

10 Things Employers
Want You to Learn in College

拉开差距：

大学里做好这 10 件事，
轻松超越职场新人

Bill Coplin 著

张磊 王广彬 曾勇 译

10 Things

Want You to Learn in College

拉开差距：

大学里做好这 10 件事，
轻松超越职场新人

Bill Coplin 著

张磊 王广彬 曾勇 译



中国劳动社会保障出版社

图书在版编目(CIP)数据

拉开差距: 大学里做好这 10 件事, 轻松超越职场新人/ (英) 考普林 (Coplin, B.) 著; 张磊, 王广彬, 曾勇译. —北京: 中国劳动社会保障出版社, 2015
书名原文: 10 Things Employers Want You to Learn in College
ISBN 978-7-5167-1856-8

I. ①拉… II. ①考…②张…③王…④曾… III. ①大学生-能力培养
IV. ①G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 202079 号

This translation published by arrangement with Ten Speed Press, an imprint of the Crown Publishing Group, a division of Random House LLC

Copyright © 2003, 2012 by Bill coplin

All rights reserved.

Published in the United States by Ten Speed Press, an imprint of the Crown Publishing Group, a division of Random House, Inc., New York.

www.crownpublishing.com

www.tenspeed.com

Ten Speed Press and the Ten Speed Press colophon are registered trademarks of Random House, Inc. A previous edition was published in the United States by Ten Speed Press, Berkeley, in 2003.

北京市版权局著作权合同登记号 图字 01-2014-6533

中国劳动社会保障出版社出版发行

(北京市惠新东街 1 号 邮政编码: 100029)

三河市华骏印务包装有限公司印刷装订 新华书店经销

787 毫米×1092 毫米 16 开本 16 印张 219 千字

2015 年 8 月第 1 版 2015 年 8 月第 1 次印刷

定价: 36.00 元

读者服务部电话: (010) 64929211/64921644/84643933

发行部电话: (010) 64961894

出版社网址: <http://www.class.com.cn>

版权专有 侵权必究

如有印装差错, 请与本社联系调换: (010) 80497374

我社将与版权执法机关配合, 大力打击盗印、销售和使用盗版图书活动, 敬请广大读者协助举报, 经查实将给予举报者奖励。

举报电话: (010) 64954652

本书谨献给

迈克尔·奥利里
(MICHAEL K. O'LEARY)

以感谢他作为同事和挚友所给予的支持！

致 谢

本书第二版的成功发行得益于对第一版做出反馈的很多朋友，他们中有我的学生、校友、雪城大学的工作人员以及全国各地的同事。数以百计的学生已经阅读过本书，并且为新版本提出了很多宝贵建议。

在这里我要特别感谢几位学生，他们给予了我极大的帮助。在第一版的编写过程中，尽管日程繁忙，Gina De Rosa 还是把 2002 年的整个夏天几乎都用在了第一版的编辑工作上，作为我的主要研究助手，她也在秋季学期中倾注了很多精力。编写第二版时，Lauren Ottaviano 进行了研究，邀请相关人员撰写书评，取得了其他学生的帮助，并提供了在编写方面的帮助。同时，她提供了一个在校本科生的视角，让第二版的出版工作有条不紊，她在这两个方面都起到了很大的作用。另外，还有其他一些同学也对本书的编辑提供了帮助，他们分别是 Mary Beth Anagnost, Kelly Baug, Sean Heron, Zach Lax, Jeffrey Van Liew 和 Elizabeth Zarecki。

有一些校友在几个案例中也给予我很大的帮助，他们作出了反馈，并给我提供了要引用的文字。他们包括 Gwyneth Blevins, Sharon Ehm, Rebecca Holmes, Sarah Korf, Matt Marsh, John Mandyck, Lisa Mueller 以及 Gary Puddles。

特别致谢 Mike Pasqualoni，感谢他培训学生们使用图书馆以及相关的电子服务，同时，他也为第七章的编写提出了精彩的建议。国际项目部的 Sue Shane 为海外项目提供了信息和建议。带领实习项目的 Helen Murray 为关于实习的章节提供了建议。在校做职业咨询服务的 Michael Cahill, Karen McGee, Ann Phelps 以及 Norma Shannon 向我介绍了该领域的最新发展情况。多年来，项目工作人员 Michelle Walker, Angela Ward 以及 Carol Dwyer 就如何让大学生做好就业准备给出了独到的见解。艺术与科学学院的前记录员 Blaine Delancey 为第九章提供了一些书面材料以及文科教育历史方面的观点。David Smith 曾

