

我的梦想 我的路

影响一生的职业规划指南



李廷海◎著

*My Dream
My Way*

原子能出版社

C913.2/187

2008

我的梦想 我的路

影响一生的职业规划指南



李廷海◎著

*My Dream
My Way*

原子能出版社

图书在版编目(CIP)数据

我的梦想 我的路 / 李廷海著. —北京: 原子能出版社, 2008.4

ISBN 978-7-5022-4105-6

I. 我… II. 李… III. 职业选择 - 基本知识 IV. C913.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 041274 号

我的梦想 我的路

出版发行 原子能出版社(北京市海淀区阜成路 43 号 100037)

责任编辑 刘 朔

责任印制 丁怀兰 刘芳燕

印 刷 北京奥隆印刷厂

开 本 787mm × 1092 mm 1/16 开

字 数 208 千字

印 张 13.5

版 次 2008 年 4 月第 1 版 2008 年 4 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5022-4105-6

经 销 全国新华书店

定 价 29.80 元

版权所有 侵权必究 <http://www.aep.com.cn>

序 言

人生的旅程是漫长的,但关键的地方只有几步。这几步怎么走,决定了一个人最终是伟大,还是平庸;是成功,还是失败;是幸福,还是痛苦……

我们每一个人,不管你是高中生、大学生或者是已经踏入社会正在计划调整职业的人,都必须做出我们生命中最重要决定:你将以什么样的方式来实现你的梦想?做一个农夫、邮递员、维修工、兽医、公务员、推销员、行政文员、工程管理员、企业家、化学家、大学教授,还是去摆一个牛肉煎饼摊卖煎饼果子?

这种选择通常有点像“赌博”。有个朋友对我说“选择职业就像选择婚姻的伴侣一样,最理想的状态是情投意合。因为婚姻就像是一场赌博,你必须用自己的岁月来做赌注。当你不知道结果的时候,其实是赌了一把,能情投意合是你赢了,那叫爱情,不能白头到老那就是你押错了。没有了爱情,婚姻成了两人的枷锁,成了爱的躯壳”。

当然,我们今天不是来探讨婚姻的问题。现在,我所做的努力就是要告诉年轻人如何降低“选择职业”时的赌博性。

《我的梦想 我的路》是一本关于个人职业规划与职业生涯指南的著作,从“生命中最重要决定”为开篇,引出当前的中学生、大学生及职场白领在选择职业时的迷茫与无奈,然后作者从一次圆梦之旅的经历与感悟开始,把人生比喻成一次长途旅行,通过总结自己的人生经验并结合职业规划相关专业知识,告诉读者如何探寻自己人生梦想的目的地?如何选择自己的职业方向?如何提升自己?如何选择适合自己发展的公司或人生平台?如何选择好的上司或老板?如何管理职业生涯以实现自己的

人生梦想？

本书力求实际、实用、实效，为当代大学生或中国青年提供个人职业规划与职业生涯管理的实用方法和技巧，引导更多的人去追求人生中最有价值的事，帮助更多的人去实现人生的梦想。无论是高中生选择专业，还是大学生择业或是在职青年应对职业转型，本书都具有非常重要的参考价值。

作者在书中再三强调人生梦想的重要性，人只有把精力投在“梦想”的职业上，他才会有兴趣，而一旦从事的是实现人生梦想的事情，那么他的力量将会势不可挡，正如美国一句著名的谚语所说：“当一个人知道自己想要什么时，整个世界将为之让路。”

在本书写完后需要确定书名时遇到了不同意见，我的初衷是《我的梦想 我的路》，但不少图书策划公司和几个行销策划的专家给我建议，换一个名字叫“生命中最重要决定”或者“成功掌舵你的人生”等，这样比较容易抓“眼球”。策划专家的建议是该考虑，确实现在的书店琳琅满目，书名也在遵循着这已经泛滥使用的“眼球经济”规则。但最终我还是选择了我的初衷《我的梦想 我的路》。

不管你是什么原因翻开了本书，我想你的选择至少对了一半，因为你是一个拥有梦想并想去实现梦想的人，继续读下去，你会有意想不到的收获，人生中最值得做的事就是追求与实现你的梦想，千万不要因其他任何原因背弃你的初衷。

每次在大学校园面向大学生们做“未来之路”的职业规划讲座时，我都会说几句话，我不祈求我说的每一句话或我讲的每一个道理大家都能用上，但只要有那么一两句话或一两个道理大家能用上，我就感到很欣慰了。《我的梦想 我的路》也一样，希望能成为点亮你梦想、点亮你希望和点亮你成功的火种。

