

励志
人生

使你找回自信，确立30岁前的人生目标

30岁 让名利 自然来 敲你的门



哪些事应该做，何种言行更有利于你发展，又有哪些规划不至落空？本书为你拿捏尺度。

魏思朵 编著

中国纺织出版社

励志
人生

使你找回自信,确立30岁前的人生目标

30岁 让名利 自然来 敲你的门



魏思朵/编著

中国纺织出版社

图书在版编目(CIP)数据

30岁让名利自然来敲你的门/魏思朵编著. —北京:中国纺织出版社, 2004.3

ISBN 7-5064-2891-1/B·0076

I. 3… II. 魏… III. 成功心理学-通俗读物 IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 008228 号

责任编辑:苏广贵 加工编辑:徐屹然
责任印制:刘 强

中国纺织出版社出版发行
地址:北京东直门南大街6号
邮政编码:100027 电话:010-64160816
<http://www.c-textilep.com>
e-mail: faxing@c-textilep.com
北京宏飞印刷厂印刷 各地新华书店经销
2004年3月第1版第1次印刷
开本:889×1194 1/32 印张:13
字数:270千字 印数:1—6000 定价:24.80元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社市场营销部调换

前 言

踽踽于漫长而又短暂的人生道路上,三十而立的你已经走过了一大段激情燃烧的岁月,前方的路还有很长很长。这时候你已经懂得了什么叫任重而道远,对前途的惶惑与茫然如影随行。你是否向往像袁隆平院士一样的名誉?是否希望拥有最向往的工作?

其实在看似波澜壮阔的一生中,总会有那么一段岁月,必须走得异常艰辛,但人们心中所拥有的珍贵至宝,不会因为风雨苍黄而雕零,最后终能开出名利的喜乐之花。

绝大多数的有名誉有地位的人,不是他们天生比别人聪明,他们荣耀的背后不知隐藏了多少的勤劳和辛苦。我们每个人都拥有成功的遗传因子,不管是科技精英,还是普通工人,甚至是那些经常拿不到“应得利益”的农民工兄弟们!决定他们是否能生活的有名誉有利益的差别,都无关生辰八字或祖先风水的事,而全在于他们的人生态度和选择。

在一个人的职业生涯中,四十岁这一段时期是最关键的时期,所以三十多岁时就要在自己的体内积蓄相当的实力。不过在职场上获得傲人的成功决非易事,你必须要有恒稳的人生目标和合理的生涯规划。

愚人常把成功看得太容易而失败,智者常把成功看得太困

难而一事无成。其实,想要成功,也不一定要吃苦,关键在于你能否利用别人没有抓住的时间,找到别人没有发现的诀窍,捕捉到别人没有看见的机会。

把黄昏当成黎明,时间就会源源而来;把吃苦当做吃补,成功就会不断涌现。虽然不怕吃苦是成功必备的条件,但如果你不能从吃苦的过程当中找到成功的 Know-How,那么你永远也无法尝到成功的甜蜜果实。

不要迟疑、别再犹豫,现在就开始追求自己人生的成功吧!本书将引导你进入奋斗者的行列,不要沉湎过去,醉心享受,及时努力把握现在,你也可以拥有富豪的人生!

本书共分七章,依次是:

第一章:30岁——名利双收的临界点;

第二章:名利双收的策略与技巧;

第三章:发挥性格和情商的优势;

第四章:自我管理是成功关键;

第五章:构建广泛的人际关系;

第六章:培养卓越的领导力;

第七章:“办公室”你玩得转吗。

依循这样的成功框架,本书会教你充分培养自身价值,开辟三十岁的人生新起点,让名誉利益自然来敲你的门。

编 者

2004年1月

目 录



第一章 30岁——名利双收的临界点

面临30岁的职业生涯设计	1
人生需要引导,职业可以规划	9
如何明确自己的职业定位	14
生涯设计的黄金准则	22
你应选什么样的职业	27
兴趣如何影响个人职业生涯	30
绘制你的职业生涯发展路线图	33
怎样做一份职业生涯规划	36
大公司,小公司,谁更合适我	40
你想做“凤尾”还是做“鸡头”	52
怎样把自己修炼成高薪人才	57
读MBA到底是为了什么	64
进入薪新人生领域的七项秘诀	69

