



生存参考

王文波 文岗 编著

个人发展 与择业自由



人生定位决定你的发展

你的人生价值能否得到最完美的实现，
从很大程度上取决于你的工作。

你的工作有前途吗……

如何处理自身与工作的冲突，
将是个性与时代的点面结合。



民主与建设出版社

GERENFAZHANYUZHEYEZIYI

目 录

第一部分：透视自我与工作

第一章 透视你的工作 (3)

你了解你的工作吗？我的意思是，你的工作有前途吗？你能应付自如吗？你是不是真的喜欢你的工作？

你必须了解你的工作，现在，就让我们一起把你的工作从头到脚做一个全身检查。

第一节 二十一世纪的就业市场

..... (3)

恰逢世纪之初，全球化的浪潮汹涌澎湃，新技术革命此起彼伏，我们的价值、择业观念受到了前所未有的挑战。这一切，都不可避免地影响到了我们的工作……

□“光辉灿烂”的二十一世纪的职业..... (3)

□浅谈工作自由..... (8)

□择业观念的变迁..... (10)

第二节 你的工作有前途吗？ (21)

我们都在不同的职业中体现着自己的人生价值，同时也实现着自己的社会价值。你的人生价值能否得到最完美的实现，从很大程度上取决于你的工作，你的工作有前途

吗……

☐ “金领”阶层…………… (21)

☐ MBA: 不菲的身价…………… (26)

☐ 给自己当老板…………… (29)

第三节 你能应付自如吗? …… (32)

最近比较烦, 因为工作实在不是那么简单, 它往往并不单一地取决于你的业务水平, 工作环境、人际关系都是你不得不面对的问题。

顺便问一句, 朋友, 对于工作, 你能应付自如吗……

☐ 工作压力——一座沉重的大山…………… (32)

☐ 奇妙的工作环境和人际关系…………… (36)

第四节 你喜欢自己的工作吗? …… (44)

工作, 就像恋人, 我们每天都要坦诚地面对, 和它进行全方位的交流。所以, 从事一种自己并不喜欢的工作, 尤其是几年、十几年、几十年的从一而终, 那无异于在结婚纪念日, 把一枚戒指戴在自己并不深爱着的人手上……

☐ 我们为什么工作? …… (44)

☐ 兴趣——事业成功之母…………… (49)

第二章 了解自身实力…………… (53)

你可能会说, “没有谁能比我更了解我自己”, 可事实上往往并不是这样。因为——当局者迷。

生活中, 我们常常要向资深人士请教, 并不仅仅是因为他们有经验, 有能力, 更重要的原因是, 我们对于自己的认识很朦胧……

第一节 总结自己…………… (53)

你应该很客观地了解你自己，包括你的能力，还包括你的潜力，你的目标——不管是长期的，还是短期的。

在这世界上，恐怕没有比潜力更沉重的负担了，想像一下：传说中那个空怀着屠龙之技的小伙子失神地漫步在这个地球上，面对着无龙的世界，毫无疑问，他是痛苦的……

- ☐了解个人实力…………… (53)
- ☐个人技能回顾…………… (59)
- ☐潜力——沉重的负担…………… (63)
- ☐弄清自己的目标…………… (69)

第二节 自我交谈…………… (74)

进行一次自我交谈吧！

如果没有人承认并欣赏你的能力，那至少你应该在内心深处承认你自己，否则的话，你就真的不可救药了。

如果你是一个强者，你就应该有强者的目标，并坦然接受眼前的失败……

- ☐不妨给自己一些积极的评语…………… (74)
- ☐失败有时比成功更有价值…………… (79)
- ☐不妨做做“白日梦”——自己的远景规划…………… (84)

第三节 预测未来…………… (89)

这世界永远不会原谅后悔，因为后悔是没有任何价值的。所以，对未来的预测就显得尤为重要，你应该并且能看得更远一些。

如果你愿意，你所犯的错误都将成为一笔宝贵的财富……

- ☐前事不忘，后事之师…………… (89)
- ☐透视障碍…………… (93)

