒风险，有野心，有抱负；为人务实，习惯以利益得失、权利、地位、金钱等来衡量做事的价值，做事有较强的目的性。具有这种性格的人常会从事那些包含着大量以影响他人为目的的职业，如营销管理人员、政府官员、企业领导、法官、律师等。

### 6. 艺术型人格与职业选择

艺术型人格的特点在于有创造力，渴望表现自己的个性，实现自身的价值，做事理想化，是完美主义者，具有一定的艺术才能和个性。这类人一般具备艺术修养、创造力、表达能力，并将其用于语言、行为、声音、颜色和形式的审美、思索和感受，不善于事务性工作。这类人格典型的职业有演员、导演、歌唱家、作曲家、乐队指挥、小说家、诗人、剧作家等。

规划要点

通过前面的介绍，我们知道，人是有特质的，工作是有特性的，让人格特质与工作职业相匹配，才能提高个人的工作满意度、职业稳定性和职业成就感。

我们曾听到很多人抱怨，为什么我勤奋工作仍不能成功？这个世界上几乎有近一半的人正在从事着与自己性格不匹配的工作，尽管他们勤勤恳恳、任劳任怨，尽管他们不畏艰险、百折不挠，但工作成效却不尽如人意。

每个人都有自己的性格，每种性格都有其擅长的职业。有的人擅长这一行，有的人擅长那一行。每一种性格都能成功，关键就在于性格是否选对了职业。我们都应该认真思考自己的人格性向，并按照这一性格去寻找适合的职业。职业只有顺应了自己的天性才能有力担负，才能开启通往成功的大门。

西方有一首诗这样写道：“动物明白自己的特性：熊不会试着飞翔，驽马在跳过高高的栅栏时会犹豫，狗看到又深又宽的沟渠时会转身离去。”

你、我、他，我们是否还在困惑自己的职业方向？我们是否都曾历尽艰辛，却收获甚微？如果是这样，那么，请记住这样一句话——任何人只要从事自己性格擅长的职业，他就不会默默无闻。看清自己的性格，创造独一无二的人生！

# 人格类型的六边形

我们已经在前面了解到霍兰德的个性与职业类型划分的基础理论，6种人格类型，对应6种职业类型。性格与职业的选择关系重大，但如何能准确地定位自己的职业性向，做出科学合理的职业规划呢？

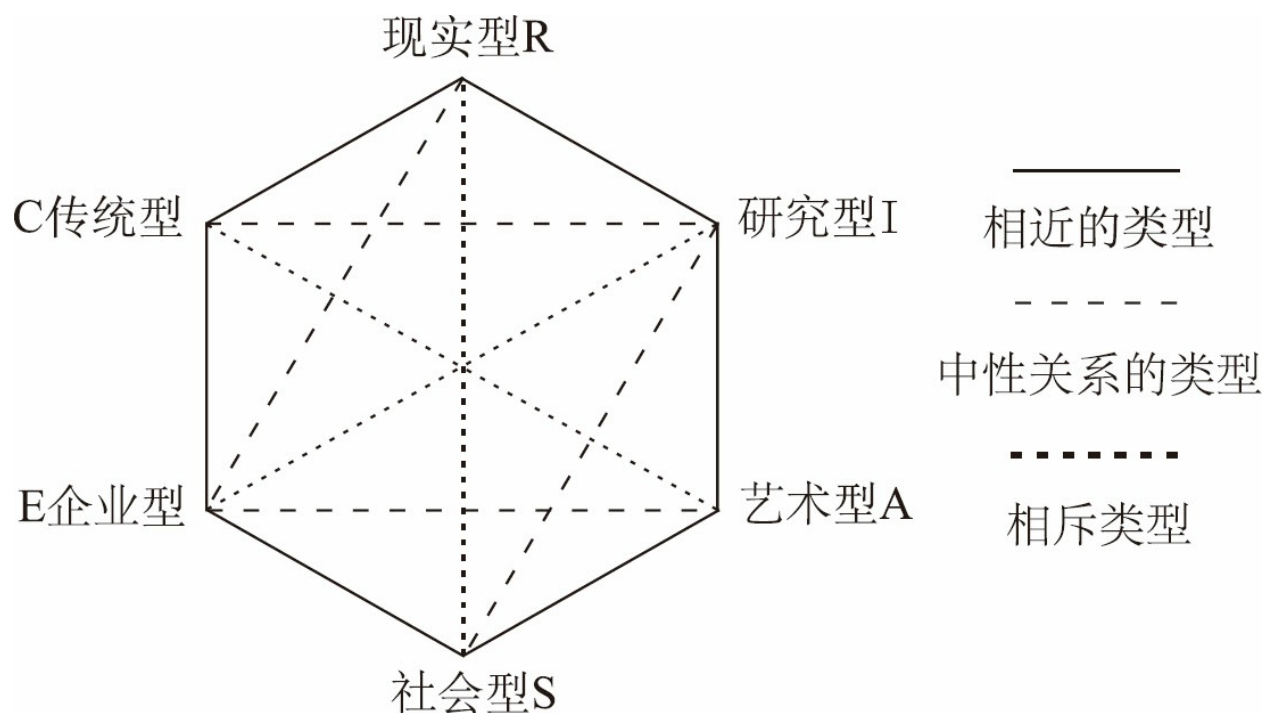
霍兰德在人业互择理论的基础上，做出了另外一个极有价值的贡献，即六边形模型的提出。用六边形表示6种类型之间的关系，每一种类型与其他类型之间存在不同程度的关系，我们称其为“人格类型的六边形”。

