

[新西兰] 海瑟·卡彭特 © 著

张睿靖 肖红玉 © 译



献给普天之下所有望子成龙、望女成凤的家长；
献给充满梦想、希望和职业发展设想的青少年。

走出职业迷宫

The Career Maze

国内首本引进版指导家长对孩子进行
职业教育的专业指南



民主与建设出版社

THE CAREER MAZE

走出职业迷宫

The Career Maze

[新西兰] 海瑟·卡彭特 © 著

张睿靖 肖红玉 © 译

民主与建设出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

走出职业迷宫 / (新西兰) 海瑟·卡彭特著; 张睿靖, 肖红玉译. —北京: 民主与建设出版社, 2010. 9

ISBN 978 - 7 - 5139 - 0001 - 0

I. ①走… II. ①海… ②张… ③肖… III. ①职业选择 - 青少年读物 IV. ①C913.2 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 179341 号

©民主与建设出版社, 2010

The Career Maze: Guiding Your Children Towards A Successful

Future by Heather Carpenter

Copyright: © 2008 By New Holland Publishers (UK) Ltd., Text By Heather Carpenter

This edition arranged with New Holland Publishers (UK) Ltd.

through Big Apple Agency, Inc., Labuan, Malaysia.

Simplified Chinese edition copyright: © 2010 Democracy & Construction Publishing House

All rights reserved.

责任编辑 闵 建

封面设计 王 超

出版发行 民主与建设出版社

电 话 (010)85698040 85698062

社 址 北京市朝阳区朝外大街吉祥里 208 号

邮 编 100020

印 刷 北京东海印刷有限公司

成品尺寸 140mm × 210mm

印 张 9.75

字 数 130 千字

版 次 2010 年 12 月第 1 版 2010 年 12 月第 1 次印刷

京 图 号 01 - 2010 - 5752

书 号 ISBN 978 - 7 - 5139 - 0001 - 0

定 价 28.00 元

注: 如有印、装质量问题, 请与出版社联系。

特别鸣谢

谨以此书献给多年来与我共同探讨人生梦想、未来理想以及职业发展设想的广大青少年朋友们——感谢你们带给我的巨大启发！

同时亦将本书献给布雷特和我的孩子们——安娜、尼克拉、本、基特，谢谢你们长久以来对我的支持和鼓励，谢谢你们无微不至的爱。

出版者序

最初看到这本《走出职业迷宫》的时候，笔者原本以为这只是一本普通的职业教育书籍，仔细翻看之下才发现，它其实是一本专门对青少年进行职业教育的家长指南，是一本适合家长和孩子共同阅读的亲子书籍。

看到“职业迷宫”这几个字的时候，笔者突然想起这样一个现象：

很多人小时候都被问过这样的问题——

“你长大了想干什么？”

“当科学家” “当明星” “成为一名英雄” ……

这些答案当初或许从我们很多人的嘴里都说出来过。这些让大人们满意的答案或许曾被他们大加赞赏。然而，长大了的我们大部分都没有实现当初伟大的理

想。但从另外一个角度来看，要是每个人都实现了小时候宏大的愿望，我们的社会容纳得了那么多的名人、伟人吗？虽然名人、伟人对社会来说是不可或缺的，但是社会上大多数人还都只是平凡人而已，也扮演着自己不可替代的社会角色。名人有名人的责任、职业，平凡人有平凡人的责任、职业，这样各司其职，社会才能正常、有序地存在。

因此，今天——21 世纪的今天，人们对孩子的职业教育理念和应该改变了。这种改变主要应该体现在两个方面，其一，职业不能再分高低贵贱了。在所有工作都需要有人去做的社会里，如果孩子的理想是做一名清洁工，你又怎么能对他加以嘲笑呢？

其二，也是更重要的一点是，对孩子的职业教育应该从小抓起，而不应该等到学业结束时才匆忙、盲目地择业、就业，或是毕业就失业。

这就是《走出职业迷宫》的作者海瑟·卡彭特博士在书中表达给我们的主要观点。海瑟·卡彭特博士是一名资深职业咨询师、职业教育专家，多年来一直从事专门的职业发展研究，并帮助广大青少年解决其职业发展中的各种问题，因此，她掌握了大量的一手资料。本书正是融入了她多年在一线工作中积累下来的大量一手资