第三章 处理自身与工作的冲突 (95)

当你全身心地投入到工作中去以后，你却突然发现，你与工作本身似乎并不合拍，存在着不可调和的冲突……这并不可怕，可怕的是你失去信心，失去了斗志。记住，是狮子就要站到狮子的队伍中去……

第一节 你的工作适合你吗？ (95)

找一找你在工作中的感觉，尽管这是十分感性的东西，但实际上却有着更深层次的原因。

还是记住海伦·凯勒的一句话吧“永远正视变迁，在命运面前表现出自由的灵魂，这便是不可击败的力量。”

- ☐ 找找感觉 (95)
- ☐ 如何应付工作中的伤害行为 (103)
- ☐ 怎样应付这种伤害行为 (106)
- ☐ 遏制伤害行为在发生之前 (108)
- ☐ 怎样才不会被同事或领导利用 (110)

第二节 迎接挑战，勇于进取 (114)

你的工作品质决定了你能否在工作中取得成功，如果你对工作呈现出一种不适应状态，那你的进取心就显得尤为重要了。

进取心有如水蒸汽。水蒸汽散入开阔的大气中，便蒸发而消失了；如将之灌注于斗室中，会使人感到闷热难受；但如利用蒸汽来发动引擎，却能推动重达千吨的火车。

- ☐ 渴望 = 动力 (114)
- ☐ 让你的工作情绪高涨起来 (118)
- ☐ 保住“饭碗”的七大秘诀 (121)

第三节 自我培养 (125)

“我是谁?”

应该说,这是一个比较难于回答的问题,在你参加工作以前,你所培养的行为习惯都会对你产生深远的影响。

所以,你才成为你。

☐我是谁? (125)

☐我想做什么? (128)

☐我该如何与领导争个人利益..... (129)

☐工作中的几个怎么办..... (133)

第四章 晋升与加薪..... (138)

在现代社会中,衡量一个人成功与否的标准往往会被量化,比如说,你有多少钱,在公司里,你担任着什么样的职务。

所以,你急切地渴望晋升与加薪,而这一切,并不像你想象的那么难……

第一节 如何获得老板的赏识..... (138)

如果你想把握住机会,想获得老板的赏识,你就要记住第一条原则:老板也是人,只不过从我们的角度看,是和我们不同的人。

那么,你究竟应该怎样做才能获得老板的垂青呢?

☐攻心为上..... (138)

☐职业进步..... (143)

☐渗透战术..... (145)

☐不要过分看重裙带关系..... (147)

第二节 轻松晋升 (148)

你渴望晋升，正如同你渴望自己的价值被别人承认一样。但一次成功的晋升不仅仅依靠你出色的工作能力，其实，它还孕含着一些技巧性的东西在里面……

让我们共同记住：不想当元帅的士兵绝不是好士兵。

- ☐实用晋升公文写作…………… (148)
- ☐横向的职业发展…………… (152)
- ☐替代晋职…………… (154)

第三节 如何赢得加薪…………… (156)

在我们每个人职业发展的道路上，加薪都是一道里程碑，它意味着你的价值已经被老板充分肯定。但加薪之路又遍布荆棘，充满坎坷。

不用担心，我们将给你指出这些潜在的障碍，我们将告诉你一个简单的方法……

- ☐一个简单的方法…………… (156)
- ☐加薪目标中的障碍…………… (158)
- ☐克服障碍，并非难事…………… (162)
- ☐轻松加薪…………… (168)

第五章 前途设计…………… (173)

在你职业发展的道路上，你怎样经营自己的未来？是情绪高涨地在这儿干下去，还是——跳槽？

不管是持续就业，还是跳槽，有一点你必须记住：你的工作品质在很大程度上决定着你的未来……

第一节 持续就业…………… (173)