六边形理论可以帮助人们发现和确定自己的职业兴趣和能力特长，从而更好地做出求职择业的决策。如果您已经考虑好或选择好了自己的职业，六边形将使您这种考虑或选择具有理论基础，或向您展示其他合适的职业；如果您至今尚未确定职业方向，则可以根据自己的情况选择一个恰当的职业目标。

## 规划职场人生

### 1. 人格类型的六边形模型

霍兰德的六边模型，并非是并列的，现实型、研究型、艺术型、社会型、企业型、传统型，六者之间有着明晰的边界，却又彼此交叉，如下图所示。



## 2. 人格类型的三大关系

相近关系，即处在六边形每条边上相邻的两点，RI、IR、IA、AI、AS、SA、SE、ES、EC、CE、C及CR。属于这种关系的两种类型的个体之间共同点较多，比如现实型R、研究型I的人就都较少人际交往，所以这两种职业环境中也都较少机会与人接触。

中性关系，即RA、RE、IC、IS、AR、AE、SI、SC、EA、ER、CI及CS。属于这种关系的两种类型个体之间共同点较相邻关系少，职业相同点也较少。

相斥关系，即相对关系在六边形上处于对角位置的类型，RS、IE、AC、SR、EI、CA。相对关系的人格类型共同点极其稀少，因此，一个人同时对处于相对关系的两种职业环境都兴趣很浓的情况较为少见。

我们通常倾向选择与自我人格类型完全匹配的职业，如具有现实型兴趣的人希望在现实型的职业环境中工作，这样可以很好地发挥个人的潜能。但是，在职业选择中，我们并非一定要选择与自己兴趣100%对应的职业。首先，人本身是一个性格多元的综合体，单一人格类型的情况很少。其次，影响职业选择的因素是多方面的，不完全依据人格类型，还要参照社会的职业需求及获得职业的现实可能性。因此，通过人格六边形，我们寻找的是相对合适的职业，即个性特点与职业特点相对匹配。

### 3. 职业选择的四大原则

在霍兰德六边形模型中，每种职业人格类型与其邻近的两种类型属于相近关系，与其处于次对角线上的两种类型属于中性关系，与其处于主对角线上的职业人格类型属于相斥关系。在选择职业的过程中，如何让个性与职业达到最佳的适配程度，应当遵循以下几个原则。

适宜原则，即每种职业人格类型的人适宜从事同种类型的职业。艺术型的人在艺术型的职业环境中工作，传统型的人在传统型的环境中工作。在这种模式中，个人会感到兴趣和内在满足，并能最充分地发挥自己的聪明才智。