作者 李廷海

2008年3月于北京

天空的星星 我要的星星

—李廷海

还记得那是在小时候，
站在屋顶，遥望星空，
远方是七颗星辰，七个梦想……
我梦想过，扬帆远航。

可是，世事变换纷繁，
不知是何时，我失去了远航的方向。
很久很久了，都没有遥望星空，
今天遥望星空，远方的七颗星辰依旧。
可我的梦想也不知何去何从？

天空的星星，我要的星星，
我梦想过，扬帆远航。
天空的星星，我要的星星，
从今开始，扬帆远航，
我要实现我的梦想！

备注：创作这首小诗，希望能唤起很多人对于美好梦想的追忆。儿时的心灵澄澈、久远，寄寓着人生最美的追求。但不少人在世事纷繁中已经不知不觉地失去了曾有的梦想，奋斗的方向与自己的梦想越来越远，甚至已经不曾记得原来自己还有梦想……没有梦想，人生就像一支单调乏味的钟摆在痛苦与无聊之间来回摆动，如果能找回我们的梦想，便能找回我们生命的意义与希望。

目 录

序 言	1
-----------	---

第一部分 梦想探索

第一章 生命中最重要的决定	3
第二章 人生犹如一次长途旅行	7
我要去哪里?	7
选择交通工具——如何打造你的梦想列车?	8
选择路径——选择适合你发展的公司或人生平台	10
挑选一本好地图 ——选择一名好教练	10
第三章 探寻你梦想的目的地	12
第一节 你想要的是什么?	12
第二节 你的梦想是什么?	15
梦想是什么?	15
梦想的种类	16
我们为什么要有梦想?	16
梦想与财富的关系	17
梦想与成功的关系	18
人生梦想与未来之路	19

第四章 我的梦想,我的路	22
我的梦想清单	22
小学——天真幼稚的童年	23
初中——从幼稚到成熟	25
高中——探寻梦想的目的地	26
大学——奋斗在梦想的路上	28
工作——梦想的列车飞驰在梦想的路上,向梦想的目的地迈进	32

第二部分 梦想之路

第五章 如何选择“珍爱”的职业	45
什么是职业?	45
了解你的职业兴趣	48
测试你的职业兴趣	50
了解你的性格	52
如何进行职业准备	53
避免选择职业的盲目性	55
青年选择职业时的参考:卡尔·马克思的职业选择	60
“爱”是我们选择工作的惟一标准	64
第六章 如何打造卓越的梦想列车	67
第一节 如何创建完备的知识结构	68
基础知识	69
人文知识	77
专业知识	81
木桶理论:灵活应用所学知识铸就成功	81

第二节 如何掌握卓越的五大能力	83
沟通能力	84
社会适应能力	88
决策能力	92
整合资源能力	93
核心能力	96
第三节 如何培养成功的品格	97
第四节 如何保持健康的身体	102
第七章 如何选择合适的公司	109
优秀的公司具有很强的针对性	109
选择公司需要考虑的因素	111
选择大公司	114
选择小公司	117
大公司和小公司各有各的优势	119
第八章 如何选择一名好老板	121
选公司就是选一个好老板	121
好老板的特征	124
学会向好老板学习	125
学会与好老板相处	126
人无权选择自己的父母,但有权选择自己的老板	127
应该远离的老板	129
大公司选择老板同等重要	132
第九章 职业规划与个人生涯管理	134
职业生涯周期	134
职业定位:SWOT 分析方法	139
职业转型策略	142
正确认识我自己	145
职业生涯成功的法则	147

第十章 如何获得自己喜欢的工作	149
第一节 大学生求职面面观	149
第二节 好工作,重在找准自己的定位	153
第三节 如何快速接近自己的求职目标	157
第四节 掌握必备的求职简历编写技巧	161
第五节 培养必备的求职礼仪素养	164
第六节 通向成功的面试技巧与沟通技巧	169
附录一 “爱未来”大学生职业规划全国高校行部分高校大学生问 答录音整理	177
一、中国地质大学	177
二、河南安阳师范学院	182
三、中央财经大学	187
四、中国传媒大学	189
五、中国人民大学	190
六、北京邮电大学	192
七、北京科技大学	193
八、北京工业大学	195
九、北京物资学院	196
十、北京吉利大学	198
附录二 梦想,让心灵去旅行	200
后 记	206

第一部分 梦想探索

你的路要以你的梦想去探寻……

在车水马龙的十字路口，人来人往，每个人都在奔向他既定的方向。假如一个人走到你面前问，某某地方怎么走？如果你熟悉这块地方或作为过来之人，你通常会非常乐意告诉他该怎么走。但如果一个人走到你面前来问，请问“我要去哪里？”这个问题你该怎么回答？

第一章 生命中最重要决定

我曾经在北京市海淀区的一所重点中学校园里听到一位父亲和孩子在校园的谈话，那段时间正值全国高考志愿填报时节。在不到一分钟的谈话里，他们完美地描述了大多数人选择专业或选择职业的方法：