这儿很适合你。

就在这儿干下去吧！因为你能获得前景美好的职业发

展,只要你能培养起自己良好的工作品质,并改进你的职业方式……

- ☐培养热忱…………… (173)
- ☐回顾你的职业方式…………… (177)
- ☐如何改变你的职业方式…………… (178)
- ☐凝聚实力,培养良好的工作品质…………… (181)

第二节 跳槽…………… (192)

这儿并不适合你。

跳槽吧!不要犹豫,到需要你的地方去,到能够实现你的价值的地方去,到能够获得最大职业发展的地方去。

工作中的变动并不可怕,因为你的工作能力还在,我们将给你策划一次成功的跳槽……

- ☐不要害怕变动…………… (192)
- ☐变中“不变的东西”…………… (196)
- ☐该跳槽了…………… (198)

第二部分：求 职

第六章 职业设计…………… (205)

要想找到一个令你满意的工作,决定因素肯定不会是单一的,你要把你的喜好、兴趣和这种工作的特性及所需技能结合起来。如果在结合的过程中出现障碍,那又应该如何克服呢……

第一节 从何谈起…………… (205)

如果你觉得毫无头绪可言的话,那我们不妨从一些测试开始,来找一找你的喜好、兴趣和你的技能,从而推断

出你适合于什么样的工作。

- ☐ 找出你的喜好与兴趣…………… (205)
- ☐ 寻找技能…………… (218)
- ☐ 列出你认为有发展前途的职业清单…………… (228)
- ☐ 克服障碍…………… (233)

第二节 择己所钟…………… (234)

透过云里雾中，我们会发现，按照现代人的价值取向，我们所欣赏、向往的工作将集中在几个区域。这里，我们将对这些工作的特性做一些简要的介绍，给你充分的余地去择己所钟的职业。

- ☐ 可以赚钱的工作…………… (234)
- ☐ 可以升官的工作…………… (234)
- ☐ 有机会发挥自己特长的工作…………… (236)
- ☐ 自己认为是好的工作…………… (236)
- ☐ 能增长能力的工作…………… (237)
- ☐ 能充分应用能力的工作…………… (238)
- ☐ 需要经验的工作…………… (239)
- ☐ 困难的工作…………… (240)
- ☐ 重要的工作…………… (240)
- ☐ 对社会有益的工作…………… (241)
- ☐ 多变化的工作…………… (242)

第七章 蜘蛛的智慧——有关职业信息…………… (245)

能否及时地获得相应的职业信息，在你的整个求职过程中将起着举足轻重的作用。我们经常可以发现有些人就是因为获取信息不利而失去了宝贵的机会。

在这一方面，我们应该学一学蜘蛛。

第一节 “狩猎”技能——职业信息

搜索 (245)

实际上，只要你注意，你有相当多的来源可以获取职业信息。

织一张蜘蛛网，假设你在网中央，职业信息的来源环绕四周，包括书籍、人、互联网和其它对象……

☐ 源自何方 (245)

☐ 职业信息的评估 (255)

第二节 伺机而出 (257)

为了谋取一份令你满意的工作，你应该根据你所占有的信息，和用人单位建立起联系。比如：你可以给他们打个电话，但最好是面谈，可又如何才能做到这一点呢……

☐ 电话的作用 (257)

☐ 寻找机会面谈 (261)

第三节 上帝偏爱你 (263)

在成功地完成了一番电话攻势后，用人单位总要给你一定的回答，这些回答都有潜在的意义。在这一节里，我们将对这些回答进行重点分析，并寻求能够保持对方热度的措施。

☐ 机会就在眼前 (263)

☐ 你还没有失败 (266)

第八章 马到成功——求职技巧浅议 (270)

第一节 简历的制作 (270)