相近原则，即每种职业人格类型的人选择从事与人格类型相近类型的职业。性格类型和职业类型相近，比较容易适应。例如，实际型的人在调查型的职业环境中工作。在这种模式中，个人经过一段时间的努力工作，也能适应这种职业，并且能够做好工作。

中性原则，即选择从事与人格类型成中性关系类型的职业，经过艰苦努力，也较容易适应。如社会型人格类型的人从事与其相隔一个类型的传统型或研究型职业。

相斥原则，即性格类型和职业类型相斥。例如，艺术型的人在传统型的职业环境中工作，在这种模式中，个人对职业毫无乐趣，则很难胜任工作。

由此，同一类型的人与同一类型的职业匹配程度越高，则适应状态越好。人的一生中面临着许多职业的选择、工作的选择、职位的选择，甚至具体项目的选择，这些选择是否能与其类型相匹配，自然也是影响其成功的重要因素。然而，在长期的职业生涯过程中，职业性格并非一成不变。例如，一个在公司高级管理岗位上工作了10年的管理人员，他的职业性格一般都是企业倾向。事实上，许多成功人士在做着与职业兴趣偏离的工作。当然，如果能做与自己职业性格吻合度高的工作，那么工作就会更快乐，更容易发挥出自己的才能。

#### 规划要点

选择职业，对个人来说是非常重要的。李开复说：“我告诉自己，人生只有一次，不应浪费在没有快乐、没有成就感的领域。”

应除去与选择某一职业相关联的功利内容，例如此职业被社会需要的程度、从中可获取报酬的多少等，人们最关心的是，是否具有胜任这一职业的天赋资质以及对这一职业能

否抱有长久的兴趣。

首先，人格类型是由各种特征所组成的有机统一体。许多的工作对性格品质有着特定的要求，要选择某一职业就必须具备这一职业所要求的性格特征。如企业家，除了具备这一职业所要求的气质、能力外，还应具有果断、勇于开拓创新的特征；教师除了具备丰富的知识外，还应具备热爱学生、正直、有责任感等良好品质；医生要求具有救死扶伤的人道主义精神和一丝不苟的工作态度。实践证明，没有良好的与职业要求相适应的性格特质，就难以很好地适应工作。

其次，选择职业不能靠自己一时的兴趣，实事求是地检测一下自己的性格类型和职业能力，这样才能找到“有用武之地”的合适工作。

## 不是你不优秀而是没有找到合适岗位

请问自己这样一个问题：你了解你的工作吗？

一份工作只有在你真正了解并能胜任的前提下才谈得上兴趣。从事适合的工作，通常能让人发挥己长，且较乐意投入工作，对工作有高度的承诺，因此更能胜任工作。不了解你的工作岗位，就很难将自己的兴趣与工作有效结合并发挥作用，更谈不上全力以赴，兴趣永远只停留在你的想象中。

生活中有各种各样的工作，很多人都很茫然，不知道自己适合什么工作。正所谓“男怕进错行，女怕嫁错郎”。每个人在职业选择的过程中，都会经历迷茫期。有些幸运的误打误撞者可能进对了门，于是也就一路逢源，成了一代CEO；有些人天生随波逐流，也就凑合着过了一辈子；还有不少人，就只能四处徘徊，每天活在后悔当初的选择上，郁郁而不得志了。

正如我们前面所讲，每个人都有不同的人格特质，适应不同的工作岗位。那些工作上一事无成的人，并不是不优秀，往往是选错了岗位。经济学家萨缪尔森曾给年轻人一个这样的建议：“永远不要低估在你的职业生涯早期就找到适合自己的工作的极端重要性，这能够让可能的后进生变成开心的战士。”可见，找到合适的岗位对于一生的职业发展有多么重要。

