

你的降落伞是什么颜色？

WHAT **COLOR** IS YOUR PARACHUTE?

全球最权威、最畅销的求职和跳槽实用指南



新增30%文字
全新修订版
应对互联网时代的
新求职环境

[美]理查德·尼尔森·鲍利斯 著
李春雨 王鹏程 陈雁 译

中国华侨出版社

你的降落伞是什么颜色？

WHAT COLOR IS YOUR PARACHUTE?

What color is your parachute? What color is your parachute?



你的降落伞是什么颜色？

WHAT COLOR IS YOUR PARACHUTE?

全球最权威、最畅销的求职和跳槽实用指南

[美]理查德·尼尔森·鲍利斯 著
李春雨 王鹏程 陈雁 译

中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

你的降落伞是什么颜色? / (美) 鲍利斯著; 李春雨, 王鹏程, 陈雁译. —北京: 中国华侨出版社, 2014. 7
ISBN 978-7-5113-4654-4

I. ①你… II. ①鲍… ②李… ③王… ④陈… III. ①职业选择—通俗读物 IV. ①C913. 2-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第110812号

WHAT COLOR IS YOUR PARACHUTE – 2014 Edition:
A Practical Manual for Job-Hunters & Career Changers by Richard N. Bolles
This translation published by arrangement with Ten Speed Press, an imprint of the Crown Publishing Group, a division of Random House LLC, a Penguin Random House Company
Simplified Chinese edition copyright © 2014 by Beijing Xiron Books Co., Ltd.
All Rights Reserved.

版权登记号: 图字01-2014-3749

你的降落伞是什么颜色?

著 者: [美] 理查德·尼尔森·鲍利斯
译 者: 李春雨 王鹏程 陈 雁
出 版 人: 方 鸣
责任编辑: 付改兰
装帧设计: 翌日万象设计
经 销: 新华书店
开 本: 710mm×1000mm 1/16 印张: 20 字数: 240千字
印 刷: 廊坊市兰新雅彩印有限公司
版 次: 2014年11月第1版 2014年11月第1次印刷
书 号: ISBN 978-7-5113-4654-4
定 价: 36.80元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成大厦3层 邮编: 100028
法律顾问: 陈鹰律师事务所
发 行 部: (010) 82068999 传 真: (010) 82069000
网 址: www.oveaschin.com
E-mail: oveaschin@sina.com

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有, 侵权必究

如发现图书质量问题, 可联系调换。质量投诉电话: 010-82069336

提到自己的丈夫，莫尔·布鲁克斯，
优秀的演员安妮·班克罗夫特（1931~2005）说：
“每每听到他的钥匙转动门锁，
我便心花怒放。
我心想，哦，上帝啊，派对就要开始了。”
对我的妻子，
玛莎·加西亚·门德萨·鲍利斯，
我也有同样的情感。
她来自菲律宾，是上帝派来的天使，
我深深地爱着她。
2004年8月22日，我们注册结婚。
这是多么令人陶醉的婚姻啊！

这是最好的时代，
这是最坏的时代；
这是智慧的时代，
这是愚蠢的时代；
这是信仰的时期，
这是怀疑的时期；
这是光明的季节，
这是黑暗的季节；
这是希望之春，
这是失望之冬；
人们面前色彩缤纷，
人们面前一无所有；
人们正直登天堂，
人们正坠入地狱……

——查尔斯·狄更斯（1812~1870）

前言

为什么《你的降落伞是什么颜色？》要出中文版？

在“职业生涯规划”进入中国的十几年中，《你的降落伞是什么颜色？》几乎是所有职业生涯规划师的入门读物，许多期望进入这个领域的专业人士从阅读这本书起步。同时，对于那些有职业困惑的职场人士和高校学生，本书也是职场扫盲读本，能让他们在职业生涯中了解真实的规则，发现更多的可能。

这本书不仅能从企业端了解招聘、用人、留任的玄机，也可以从个人端梳理需求，达到人和职业的互动。同时书中有大量的线上和线下资源，能帮助读者扩展阅读和应用更多资源。

在美国，《你的降落伞是什么颜色？》被称为“职场圣经”，每年的修订版本都随着科技和职场环境的变化与时俱进。自2008年以来，更多的网络工具和资讯融入本书，更多个人咨询辅导专业人士（比如职业咨询师、职业教练）的联系方式逐步增加。

