

第一章

大学生职业迷茫期，怎么制订 你的职业路线图



大学阶段是人生中的一个重要阶段，是人生的成长期，更是困惑期。特别是一毕业就面临着工作和生活的选择，很多大学生会不知所措，甚至极度迷茫，不知道在大学期间做什么有利于自己的职业发展，也不知道怎么制订自己的职业目标，面对这些困境我们应该怎么突破呢？

大学生，你到底适合干什么

大学期间也是人生中的一个重要阶段，是人生的成长期，更是困惑期。特别是一毕业就面临着工作和生活的选择，很多大学生不知所措，甚至极度迷茫。例如，我们的学员徐蒙就出现了这种情况。

大学四年，我所学专业是国际贸易，刚离开学校的时候很有冲劲，很有目标。但是一段时间之后，我一点冲劲也没有了，我有点迷茫，不知道自己到底适合做什么。

觉得“毕业来得太快了”，快得让我有点措手不及。当过学生会主席、学生会干事，做过家教，获得过校园歌手大赛的三等奖，热情开朗、勤奋好学……然而简历太多石沉大海。我现在还没有任何计划或者目标，未来让我觉得迷茫。

还是在读大学的时候，学校旁边刚开的一家超市，我去过几次，曾预测它以后生意一定很火。现在，每天去他家超市的人都排着队买东西；我姐开网店赚了不少钱，但前段时间去看她，回来就和老爸说，姐的生意会下降。过了三四个月，姐就对老爸讲，她公司上个月营业额除了发员工工资还有其余开销，只赚了几百元钱。虽然我预测别人是那么准，可是轮到我自己头上来，却不知道到底适合干什么。

“我到底适合做什么？”这在很多大学生心里都是一个问题。我们从填写志愿起，选择学校，选择专业，到找第一份工作……每一步都会扪心自问：我是什么样的人，我适合什么样的工作？看似简单的问题却很难回答。

大学生就业关系着他们将来几十年的人生历程，但目前有两种怪圈：一方面大量大学生找不到工作，另一方面企业找不到人才，大学生内心和现实之间存在着较大的差异性，在就业面前表现出明显的困惑。主要表现在：

第一，大学生生活匆匆过，就业技能空荡荡。几年的大学校园生活飞逝而过，面对现实，就业技能空空荡荡；面对招聘，没有什么能够拿得出手的东西，囊中羞涩；想过去，整天瞎忙，不知做过什么，学过什么，干过什么。

第二，即将进入企业职场，却未做过职业规划。作为一名即将走出校门的大学生，面临就业，开始步入职场人生。但怎样规划自己的职业人生，许多大学生既不重视，也很茫然，不知如何规划未来。学校开设的职业生涯规划课程也未认真对待，有的只是应付老师；未做认真的分析，寥寥几

笔，没有目标，应付了事。有的学生直到面试也未曾考虑规划，面对询问不置可否。

第三，毕业离校在即，就业方向实难决断。搞好职业定位，分析职业岗位，确定就业方向，是每个大学生离校前的一件重要的事情，也是职业生涯规划中的一项重要内容。有些大学生就业临近也不知道自己该干什么、想干什么、能干什么。因此，无论什么职业、什么岗位，不管来一个什么企业，一律去应聘，没有目标，没有方向，没有定位，也没有任何结果。

第四，就业技能匮乏，面对就业心中不安。就业技能包括职业能力和应聘能力。有些同学在校四年不仅专业知识没有学好，而且就业技能和应聘能力也没有学到什么东西，就业观念存在偏差，就业心理期望过高，应聘技巧掌握不好。就业在即，面对面试官，心中焦急而紧张，既想得到一个好的职位，又没有做好面试准备，心中忐忑。