是招生主任，现任招生计划协理一职，他为第十二章关于学院选择的讨论提供了详细建议。助学贷款主任 Chris Walsh 向我提供了有关学生债务情况的信息。另外，我还要特别感谢 Tim Conway 老师，在过去的几年中，作为职业和学校选择规划师以及大学导师，他一直给予我很多信息支持和鼓励，还对本书作出反馈，并提供了用于本书编辑的信息。

我要感谢我的代理人 Grace Freedson，是她帮我联系上了最佳出版商 Ten Speed。Brie Mazurek（第一版）和 Emily Timberlake（修订版）是 Ten Speed 出版社的编辑，我们一起做了定稿的工作，想出了很多好点子。Jean Blomquist 的编辑工作也完成地很出色。

最后，我还要感谢我的妻子 Vicki，她与我分享了目的性教育的价值，也为这本书提供了灵感，她让我工作中关注细节，并鼓励我最终写完这本书。

上述所有人都对本书内容编辑提供了帮助，但是我对本书内容负全部责任。

——比尔·科普林（Bill Coplin）

一个大学学位和少量的资金会给你带来一辈子的
收益。

——匿名

前言

假如你正在上大学或者打算上大学，你的家人或者其他入可能会问到让你最反感的一个问题：“拿到大学学位能干什么？”这本书会为你提供这个问题的答案：“我不仅仅是在修一个学位，而是在培养从事任何职业时都能够获得成功的能力，当我完成学位时，我会向未来的雇主和你们证明这一点。”假如你掌握了本书中所介绍的能力，你可以很自信地表达这一点，因为除了简单地完成课程和拿到学位，在大学中你还可以有更多的收获。

大学生会同时面临好消息和坏消息，这就是为何人们会如此频繁地问到这个讨厌的问题。在面对无数的机会（好消息）以及高度的风险（坏消息）时，每个人都会感到焦虑。下面是对于这两种消息的一个概述。

好消息

在整个职业生涯中，大学生平均能挣到 210 万美元，而高中生只能挣到 120 万美元。

拥有专业学位（比如医学博士 [MD]，法律博士 [JD] 或者工商管理硕士 [MBA]）的人，会挣到 440 万美元。

相对于没上过大学的人而言，接受过大学教育的人寿命更长，生活得更开心，会更积极地投票，所占失业者或者靠社会保障金生活的人的比例也较小。

你和你的父母家人都会为你的成绩感到骄傲。

坏消息

无论是私立大学还是公立大学，大学学费可能会继续升高。

在所有攻读四年制大学的人中，有 63% 未能在四年内完成学业，42% 未能在六年内完成学业。

2010 年毕业的大学生中，有三分之二的人背负着助学贷款，平均每人 25 250 美元。

据《时代》杂志资料显示，2010 年有 85% 的大四学生计划回老家发展。

不需要艺术类学士学位的工作数量在增加。

研究表明，大部分学生未能在大学中提高他们的核心技能。

自从 2002 年我完成这本书的第一版以来，坏消息已经变得更糟糕。大学开销上涨了 42%，在这一因素的影响下，离校生的学生贷款平均债务量在 8 年间增长了 17%。同时，社会上对人文和社会科学学位人才的需求量已经开始降低了。

对于现在的人而言，读大学可能就像在海滩度假，但是，读完大学并不能保证你过上理想的生活。上大学有一定的风险，而且今天这个风险正变得越来越高。如同投资需要大量的前期资金一样，4 年大学可以对一个人有很大的负面影响。就算你找到了一份好工作，你可能也会有大量的债务需要偿还。还清所有债务可能需要很长时间。如果这还没有吓到你，那么想想这种可能性：你上了两年大学，然后退学了，身上背负着 25 000 美元的债务。这肯定不是个好消息！

本书可以使你避免成为那些“坏消息”中统计数据的一分子，帮助你避开那些风险和陷阱，并且能够充分利用可从大学教育中获得的便利条件。抛开运气和其他不可控因素不谈，比如你毕业时的经济状况或者家庭面临某种危机，成功职业生涯的关键是你能够“做什么”。本书将向你描述想要打动雇主所需要的能力，以及掌握让雇主觉得你和你的工作都是极具价值的技能。知道如何处理该处理的事情，是工作和生活中取得成功的关键，这也正是本书所要讨论的内容。