第二章 名利双收的策略与技巧

成功的三个关键步骤	73
一个人为什么会失败	78



成功必须坚守的基本原则	82
职场生存六大成功要诀	84
想成为什么你就能成为什么	86
一些传统职场经验要改变	87
有助你事业如鱼得水的六个步骤	89
如何打入公司的主流群体	93
成功者的“思想食谱”	96
挥挥手告别工作低潮	102
助你达到事业高峰的十五条秘诀	104
职场遇“劲敌”你该怎么办	109
职业生涯设计的“三定”原则	112
职业生涯中的进退原则	114
给朋友公司打工须三思	115
怎样化解会议中遭遇的尴尬	121

第三章 发挥性格和情商的优势

成功人士必备的五大 EQ	123
走向成熟的必修课	124
30岁之前不必在乎的事	125
成大事只要一点勇气	131
成功者的修养和品质	132
成功人士的十一个心理特征	134
每个人的潜能都无穷无尽	135
具备八大素质让你前程无忧	141
成才的十四条原则	143

利用自我分析改善命运	145
做个受人欢迎的幽默睿智的人	149
个性能否决定择业规划	155
压力下的梦想妙不可言	158
热情和慷慨的性格带来好运	161
六类个性影响职业生涯	169
职场竞争的情商应用	171
你的职场 EQ 被谋杀了吗	174
职业生涯的几个重要阶段	176

第四章 自我管理是成功关键

高效能人士的七个习惯	179
“我会在各方面干得越来越好”	184
十四种情绪在左右着你的成功	194
如何提高自己的心理适应能力	202
工作“不在状态”原因分析及对策	208
学会驾驭自己的心态	215
提高自身应变能力	217
如何应对工作压力	218
用什么字眼就有什么样的人生	224
时间是一种特殊的重要资源	230
请经常给自己一点奖赏	241
学会自我激励	243
为什么我总是工作倦怠	248

第五章 构建广泛的人际关系

巧织成功关系网	253
这样做会使你广交朋友	263
怎样使自己说的话更有分量	268
如何提高你的魅力商数(CQ)	273
建立有效的合作关系	278
将“职场友谊”进行到底	282
怎样结交比自己身份高的人	286
应用同感心理学感动别人	289
怎样提高你的交际品位	294
君子之交淡如水	298
倾听——成功交谈的必备素质	300
眼神与语言同样重要	305
想一想为什么人们不喜欢你	306
做一个善意响应的人	308

第六章 培养卓越的领导力

领导人的五种重要的管理能力	311
如何培养自己的领袖气质	315
做个好经理和做个好教练	318
怎样让下属乐意听命于你	319
如何有效地领导你的下属	321
领导人同部下谈话的艺术	323
几种有效的员工激励模式	326

正确委派工作的秘诀	330
尽可能地释放员工的潜能	337
员工为何弃你而去	340

第七章 “办公室”你玩得转吗

无法逃避的办公室政治	343
你需要克服的十二项职场行为模式	349
不要老在电脑前埋头苦干	354
才华横溢并不等于职场成功	359
办公室里如何化干戈为玉帛	363
不要牺牲在“派系”的标签下	367
怎样避免被同事或上级利用	369
怎样处理办公室罗曼史	374
遭到同事排挤时你应该怎么办	377
职场白领的新同事规则	381
办公室“生存有道”十大必读策略	384
办公室智者的四大修炼	388
办公室里的“表现陷阱”	389
办公室里有效沟通交流的技巧	395
巧挡“小人”同事暗箭的绝招	398



第一章 30岁——名利双收的临界点

面临 30 岁的职业生涯设计

人生需要正确规划,你今天站在哪里并不重要,但是你下一步迈向哪里却很重要。

也许你正忙着制定部门发展规划或所在职位的工作计划,但你是否想过,为自己的职业生涯做一份计划呢?

据中国青年报报道,诺贝尔奖获得者无疑都是取得杰出成就的人士。总结其成功之道,除了超凡的智力与努力之外,其善于生涯设计,也十分重要。他们在这些方面的经验,不仅对进行科学研究的人有很好的指导作用,对其他领域渴望成功的人来说,也应该是一种很好的借鉴。

所谓生涯设计,即一个人确定自己一生的理想目标,并根据这一目标来进行相关努力。但是对许多青年来说,确定一生应做什么,往往并非易事,那么就可主动向杰出人士请教。对此,请看一下罗曼·罗兰是如何为大家树立榜样的。