第五，自我评价过高，与企业要求不匹配。大学阶段是大学生成长的阶段，也是积累知识和经验的阶段，既要有在学校的理论学习，又要有去企业的实践锻炼；既要有自己的意识和思想，又要有适应企业的要求和观念以及行为。但某些大学生自认为是天之骄子，知识、技术、社会经验已很丰富，比任何人都高明，目中无人，不受约束。在企业实习期间，大事做不了，小事又不愿做。进门就要占据重要岗位，一进企业就要拿高工资，既没有责任心，又没有纪律观念，心中没有企业，更没有脚踏实地的作风，企业很无奈，甚至厌烦。其结果是，企业根本就不想要这样的人，大学生就业始终不能得到实现。

即将走出校园的大学生面临的这些难题，最终还是他们在校期间根本没有进行职业规划以及缺乏就业能力所造成的。不容忽视的是，很多大学

生对于就业的认识都是纸上谈兵，缺乏核心能力，所掌握的专业知识和技能也无法满足岗位所需。

大学生们有必要静下心来好好地对自己的职业进行一番切实可行的规划，针对自己的职业倾向和个性，详细分析自身的上升空间及本身存在的问题，综合各方面因素给自己制订长远的职业发展目标。

大学生的烦恼：考研、就业两为难

大学毕业就要离开校园，进入社会、进入职场，此时的大学生处于最困惑的时期。站在人生的十字路口，选择考研还是工作，一直困扰着大学生及初入职场的年轻人。一方面想早一点进入社会，为父母分忧；另一方面又因用工企业的严要求望而却步，陷入深深的困惑中。例如，我们的学员马燕。

我是某大学的应届毕业生，近一段时间转战于各大招聘网站，一次又一次地参加各种应聘，却毫无收获。名校才子的锋芒让我黯然神伤，招聘单位的高要求让我望而却步，父母的殷切期望更加重了我的心理负担，原本踌躇满志的我对于前途感到一片茫然。经过反复思量，还是没有考虑清楚，到底是考研还是工作。

找一份工作太难了，感觉如同登天一样，自己满意的工作都要求研究生学历以上，或是有工作经验，我大学本科刚毕业，根本不可能符合用工单位的要求。这段时间我也咨询了不少朋友和同学的意见，不知道自己是在考研还是就业。

现在，许多大学生虽然没有任何的收入，但其消费水平却高出父母很多。自己平时的日常开支还是相对较大的，其中吃就占了很大一部分。学校的饭菜不合自己胃口，于是常常和同学去校外吃饭，远比在食堂吃花钱多。每月还要买衣服，再加上一些日常开销，父母给的1500元生活费常常不够用。刚毕业的我面对这种情况，自己想毕业后选择就业，至少能够做到自给自足，不再向父母要钱。可是找工作的巨大竞争让我望而却步，屡次碰壁后渐渐失去了找工作的信心。于是，考研还是就业成为一架无法平衡的天平。

尽管研究生录取率很高，可是如果没有考上，就得继续去寻找工作或明年再考。进入一家企业，意味着浪费一年时间，继续考研直至考上，这是一条永无止境的路。并且，读研究生是在学校里继续三年的全日制学习，这是不是又浪费了时间？在求职过程中，“工作经验”这道门槛让无数大学生名落孙山，这样继续深造而不积累经验，真的对以后的人生有帮助吗？面对继续找工作还是考研，许多大学生都开始犹豫了。

的确，大多数选择考研的学生已经不再抱着多学东西的心态，而是各种性格、价值观、人生态度交织在一起产生的综合反映。对于即将毕业的大学生来说，考研还是就业，成为一个不得不考虑的两难问题。

面对许多毕业生的彷徨与无措，聪明人士认为，先考研还是先就业，是不能一刀切的事情，绝不可盲目跟风。一般来说，要根据大环境来定，如果大环境对就业有利，不如先就业。但一定要提醒自己，即使是工作了，也要提高自己。

每个大学生都有自己的梦想、追求、目标。不同的人，所处的环境不

同，受的教育也不同，选择也是不一样的。考研与工作，到底该怎么选择？应该根据自己的实际情况决定，而不是“一窝蜂”，别人考研，你也跟着考研。即使有一部分人通过自己的努力考上了研究生，两三年以后所学专业的就业形势未必会比现在更好，这种变化单凭个人的能力很难准确地预料到。读完研究生出来后，学历起点高了，但社会经验和实践经历与已经就业的同届毕业生比起来，马上显出掩盖不住的单薄，这从某种程度上来说是不利于就业的。