你应当拥有一份有创造力的、有效的简历，能够一下子抓住阅读者的注意力、引起人的兴趣，而这一切都要求你的简历有清楚简洁的语言风格、富于逻辑性的格式，以及简明扼要的内容。

我们将帮你做到这些。

- ☐ 简历的内容..... (270)
- ☐ 简历的结构..... (272)
- ☐ 几项建议..... (279)
- ☐ 岗位对照简历..... (281)

第二节 面试技巧 (282)

你拥有了一次宝贵的机会，你被通知去参加面试。但你应该意识到，这决不意味着你已经获得成功，你在面试中的表现从很大程度上决定了你的命运……

- ☐ 得体的着装..... (282)
- ☐ 留神你的言谈举止..... (291)
- ☐ 前车之鉴——失败面试小结..... (296)
- ☐ 怎样回答问题..... (297)

第三节 走向胜利 (302)

你成功了！早就有人说过你会成功的。

但你要注意一些在面试以后的工作，比如说：跟踪追击，给主试人写一封信；如果面试失败了，你也不应该退却，应该……

我们将告诉你怎么做。

- ☐ 跟踪追击——面试以后的工作..... (302)
- ☐ 拒绝失败，扭转战局..... (305)
- ☐ 你想要多少薪水？..... (308)

第一部分

透视自我与工作





第一章 透视你的工作

第一节 二十一世纪的就业市场

□ “光辉灿烂”的二十一世纪的职业

21 世纪是全球人才素质和人才标准发生量的积累和质的扩增的时代。人才的内涵、底蕴和外延将和这个世纪的人才观有所区别。在 21 世纪，世界各国知识人才的拥有量和起用量的争夺是全球经济争夺战中最重要的一个方面。

1997 年 8 月 4 日出版的美国《商业周刊》指出，目前最为紧缺、最为炙手可热的是网络技术人才，其次是为工商企业提供高技术咨询服务的人员，再其次是从事各种应用程序编制和设备开发工作的人员。据《华盛顿邮报》1998 年 2 月报道，美国目前十分缺乏技术熟练的劳动力，特别是电脑程序编制人员。美国弗吉尼亚技术公司进行的最新调查表明，美国每 10 个信息技术职业中就有一个位置空缺。据美国劳工部估计，从 1998 年到 2005 年，美国平均每年需要 9.5 万名新的电脑专家、电脑系统分析家和程序编制人员。这种空缺一年造成的损失高达 10 亿美元。在欧洲，信息技术人才也严重短缺。设在德国法兰克福的欧洲信息技术观察组织 1998 年 3 月预测，在未来 5 年中，欧洲至少需要增加 150 万到 200 万信息技术人才。

总的来说，在二十一世纪，也许今天很走红的某个职业可能仅仅能让人糊口，而一些全新行业的出现会毫不留情地把那些曾经牛气冲天的从业者拒之门外。以下 14 种职业被视为二十一世纪中最有前途的职业：

(1) 网上主持人：比电视节目主持人更走红

如今，网上已是热闹非凡，数以亿万计的“网虫”在网上倾诉自己的心声或废话。

可以预料，类似电视谈话节目主持人的网上主持人很快就会应运而生，不仅是为了让网上交谈走出无聊，走向深入，形成主题，也不仅是让现代人多一个像广播电台主持人那样的倾诉对象，而是信息时代信息制造者、传播者、观念引导者、时尚指导者等等占领媒体阵地的必需。

(2) 个人财务顾问：让钱生钱

随着国人手中纯粹货币资本日趋增加和非必然性暴富机会的减少，个人财务顾问必将在近期涌现出来。由于这一群体的管理理念性增多，社会资金的投机性有望得到一定程度修正。

“某先生，央行提高贴现率的可能性加大，我们决定调整您的投资组合……”说这种话的人应该很快就会出现于您面前。

(3) 个人形象顾问：绝非化妆那么简单

将来的个人形象顾问当然不是毛戈平那样的，因为毛戈平及其同行们干的仅仅是表面的修饰功夫，但却无助于改变她们的社会形象。换言之，将来的个人形象顾问不仅是发型设计师、单眼皮改双眼皮高手、香水专家、衣饰搭配行家，尽管这些对个人形象并非无关紧要，他们主要应该是某些人社会角色定位和转换的设计者。