罗曼·罗兰 22 岁时,总觉得自己富有文学艺术的素质,倾向于选择文学事业,可是照世俗的理解,文学事业又有什么用处呢?他决定给文学大师托尔斯泰写封信,寻求指点。

在写这封信时,他只是抱着试一试的想法,做好了收不到回



信的准备。没想到几个星期以后,他收到托尔斯泰长达 38 页的亲笔回信。在信中,托尔斯泰向这位从没见过面的异国青年,谈了选择个人道路的原则。这封信使罗曼·罗兰下定决心从事文学事业,终于成为世界著名作家,并荣获诺贝尔文学奖。

一个职业目标与生活目标一致的人是幸福的,职业生涯设计实质上是追求最佳职业生涯的过程。

⇒根据自己的长处决定终身职业

有研究表明,一个人的成功,85%是由人的个性决定的,所以首要的事情就是要认识自己。正确地、全面地认识自己其实并不是一件容易的事情,它需要将所有可能影响个人未来工作业绩的因素都充分考虑,包括性格、兴趣、价值观、技术、个人愿景、管理能力、团队合作等,并进行客观地分析,才能够更加清楚地知道自己该向哪个方向发展,选择怎样的职业,做出什么样的规划。一个有效的职业生涯设计,必须在充分且正确地认识自身的条件与相关环境的基础上进行。对自我及环境的了解越透彻,越能做好职业生涯设计。因为职业生涯设计的目的不只是协助你达到和实现个人目标,更重要的也是帮助你真正了解自己。

你需要审视自己、认识自己、了解自己,并做自我评估。自我评估包括自己的兴趣、特长、性格、学识、技能、智商、情商、思维方式、思维方法、道德水准以及社会中的自我等内容。

详细估量内外环境的优势与限制,设计出自己的合理且可行的职业生涯发展方向,通过对自己以往的经历及经验的分析,找出自己的专业特长与兴趣点,这是职业设计的第一步。

当你经过一段时间的探索和思考,对自己兴趣,以及思维、知识结构等方面的长短处有所认识,就不妨扬长避短,按长项来进行“生涯定位”。如爱因斯坦的思考方式偏向直觉,就没有选择数学而是选择更需要直觉的理论物理,作为事业的主攻方向。

⇒在创造前沿选择突破点

生涯设计还要结合外在的需求来考虑。最容易出成效的方式之一,就是到创造前沿去“淘金”。在前沿地带,往往汇集了最优秀人士的思想精华和创造新成果,同时也会暴露许多需要解决的新问题。此时,你若能发现哪些是重要但别人忽略或研究不透的问题,并把解决它们作为突破口,往往能起到事半功倍的成效。

一次,美籍华人李政道很偶然地得知非线性方程有一种叫孤子的解。他找来所有关于孤子的资料仔细分析,专门挑剔别人有哪些弱点。果然有一大发现:所有文献都是研究一维空间的孤子。而在物理学中,有广泛意义的是三维空间。于是,他围绕这点研究,仅仅几个月,就找到了一种新的孤子理论,用来处理三维空间的亚原子问题。事后,他高兴地说:“在这个领域里,我从一无所知,一下子赶到别人前面去了。”李政道成为1957年诺贝尔物理学奖获得者。

⇒清楚目标,明确梦想

如果你不知道你要到哪儿去,那通常你哪儿也去不了。

每个人眼前都有一个目标。这个目标至少在你本人看来是伟大的。没有切实可行的目标作驱动力,人们是很容易对现状



妥协的。

盖尔·希伊在《开拓者们》中,通过一份内容十分广泛的“人生历程调查问卷”,访问了6万多个各行各业的人士,发现那些最成功和对自己生活最满意的人有一个共同的特点:他们都致力于实现一个其实际能力所难于达到的目标。他们的生活有意义,而且比那些没有长远目标驱使其向前的人更会享受生活。

目标的设定要以自己的最佳才能、最优性格、最大兴趣、最有利的环境等信息为依据。通常目标分短期目标、中期目标和长期目标。

确立目标是制定职业生涯规划的关键,有效的生涯设计需要切实可行的目标,以便排除不必要的犹豫和干扰,全心致力于目标的实现。

⇒学会“心灵解套”

青年时期是一个可塑性强的时期,往往有许多潜能,却被自己以各种理由忽略和否定。假如一个人能干什么,却总认为“我不行”,那就说明他有一个“心灵之套”,需要通过各种方式解除。

让·多塞的父亲是一个出色医生,他认为儿子也能当一个好医生。但是,让·多塞认为自己对行医有心理障碍,根本不是这块料,他为此还挨过父亲一巴掌。但后来,一位叫埃迪的医生常给他讲有趣的医学知识,讲医学上的科学探索和重大发现,讲医生们如何救死扶伤,讲自己在病人康复之后感到的快乐。渐渐地,让·多塞对医学从感兴趣发展到了热爱,他逐渐发挥出自己在这方面的才能。1980年,他荣获诺贝尔生理学及医学奖。