料及各种最新的研究成果和思维模式而成就的。

要扛起社会职业教育的大旗，非社会、家庭、学校的通力合作不可，但家庭尤其是家长在孩子早期的职业教育中承担的责任最重、最大。家长才是最初影响孩子职业选择的人，才是此时最能给孩子提供帮助的人。

本书的教育理念在于使家长们投身于适合自己孩子的有用追求当中，尽可能容易地让孩子找到一生中愿意追求的目标并与社会上的热门职业相联，以达成孩子天性及天赋与社会成功的完美结合——而这一切必须从孩子很小时就要加以精心贯彻，并最终达成！

还需要说明的是，在本书的最后一章，海瑟·卡彭特博士给家长们提供了许多渠道和网址以期提供帮助，这些渠道和网址大多都是国外的，但我们在出版本书中译本的时候没有删去这一章，原因在于这些渠道是国内的家长可以参考的；而这些网址或许也会对国人越来越国际化的职业之路提供帮助。

愿所有孩子的前途都不可限量！

出版者

2010年7月12日

Foreword

写在前面的话

最近我设计并完成了一个专门针对青少年就业选择的研究项目。这项研究主要是调查在不同年龄段的青少年眼中，谁是对他们就业观影响最大的人。在 15~19 岁的年龄组里面，回答“父母、父亲或母亲影响最大”的比例最高，占 59%；认为“其他家庭成员对自己的影响最大”的占 15%；9%的人选择了朋友；只有 7%的人选择了自己的老师。在 22~24 岁的年龄组也得出了类似的统计结果，只不过与 15~19 岁年龄段相比，这一组具体的数字之间没有出现之前那么明显的对比而已。

我们都知道，绝大多数的父母都非常爱自己的孩子，孩子遇到任何问题他们都会竭尽所能地从旁协助。再加上就业指导领域在大多数国家里都面临资源稀缺的局面，因此，出现父母的影响最大这种调查结果倒是没

Foreword

有出乎我们的预料之外。而且说实在的，除了父母，孩子们可以信赖、可以求助的对象还能有谁呢？除了自己的父母，谁还会真把这些事情放在心上呢？时下大众普遍认为，不管父母是否愿意，他们都理应承担起自家孩子第一任老师的职责。同理，我们认为大多数父母也应承担起孩子首任职业指导师的责任。

首任职业指导师的责任不可谓不重大。要知道青少年职业生涯的开始往往决定了他们未来在职业发展上的成就有多大，究竟是一帆风顺，还是一事无成、窘迫不堪。然而，再怎么爱孩子，大多数父母都认为自己掌握的知识和技能有限，帮不上孩子什么忙。正是由于这一误区的存在，海瑟·卡彭特才写了《走出职业迷宫》一书，意在向各位父母传达这样一个积极的信号——即使没有一技之长，不是专业顾问，父母也可以在择业这个问题上真正帮助自己的孩子。

《走出职业迷宫》一书通过简单易懂的形式为大家解读了家庭生活中发生的各种对话情景和行为模式，通过解读这些特定的对话和行为模式能够帮助孩子树立职业信念，加深自我认知，并进一步明确职业发展目标，

Foreword

从而使他们做出更加明智的职业选择。通过本书介绍的基础职业理论知识，各位家长朋友定能获益匪浅。孩子目前对自己职业规划可能有哪些具体想法，作为家长应该如何更好地从旁协助，这些问题家长朋友们都能从本书中找到答案。在本书的各个章节中，家长和孩子还能够与众多这一领域内的专家们进行沟通，并就职业发展，尤其是青春期及刚进入成年期的孩子们的职业发展进行深入探讨，从中汲取宝贵的经验。

同时，通过阅读本书，孩子们还能找到帮助自己走出职业迷宫的宝贵建议和实践步骤。

多年来，海瑟·卡彭特一直从事专门的职业发展研究，同时她还拥有职业咨询师的专业背景。这本《走出职业迷宫》一书正是融入了她在一线工作中长期积累下来的大量材料。攻读博士学位期间，海瑟·卡彭特更是接触到了各种最新的研究成果和思维模式，如此旁征博引、紧跟学术潮流无疑为本书增加了不少分量。

不仅如此，海瑟·卡彭特还善于运用直白易懂的语言方式贴近读者。为了能和各位家长朋友进行更好地沟通，海瑟·卡彭特有意避免使用过于学术化的语言，同

Foreword

时也没有因为过于迎合读者而失掉自身的特点。《走出职业迷宫》真是一本好书，我向所有的家长朋友们推荐它。希望这本好书能对读者有所帮助，让家长们疼爱孩子、望子成龙的迫切心情得以实现，让孩子们将来成为一个成功、快乐的人。

