

☆ 第一本写给80后的命运解惑书 ☆

不管前行的道路怎样泥泞，我们都要坚信命运掌握在自己手中，
坚信世界会因我们而改变。

80后的 迷思与出路

吕静霞 编著



告诉自己我能行

没有经验、没有社会关系，
这些都不可怕。

可怕的是没有努力奋斗的精神。

因为，决定你生活品质与人生目标的是你面对世界与人生的态度。

中国言实出版社

不管前行的道路怎样泥泞，我们都要坚信命运掌握在自己手中，
坚信世界会因我们而改变。

80后的 迷思与出路

吕静霞 编著

80后，没有钱、没有经验、没有社会关系，
这些都不可怕。

可怕的是没有努力奋斗的精神。

因为，决定你生活品质与人生目标的是你面对世界与人生的态度。

图书在版编目(CIP)数据

80 后的迷思与出路/吕静霞编著.

—北京:中国言实出版社,2011.1

ISBN 978-7-80250-399-1

I. ①8...

II. ①吕...

III. ①成功心理学—青年读物

IV. ①B848.4—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 225855 号

出版发行 中国言实出版社

地 址:北京市朝阳区北苑路 180 号加利大厦 5 号楼 105 室

邮 编:100101

电 话:64924716(发行部) 64963101(邮 购)

64924880(总编室) 64890042(三编部)

网 址:www.zgyscbs.cn

E-mail:zgyscbs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 三河市文阁印刷厂

版 次 2011 年 1 月第 1 版 2011 年 1 月第 1 次印刷

规 格 710 毫米×1000 毫米 1/16 14 印张

字 数 200 千字

定 价 26.00 元 ISBN 978-7-80250-399-1/B·257



前 言

2010年，80后整整一代人集体“奔三”。

回望并不浪漫的岁月，80后的我们曾是开始执行计划生育政策后出生的第一批人，也是闪闪红星年代的经历者。我们崇拜过革命先烈的英勇无畏，崇拜过劳动模范的艰苦奉献。我们随着改革开放的脚步，见证了祖国的成长与日新月异的变化，也曾因其特殊的成长经历被社会误为“垮掉的一代”，于是乎，作为毫无背景、在底层闯荡打拼的我们还要面对一些卫道士们言必称80后一代责任丧失、身无志气的指责。

社会的发展、经济的转型，使我们提前承受了很多不该这个年龄承受之重，作为医疗、住房、教育全面市场化的直接承受者，我们要承担工作的压力、赡养父母的压力、养育子女的压力、养房和车的压力……这些就像蜗牛的壳，在我们这一代人身上沉重地背负着，厚重地过着；我们奋斗着、努力着，像一群不怕吃苦、永远都在忙碌搬运的黑蚂蚁，不停地搬走心中的目标，又搬来下一个梦想；我们耐着性子挑战现实的压力，虽然年近30但却一直“三十难立”。更普遍的状态是，我们大声为自己呐喊加油的同时，却一次次地迷失，自信而又自卑，正在沦为“苍蝇人”：一只趴在玻璃板上的苍蝇，总也找不到出路，迷茫着、惶

忍着、浮躁着，就像一位网友所调侃的：

上大学，我们怀着憧憬看了《奋斗》，

当我们踌躇的时候，我们看了《我的青春谁做主》，

当我们即将豁然开朗的时候，一部《蜗居》把我们全拍死了。

绝望中，我们看了《2012》，顿时淡定了。买什么房子啊，早晚要塌的！

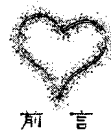
80后的我们似乎成了最不幸的一代，但时代给予我们的责任似乎不应该是一味地在安乐窝里装装清纯、发发牢骚，写点多愁伤感、风花雪月的东西就可以的，而是需要为自己寻找出路。

因为这种找不到出路的状态是很可怕的，一个月两个月，可能感觉不出什么，但是一年两年下去，残酷的现实肯定会造成10年后的恐慌、20年后的挣扎，甚至一辈子的平庸，让人没有踏实感和安全感！

每个年代的人都有每个年代的难处。迷茫与困惑谁都会经历，恐惧与逃避谁都曾经有过。压力也不应成为我们这一代人自怨自艾、停滞不前的借口，更不应成为碌碌无为、祭奠失意的苦酒。在这个世界上，没有压力，就不会有动力，也许有了压力的陪伴，人们才会永远这么精力旺盛，不停地前进，不停地探索。在这探索的一路上，我们更多的是需要鼓励与信心，而不是闻风而来的指责！否则的话，我们只会停留不前，只会逃避现实，只会怨天尤人。

因此，在奔三的关键时期找到人生的出路是最为紧迫的，人生真的没有多少时间可以让一个人这样挥霍浪费。如果我们不能在30岁前尽快找到迷茫的根源、冲出困惑、走出迷雾，实在是无颜面对10年后、20年后的自己。

本书从80后的生存文化和生存现实入手，针对80后工作和社会生活中的困惑与迷茫，探讨了80后的我们该如何自救，如何让自己充满信心，重新找回斗志，找到明确人生的奋斗方向和目标，让自己的奋斗目标越来越具体，把握理想与现实中间的平衡点，并发掘和利用自身的优势，创造一份属于自己的天地，在焦灼的追逐梦想的过程中，享受到



苦尽甘来的喜悦。

相信每个年轻的生命都有相同的期待，相信自己那怒放的生命，期盼有一天自己能飞向那片更高的天空。

编者

2010 年 12 月



目 录

前 言	1
-----------	---

第一章 80 后遭遇的尴尬年代

作为独生子女的 80 后，不知不觉中已经迈入而立之年。30 岁，一个尴尬的时间点——我们似乎长大了，但却不能肯定自己成人了。我们心怀梦想却举步维艰，一腔热情却屡受挫折，从走出大学校园那一刻起就想找一个安放理想的舞台，却发现现实离自己想象的差十万八千里……理想的丰满与现实的骨感产生的碰撞，无时不在敲打着我们的神经……