相对于以前的版本，本书在翻译的过程中尝试作了修改，减少了很多因为国情和文化差异带来的阅读

障碍，尽量让书中的资源变成读者耳熟能详的，尝试在不改变原有风格的基础上增加本土信息。这里要非常感谢和我一起做编译工作的王鹏程先生和陈雁女士，他们的辛勤翻译保证了本书按时付梓。

正如《职场》杂志主编王立鹏所言：“30年前，中国有两件事不用担心，失业率和找工作。30年后，中国有两件事被严重关注，失业率和找工作。”

所以，如果你是一名有志于成为职业生涯规划师的专业人士（企业HR、大学教师等），你需要通读完本书，并在实际工作中运用其中的工具和内容。如果你是一名正在求职的职场人士，本书的第一部分（第一章到第六章）适合你用来为跳槽做准备；如果你是一名需要了解自己职场状态的职场人士或大学生，第七章适合你用来做自我梳理；如果你是一名想重新定位职业方向的读者，第八章及以后的内容适合你慢慢研究；如果你是一名离求职还很远的大学生，建议你把这本书放在枕边，每天睡觉前浏览15分钟，这能为你的职业生涯做准备。

这可以是一本扫盲书，对于那些不了解企业和求职的读者。

这可以是一本梳理书，对于那些无法认清自己的读者。

这也可以是一本工具书，对于那些想找到下一步职业方向的读者。

当然，这也可以是一本魔法书，从今天开始，它可以改变你的人生。

新精英生涯高校事业部总监
生涯规划师（CMT）认证培训师
李春雨

序一

求职的“九阴真经”

如果你喜欢看武侠，不可能不知道《九阴真经》。这部秘籍看到的人不多，练的人更少，但凡有缘目睹的，都成了一代大侠，如王重阳、周伯通，东邪，还有随便瞄了几眼就称霸江湖的梅超风等。由此衍生出来一系列名字酷炫的武功——九阴白骨爪、摧心掌、白蟒鞭、移魂大法、蛇行狸翻之术……在此不表。

《你的降落伞是什么颜色？》一书就是求职界的“九阴真经”。从1970年第一版出版以来（那一年，比尔·盖茨小朋友还在自己家车库里面写程序，6年后才创办微软呢），这本书就已经施施然成为了当年求职界的真经。到2010年，这一真经已经被翻译成22种语言，销售量超过1000万册，影响了四代人，近1亿名求职者。美国有过半数大学的职业发展中心用这本书的体系给学生作求职指导。我在2013年参加美国职业生涯发展协会举办的百年生涯大会时，看到该书作者理查德到现场讲了一个主题。他刚说完“Hi”，讲台上下的所有人（讲台上都是美国职业规划界的大拿们啊）都起立鼓掌，新任主席在后面也起立致敬。老头不躲不闪，微

笑，显得德高望重，有一代宗师的风范。你今天看到的大部分教你求职的书籍，几乎都是这本书不同程度的改写版、扩张版，正如武林界的“九阴真经”。

出版了这么久，会不会内容太老呢？答案是否定的。这也是我敬佩美国人做事情的地方。每隔几年，《你的降落伞是什么颜色？》工作室就会把最新的职场趋势、求职方法、所需能力和整体趋势整合进去，写成新的版本，这本书现在已经升级到第40版。比如这个中文版本，就清晰地讲解了如何用互联网做简历，如何让自己的搜索结果更美观……所有内容都紧跟时代需求。

老外写的，会不会不接地气？这也是“新精英”组织大家翻译的原因，李春雨、王鹏程和陈雁老师在不改变原文精髓的基础上，将书中的资源、链接和例子，对接上中国的本土资源，以期让读者学自于书中的经验和知识也能应用于中国的职场。

每一个时代都有很多教别人如何求职的书籍、课程和公司，如何区分“九阴真经”还是“九阴白骨爪”呢？我认为真正好的求职教育，应该从“让适合的人进入适合的地方”出发，帮助求职者更好地挖掘和发现自己的优势，用企业能够理解的语言清晰地表达自我，让求职者了解那些学校没有告诉你的求职渠道。而坏的求职教育往往从“如何求职就能进入……”出发，过度追求技巧和诀窍（比如让公司的HR匿名授课，告诉你该如何应答某类型问题，你就可以得到什么机会），这样的传授让企业的面试成本越来越高，也让求职者的准备工作越来越多，对自己的技术要求越来越高，却并没有让适合的人进入适合的地方。在我看来，这种求职培训如“九阴白骨爪”，久而必衰。