同时我也想向各位身处职业咨询及相关行业的人士推荐这本书，希望本书传递的理念能够在实际工作中帮助你们，为你们与家长和青少年的沟通贡献一个崭新的视角和工作方法。

——新西兰怀卡托大学^①管理学教授

克尔·尹克逊 (Kerr Inkson)

^① 怀卡托大学(University of Waikato)成立于 1964 年，是新西兰政府的 8 所公立大学之一。怀卡托大学有在校学生近 12 500 名，其中包括来自全世界 70 多个国家的国际留学生 2 000 多名。怀卡托大学在世界上享有很高的知名度，更以法律、管理、计算机、自然科学和教育见长，被誉为南半球的哈佛。——译者注

引言

面临职业选择时任谁都会有陷在迷宫里不得要领的时候。世界各地的青少年都想要找到一条适合自己的职业发展道路,而这些青少年的父母在一旁更是着急上火、手足无措地想要帮上些忙。如今,我们已经进入了 21 世纪,在这个信息时代中,职业选择种类的千变万化、大幅增多已经成为了一个全球性的现象。当今世界更新换代十分频繁,青少年在择业问题上面临的抉择之难同样具有普遍性。

一次我期盼了很久的假期旅游终于得以成行。由于事先有约,就在前往欧洲的当天,我还与一位 17 岁的男孩进行了面谈。见面之前这个男孩的妈妈还在为他的前途发愁了一整天。当时的情况是整个学年已经过去了 3/4,这个

孩子还不知道应该学习哪些课程。因为自己根本不知道还能做些什么,他索性胡乱选择了一些课来上。他的母亲就是为这些不能算作选择的选择而发愁。

这个男孩的诉求十分简单。我们谈过话、做过几个反馈练习之后,他很容易就找到了适合自己的发展方向,并且很快明确了发展的准确起点。经过谈话这个男孩终于找到了一个能让他有所斩获的发展方向,所以离开的时候他特别满意,高兴得满面红光。

一周之后我到了法国,我又与一个在葡萄酒行业工作的母亲见了面。和上一个母亲一样,这位妈妈也为儿子的选择焦虑不已。她感觉自己的儿子之所以选择从事葡萄栽培工作只是因为父母是做这一行的。她的焦虑就在于不敢肯定自己的孩子是否适合这个行业,孩子是不是因为不知道还能做什么,所以才选择酿酒行业。旅行的时候我还碰到一个为大学学业感到焦虑的法国男孩,他与妈妈在学什么这个问题上起了争执。妈妈强调法律是最好的选择,可他却不那么认为。我还遇到了一个年纪马上奔三的英国大学毕业生,她对我坦白说,用“青年危机”^①(20~30

① 青年危机是专属于 20~30 岁年轻人的标签——“那是一段自我怀疑、情绪不稳、迷茫将来的日子,人们变得有些退缩,没有目标,觉得任何事情都缺少意义。身陷这场危机你会自我质疑‘我是谁’”。——译者注

岁面临的危机)这个词形容现在的她再合适不过了。这个女孩子说自己还不知道以后想从事什么工作。

实际上跟任何地方的年轻人聊天,在谈到他们自己或是他们朋友的工作时,总是能听到上述类似的例子。同样地,几乎跟所有父母聊天的时候,他们都会提及因为担心孩子的工作而出现的类似忧虑。

对年轻人来说,不管未来的发展方向是在上完学之前还是之后能弄明白,找到这个方向对他们来说都是个十分重要的人生转折。所有陪孩子经历过这一阶段的父母都能够清晰地描述出这一时期孩子身上的变化——孩子找到未来的发展方向之后会表现得信心十足。这时候他们就会变得快乐,浑身充满干劲,想要大展拳脚。这种孩子的家长跟我聊天时通常会说这样的话:“最近他真的特别高兴,活力四射得好像变了一个人一样。”“她现在干劲十足,我简直不敢相信啊。”其实这些令人惊喜的变化背后的原因就是孩子们终于找到了人生的价值。他们把自己的兴趣和注意力完美地融入了今后的发展方向,也就是选对了路。这时候的孩子已能充分认识到自己的特点,并将这些与未来的发展结合到一起。更有意义的是,他们已经迈出了走向成功最为重要的一步。