父亲：你想学什么专业？

孩子：物理学。

父亲：物理学？儿子没搞错吧，你实在不该学物理学，计算机才是热门啊。

孩子：可是我喜欢物理学，我的物理学也学得很好。

父亲：儿子，学物理学毕业之后赚不到什么钱。

孩子：真的么？那什么能？

父亲：计算机。你应该填报计算机专业，将来搞计算机。

孩子：好吧，那我就报考计算机吧。

呜呼……中国又一个可能是未来诺贝尔物理学奖天才的“杨振宁”就被这位中国式的伟大父亲在这么一眨眼工夫之间将其扼杀在摇篮之中。

又一次，我乘出租车去北京首都机场搭乘飞机，那段时间中央电视台正在向全国人民直播“神六”成功发射升空的消息，全国各地的电视台、广播电台、报纸、网络媒体等都在纷纷报道和评论，全国老百姓也处于一片欢腾的海洋中。上车后不久，那位出租车司机就给我聊起了“神六”，同时也聊起了他孩子的事儿，他说他孩子马上就要参加高考了，成绩很好，重点中学班上第一，这下子报考志愿目标有了，“北航”，即北京航空航天大学，说完脸上露出了喜出望外的表情。出于职业的敏感我问了这位司机师傅一句“你小孩子打算报考什么专业？”，这位师傅说“只要能进北航，什么专业都可以”。

在我们这种文化氛围下，许多专业选择或职业选择就是用这种方式在一眨眼工夫之间做出的，基于一时的潮流，或者是一时的兴致、一时的冲动，或者是追随父母的脚步，听从新闻媒介上文章的劝导，根本就不是基于你的人生梦想和职业兴趣来左右你将来在职场中的去向。

我们的在校大学生又是如何来选择我们的职业方向的呢？

去年夏天，一位北京工业大学的学生到爱未来公司找我，他将于2007年7月毕业，曾经是爱未来公司在北京工业大学的高校联络员，听我们工作人员说这位同学认真负责，为人也很厚道，出于关心和职业敏感，我和他聊起了他毕业后的打算，当然不是付费方式来享受我们的职业规划服务。

他学的是生物化学工程，谈不上喜欢也谈不上不喜欢，看到班上很多同学在准备考研，他也想考，后来考研不成功，之后便开始找工作。找工作时，由于他本人没有明确的职业定位找得不是特别如意，用人单位最多的就给了他每月1500元的工资。我告诉他不错，刚毕业出来找一个专业对口的，只要你喜欢，从基础开始做起，逐渐往上升，做精、做熟、做透，自然会有很好的回报。他说工资太低，有位同学劝他改行学计算机，那位同学告诉他搞计算机都很赚钱，帮别人做个很简单的网站一个月就能赚上七八千元。我告诉他不要随意受别人的干扰，命运是自己掌握的，选择要 Follow your heart（跟随你心）。

时间过得很快，工作的忙碌让我已经逐渐淡忘了这件事情，时隔半年多，在今年的1月份这位同学又到爱未来公司，刚好我也在，问了他的近况，他果真改行了，从父母那里死活要了2万多元去学了半年的计算机编程和网页制作，现在已经参加工作两个月了，不过他目前一个月的工资没有七八千元，只有1000多元，他又陷入了痛苦的迷茫之中。

不少大学生都有这样的感觉：“高中的梦想就是考大学，上了大学就没有了方向，十几年记忆里最深的就是教育系统把我们培养成了考试的机器，如今毕业了居然找不到理想的工作，现在除了考试技能外其他什么都没有了，我好像把自己的梦想丢了……”

社会中，我们也不难看到，同样是在工作，甚至是做相同性质的工作，或者更巧的是当年还是毕业于同一所学校，或者同一个专业，为什

么有的人锦衣玉食，有的人聊以为生？为什么有的人在工作中充满激情，有的人却总是无精打采？

我们国内目前的社会氛围，现行的教育系统，加之父母的观念影响，我们的年轻人似乎从中学时代开始就对“梦想”的追求偏移了方向，最常见的有下面两种状况。

第一种状况是，进大学的确是有“梦想”的。这些“梦想”来自于社会氛围里热门专业或职业的发展，因而以此为目标，希望自己毕业后也能沾沾热门之光。但这种“梦想”太浅，通常最容易看到的结果是，等你四年后毕业时，不是热门职业不再，就是和你同样专业毕业的人太多，供过于求，绝大部分人都找不到工作。就像是现在大家都流行去海边度假，你也去了，但是到了之后，发现海滩上人满为患，你沾不到海水不说，连沙滩可能都踩不上。