把大学看成一笔巨大的时间和金钱投资

能够让你顺利完成学业的最核心因素也许是时间和金钱。上大学是一笔巨大的投资，这一过程将会塑造你的未来，它不仅有益于你职业生涯的发展，而且会影响你生活的方方面面。意识不到大学教育是一项投资或者不明智地使用这笔投资，会给你带来一些本来可以避免的障碍。相反，合理地使用这笔投资将会给你带来意外之喜。

在离校时，那些能够意识到上大学的成本并且理解这是一笔投资的学生

会有明确的职业规划，进而找到工作。而对于那些把大学四年当成“安乐园”，不顾是谁为他们支付学费的离校生来说，他们的道路将更加曲折。最常见的是没有明确职业目标地读研，离校后返还家乡，在那儿找一份只够赚生活费的工作。

认真地思考大学所能带来的金钱收益，关注大学如何帮助你提高能力以及进行职业探索，都可以训练引领你开拓成功职业生涯所需的众多能力。

在金钱方面，你所面对的最大风险是离开大学时所负的债务额。如前所述，67%的大学生背负着平均超过 25 000 美元的债务。为了偿还债务，在毕业后的 10 年间，你每个月必须偿还大约 250 美元（具体金额要看你贷款的种类和其他因素），这差不多是你买辆车所要偿还的债务水平。大量的债务还会限制你的求职机会，因为你可能会为了获得较高的薪水而做一些你不愿意做或者不擅长的工作。

正确对待你投入在大学上的时间和金钱的关键一步是意识到你大学教育的成本。就算你的父母承担了你全部的开销，你也应该知道他们到底为你支付了多少。父母有时会犯这样的错误，他们不让孩子知道自己花了多少钱，不要让你的父母也这么做。如果你打算带着债务毕业，确保你知道债务的数量。当我与学生们谈话并且问他们是否打算带着债务毕业时，他们经常都无法对债务额做一个大概的估算。他们不知道到底是 5 000 美元还是 50 000 美元。这些学生在决定参加夏季的额外课程或者去参加某个特殊的海外暑假项目时，从不考虑其中涉及的花销问题。翻阅报纸或者打开新闻频道时，经常看到名牌大学毕业生背负着 100 000 美元债务毕业，而且没找到工作的故事。你不会想要像他们那样的。他们总是抱怨大学让他们背上了这么沉重的债务，却从来不埋怨那些说服他们买下昂贵车子的代理商，这样一来，他们便背负了更重的债务。

充分利用你的大学投资

大学几年可能会是你一生中最美好的时光。你可以通过在大学期间的学习让你父母感到骄傲，也是可以参加聚会，拿到文凭，找到自己的另一半，或者在这里成长为受人尊敬的人。大学帮助你认识自己，知道自己喜欢什么

和不喜欢什么，充实你的思想，培养你的兴趣爱好，如果你希望能够在专业学院里继续深造，还可以努力去获得一份优异的本科成绩记录单。

但是，大学也会让你为找到一份好工作和一个回报丰厚的职业做好准备。大学几年是一个培训阶段，在这几年中你会提高你各方面的能力，这段时间不但会帮助你在走出大学校门或者研究生毕业时能够立刻找到一份工作，而且还会帮助你在工作中获取成功。利用大学提供的机会，你可以为你需要的能力打下基础，这不但会让你找到第一份工作，还能够让你干得相当出色。一旦做到这些，你一生的职业生涯将会让你收获满满。

大学会是你一生之中真正有意义的一段时光。这就是为什么要合理利用这段时光从而为毕业时能够找到一份好工作而做足准备。大学期间需要努力掌握和进一步提升实现职业成功所必备的能力。你和你的雇主都会为你做到了这一点而感到欣慰。

你可能在想，“好吧，能力也许很重要，但是未来的雇主不会看我的 GPA 吗”？未来的雇主会把你的 GPA 作为衡量你努力程度和基本智力的手段。但是，下面这个国家大学与雇主协会（National Association of Colleges and Employers，简称 NACE）在 2010 年发布的数据表明，雇主真正想要的是能力。排在列表顶部的能力是沟通能力、良好的职业道德、主动性、人际关系能力和解决问题能力。