当然，有很多种工作，只有本科学历已经应付不了了。以金融专业的硕士为例，现在的银行业发展飞速，各种金融产品不断推陈出新，即使是硕士也不一定懂得，就不能抱着“我是硕士，我什么都懂”的心理。的确，你可能是硕士毕业，但如果不注重学习，你仍然无法面对日新月异的金融产品。另外，大学本科毕业后，找到了一份薪水不错的工作，然后就把自己原来想读硕士的想法抛到了脑后。你迟早会遇上职场瓶颈的，如果没有提高，就会在竞争中吃亏。

许多企业单位更喜欢专科人的实在，不像很多本科生面对要求高的工作没能力做，面对要求低的工作又不愿意干。据某媒体报道，有一次招聘会上，多家单位指明只招大专生。这是因为大学因其入学门槛高，很多考生入校后，便滋生“逸学”心态，放松了对理论和技能的要求。而大专生、中专生、技校生，为弥补“学历”可能造成日后就业市场上竞争力不足的缺憾，必然注重有针对性的技能知识学习。这正好符合企业对人才的需求。

未来的路该怎样走，由你自己决定。读了硕士不一定就能找得到好的工作，关键是要好好规划自己的人生道路，做了决定就要认真真走下去，直到收获成功的时刻。

就业，听父母的还是自己选择

某姑娘找了一个自认为还不错的男友，他是做小生意的，算不上有多富足，但达到衣食无忧的水平还是可能的。她的父母认为生意人奸诈，靠不住，非让她找一个公务员男友。他们为这份感情抗争了五年，男生想方设法地去赢得长辈欢心。结果，她的父母仍然不满意，对此各种威胁，最终拆散了这对情侣。

我的堂哥也有这样的父母。

他的父母从小就给他计划好了一切，不管是读书、选专业，还是找工作、恋爱，都得按照他们的意愿去做。

堂哥从小就迷恋电脑上的各种游戏，毕业以后，在南方一家大型网游公司当程序员。可惜，他的父母觉得这份工作太没有面子，非要堂哥去政府单位上班。

堂哥根本不想离职，他母亲就坐飞机去他的公司闹，不仅仅是同事，甚至连公司董事长都知道了这个事情。最终，他不得不辞掉自己喜爱的工作，眼睁睁地看着母亲花十多万元疏通关系，去了一家政府单位过上无所事事的生活。

几年之后，那些和堂哥一起工作过的同事都成了游戏界的“大咖”，拿着上百万元的年薪，成为有车有房的中产一族。而堂哥还是住着政府分的一间二十多平方米的小房子，一个月领着两千多元的工资。堂哥终日郁郁寡欢并不仅仅因为昔日好友的事业成功，自己却是一个铁路小职员，更重要的是，他被迫放弃了自己人生中最喜欢的事

情，而亲手推动这一切的人，偏偏是父母。

面对就业，许多大学生都面临两难的问题，父母的想法和自己理想截然不同。一般父母都希望子女工作体面，在亲友面前倍有面儿，但是很多大学毕业生却希望能在自己喜欢的工作上先闯一闯。就业，是该听父母的还是听自己？

我读完四年本科，马上就要大学毕业了，现在，找一份理想的工作成了一家人的头等大事。但是，因为找工作的事情，我和父母闹了别扭。我学的是动漫专业，想在大城市的公司里打拼，觉得回老家那个小县城没有多大发展空间。但是父母想让我回县城考教师或者公务员。父母认为，女孩子一个人在外面太辛苦，公司上班也不稳定，回到丽水县城考个教师或公务员，工作稳定不说，择偶方面也有优势。而我觉得老师和公务员的职业都不是自己喜欢的，太过沉闷。

仿佛是说着话的空，每年一批的大学生又将完成学业步入社会。现在，已然是择业高峰期。面对就业，很多家庭都有着两难的选择。去哪里工作，选择什么样的单位上班，奋斗还是安逸，回乡或不回乡，成为许多大学毕业生毕业季时的烦恼。

