

告别迷茫，
不再彷徨！

我拿人生怎么过

95%
的年轻人，
都从未想真正搞明白：

毕业这5年，

金正浩 著

年轻人的四门必修课——
“摸爬滚打”，你真的掌握了么？

拿着学校里的经验去面对社会，人生一定会走弯路！

从月薪**3000**到**10万**，
我的方法你一定也能学得会！

全国百佳图书出版单位



化学工业出版社

毕业这5年， 我拿人生怎么过

金正浩 著



化学工业出版社

·北京·

图书在版编目(CIP)数据

毕业这5年,我拿人生怎么过 / 金正浩著. — 北京 :
化学工业出版社, 2017. 4
ISBN 978-7-122-29129-5

I. ①毕… II. ①金… III. ①成功心理-通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第033976号

责任编辑: 马 骄
责任校对: 王 静

装帧设计: 史利平

出版发行: 化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)
印 装: 北京新华印刷有限公司
880mm×1230mm 1/32 印张8 字数157千字 2017年5月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888 传真: 010-64519686 售后服务: 010-64518899
网 址: <http://www.cip.com.cn>
凡购买本书,如有缺损质量问题,本社销售中心负责调换。

定 价: 39.80元

版权所有 违者必究

序言

这5年， 决定你是人生输家还是赢家

毕业了，离开校园，告别学生身份，现在，我们可以开始聊聊人生了。

很多书或是你看到的文章，都会把人生描绘得过于美好，但是我要告诉你，进入社会之后的头5年，你会面临到的真正问题：

1. 你不能总想着伸手管父母要生活费了；
2. 你一开始薪水会非常低，或许养活自己都成问题；
3. 你不会一下子就得到高薪水和好职位，想都别想；
4. 你会发现你想要的东西变多了，但是钱包却还是那么瘪；
5. 你会遇到形形色色的人，被人欺负、算计是常有的事；
6. 你遇到了那些刁难你的人，很多时候，你还得忍气吞声；
7. 你向往的爱情不会那么美好地到来，女神男神高不可攀；
8. 你年龄增长的速度大于你经验增长的速度，更大于你薪水增长的速度；

……

100. 你有无数好的想法和远大的志向，但是领导只会让你做最枯燥和简单的工作。

这里有至少 100 个现实的问题你会面临，听上去很让人沮丧和悲观吧，可是，它们就是那么骨感和现实啊！

可是，如果你因为以上这些原因，放弃了这 5 年的努力，你多半会成为人生的输家。你要知道一件事：人和人之间的差距，不是在学校里出现的，而是在毕业这 5 年的时间里拉开的，而且以后这种差距会越拉越大！

我知道，理想与现实的巨大落差，以及你的种种不如意，让很多人陷入了深深的迷茫、沮丧、苦恼之中，不能自拔。因为我也是过来人。

其实，只要你抬起头来看看就会发现，你并不孤独，大家都是一样的，那些让你艳羡的人生赢家，也是这样走过来的。

刚刚毕业的你，虽然会有很多无奈，虽然似乎总在做“不重要”的工作，然而这却是职业积累的关键时期，你要培养在工作、生活中游刃有余的视野。

现在，不是慨叹现实太骨感的时期，而是为了 30 岁以后的成功累积养分的时期。哪怕是能力再出众的人，如果不虚心接受经验教训，终究难以获得成功。不要因为自己现在没有成就，或者在短时间内取得成就的希望很渺茫，就心灰意冷，浮躁万分。

开花结果是件快乐的事，但成长本身却是艰辛的，充满了辛劳、泪水和汗水甚至鲜血，它们渗透在我们生命中的每一个阶段。

所以，我不会先跟你谈论成功，而是要先聊聊失败和委屈，聊聊该怎样从那些苦涩的滋味中咀嚼出甘甜和营养。有了这些心理做基础，我们才能接着谈论，该怎样用新的套路来面对全新的处境，怎样用一点点累积起来的智慧叩开机遇的大门，以及怎样待人接物，怎样管理时间，才能让你成为众人眼中“幸运”的那一个。