雇主认为应聘者最重要的素质/能力

沟通能力

良好的职业道德

主动性

人际交往能力（与他人相处良好）

解决问题能力

团队合作能力（与他人合作愉快）

分析能力

灵活性/适应性

计算机技能

注重细节

领导能力

技术能力

组织能力

自信

机智

友善的/外向的性格

创造力

战略规划能力

企业家/冒险家潜质

幽默感

列表上没有什么呢？很高的 GPA 成绩。GPA 曾出现在国家大学与雇主协会之前的一份调查资料里，GPA 只排在 20 条能力中的第 17 位。我之所以指出这点的原因在于，有些学生认为取得优秀的 GPA 成绩是他们在大学里要完成的最重要的事情。很好的 GPA 成绩对于研究生院校和某些雇主而言也许很重要，但是并不像能够向雇主展示你拥有他们想要的能力那样重要。

可以拿到优秀的 GPA 能够体现出本书中所提到的一些能力。它衡量了你对 GPA 这一体系的深入了解，以及理解教授所需并提供相关所需的能力。从某些方面来讲，达到教授的标准有些类似于取悦你的老板。虽然你的老板不太可能会让你填满一本蓝皮书或者做一个多项选择题，但是老板会希望你能够听从指示。由于这个原因，你会想要有一个体面的 GPA 成绩。对于建筑学、物理学和工程学而言，3.0 是一个体面的分数，但是对于社会科学、人文学或者一些专业学院而言，3.2 就只能是相关专业的最低标准了。尽管 GPA 成绩向你的雇主提供了一些信息，但是还远远不足以让他们对你的工作潜力做出判断。即使在 GPA 成绩分数比较实事求是的时候都是这种情况，在 GPA 成绩分数普遍高于应得分值的今天，雇主就更没法对个人的工作潜力做出判断了。

GPA 成绩本身并不能可靠地反映出你作为一名雇员的潜力。因为你的课

程成绩并没有反映出雇主所需要的能力。知名公司实习主管的一封关于你人际关系和解决问题能力的推荐信远远比优秀的 GPA 成绩更重要。当然，较高的 GPA 成绩会帮助你得到面试机会。

如果你能展现良好的文字处理和电子表格处理能力，你会比 GPA 成绩高达 3.6 的毕业生或是持有硕士学位的竞争者更迅速地得到第一份工作。就像大学的录取官在做出录取决定时不只看 SAT 分数一样，雇主也会考察 GPA 成绩之外的素质来做出雇用决定。我的一个学生在一场面试时脱颖而出，和她一同面试的是几个拥有东北部某州大学教育系硕士学位的学生。为什么她能拿到这份工作呢？因为她会使用电子表格。面试官寻找的是拥有电子表格操作技能的人，当问及关于数据透视表的问题时，尽管在简历中列出了可以使用 Microsoft Excel，其他求职者都不知道这个术语。他们可能上过入门课程，但是他们显然没有丰富的 Excel 使用经验（例如，上游泳课就好比你可以告诉别人游泳池在哪儿，但是并不意味着你已经学会了游泳）。电子表格行家被雇用了，之后她步步高升，最终为组织做策略性工作（还指导其他人为她做电子表格工作）。她现在在一家特许学校任高级主管。

对你而言，能力的重要性可能是一个常识，但是你进入大学后会发现，课程很少把主要精力放在能力提高上。事实上，雇主们长期以来都在抱怨多数大学生都没有为就业做好准备。根据《纽约时报》的一篇文章报道，“在商业高等教育论坛 1999 年年度报告中，抱怨了当今毕业生缺少解决问题能力、时间管理能力、分析性思维和基本读写能力的问题”。

大学并非没有给学生提供培养解决问题能力、时间管理能力、分析性思维、基本的读写能力和语言交流能力的机会，而是多数大学生都不知道如何利用这些机会。这本书会告诉你如何培养我所说的“10 组能力”。现在，让我们简单地看一下这 10 组能力。（接下来的十章，每一章都会专注于一组能力。）