很多时候，父母是子女生活中的职业榜样。父母的职业观、家庭状况、社会地位直接影响子女的择业观念；父母的社会资本在子女获得就业信息时也起着很大的作用；家庭的经济状况也对子女的就业选择有很大的影响。因此，这在客观上决定了家庭在子女就业时扮演着非常重要的角色。

的确，大多数父母都会以自身过来人的经验，帮孩子走过每一段路

程，“引领”好子女的人生之路。但往往是事与愿违地关注过度，靠自己的经验在子女就业选择的问题上独断专横，导致子女没有独立的意识和兴趣。大部分父母在孩子就业岗位的选择上，最看重的是工资收入、社会地位、工作性质、岗位类别等，希望孩子能够成为众人羡慕的对象，却很少关注子女的职业规划、职业目标和职业生涯。一旦父母不能积极引导孩子做好就业准备，将他们知识的学习、素质的发展以及能力的提高与既定的方向保持一致，很可能会导致大学生不能根据自身优势和社会需求，合理地选择最能发挥个人才干的职业，降低与岗位的匹配度，造成严重的就业错位。

当然，父母们的心意都是好的，是想让孩子过得比谁都好。很多父母不一定希望子女成就怎样的大事业，他们只希望子女平安健康、少走弯路。而他们想的不一定是你自己想要的。这个时候就要你自己做决定了。你到底想要怎样的生活，怎样的人生？机会总是留给有准备的人。总之，路要靠自己走。父母的意见只能参考。

双学位是否是鸡肋

众所周知，学历在寻找工作中担任着最为关键的角色。但是，出现的关键问题是：修读双学位将来在企业工作是物有所值，还是味如鸡肋呢？

双学位是指修读主修专业并获得相应学位的同时或之后，修读辅修专业所获得的学位。实行弹性学制，可以在修完主修专业的基础上延长1~2年修业时间，达到最低学分要求的可获得第二学位。辅修专业的学位证书单独颁发，学位授予时间可与主修专业的学位证书授予时间相同或不同。

双学位到底会有多大的能量？大多数大学生都会关心这个问题，双学位的能量可以从以下几个方面详细说说：一是双学位的社会认可度如何；二是双学位到底对于就业有没有用；三是拥有双学位未来单位待遇会怎么样。

企业认为拥有双学位的人有用吗？答案是肯定的。随着社会的高速发展，知识的融合度越来越高，复合型的人才需求也越来越大，这也是众多高校开设双学位的主要原因。两个专业，只要你能顺利把学分修满就能拿到相应的学位证书，这些证书国家是认可的。

拥有双学位对选择工作有没有分量？答案也是肯定的，有两个方面可以证明：第一，比单一专业的同学多了一种选择。如果不想在本专业相关领域找工作，那还可以考虑自己辅修专业的工作，至少有这个资格。比如现在的公务员、事业编制、银行等，在报名的时候如果不加特别说明，辅修的专业是同等对待，但如果特别注明是所学的主专业则不行。第二，同等的条件下，拥有两个学位意味着多了一项技能，企业在招聘人才时通常也会考虑到人才的复合型和发展前途如何。双学位从一定方面证明了求职者的学习能力和自律能力。毕竟不是所有人都能坚持用多于别人一倍的时间去学习的，而这些时间只能从自己的节假日扣除。公务员、事业编制、国企银行等单位招考的报名条件会清楚列明是否辅修双学位，如果有这样的条件也是个加分项。

手中握有双学位，在企业会不会比别人工资高？目前，只能很遗憾地说还没有。拥有双学位的人在单位和其他同事是同等待遇的，在薪资与福利方面并未见得比别人多出了多少，也未必能比其他有能力的同事升得快。其实这个道理很简单，大家都能进入一个企业或一家公司，那证明都是特别优秀的人才，学历专业都是很棒的，但是工作能力还没有体现出