### 规划职场人生

#### 1. 了解自己的职业性向

在确定个人的职业价值观及追求的工作目标之后，可以此作为追求更美好、更充实的动力与踏脚石。性格比能力重要。从事适合的工作，通常能让人发挥己长，且较乐意投入工作，对工作有高度的承诺，因此更能胜任工作，获得更大的快乐和成就。

在面临职业选择的时候，很多人都会茫然，不知道自己适合什么样的工作，在选择工作的时候也更多的是选择待遇、企业的名气等等。而这种选择工作的方式其实是很片面的，也是很不明智的。选择工作，首先要明白自己适合什么，有着什么样的职业特质，并且期望通过工作达到什么样的人生目标。

#### 2. 了解企业的“性格”

除了自己是不是适合岗位外，了解企业是不是适合自己也是极其关键的。每个企业都有自己的性格，而这种性格体现在企业的经营理念、经营方式、价值观等方面，自己的性格、办事的方式是否可以大致和企业合拍是很重要的。知己知彼，百战不殆。职业选择也是一样，了解自己的职业兴趣，了解自己所处的环境与机遇，找到合适的企业和职业。

### 3. 提早做好职业规划

自身与职业的契合是一个连续的探索过程，职业规划的作用不是告诉你做什么一定能够成功，而是帮助你发现自己与职业的最佳契合点，并培养一种思维方式，让你知道在今后的职业困惑中如何去思考。

人生不同的阶段有不同的核心使命，0~14岁是成长期，15~24岁是探索期，25~44岁是建立期，45~64岁是维持期，60岁之后为退休期。最好在探索期能做多种尝试，这样便于今后的职业发展。除了职业周期，人还有6种身份——子女、学生、职业人、持家者、休闲者及公民。在不同阶段要平衡好各个身份，这样人生才会完美。建议在大学期间就早点接触毕业的师兄师姐，多听他们的建议，为就业定位及早准备。如果在毕业后自己心目中的职业方向还没有机会，可以选择先就业再择业，在工作中积累经验，为今后转方向做准备。

### 规划要点

成功源于恰当的选择，人生在于果断的放弃。好的职业不一定是高薪、高职和高位，解决温饱只是人生基本的需要。做自己喜欢的事情，才是人生更高层次的追求和享受。

有什么样的自我期望，自然就会选择什么样的信念；有什么样的信念，你就会选择什么样的态度；有什么样的态度，你就会有怎样的行为；有什么样的行为，你就会有怎样的结果。

卡莱尔说：“我们这个世界的最新福音是，认识你的工作，并且努力去做。”权力、财富、名望等并不是衡量人生价值的最高标准。比权力、财富、名望更为重要的是，一个人要拥有内心的丰富和充实，要有自己的真性情和真兴趣，有自己真正喜欢做的事。法国思想家拉罗什富科说：“我们幸福在于我们拥有自己觉得可爱的东西，而不在于我们拥有其他人觉得可爱的东西。”蒙田则说：“我们最豪迈、最光荣的事业乃是生活得惬意，诸如执政、致富、建造产业之类的事情，充其量也只不过是这一事业的点缀和从属品。”当职业与一个人的兴趣、爱好、气质、性格和专业能力相吻合时，才能从内心体验到真正的成就



感。

职场发展犹如股市选股票一样，当发现它的潜力和走势达不到你的期望值时，还是果断地把它抛掉，另选一只吧！如果你发现自己身上还有着没有被开发的潜能，在考虑清楚的情况下，大胆将这潜能开发出来，扩展开去，也许能开辟另外一片广阔的天地。

要做好职业规划，寻求符合自己职业生涯的好工作。

## 促进兴趣拓展的价值分析

我们已经谈过兴趣对于职业成功的重要性，比尔·盖茨也说过：“成功的秘诀是把工作视为游戏，这似乎就是所有成功者的工作态度。我们可以尽力找出能令我们蓬勃兴奋的事来，把投入到游戏中的方式带到工作中。”可见，兴趣是开启人生充实、乐于工作的一把钥匙，兴趣让人们把活力带到工作中来。

