

廖康强 著

善谋者成

图解最有效的职业规划

THINKING
PERSON CAN SUCCEED

哈佛、剑桥等名校毕业生以及
职场精英都在使用的成功智慧



北京邮电大学出版社
www.buptpress.com

廖康强 著

善谋者成

——图解最有效的职业规划



北京邮电大学出版社
www.buptpress.com

图书在版编目(CIP)数据

善谋者成:图解最有效的职业规划/廖康强著. --北京:北京邮电大学出版社, 2012. 12

ISBN 978 - 7 - 5635 - 3235 - 3

I. ①善… II. ①廖… III. ①职业选择 - 图解 IV. ①C913.2 - 64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 231244 号

书 名:善谋者成——图解最有效的职业规划

作 者:廖康强

责任编辑:彭莎莎

出版发行:北京邮电大学出版社

社 址:北京市海淀区西土城路 10 号(邮编 100876)

发 行 部:010 - 62282185 **传 真:**010 - 62282735

E - mail:publish@bupt.edu.cn

经 销:各地新华书店

印 刷:北京联兴华印刷厂

开 本:720mm × 1 000mm 1/16

印 张:15.75

字 数:237 千字

版 次:2012 年 12 月第 1 版 2012 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5635 - 3235 - 3

定价:39.00 元

· 如有印装质量问题,请与北京邮电大学出版社发行部联系 ·

序言

一个人的成功不仅仅在于把握机遇和勤奋努力，还要善于规划职业生涯。纵观历史长河，那些有杰出成就的人，无论属于哪个国家，都有一个共同点，即经过一段时间的思考和摸索后，清楚地知道自己的兴趣爱好所在，并能够根据自己的知识结构、能力规划自己的职业生涯，确定自己的职业目标，然后，为之不懈地努力，直至获得成功。

职业规划之初，先问问自己究竟想要什么？这是最重要的。

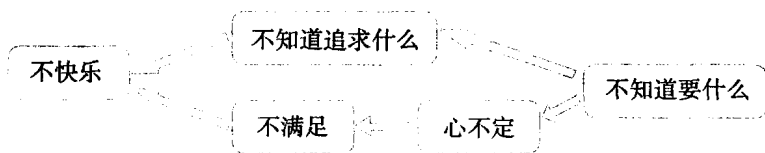
人的一生中，什么是最大的失败？既不是努力了没有成功，也不是想要的东西得不到，而是你根本不知道自己想要什么。

很多人在进入职场之初，没有想明白自己究竟想要什么，然后一头扎入职场，在忙碌和慌乱中，在生存惯性之中浑浑噩噩地过日子，忘记了理想，也不再憧憬，在迷茫和困惑中，产生了某种类似庄周梦蝶那般错乱的感觉。在那种错乱之中，早已经无法再看到真实的自我。

也许，你也曾经经常扪心自问：“我想要什么？”然而，基于那些唾手可得种种利益的考虑，你一次又一次地修正着答案。渐渐地，你才发现自己根本不可能找到真正的答案，因此，便身心俱疲地随波逐流。你开始偷懒，时间一长，你无法自主决定自己的生活，而是让惯性决定属于你的全部！这时你已经不再自由，也与快乐无缘了。

寻找到“你究竟想要什么”的答案很重要。生活中，有很多人生活得不快乐，而这些不快乐的根源，就在于他不知道要什么！当一个人不知道要什么时，便不知道去追求什么，如果不知道追求什么，自然什么也得不到。

还有很多人的不快乐，其实是源自不满足，而不满足，很多时候是源自于心不定，而心不定则是因为不清楚究竟自己要什么，不清楚要什么的结果就是什么都想要，结果什么都没得到。



这样说来，职业生涯首先要关注的是自己，自己想要什么？可惜的是，很多人都没有去想过这个问题，人们唯一的想法只是——我想要一份工作，我想要一份不错的薪水。每个人都有渴望高薪的权力，可是，你想每隔几年重来一次找工作的过程么？你想每年都在这种对于工作和薪水的焦急不安中度过吗？

先好好想清楚！不能因为口渴就去饮鸩止渴。越是焦急，越是觉得自己需要一份工作，越饥不择食，越想不清楚，越容易失败，你的经历越来越差，下一份工作的人看着你的简历就皱眉头。于是你越喝越渴，越渴越喝，陷入恶性循环。最终只能哀叹世事不公或者生不逢时。

事实上，要回答“你究竟想要什么”并不困难，只要你从自身的性格、兴趣等方面来进行分析，很容易回答这个问题。一旦找到了这个问题的答案，你就对自己最终的职业目标有了清晰明了的框架，然后你列出实现有关职业目标有利和不利的条件，将自我职业生涯规划列出来，制定个人发展计划书档案，通过系统的学习、培训，实现就业理想目标。例如，你需要先选择某一家企业，通过不断学习，妥善应对来自企业内外部的各种竞争，实现在企业内的职务逐步提升，最终达到理想职业生涯目标。