来。只有在具体的实际工作中，企业才能够充分看到你的工作能力。而工作能力不仅仅是与学习能力挂钩，还包括个人态度、沟通能力、人际关系、动手能力、听从指挥等。所以，从这个角度来说，双学位的优势不明显。

我是某财经政法大学的学生，身边超过六成的同学都报了双学位，我自己也报了，不为别的，就想多学点东西，给今后就业增加一点砝码。因为他们学校英语是小课堂教学，质量有保证，所以报的人很多，一共开了20多个班。双学位都是周末上课，在两年的时间里基本不能休息。一天4节大课，就是8节小课，我感觉很辛苦，但为了今后的就业还是咬牙坚持了。其实我们在校读的还好，教室就在宿舍旁边，周末七点半起床就可以了。要是在外校修的话，很早就要起来坐车了。

我的同学某工业大学建筑系本科毕业生甘小锋在校时选修了经济学双学位。“我可以很负责任地告诉大家，双学位的用处没有想象的那么大。”甘小锋说。在国内承认双学位的单位很少，如果当上公务员或在事业单位上班，工资会比别人高一个档次，但在私企差别不大，充其量只是多了一块“敲门砖”。

修读双学位，你准备好了吗？现在修读双学位在大学生群体中成为一种趋势，对于很多学习游刃有余的学生来说，双学位不失为一条提升自己的途径。

修读双学位之路并不是那么平坦的。这就是说，你不仅要学好本专业的专业知识，而且你还要涉猎完全不熟悉的内容，那些专业内容甚至能让你完全崩溃，你需要花费大量的时间去研习。时间成本摆在

那里，一般辅修双学位都安排在周六、周日上课，有些专业比较艰深的课程会满满地排上两天，这意味着你在四个学期内完全没有周末。与朋友聚会、参加社团活动、社会实践以及去公司实习都有可能被放弃了，有可能你的生活圈子就限于课堂、图书馆。这不是危言耸听，而是一部分的事实。

英语，对于未来职场有意义吗

在大学生活中，有些同学认为学英语对工作没有什么帮助，除非出国、到外企工作才用得着。自己又不想出国、不想到外企工作，学好英语没什么用处。还有的同学大学英语6级考了9次没过，便认为英语6级毫无用处，背后的潜台词是：只能这样安慰自己了。其实，学好英语对将来一定会有不小的影响。

早在十几年前，社会上就流传着这样一句话：未来的大学生必须掌握的三大技能是英语、驾驶、计算机。英语不仅作为一门语言和交流工具，而且被提升到了必备技能的范畴。为什么学习英语是相当必要也是相当重要的呢？

由于信息化快速发展和经济一体化的到来，英语在全世界的重要性越来越突出。英语作为最重要的信息载体之一，已经成为商务谈判、阅读资料必须懂得的语言。许多国家在基础教育发展战略中，都把英语教育作为公民素质教育的重要组成部分，将其摆在重要的地位。随着中国逐渐走向世界，英语的使用范围也越来越广，现在在日常的生活中许多地方都用得到英语。

目前，对于像我一样的即将毕业的大四学生来说是最忙碌的时候，各大企业的校园招聘进入高潮，笔试、面试接踵而来。我大概估算了一下，每天除了吃饭、睡觉的时间，基本上就是待在宿舍浏览各大招聘网站、发送简历、查收邮件。有的时候看到心仪的招聘岗位兴奋不已，但看到他们的招聘要求又会黯然神伤。因为在盘点了一些企业的招聘要求后发现，有个显著的特点就是企业对应聘者的英语能力有了新的要求，好多企业都在英语能力上加入了对商务英语成绩的要求。

前几天碰到一个同学，分别一段时间了，在小酒馆一坐，跟我聊起了他在面试一个国企的时候失利的事。原因是HR（人力资源）对他只有大学英语6级成绩单并不满意，问他为什么在大学期间没有考到其他的英语等级证书。而同组另外一个有商务英语成绩的女孩顺利进入了下轮面试。