据调查，人们在评价一份工作是否满意时，职业兴趣在其中的影响力所占比重越来越大。在这个信息高速发展、压力也随之剧增的时代，工作越来越强调彰显个性，回归自我。对此，有人提出了“职业的深层志趣”这一概念，旨在说明兴趣的重要：它能使你在最大程度上发挥潜能，并可能超越金钱、地位、荣誉等标准，引导人向更深的层面投入，并获得职业“高峰体验”的快乐。

个人根据稳定的兴趣选择某种职业，兴趣就会变成巨大的个人积极性，促使一个人在职业生活中做出成就。由此可见，拓展兴趣对于职业选择和职业规划，有着极为重要深刻的意义。

### 规划职场人生

#### 1. 拓展职业兴趣促成功

兴趣对于一个人的职业生涯有着大海上的指南针的作用。幸运的人一生在自己喜欢的的事情上求发展，工作本身就是乐趣所在，一辈子乐得其所；而对于大多数人来说，兴趣和兴趣和工作并不完全吻合，工作更多的是一种谋生手段。出现这种情况怎么办呢？

当兴趣与职业不同步时，我们常常看到的是表象，重要的是挖掘表象背后的深层次兴趣，比如间接兴趣或者尚未被我们感知到的隐性兴趣。寻找自己的隐兴趣将是最可取的发展之道。一项对世界成功人士的调查表明，70%的成功人士所从事的事业并不是自己最感兴趣的工作，那么，促使他们成功的原因究竟是什么呢？专家研究得出了一个重要结论：在工作岗位上发掘自己的隐性兴趣至关重要，成功往往是兴趣和责任感交织作用的结果。

#### 2. 可激发的职业兴趣

调查显示，使兴趣转化为一个成熟的显性兴趣，必须有一个职业催化的过程。如果人的兴趣被工作所激发的话，这个兴趣就会存在于人本身的气质里面，变成显性兴趣。

如果你总认为现在从事的工作和自己的兴趣不合，必定会对工作提不起兴致，感到工作起来简直就是受罪。但能和你兴趣完全吻合的工作实在是少之又少，你很难找到。既然你感兴趣的工作并不是那么容易找得到，那你就应该试着用你现在的工作寻找你的兴趣所在，从而享受其中的乐趣。

这并不是什么不可能的事。无论是多么讨厌、多么困难的工作，只要你肯集中精神，投入全部的心力来努力，一定能够找到其中的乐趣。努力尝试之后，原来讨厌的工作也会逐渐地感兴趣，最后你就会渐渐地喜欢上这份工作。当然，对于喜欢的事情，你工作起来必定是轻松、快乐的。

### 3. 顺应本性，调整兴趣与职业错位

在兴趣和工作的衔接过程中，难免会发生职业错位的情况，应该顺应自己的本性及时发现并调整这种职业错位。

遵循的原则是：顺应自己的本性来调整自己的职业定位。调整错位的动力在于能否从职业中获得快乐或人生的满足。一旦出现错位的情况，首先应该在现岗位上探索拓展自己的兴趣，看目前岗位上有哪些能刺激自己的兴奋状态的因素，挖掘间接兴趣和隐性兴趣，把自己更快更好地调整到恰当的位置上去。

从事任何职业都不可能一帆风顺，所以应该忍受一些“小错位”的存在。真正的幸福就是能自动培养工作兴趣而愉快地工作，积极地去学习那些不热爱的工作。有的时候工作岗位没有完全满足人的兴趣，可以忍耐一下，从其他方面补足自己的职业兴趣，小的方面就可以暂且忍耐一下。在职业生涯中，人们会不断体会错位的感觉，经常会发现同一个角色在这个时候很顺畅，那个时候就会不断地出现错位。扭转自己错位感的过程，也是认识自己的职业倾向、更好地找准职业定位的过程。

### 规划要点

对于工作，无论是从整体或是部分中尝到成功滋味或发现乐趣，都是种快乐的体验，这种体验对于改善工作心情、提高工作意识有很大的帮助。常言说得好，喜欢之后才能熟练，只要拥有兴趣带来的快乐体验，再苦、再累的工作也会让你集中精神去做。