(4) 媒体策划：“请你相信我说的”

现代媒体愿意深究大众面对媒体的爱好和习惯，于是，经过

策划的新闻更能触及人们心灵深处的某些东西而愈能引起人们的共鸣。

眼下几乎普通的共识是：新闻要想获得深度，必须经过策划。

(5) 精神医生：为现代人减压

现代人承受着巨大的压力，是肉体的，更是精神的。虽然国人对医疗的态度有了很大变化，但在心理医疗上仍是讳疾忌医的态度，但心理热线电话的增多说明了精神医生的时代快来到了。

(6) 职业顾问或代理：“伯乐”还是越多越好

近来，连续传出新闻，有求职者自标高价年薪要 50 万或 100 万。

与此同时，在成都召开的全国高级人才交流会上，浙江一公司开价年薪 30 万，另加汽车房子，欲招人才而不可得。

究其原因，眼下的择业机构并不是双向式的。也就是说，对择业者的个人能力、特长和用人者产生用人需要的原因并没有深入的了解，不能起到替代市场人力资源的作用。

(7) 生物基因工程师：向“不可能”挑战

中国的科学家早在“多莉”之前就克隆出过金鱼，多年前还在全世界首次人工合成蛋白质，这方面实力雄厚。略一施展，就对我们的生活产生了重要影响：乙肝疫苗生产出来了，又继美日之后生产出基因白细胞药物“吉粒芬”。天知道他们除了不会加入克隆人类的疯狂行动中去，还会给我们带来什么惊奇。

(8) 宇航员：带你去月球逛逛

据说，人类将开拓地球之外的定居点。那么就自然需要更多的宇航员，据现有的报道，只有数十人接受训练。然而，宇航员是一种极富象征意义和梦想性的职业，其意义并非用数量所能衡量。

(9) 性专家：家庭生活也要科学化

曾在报道，上海、北京两地离婚案中，出于性生活不和谐方面原因已达三成左右，这就是说，性已经成为社会化的大问题。

不但如此，在非社会化的两性关系中间，纯粹生理性、技术性的问题也不少，比如，照性学专家潘绥铭的调查，受调查者中，性行为只持续3到5分钟的达70%以上。而改善、提高性生活质量的知识往往来源于朋友、熟人之间的“经验交流”，科学、系统的教育和咨询显得尤其迫切。

可以预料，随着国人对生活质量的追求，以科学地对性生活提供指导和咨询为主要内容的新行当必将崛起。

(10) 时尚制造专家：不让任何人落伍

时尚古今都有，意义却不相同。皇上好细腰，宫中多饿死，那是政治霸权的权利；而今天的时尚却是和现代传播方式联系在一起的观念霸权或思想霸权的表现。现代条件下，思想传播的威力于此可见一斑。

今天，国内时尚制造者与国外同行相比，在制造“意义”时道具的人文化、过程的正规化和手段的丰富性等方面尚有较大的差距。今后十年，正是他们走向成熟的阶段。

(11) 新黑客：合法的间谍

五角大楼刚刚公布的数字是，去年其电脑系统受到1000多次攻击。新时代的黑客主要是电脑情报收订员：根据雇主的需要，运用自己的技巧，看遍全球有用资讯。

施先生做出口生意，他坦陈：最想知道的是竞争对手的报价资料。王某是眼下纯粹出于好奇的顶级网虫，他说，漫游网上，经常惊奇于一些商家保守秘密的功夫之差，与其说是侵入，不如说是被诱惑。这些人早晚是要结合到一起的。

(12) 满足愿望专家：让你梦想成真