⇒永远都自命不凡

这是所有诺贝尔奖获得者的共性。值得指出的是,这份自命不凡,并不是认为自己天生就高人一等,而是不管自己有何弱点和缺陷,还是坚信只要自己努力,就能够取得非凡成就。

罗莎琳·苏斯曼·雅洛在10多岁时,读了《居里夫人传》,便认定居里夫人的路,就是自己要走的路。这一想法,在周围人看来简直是天方夜谭。在她高中毕业时,母亲希望她当小学教师;大学毕业时,父亲希望她去当中学教师。但是她说:“居里夫人也是女人,她做出了许多男人做不到的事,我相信自己也能像她那样度过一生。”而且,她还保证:自己不仅要成为一个居里夫人那样的大科学家,也要成为一个好妻子、好母亲。最终她实现了诺言,不仅成为1977年诺贝尔生理学及医学奖获得者,而且还是有名的贤妻良母。

⇒制定行动方案

你的职业正在帮助你实现人生的最终目标吗?你是否有一种途径可以让你现有的职业与你的人生基本目标相一致?

正如任何一场战役、一场足球比赛都需要确定作战方案一样,有效的生涯设计也需要有确实能够执行的生涯策略方案,这些具体的且可行性较强的行动方案会帮助你一步一步走向成功,实现目标。

通常职业生涯方向的选择需要考虑以下三个问题:

- 我想往哪方面发展?
- 我能往哪方面发展?

- 我可以往哪方面发展？

如果你现在是一个财务人员,但你的5年、10年或20年个人职业规划是希望成为一个理财规划师。那么,你应该问自己下列几个问题:

- 我需要哪些特别的培训和学习才能使我够资格做一名理财规划师?

- 为使自己发展路上顺畅坦荡,需要排除的内部和外部障碍有哪些?

- 我目前的上司在这方面能给我帮助吗?我周围的人在这方面能给我帮助吗?

- 目前的公司对我最终成为理财规划师的可能性有多大?是否比在其他公司机会更大?

- 作为理财规划师这个职位的经验水平和年龄层次是怎样的?我是否符合这个范围?

⇒ 停止梦想,开始行动

行动。这是所有生涯设计中最艰难的一个步骤,因为行动就意味着你要停止梦想而切实地开始行动。如果动机不转换成行动,动机终归是动机,目标也只能停留在梦想阶段。

职业规划成功的案例都是在有明确的职业目标后,在求职过程中不断与那个目标看齐。当然,并不是每一个人都具有远见,定下自己的目标,并有计划地不断朝这个方向努力的,但这一点对职业发展起着至关重要的作用。

立即行动。无论你是处于大学毕业刚刚踏上职业路途的年轻人,还是40岁左右并且正陷在一份你不喜欢的工作之中的中

年人,现在都是你进行职业规划的好时机。只要你还没有到安享晚年的地步,任何时候开始你的职业规划都不为晚。

德国物理学家普朗克向黑体辐射问题猛攻,多次失败仍不死心。但他的老师约里却灰心了,劝告他说:“物理学是一门已完成了的科学,因此你继续研究这个问题,是不会有多大成果的。”

虽然普朗克很敬爱老师,但他并不赞同老师的观点。因此,他仍然继续研究。1900年,他发表了用“量子”概念导出黑体辐射的公式的论文。1918年,他获得诺贝尔物理学奖。

⇒计划不如变化快

计划不如变化快。影响你职业生涯规划的因素诸多,有的变化因素是可以预测的,而有的变化因素难以预测。要使职业生涯规划行之有效,就须不断地对职业生涯规划进行评估,修正生涯目标、生涯策略、方案是否恰当,以能适应环境的改变,同时可以作为下轮生涯设计的参考依据。

成功的职业生涯设计需要时时审视内外环境的变化,并且调整自己的前进步伐。目标的存在只是为你的前进指示一个方向。而你是它的创造者,你可以在不同时间不同环境下更改它,让它更符合你的理想。

在今天,我们的工作方式不断推陈出新,除了学习新的技能知识外,还得时时审视自己的生涯资本并意识到其不足的地方,不断修正自己的目标,才能立于不败之地。

不论你的梦想是建立一家自己的咨询公司还是管理一家跨国企业,期望未来的职业生涯不是梦。