对于父母和我们这些职业指导师来说,唯一的也是

最重要的一点就是帮助孩子更好地认识他们的特长,找到一条正确的道路,以便将来成长为一名独立自主、自给自足的成年人。

这一点正是职业抉择的重中之重,但这一点却在充斥着海量信息、各种虚假浮夸宣传手册、晦涩难懂的网页内容以及各种技术主导型测验和指导中渐渐被人们所忽略。在信息时代,各种职业培训和选择范围的信息只要想得到就没有找不到的。人们也越来越把求助信息渠道看成了解决疑难的方法。然而实际上,如此海量的信息实在是有可能把我们的孩子们“淹没”的危险。而且信息的获取仅仅是一个开始,要是没有对自身兴趣爱好、潜能和能力特点的准确认识和坚定信念,再多的信息都是白搭。只有掌握以上各项条件,青少年才有可能在职业发展上找到属于自己的成功之路。

现在社会上到处是标榜青少年“无所不能、无事不成”的大调调。有时候这些话也许有一定的道理,但是对于一个连“我能做些什么?从何做起”这一根本问题都不知道的青少年来说,上面这种大而化之的论调显然是不合适的。对于青少年的择业问题,学校向孩子们传达的观念是强调人一生不同的时候会碰到不同的职业,因此“为将来可能随时改变主意打算,最好不要为了一棵树而放弃整

片森林”。对于着急做好打算、尽快步入发展正轨的某个孩子来说,这种群体性建议就发挥不了预期作用。

学校和政府机构在职业指导方针上选择了越来越以信息为核心的大众传播体系,这种传播体系达到的效果往往类似于空投物资——只有极少数人能够从中受益,绝大部分人根本得不到需要的东西。面对这种大政方针,学校里的职业指导老师也别无选择,只能尽可能地照顾到自己负责的几百个学生。然而在这些指导老师中,绝大多数人还没有接受过正规的培训,手头也没有足够的资源来完成简单却要求直觉敏锐的工作——专心倾听学生的诉求。时间有限加上学生数量众多令这些指导老师不得不完全依靠程式化的电脑软件来解决问题。但是,这样做只能解决很小一部分学生的难题,而且由于系统给出的答案不适合自身的情况,学生诉求后心里反而会产生更严重的挫败感。

在信息泛滥的当今社会,青少年希望得到的是能帮助他们确定自己的设想是否正确、能帮助他们找出个人特长的指导人员。他们倾诉自己想法的时候关键处往往一闪即逝,有时要想准确捕捉到这些关键点往往需要我们全神贯注地仔细倾听;而且一旦产生了一个关于未来发展的想法,倾诉的对象应该是一个在他们的世界里具有较大影响力的成年人,只有来自这些人的肯定才能切实有

效地帮助他们提高能力,实现人生梦想;如果对他人的倾诉的话,他们就不会相信自己的想法能带来成功了。

成功找到发展方向的孩子身上还有另外一个显著的特点,那就是强烈的自信所带来的乐观态度,就是认定通过努力和十足的动力,他们能够在事业上有所建树。

在实际工作中,我亲眼目睹了明确发展道路带来的愉悦与未曾明确所带来的消极影响。越是找不到方向,孩子们就越会变得急迫焦虑,因此在这个过程中他们会变得愈加自卑,愈加缺乏动力、闷闷不乐,还会把找不到方向归结为自己太过失败,更不肯将自己的烦恼讲出来。有时候这种孩子会为求得某种答案而胡乱做出一个选择了事。像这样的故事只可能有一种结局——由于选择了不适合的专业或者培训课程,孩子只会更加怀疑自己的能力,更不快乐,最终只能以痛苦的眼泪收场。

最近我在新西兰一个较大的城镇做了一次演讲。演讲结束以后一位听众找到了我,他告诉我说,他儿子的情形特别符合我的演讲内容。这个孩子上大学的时候选错了专业,小伙子先是感到强烈的焦虑和挫败,彻底失去信心之后干脆退了学,成天折腾着想要做些别的事情来找到自信。儿子变得情绪如此低迷,做父亲的特别着急,但就是不知道该怎么帮助孩子。其实这种情况已然是发展到了最危险的地步,再往前一点就是万丈深渊,彻底迷失