在职业选择上，人类有史以来最伟大的股票投资家沃伦·巴菲特有着让人羡慕不已的经历。从20世纪50年代初大学毕业后，巴菲特就一直从事着他所钟爱的股票投资事业，并且一做就是半个多世纪，始终没有离开过这个领域。

如今，心甘情愿用一辈子时间一如既往地做好一份职业的人已经非常罕见。虽然职业的选择和诱惑纷繁，面临选择的我们难免迷茫，但我们还是应该努力挖掘自己的兴趣，寻找最适合自己的工作。

很多时候，兴趣和职业的匹配程度可能不如我们所愿。培养广泛的兴趣，丰富拓展自己的兴趣爱好，会对我们择业提供更多的帮助，有利于我们适应工作，同时，也会让我们拥有更多的选择机会。

兴趣并非是为了工作而存在，兴趣也能带给你工作以外所无法学习的知识与技巧，这将会丰富你的人生，也为你的工作与生活带来很多刺激与创意的元素。如果你现在还不知道自己有什么兴趣的话，那真的太糟糕了，因为你的人生会变得乏味。兴趣不在于难度与专业，而是在于你喜不喜欢它。当你从事某项活动时，是否会感到满足与快乐，那就是你的兴趣所在。找到了，就好好地培养下去，说不定有一天，你会变成剑道武士、园艺专家、手工艺品艺术家、茶道家、作家、小型飞机教练、潜水教练.....兴趣让你拥有更多的选择，兴趣让你的人生更有价值。

## 本章小结与权威测评

### 本章小结

霍兰德的人业互择理论，把性格划分为实际型、调研型、社会型、常规性、企业型、艺术型6种类型，同一类型的人与同一类型的职业互相结合，才能达到适应状态。每个人的性格类型、学习兴趣和将来从事的职业密切相关，人们在寻求能够获得技能、发展兴趣的职业。

人格的六边形理论可以帮助我们发现和确定自己的职业兴趣和能力特长，从而更好地做出求职择业的决策。同一类型的人与同一类型的职业匹配程度越高，适应状态越好。人在一生中，面临着许多职业的选择、工作的选择、职位的选择，甚至具体项目的选择，这些选择是否能与其类型相匹配，是影响其成功的重要因素。

职业对于一个人来说也是一生的投资。职业兴趣对职业选择和职业发展乃至人生的成功，都有着非凡的作用。

每个人都有不同的人格特质，适应不同的工作岗位。一份工作只有在你真正了解并能胜任的前提下，才谈得上兴趣。从事适合的工作，通常能让人发挥己长，且较乐意投入工作，对工作有高度的承诺，因此更能胜任工作。

个人根据稳定的兴趣选择某种职业，兴趣就会变成巨大的积极性，促使一个人在职业生活中做出成就。由此可见，拓展兴趣对于职业选择和职业规划有着极为重要深刻的意义。

### 权威测评

你究竟是怎样一个人？什么决定着你的成功或失败？这些问题都会在你充分了解自己的性格之后迎刃而解。此外，性格还将告诉你更多前所未有的秘密。下面这个小测试，将帮你揭开性格的密码。

#### 1. 你更喜欢吃那种水果？

- A. 草莓2分
- B. 苹果3分
- C. 西瓜5分
- D. 菠萝10分

- E. 橘子15分
2. 你平时休闲经常去的地方是？
- A. 郊外2分
  - B. 电影院3分
  - C. 公园5分
  - D. 商场10分
  - E. 酒吧15分
  - F. 练歌房20分
3. 你认为容易吸引你的人是？
- A. 有才气的人2分
  - B. 依赖你的人3分
  - C. 优雅的人5分
  - D. 善良的人10分
  - E. 性情豪放的人15分
4. 如果你可以成为一种动物，你希望自己是哪种？
- A. 猫2分
  - B. 马3分
  - C. 大象5分
  - D. 猴子10分
  - E. 狗15分
  - F. 狮子20分
5. 天气很热，你更愿意选择什么方式解暑？
- A. 游泳5分
  - B. 喝冷饮10分
  - C. 开空调15分
6. 如果必须与一个你讨厌的动物或昆虫在一起生活，你能容忍哪一个？
- A. 蛇2分
  - B. 猪5分
  - C. 老鼠10分
  - D. 苍蝇15分