还有一种状况是，求学生涯与日后的工作规划根本无关。求学，只不过是一个考试志愿和分数妥协下的结果。读什么专业和自己的未来无关，和自己的兴趣也无关。然后，等到要毕业了，再考虑自己到底要从事什么职业、找什么工作。也许，这种情况的好处是，你不至于赶上人满为患的沙滩，然而，你却可能发现，自己根本就连天南地北都分不清楚，彻底迷失了。

我们失去了对“梦想”的真正理解，等我们最终到了要踏出校门找工作的时候，“就业难”的现实摆在了我们的面前，“什么才是我们心中的‘梦想’？”

当我们正在寻找“梦想”的答案时，我们的老师、我们的父母或社会上部分媒体也开始来为我们助威，为大学生就业难寻找灵丹妙药，后来开出“一剂良方”并一致地为其摇旗呐喊：“先就业、再择业，找不到合适的工作也没有关系，到时候可以骑驴找马”。

这客观上造成了让我们走上一条并不适合自己职业发展的弯路，离自己的“梦想”越来越远，“梦想”再一次发生了严重的偏移！

等到某一天当我们发现工作是那么的枯燥无味，生活也是那么的沉闷无聊，到了我们真正找“马”的时候，招聘单位的老板看我们怎么骑的是“驴”，总怀疑我们骑“马”的本领，于是我们只好一直待在

“驴”背上……

三年来我应邀到全国 80 多所高校面向在校大学生做“未来之路”的职业规划与个人生涯管理讲座，通过与同学们的交流，我发现，大多数人的迷茫并非认为职业规划不重要，而是因为：

- 他们不知道如何去做；
- 大学所学知识和技能与社会的实际要求严重脱钩；
- 他们对自己的未来感到迷茫从而变得没有信心；
- 他们将自己的目标制订得过于长远，这使得他们立刻看到成果变得不可能。

人生犹如一次长途旅行，一个人从出生开始经过一段漫长的人生经历，一直到离开这个世界。虽然每个人都有其不等的生命长度，但是成长的阶段则是不变的，不同阶段的成长环境，需要有不同的驾驭技能来配合，以符合我们的发展，所以我们必须要有“生涯规划”的观念。

没有明确生涯规划的人，要么随波逐流、碌碌无为，要么每天都处于担忧、焦虑之中，对他们来说生活就像一支单调乏味的钟摆在无聊与痛苦之间来回摆动。不管你认可还是不认可，职业规划与个人生涯管理都将会越来越备受我们每个人的关注与重视。

在这生命的长途旅程中，从出生到离开人世，一次就做好生涯规划是一件几乎不可能的事情，我们所要做的是在成长的转换点上来切割我们的人生，通过这种有意识的规划来矫正人生航向的偏差。

的确，职业生涯中充满了不确定性因素，我们无法了解明天会发生什么。但是，毕竟在生命中还有许多东西是我们可控的，我们只要把握这些可控的因素，在面对一个又一个人生的选择时，就能抵制住一些诱惑，就能使我们的职业生涯不至于偏离得太远。

人生犹如一次长途旅行，我们是把生命的列车开往梦想的地方去享受成功的幸福生活，还是漫无目的地随波逐流去做一支无聊与痛苦的钟摆，关键在于我们如何为自己的人生勾画出一个什么样的梦想蓝图。

第二章 人生犹如一次长途旅行

人生犹如一次长途旅行，在旅行出发之前，我们必须考虑好下列四个问题。

1. 我要去哪里？你想要的东西、你的梦想、你的方向。
2. 是乘飞机、火车、汽车、自行车还是徒步旅行？选择交通工具并作相关准备。
3. 选择什么路径？选择通往梦想的平台。
4. 挑选一本好地图？选择一位好的人生教练或导师。

只有把这四个问题处理好了，我们才能将我们生命的列车开往梦想的地方，去享受成功的幸福生活。

我要去哪里？

在车水马龙的十字路口，人来人往，每个人都在奔向他既定的方向。假如一个人走到你面前问，某某地方怎么走？如果你熟悉这块地方或作为过来之人，你通常会非常乐意告诉他该怎么走。但如果一个人走到你面前来问，请问“我要去哪里？”这个问题你该怎么回答？

“我要去哪里？”这个看似简单的问题，可难倒了我们不少当今的年轻人。

每个旅行者都必须首先要知道他想要去的地方或目的地，并且这个地方或目的地是他梦想中的或是他内心真实渴望的。只有这样，他的这次旅行才不会枯燥与无聊。想一想我们在做一件无聊的事情和一个为了实现自己梦想的事情之间动力上的差别，您就可以很容易地明白了。

如果你去旅行的地方是你梦想中想要去的地方，你就会拥有巨大的动力和激情，而且是势不可挡的动力与激情，你就会为了实现你的梦想