当然，个人发展计划制定后并不是一成不变的，需要根据周围环境以及自身的各种变化及时调整，这样才能在职业发展过程中凭借良好的职场敏感度达到职业成功的彼岸。

一旦你清晰地了解自己想要什么，然后制订好一系列的职业发展规划，最好是想法落实到笔头，制作职业生涯规划书。接下来，你只需要去落实就好了：通过各种可能的手段保证计划顺利进行。

让更多的人不会因为因为没有目标而迷茫，也不会因为没有方向而止步不前，我编写了这本书，书中汇集了诸多智者的智慧和我个人的多年人生经验，

期冀对读者能有帮助。廖康良、张宏宇、谭斌峰、谢达升等人参与了本书的编写，在此表示感谢。

在找工作之初，先静下心来看完本书，然后根据书中的指点，给自己做一次职业生涯规划。千万不要以为这是在浪费时间，一份好的职业规划书，不仅能帮助你打造不一样的人生，更是让你在职场路上走得更远、更顺。你不会因为没有目标而迷茫，也不会因为没有方向而止步不前。

目录

序

第一章 职业规划从了解自己开始

1. 兴趣是职业规划的指南针 / 3
2. 根据性格选择合适职业 / 6
3. 认识自己的气质类型 / 11
4. 测试你的职业能力 / 16
5. 职业规划从设定目标开始 / 22
6. 如何制订合适的职业目标? / 25
7. 将目标与行动完美结合 / 29
8. 选择合理的职业路线 / 33
9. 为你的谋职做准备 / 37

第二章 清醒地了解职业环境

1. 了解什么是就业概率 / 45
2. 如何计算就业概率? / 47
3. 求职是需要投入的 / 51
4. 做好职业预测 / 55
5. 制约你择业的各种因素 / 60
6. 现实和理想之间的差距 / 64
7. 运用 SWOT 分析法评估职业机会 / 67

第三章 充分准备寻找职业高起点

1. 了解求职的流程 / 73
2. 准备一份出色的简历 / 77
3. 如何适当地美化简历? / 80
4. 海投简历是求职大忌 / 83
5. 做好充分的面试准备 / 87
6. 人靠衣装马靠鞍 / 92
7. 面试中的握手礼仪 / 94
8. 充满技巧的临场发挥 / 95
9. 注意面试中的一些细节 / 99
10. 几个常见问题的回答 / 102
11. 如何对应聘单位进行调查? / 104
12. 什么样的公司才是好公司? / 106
13. 如何向用人单位毛遂自荐? / 108

第四章 初入职场的华丽蜕变

1. 我们为什么要工作? / 113
2. 职场实现华丽转身 / 115
3. 工作与职业之间能画等号吗? / 118
4. 踏入新公司的第一天 / 121
5. 掌握公司内部的所有流程 / 124
6. 初入公司要擦亮眼睛 / 128
7. 更多地关注成长 / 131
8. 如何快速融入团队? / 133

- 9. 工作努力就是职业化吗? / 136
- 10. 不要在公司畅所欲言 / 139
- 11. 搞好与同事的关系 / 142

第五章 高效执行成就卓越职场

- 1. 时刻维护公司的利益 / 147
- 2. 主动挑战“不可能完成”的工作 / 149
- 3. 勇于承担失误的责任 / 153
- 4. 做得对比做得多更重要 / 154
- 5. 坚持结果导向的理念 / 157
- 6. 远离职场倦怠 / 161

第六章 “人”是职业规划的活坐标

- 1. 入对阵营跟对人 / 169
- 2. 让你的老板喜欢上你 / 171
- 3. 如何搞定直属上司? / 175
- 4. 用心对待上司的私事 / 178
- 5. 不要把上司当成你的人 / 182

第七章 从竞争中快速突围实现职业理想

- 1. 自作聪明的人最愚蠢 / 189
- 2. 利益面前无朋友 / 192
- 3. 不做职场“老好人” / 195
- 4. 扮猪吃老虎 / 198



5. 晋升并非仅仅靠技能就可以 / 201
6. 工作中锻炼自己的领导能力 / 204
7. 像做生意一样去工作 / 207
8. 做有“职业品牌”的人 / 210

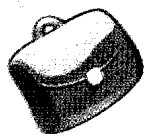
第八章 坦然应对突如其来的变化



1. 上司能成为你永远的依靠吗? / 215
2. 如果上司倒台怎么办? / 217
3. 遭遇假期怎么办? / 220
4. 年龄受歧视该怎么办? / 223
5. 如何面对突然“被解雇”? / 225
6. 是该跳槽的时候了么? / 230
7. 我可以转行吗? / 236
8. 该怎样“潇洒”地辞职? / 238