掌握重要的能力

根据我 45 年的广告制作经验，以及同招聘主管、成功校友、雇主和人力资源专家的多次谈话和采访，我总结出 10 组基本职业能力。这 10 组能力好

比五大食物组合，就如同你需要摄入足量的每种食物来保证健康一样，如果想在毕业后取得成功，你充分掌握下列十种能力组合中的一些能力。

10 组能力

1. 承担责任

2. 锻炼身体能力

3. 语言交流能力

4. 书面交流能力

5. 直接协作

6. 影响他人

7. 信息收集

8. 利用定量工具

9. 提出和正确回答问题的能力

10. 问题解决能力

尽管专家和雇主提供的列表也许会使用不同的词汇和分组，这 10 组能力反映了在当今职场中获得大众认可的取得成功所必备的能力。

你的能力值是多少？

无论雇主所处的领域是大是小，或是一个普通规模的领域，他们都会想有一个数值来衡量你在这 10 组能力的掌握程度如何。由于大学并不提供这方面的评价，雇主便使用面试和笔试来做出判断，以便于形成一个他们自己使用的能力评估列表。他们并不把它叫作“获得成功所需的技能”，但实际上这就是他们所衡量的东西。尽管雇主们可能会使用不同的词汇，但是他们确实知道哪些能力是他们希望雇员拥有的。向他们展现你拥有这些能力，你的职业道路将会一片光明！

无论你打算在哪个领域发展，这本书都会对你有所帮助。一些第一版的评论者说这本书只适合想要从事商务领域的人，这种评论简直是离谱至极。无论你是在非营利性机构、政府部门或是在大型企业工作，想要成功，这 10 组能力不可或缺。如同销售人员、商务经理、金融专家一样，教师、社会工作者、政府雇员，甚至更多人都能够从拥有高能力值中获益。假如想要获得

职业成功的话，甚至艺术家、作家和其他一些创造类型的工作人群也会需要这 10 组能力，他们都需要向愿意给他们作品付钱的人提供价值。因此，无论是加利福尼亚的冲浪运动员，还是华尔街的银行家，都依赖于这 10 组能力。

你能从本书学到什么

这本书会帮助你明确和培养成功职业生涯所需要的各种能力。第一部分明确了这些能力，第二部分告诉你如何培养这些能力，第三部分提供了一些工具以帮助你规划和分配时间，从而使你充分利用你的大学时光。这可以确保你能够找到第一份工作，以便于为将来广阔的职业道路打下基础。如果能利用好这段时间，你可以用这些能力技能向自己、父母、潜在的雇主以及其他证明大学教育是一项很好的投资。

尽管这本书对于刚进入大学的人来说最有用，但是它对于高中生和大学生涯更长的学生也是有用的。即使你已经是大三或大四学生，从现在开始培养书中提到的能力也不晚。对于那些将本书作为业余学习项目材料的学生来说，学习时间跨度可能很长，但是也会从本书中包含的哲理和建议中受益。

高能力值不仅会让你拿到优秀的 GPA，让你在毕业时找到工作，还会为你提供持续学习所必需的工具，帮助你达到自己所在领域内的顶尖水平。在大学，你打下了给你提供无穷工作机会的基础。如果你遵从本书的建议，你会取得一个高能力值，令你的面试官眼前一亮，并且在你工作之初就先人一步。

有用的资源

每个章节的末尾都有一个简短的有用资源列表，它会帮助你提高这 10 组能力，并最终获得成功的职业生涯。我挑选出了那些我认为最有用的书籍和网站。下面所列的 3 个网站如果不是对全部章节有用，也对大部分章节有用。我建议你在这些网站上设置一个邮件提醒，以便于你能够及时关注内容更新。仅仅一个简单的提醒就有可能让你的成功之路大为不同。

友情提示：如果不是利用网络发展自己的能力，不要在网络上花费太多时间，你需要通过练习来提高你的能力，而不仅仅是通过阅读。

网站

www.billcoplin.org 我的网站提供了这 10 组能力中涉及的 38 个能力的全部链接和视频，还提供了第 265 页的附录中出现的表单的在线版本。

www.howcast.com Howcast 通过 YouTube 提供免费视频，内容涉及每个能想到的主题，有些视频在 www.billcoplin.org 也能看。使用下拉菜单快速地找到某个你想进一步学习的能力或者任务（就像写简历）。推荐你观看“职业和教育”或者“商务和金融”分类下的视频。

www.mindtools.com Mind Tools 提供了很多能够帮助你培养本书中提到的诸多能力的工具，尤其是第八章和第九章提到的那些能力。

目 录

第一部分 探讨 10 组能力（以及能力组之外的其他能力）

第一章 承担责任	3
自我激励	4
做到有道德	6
管理个人时间	7
管理个人金钱	9
第二章 锻炼身体能力	14
保持健康	14
形象良好	16
打字迅速	18
字迹工整	19
第三章 语言交流	23
一对一交流	23
面对多人演讲	25
使用可视化展示	27
第四章 书面交流	31
文笔流畅	31
编辑与校对	33
使用文字处理工具	34