很多人都“懂得很多道理，却过不好这一生”，可能是因为，他们太聪明机智了，浅显平易的道理反而看不清。很多人在没有机会的时候

怨天尤人，可是当他有机会做事的时候，却又肆无忌惮地糟蹋这个机会。

如果说成功是一种幸运的话，那么能够掌控这种幸运的不是别人，恰恰是你自己。虽然没有人能告诉你到哪里才能找到成功，但我们能告诉你可能的途径。试着踏踏实实行动起来吧，也许你的生命就会从此不同。

目录

▼ 第一章 毕业了，让我们先聊聊失败吧	001
——这5年，你要准备“吃点苦”	
毕业了，你还要继续努力	002
没有失败过的人，就别想着成功	006
年轻人的四门功课：摸爬滚打	010
学会与“失败”和解	014
失败并不可怕，可怕的是你站不起来了	017
你不绝望，就没有绝境这回事儿	021
做人需要有点复原力	024
▼ 第二章 别拿着学校里的“套路”去拼社会	027
——这5年，你要帮助自己“长点心”	
职场中，别拿单纯当借口	028
自我成长，是适应社会的不二法则	032
亏要吃在明处，否则暗箭难防	036
先低调做人，以后才有机会高调	040
在该你闭嘴的时候别急于表达	043
“闷头学”比什么都重要	046
给别人台阶下，就是给自己留余地	050
有时候，你太过认真就是矫情	053

第三章 谁的职场不委屈?

057

——这5年，你要会走“上坡路”

年轻人的第一份工作应该怎么做?	058
每一年都要有所突破	061
没有压力也就少了动力	064
真正批评你的人未必是针对你	067
没有实践，哪来真知?	070
遇到流言蜚语，一笑置之	073
同事关系这样处理最科学	076
不愿和不会合作的人都会被淘汰	079
留个心眼儿，为跳槽做好准备	082

第四章 话都说不好，你还想着成功?

085

——这5年，你要能说一口“漂亮话”

想成功，要练好口才内功	086
面试时间，捡“有用的”说	089
说话要有分量，更要有分寸	093
在职场上，开口就要说重点	097
太能说和太沉默，都是你的错	101
有时候你也需要有点“段子手”精神	104
直接夸人别害羞	107
当众演讲是早晚用到的能力	110
好口才都是练出来的	114

▶第五章 不是工作久了，才华就有了 119

——这5年，你要给自己“充点电”

- 下班光想着玩，呵呵，你就完了 120
- 阅读才是你的“充电宝” 123
- 不是有了经历，就会多出经验 126
- 自己要有“错误记录本” 129
- 没经验再不去问，你就太弱了 132
- 不要觉得用不着，就把英语丢下 135
- 多思考，能力自然变强 138
- 比别人多看一步，才能走得更远 141
- 未来永远欢迎有想法的人 144

▶第六章 涨人脉比涨薪水更重要 147

——这5年，你要建立优质“朋友圈”

- 人际关系就是重要的无形资产 148
- 形象比长相更重要 151
- 不要戴着有色眼镜去看别人 154
- 热情和礼貌才是好“名片” 157
- 圈子多了，路也好走多了 160
- 提高你的“朋友圈”的含金量 163
- 多结识优秀的人，为自己“注入资产” 166
- 维护好关系，需要付出努力 169
- 在别人需要帮助的时候，伸出援手 172

第七章 你的时间用错了，当然没效果 ——这5年，你要锻炼出“高效能”

175

- 为什么你总是感到时间不够？ 176
- 时间这样划分更科学 179
- 紧急的事情提前做，重要的事情别忘做 183
- 失败的人总把时间用在享受生活上 186
- 早起30分钟，你可以做很多事情 189
- 用你的“暗时间”悄悄提升自己 192
- 帮你告别拖延的一套方法 195
- 有了紧迫感，以后才有幸福感 198

第八章 如果你不想一辈子都在底层混…… ——这5年，你要学会如何“带团队”

201

- 不想当将军的人永远没前途 202
- 给你一个团队，你的角色是什么？ 205
- 团队的成绩，是你将来的事业资本 208
- 有目标，有规划，管理才不乱阵脚 211
- 任何项目都有两套方案，用一套留一套 214
- 做好分工和授权，你才是好领导 217
- 让下属快乐，他们才会一直用心工作 220
- 激励有门道，惩罚有方法 223
- 分清员工的不同心理，做到明察秋毫 226