所以如果有人问我求职读什么书，我的回答是：读那些活了很多很多年的求职书，因为其中一定记录着在求职过程中，真正有价值的、重要的和不变的规则。

《你的降落伞是什么颜色？》就是这么一本《九阴真经》。

祝你早日练成自己喜欢的武功！

新精英生涯创始人
著名生涯规划师
古典

序二

你准备好空降的降落伞了吗？

最近身边有很多职业经理人跟我讨论关于职业发展机会的选择问题，这让我想起了自己当年创业的初衷。2003年我进入宝洁成为一名职业经理人，在完善的培训与晋升体系下，我依然无法摆脱每个职业人士都不得不面对的职业困惑。于是，在2008年我毅然决然地选择了创业，希望能够打造一个真正帮助中国经理人实现梦想和价值的职业发展平台。

今天，80后甚至90后都已经成为职场的中坚力量，我身边的很多朋友都有更多更好的职业机会可以选择。特别是这两年，互联网思维席卷全行业，越来越多的传统行业的经理人正在进入新的领域迎接新的挑战。我看到原来在传统行业及外企的很多经理人，纷纷进入互联网公司的市场、销售、财务、人力资源等部门担任重要职务。他们中很多人成功转型，但也不乏空降失败、后悔不及的。

“空降兵”的生存问题似乎是一个老生常谈的问题了，但这是很多经理人在职业发展过程中无法绕过去的一道坎儿。职场中每个人遇到的问题都不一样，很难有放之四海皆准的原则与方法。我想这也是《你

的降落伞是什么颜色？》一书特别的价值所在，它是一本你可以挑着阅读的书，挑那些你最需要的、对你最有帮助的部分去阅读。

理查德·尼尔森·鲍利斯是美国最顶尖的职业专家，他的《你的降落伞是什么颜色？》也是全球最畅销的求职类书籍之一。本书的目标是让职场人直面自己、直面自己所处的环境和遇到的问题，从而了解自己真正的价值所在，找到能真正实现自我价值的平台。

在这个不断变化的时代，我们每个人都必须不断学习、不断重新审视自己。在轻松阅读本书的过程中，我们能够从发生在身边的一个个问题、对话和故事中，思考出这个时代的不同。太多的时候，我们在职场中一直埋头工作，却忘记了抬头看看这个世界。而这本书，恰恰给忙碌的职场人提了这个醒。

有时一个在职场中摸爬滚打了多年的资深经理人，也会像初出茅庐的新人一样茫然无措。每个人在不同阶段都会有自己的迷惘与困惑，但也许一个小问题的解决会令我们恍然大悟、豁然开朗。我希望这本书可以在我们困惑的时候帮助我们更加真实全面地了解自己，从而选择一条正确的道路走下去。

从创业到现在，我始终坚持自己的梦想——为中国的经理人提供一个真正的职业发展平台，每个人都可以在这个平台上实现自己的职业梦想。当然，在实现梦想的过程中，也许你还需要一把“降落伞”，无论它是什么颜色的，是你的就好。

猎聘网创始人兼CEO

戴科彬

序三

愿每个人都能找到属于自己的降落伞

《你的降落伞是什么颜色？》一书，是美国作家理查德·尼尔森·鲍利斯根据自己的切身经验撰写的求职宝典。这本书，改变了数以百万计的人关于求职的思考方法和行事方式。

自1997年以来，我始终致力于推进大学生的职业生涯教育和求职就业指导工作。深知当代大学生在求职中面临许多困境和难题，诸如：缺乏有效的自我认知，不知道自己喜欢什么，能做什么，未来如何发展；缺乏足够的求职信息，不知道自己所学专业的未来方向在哪里；缺乏应有的求职能力，不知道如何有效求职；不了解招聘要求，不知道如何制作简历和进行面试；求职的心态欠佳，缺乏就业能动性。我感到很欣慰，《你的降落伞是什么颜色？》一书的重新翻译出版，能解决求职中的自我、信息和能力等方面的问题，能提供有价值的基础知识和行之有效的解决办法。