第一章

职业规划从了解自己开始



拥有多大权力、拥有多少财富并不是判断一个人是否真正地获得了成功的重要标准，要想成为一个真正的成功人士，必须最大限度地发挥自己的优势。而职业规划的目的，就是要最大限度地发挥出自己的优势。由此可见，只有学会认清自我，发现自己的优势，识别自己的劣势，才能成功地规划自己的职业，在职业生涯的道路上少走弯路。



兴趣是职业规划的指南针

兴趣是个人对某种活动或者某种事物所选择的一种态度，具体表现为某方面需求的情绪倾向。兴趣可以为职业生涯选择提供有效的信息，引导你找到自己最适应的职业生涯之路。正像人们在日常生活中喜欢从事自己感兴趣的活动的活动一样，我们也总是倾向于寻找与自己的兴趣倾向相应的职业类型。作为诺贝尔物理奖得主，丁肇中说：“兴趣比天才更重要。我完全依靠工作来激发充沛的精力，工作就是我的兴趣，兴趣使我不倦。”

一个人如果能根据自己的兴趣爱好去选择职业，就能充分发挥自己的主观能动性。这样一来，即使困难重重，他也绝对不会灰心丧气，而是想法设法、百折不挠地克服困难、战胜困难；即使非常辛苦和劳累，他也会保持工作的激情和热情，兴致勃勃、心情愉快。

案例	爱迪生曾经是一个送报童，他从来没有接受过正规教育，却彻底改变了美国的工业。每天，爱迪生都在实验室里辛苦工作18个小时，在那里吃饭、睡觉，但他丝毫不以为苦。“我觉得自己的一生之中从未做过一天工作，”他自豪地宣称，“我每天都乐趣无穷。”
启发	在选择长期、稳定的职业时，我们不仅需要知道自己有能力从事什么样的工作，更重要的是需要知道自己对哪类工作感兴趣。要想规划好职业生涯并取得职业生涯的成功，就必须把能力和兴趣结合起来，进行综合考虑。

每个人的兴趣都不一样的，即使在对同一类事情的兴趣中，每个人也有不同的关注点。如果你喜欢计算机，你使用计算机的系统软件可能会易如反掌；如果你喜欢美术，你会为欣赏到一幅高水平的画而激动不已；如果你喜欢开车，和朋友谈起驾驶来，你可能会眉飞色舞；如果你喜欢跳舞，那么，你一听到音乐声就想翩翩起舞。反之，若是勉强一个擅长美术的人把兴趣转移到计算机编程方面，他将感到束手无策，也将感到苦不堪言。



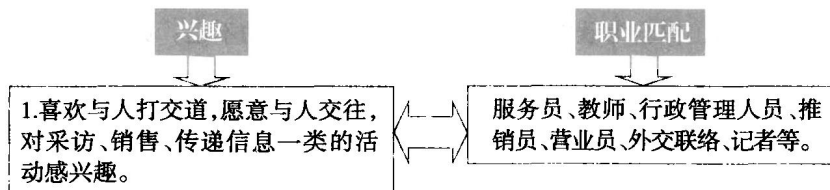
案例

一位著名的诺贝尔化学奖获得者面对面地与复旦大学学生交流时说：“有一件事非常重要，这就是兴趣。”很多年轻人问他做学问有什么捷径，他回答说：“没有捷径。如果能够发现自己的长处所在，心甘情愿地在上投入大量时间，很快就会取得进步。而一旦取得进步，做起来就会更有兴趣。由此，学习和工作就会变成一种享受。”

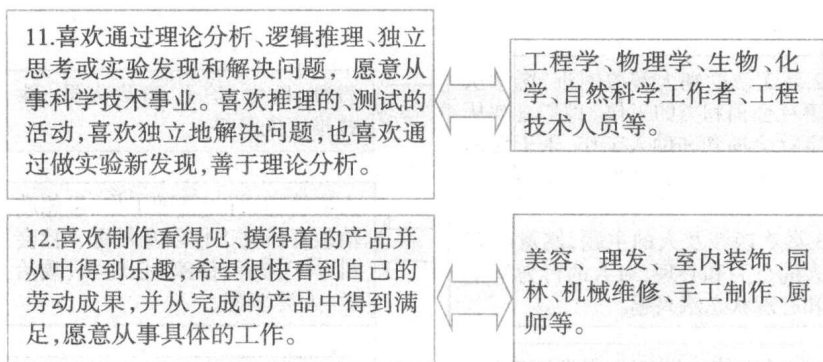
对于一个希望获得成功的人而言，一定要找到自己最感兴趣的工作，这样一来，就相当于踏上了通向成功的道路，角色转换就会更加容易。