▶ 番外篇 关于爱情，不会轻易悲伤 229

——这5年，我们要不要“谈谈情”？

你要敢爱，也要会爱 230

别太近、别太远，爱要慢慢来 233

独立爱情更长久 236

第一章

毕业了，
让我们先聊聊失败吧

——这四年，你要准备吃点苦；

· 毕业了，你还要继续努力

我们曾经都一样，年轻又快乐。

我们在大学里得生活过得无忧无虑，学好专业课，然后找份好工作，开始过自己的生活。但是想法总是太过简单，当我们毕业进入社会之后，却发现生活远没有自己想得那么容易。

在大学里，你只要不是天天翘课、考试总不及格，你总是能混到毕业。没生活费了，打个电话给父母，他们保管不会“见死不救”，所以你会很容易过上无忧无虑的生活，把时间都浪费在打游戏、看闲片儿上。

可是，等你毕业了，进入社会之后，情况变了。

大多数人都一样，找了一份工作，挣着微不足道的薪水，还要交房租、交水电费、买衣服、买食物，难免还要参加各种年轻人的应酬，首先钱就是一个让你头疼的问题。

我一个朋友从大学毕业之后，到现在有六七年了，他总是苦闷地说，钱真的不够花，每个月都剩不下，有时候还很不好意思地管父母要一些。听起来很没出息吧。但事实上，这样的人大有人在，谁也不用嘲笑谁。

年轻人的收入实在太少，这是现实所决定的，从一个老板的角度

来看，他会觉得我给了你实习的机会，帮助你成长，给了你这么多，薪水就不用太多了。

是啊，你和每年成千上万的人一样，没有经验，又没有资源，却想要很多的薪水，那是多么不切实际的想法。你有一份能学到东西、又有发展的工作就不错了！

所以，你穷，很正常，但不要怕，因为大家都是这么穷过来的。

前几天和一位大学同学吃饭，喝多了以后，他罕见地吐了回苦水，跟我们追忆当年自己过得有多么辛苦。

那时候大学毕业，来自外地的他选择留在北京，工作倒是不愁找，可是薪水也不过是二千多块钱，平均水平，大家都那样，他觉得能接受。但是找房子的时候才发现，凡是正常一点的都要押一付三，即便是只能容纳一张床的小单间，他也拿不出四个月的房租来，于是在学校宿管大妈一再赶人以后，只能去地下室住着，一边省吃俭用攒钱，一边还告诉妈妈“放心吧，你儿子名牌大学毕业，又这么聪明，过的肯定不差”。

最穷的时候，由于同学结婚随了份子，他的晚餐只能是泡面，各种牌子的泡面轮着吃。午餐吃面包片，跟同事说自己近期节食。

那么窘迫的日子，也终于过来了。他说：“我这辈子都不会忘记

地下室的那种霉味儿，可是当时居然没有觉得自己多么悲情，年轻真好。”

是啊，年轻真好，即便一无所有，也毫无惧色，依然意气风发。因为你知道自己的未来有无限可能，还因为有很多人，和你过着一样的日子，你并不孤单。

然而与此同时，你也会看到让你心理非常不平衡的那一面，这可能来自你的同事，也可能来自你的同学，同样是通过对比得来的。

这时候，如果内心不够强大，你很可能充满了挫败感：努力真的有用吗？也许我拼命努力一辈子，终其一生到达的终点，也只不过是别人的起点。

是的，现实就是这样残酷。你的拼命努力，抵不上别人的一句话；你不管多么省吃俭用，都攒不出那笔买房的巨款……但是那又怎样，你能为此放弃努力吗？无论结果如何，生而为人，你都没有权利放弃为生命赋予意义的这一使命。无论命运给您怎样的安排，迎头而上，活出最好的自己，也就够了。

毕业后的生活可能不像你想的那样美好，但不管怎样，你要继续努力。这句话，我一直记得。

所有的挫折和失败，都不是白白经历的，它们都有价值。它们会

让你的心态变得更从容淡定，不再那么急功近利，因为你着急也没用，总会有各种各样的事情发生，让你感到痛苦和后悔，但是人生是你的，路还是要继续走，而且还是条“单行线”，所以请你做好心理准备，千万不要放弃努力。