突然想起去年也是这个时候，在一个五百强企业做人力资源经理的师姐应邀回到学校专门为大四的同学讲了一堂求职课。HR师姐解释说，现在很多6级学生日常邮件都看不懂，她们早就不用了。前两年用托福和雅思成绩的学生很多，但是这两年公司用了托业，直接拿考生的成绩和职级标准做对比。所以这两年想投简历，必须有托业成绩。

我听过了人力资源经理的讲座，对职业英语有了新的认识。不久之后，我和室友一起报名参加了托业考试。不得不说，这张职业英语能力证书确实为我求职增加了获胜的砝码。我是属于突击准备了托业考试的，分数并不太高，但后来发现这样的分数在找工作时已经足够。

找工作之余，我经常会上去看看各种论坛，看到企业招聘对英语的

要求一直是有增无减的。微软、宝洁等世界 500 强企业，中国联通、海航、南航、华为等企业都将英语能力视为不能被打折扣的硬性要求，并全将“商务英语考试成绩者优先”的字样放入招聘要求里。

未来还要在求职道路上前行的同学们，希望你们牢记我们的经验教训，早日认清英语的重要性，早做准备，切莫临时抱佛脚。

英语在职场上的确很重要，与外商谈判、接待国外客户、查看外文资料都需要英语。去国外旅游住酒店的时候，第一服务语言一般都是英语，而商业谈判就更需要英语。英语跟计算机一样，就是评定一个大学生综合素质的一方面，所以学得越好越有利。至于实际的用处，不同的工作会有不同的作用。但是如果你学得好，慢慢地会成为你的优势，比较容易晋升、出国，这些也是未来你职业发展的一个必备工具。

当然，对有些人来说，怎么都不想学英语，考试不是挂科就是刚刚及格。对这样的大学生而言，就没有必要为了找一个好工作，非硬着头皮啃英语。其实，也有很多企业是不需要英语的，这些企业的工资待遇等也不比那些要求有一定英语水平的企业差哪里去。

问题的关键是要把自己未来的人生规划好，这才是最重要的。只要你规划好了自己将来的人生和工作，一样可以出人头地的。

大学生的困惑：害怕就业怎么办

细细算来，我是已经快 30 岁的人了，面对着没完没了的找工作的压力，我不敢去任何一家企业应聘了。惨不忍睹的是，我不知该找什

么样的工作，不知道什么工作适合自己。我想过自己创业，可没有项目，很多时候在玩游戏消磨时光，内心惶恐不安。

临近年关，我的就业压力有增无减，快把我压成一张薄饼了。以前做过几份工作，都是有始无终，不是嫌工作环境恶劣，就是嫌工作条件艰苦，要不就是嫌工资低，还有人际关系不会处理导致矛盾，我的心很乱。我总希望能找到适合自己的、感兴趣的工作，可是发现自己除了玩网络游戏、看电视就没有其他兴趣了，不爱见人，我怀疑自己得了网络综合征和自闭症。

算起来，我这样断断续续也有几年了，这几年我几乎天天感觉是在刀尖上过的，时常感觉身心疲惫，变得不爱说话。去医院，医生说我得抑郁症，我服药这几年也不见好转。相反病情越来越重，再加上睡眠无规律，经常是半夜一点左右睡，上午11点左右起床，脑子昏昏沉沉的。一看到招聘报纸，我的头就两个大，我在逃避，我害怕面对。家人总是说我该出去找工作，可我就是没勇气出去。我这几年书是白念了，在社会上找不到什么好工作，又没有技术和经验，可以说是白纸一张，什么都要从头做起。

我家不是属于那种很富有的人家，我真没想到“一毕业就失业”的话果真在我身上发生了。目前的我真的不知该怎样去面对“应聘”这个词了。爸爸把我介绍进一家酒店当厨师，是我不争气，刚去的第一天就因为后厨的噪声心烦而不干了，更受不了那油烟的味道。真不敢想象那些学厨艺的人怎么能忍受每天站在那里掂大勺、被油烟熏着。我该怎么办？

我没有什么高人一等的本领，可以说几乎什么都不会。参加电脑培训班，可是学不会平面设计和网页设计。我当时努力了，