对于每一个人来说，兴趣都是成功的起点。一个人能否在职业上取得成功，兴趣起着至关重要的作用。如果一个人对自己所从事的工作不感兴趣，那么，他工作起来就容易疲惫，工作绩效也不会太好。例如，有些老师因为对讲课没有兴趣，上课效果不好，学生听起来也索然无味。反之，如果一个人对自己的职业非常感兴趣，就会充分调动和发挥自己的主观能动性，充分开发智力和潜能，即使很枯燥的工作，也会变得丰富多彩，趣味无穷，从而增强职业的适应性，使自己在工作中充满动力，提高工作满意度和工作效率。据研究，对某一项工作感兴趣的人，在工作中所发挥的才能高达他全部工作才能的80%~90%，并且能够长时间保持高效率而不感到疲劳；相反，对工作没兴趣的人，在工作中发挥的才能只占他全部才能的20%~30%，而且非常容易感到身心俱疲。

兴趣是职业选择应考虑的重要因素之一，对职业的发展至关重要。为了帮助大家选择与自己的兴趣相得益彰的职业，下面介绍各种职业兴趣类型的特点以及与之相应的职业，如下表所示。



2.喜欢帮助别人解决困难,愿意从事社会福利类的工作。他们喜欢从事社会福利和助人工作,乐于帮助他人排忧解难,试图改善他人的状况。	教师、医生、护士、咨询人员、科技推广人员等。
3.喜欢谈涉及人的主题,愿意研究人的行为和心理,对人的行为举止和心理状态感兴趣。	人事管理、行为管理工作、思想政治教育研究工作以及教育、社会科学工作者、作家、心理学、政治学、人类学等。
4.喜欢掌管一些事情,以发挥重要作用,愿意从事组织和管理的工作,愿意做领导。希望受到众人尊敬和获得声望。	组织领导管理者,如企业管理干部、学校领导和辅导员、行政人员等。
5.喜欢创新,愿意从事有想象力和创造力的工作。乐于解决抽象的问题,而且急于了解周围的世界。喜欢独立的工作,对自己的学识和才能颇为自信。	各类科学研究工作、社会调查、经济分析、新产品开发、化验,以及演员、画家、创作或设计人员等。
6.喜欢地理地质类的活动,愿意与大自然打交道。	矿工、钻井工、地质勘探人员等。
7.喜欢化工、种养方面的实验性活动,愿意从事生物、农业、化学类工作。	化验员、制药工、农业技术员、饲养员、水文员、菜农等。
8.喜欢接触器具、工具或数字,愿意与事物打交道,而不喜欢与人打交道。	勘测、工程技术、机器制造、制图员、修理工、裁缝、木匠、建筑工、出纳员、记账员、会计等。
9.喜欢通过一定的技术来进行活动,喜欢使用工具特别是大型的、马力强的先进机器,喜欢具体的东西,如制造等。愿意做操作机器的技术工作,对运用一定技术,操作各种机械,制造新产品或完成其他任务感兴趣。	驾驶员、飞行员、机械师等。
10.喜欢常规的、有规律活动,愿意与文字符号打交道。喜欢干有规律的工作,习惯于在预先安排好的程序下工作。	邮件分类员、办公室职员、图书馆管理员、邮件分类员、办公室职员、打字员、统计员、档案整理员等。



从以上的分类不难发现,一种兴趣类型可以对应许多种职业,而每一种职业又往往同时具有几种兴趣类型的特点。

假如你想成为一名教师,那你就应该具有愿与人打交道(类型1)、愿意从事社会福利类的工作、热心助人(类型2)、愿意研究人的行为和心理(类型3)这3个兴趣类型的特点;假如你对其中的某一方面缺乏兴趣,那么,为了符合教师职业的要求,你就应该努力培养和发展这方面的兴趣。否则,最好选择其他更适合你兴趣类型的职业。

02

根据性格选择合适职业

性格是制定职业生涯规划时要考虑的相当重要的因素之一。

性格是人的态度和行为方面的比较稳定的心理特征,是影响人的事业能否成功的重要因素之一。一个人的性格特征对其职业选择有很大的影响,我们在选择职业时应根据自己的性格,选择适合自己的职业和工作。

性格可以从不同的角度进行分类,最简单的分类方法是按对外部世界的态度分内向型和外向型。最近几年,一些教育学专家和心理学专家从我国的实际情况出发,将职业性格分为下面的八种类型。每种类型的性格都具有不同的特

征以及与之相应的职业。通过了解各种不同类型性格的特征，你就可以来测试你的职业性格属于哪种类型。



由此不难发现,大多数职业都同时与几种性格类型特点相吻合,而一种性格也同时具有几种职业性格类型的特点。在吻合过程中,应该从职业的要求与个人的性格出发,视具体情况选择具体的处理方法,不能一概而论。