7. 你喜欢看哪类电影、电视剧？
- A. 悬疑推理类2分
  - B. 童话神话类3分
  - C. 自然科学类5分
  - D. 伦理道德类10分
  - E. 战争枪战类15分
8. 以下哪个是你身边必带的物品？
- A. 打火机2分
  - B. 口红2分
  - C. 记事本3分
  - D. 纸巾5分
  - E. 手机10分
9. 你出行时喜欢坐什么交通工具？
- A. 火车2分
  - B. 自行车3分
  - C. 汽车5分
  - D. 飞机10分
  - E. 步行15分
10. 以下颜色你更喜欢哪种？
- A. 紫2分
  - B. 黑3分
  - C. 蓝5分
  - D. 白8分
  - E. 黄12分
  - F. 红15分
11. 下列运动中挑选一个你最喜欢的（不一定擅长）？
- A. 瑜珈2分
  - B. 自行车3分
  - C. 乒乓球5分
  - D. 拳击8分
  - E. 足球10分

- F. 蹦极15分
12. 如果你拥有一座别墅，你认为它应当建立在哪里？
- A. 湖边2分
  - B. 草原3分
  - C. 海边5分
  - D. 森林10分
  - E. 城中区15分
13. 你更喜欢以下哪种天气现象？
- A. 雪2分
  - B. 风3分
  - C. 雨5分
  - D. 雾10分
  - E. 雷电15分
14. 你希望自己的窗口在一座30层大楼的第几层？
- A. 7层2分
  - B. 1层3分
  - C. 23层5分
  - D. 18层10分
  - E. 30层15分
15. 你认为自己更喜欢在以下哪一个城市生活？
- A. 丽江1分
  - B. 拉萨3分
  - C. 昆明5分
  - D. 西安8分
  - E. 杭州10分
  - F. 北京15分

结果解析：

A. 180分以上



意志力强，头脑冷静，有较强的领导欲，事业心强，不达目的不罢休。外表和善，内心自傲，对有利于自己的人际关系比较看重，有时显得性格急躁，咄咄逼人，得理不饶人，不利于自己时顽强抗争，不轻易认输。思维理性，对爱情和婚姻的看法很现实，对金钱的欲望一般。

**B. 140～179分**

聪明，性格活泼，人缘好，善于交朋友，心机较深。事业心强，渴望成功。思维较理性，崇尚爱情，但当爱情与婚姻发生冲突时会选择有利于自己的婚姻。金钱欲望强烈。

**C. 100～139分**

爱幻想，思维较感性，以是否与自己投缘为标准来选择朋友。性格显得较孤傲，有时较急躁，有时优柔寡断。事业心较强，喜欢有创造性的工作，不喜欢按常规办事。性格倔强，言语犀利，不善于妥协。崇尚浪漫的爱情，但想法往往不切合实际。金钱欲望一般。

**D. 70～99分**

好奇心强，喜欢冒险，人缘较好。事业心一般，对待工作，随遇而安，善于妥协。善于发现有趣的事情，但耐心较差。敢于冒险，但有时较胆小。渴望浪漫的爱情，但对婚姻的要求比较现实。不善理财。

**E. 40～69分**

性情温良，重友谊，性格踏实稳重，但有时也比较狡黠。事业心一般，对本职工作能认真对待，但对自己专业以外的事物没有太大兴趣。喜欢有规律的工作和生活，不喜欢冒险，家庭观念强，比较善于理财。

**F. 40分以下**

散漫，爱玩，富于幻想。聪明机灵，待人热情，爱交朋友，但对朋友没有严格的选择标准。事业心较差，更善于享受生活，意志力和耐心都较差，我行我素。有较好的异性缘，但对爱情不够执著认真，容易妥协。没有财产观念。