对于高校学生，当你开始阅读《你的降落伞是什么颜色？》一书，并试着了解自己（哪怕只是精确度不高的尝试）时，当你试着掌握《你的降落伞是什么

颜色？》一书传授的求职基本技能（哪怕只是最基础的要领）时，你就会有所改变，实现从学生到职场人的转变。

对于高校从事教育指导的教师，当你拿到《你的降落伞是什么颜色？》一书时，它会帮助你真正了解求职的奥秘。你会更强烈地感到自己有义务将这些最基本的求职内容和方法告诉学生，让他们更快地完成某些转变，更有效地求职就业。

《你的降落伞是什么颜色？》一书，改变了数以百万计的人关于求职的思考方法和行事方式。本书自问世以来，其最精彩的关于了解自己、熟悉求职、在行动中收获的内容一直在延续。本次翻译的最新版，提及了网络兴起后的新求职方式，在移动互联网越来越普及的今天，无疑能帮助人们更好地掌握资源，获取更多的求职机会。

祝愿每个人，都能在这本书中找到属于自己的那个降落伞。

教育部高等学校创业教育指导委员会副主任
北京高校毕业生就业工作促进会专家委员会主席
中国青年政治学院副校长、教授
李家华

关于作者

迪克·鲍利斯，全名是理查德·尼尔森·鲍利斯，提到他就必然要提到纽约《时代周刊》《商业周刊》《财富杂志》《金钱杂志》《快公司》《经济学家》《出版家周刊》等。他曾出现在《今日秀》、美国有线电视新闻网、哥伦比亚广播公司、美国广播公司等知名媒体上。鲍利斯曾给上百个会议做过主题发言，包括美国培训与发展协会和全国职业发展协会等。他是门萨国际的一员，也是人力资源管理协会的成员之一。《圣弗朗西斯科编年史》曾经称赞他是全球最受认可的求职权威，是美国最顶尖的职业专家。

鲍利斯是《你的降落伞是什么颜色的？》一书的作者，该书是全球最畅销的求职类书籍。《时代周刊》杂志曾把该书列为1923年以来最著名的100本图书之一。国会图书馆评选它为历史上最能塑造人的25本书之一。在纽约《时代》的畅销书排行榜中，它连续五年榜上有名。该书已被翻译成20多种语言，销往26个国家。

鲍利斯在麻省理工学院的化学工程专业接受过培训，在哈佛大学以优异的成绩取得了学士学位，

后又在纽约的神学院（圣公会）取得了神学硕士学位以及三个荣誉博士学位。他和妻子玛莎住在圣弗朗西斯科的海湾地区。

电子邮件: dickbolles40@gmail.com

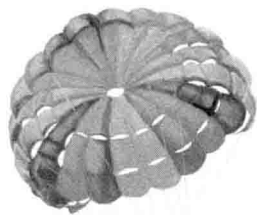
网址: www.jobhuntersbible.com; [www.eparachute\[1\].com](http://www.eparachute[1].com)

博客: <http://jobhuntersbible.typepad.com>

Facebook: <http://tinyurl.com/4zwxws6>

LinkedIn: <http://tinyurl.com/24mtryz>

Twitter: <http://twitter.com/@ParachuteGuy>



目录

Contents

前言 为什么《你的降落伞是什么颜色?》要出中文版? | 001

序一 求职的“九阴真经” | 003

序二 你准备好空降的降落伞了吗? | 005

序三 愿每个人都能找到属于自己的降落伞 | 007

关于作者 | 001

第一章 对于求职者,这是个全新的世界 | 001

坏消息:2008年以来求职发生了巨大变化 / 002

我们面对的八股力量 / 003

雇主变了,求职者没有 / 006

沟通不畅,鸡同鸭讲 / 007

很多雇主招人的方式和求职者求职的方式正相反 / 010

2008年以后,人们更倾向于在网上求职 / 011

第二章 Google就是你的简历 | 023

关于Google简历,你能做些什么? / 026

传统简历的替代品 / 037

给“前Google时代”简历的友情提示 / 038

简历发在哪儿,结果大不同 / 042