80 后：生的伟大，活的憋屈	2
精神上的“迷途羔羊”	5
无奈被贴上“啃老”标签	8
已是谈不起恋爱的一代	11
只有生存没有生活的一代	14

“做稳了房奴”与“想做房奴而不得”	18
高房价催生的生活百态	20
80后集众“奴”于一身	24
几十年后不知拿什么来养老	28
在理想与现实间挣扎、徘徊	31

第二章 要么在迷茫中沉沦，要么在不满中奋起

经历了毕业后几年的社会生活，80后的我们大多被灰色心情所笼罩。当前，很多不能改变的现实使我们承受着各种压力，遭受着各种无奈和痛楚。其实我们应该明白：我们的痛苦不是问题本身带来的，更多的是来自于我们对这些问题的看法。迷茫与迷惑谁都会经历过，但我们不应把迷茫与迷惑当作自我废弃、甘于沉沦的借口。

如果只顾着抱怨，你会忘记好好走路	34
后悔的不应是读大学，而是玩大学	36
其实每代人都有自己的幸与不幸	39
用将来的眼光看待现在的困难	42
没有富爸爸不应成为颓废的借口	46
也许你不是金子，但相信可以当种子	48
可以担心没出路，但要相信未来有思路	51
比努力更重要的是找到人生的方向	53
唯有成就感会让腰杆挺得更直	56
问问自己，机遇来临时你准备好了吗	59
在最难的时代，做最好的自己	62

第三章 自己究竟要什么——80后迷茫的根源

很多80后迷茫的根源在于不知道自己要什么。不知道要什么，所



以不知道去追求什么；不知道追求什么，所以什么也得不到，到头来只能是依然迷茫，这种状态是很可怕的。30岁之前的迷茫，会造成10年后的恐慌、20年后的挣扎，甚至一辈子的平庸。我们应趁着年轻尽快冲出迷茫、走出迷雾、找到出路，才不会辜负了时代寄予我们的期望。

越早认清自己，才越不容易迷茫	66
你是谁？你想要什么？	69
尽快明晰你的价值观	72
将期望值设置在合理的节点上	75
问问自己究竟想成为什么	78
方向一旦错了，一切都会错	82
成功之路是由目标铺就的	85
有无规划的人生是不一样的	88
将目标分解成五年计划	91

第四章 做对事，首先要跟对人

80后要走出迷茫和困惑，跟对人很重要，他会是我们事业前进中的一盏明灯，直接照亮我们的职业前景，他像一个老师、一个教练、一个朋友、一个力量的源泉，可以将人生的经验倾囊相授，教会我们少走许多弯路。否则，如果在职场上遇到一个不好的老板就好比半路遇到一只拦路虎，让我们的职途坎坷多蹇，前途一片茫然。

所跟的人决定着你的前进方向	96
跟对人，你会少走很多弯路	98
多与比你优秀的人打交道	101
自己走百步，不如伯乐扶你走一步	104
跟对人，关键要找到“识人”的上司	107

尽快找到有利于成长的团队	110
建立圆通的职场人际关系	113
好的人脉会让你以少胜多	116
完善自己的人际关系网	120

第五章 30 岁前，一定要找到安身立命的根基

其实 80 后们没有钱、没有经验、没有社会关系，这些都不可怕。没有钱，可以努力地去挣；没有经验，可以多实践多积累；没有社会关系，可以一点一点去编织。但是没有定位和方向才是最可怕的，才是最让人感到恐惧的！80 后要改变浑浑噩噩现状，一定要在 30 岁前找到可以安身立命的根基，要不然真的就来不及了。

不要担心起点低	124
究竟什么才是好工作	126
慎重选择第一份工作	129
合理权衡公司规模	131
找到属于自己的位置	135
你必须确实擅长某件事	138
不要被“木桶理论”所迷惑	142
不能职业化，就会被边缘化	145
打造自己的核心竞争力	147
不要在乎所谓的面子	150
心浮气躁是职场大忌	153

第六章 认准了，就去做；不跟风，不动摇

这个年代社会化分工越来越细，一辈子做好一件事应成为大多数人最佳成功模式。选择了人生的方向，认准了，就应该去做；不跟风，不



动摇。如果自己尽全力去做了，但还过不上小康生活，那也没什么可后悔和遗憾的；如果不奋斗，一味抱怨社会不公和自己生不逢时，那就不要因被指责为“垮掉的一代”而愤愤不平。

朝着自己的目标不断前进	158
沉得住气，耐得住寂寞	160
专注于选择，不跟风、不动摇	164
忠于自己所从事的职业	166
让进取心成为成功的支点	169
成事需要不服输的韧劲儿	171
面对失意不灰心、不气馁	173
多一些偏执才能少一些遗憾	176

第七章 让石头变成金子——80 后可以做得更好

每个人都有自己选择的权利，是做一颗默默无闻的石头，还是变身做一块耀眼的金子，说到底，还是在于自己。如果能认清自己是什么样的石头，认定自身的价值，不抛弃，不放弃，不断锤炼自己，也一样能创造出比金子还耀眼的价值。

有了成果，你就有了背景	180
不自我设限，你会做得更好	182
不要让安逸消磨了你的锐气	187
树立超越金钱去工作的心态	191
把事情做好、做到极致	193
不断为自己补充新知	197
向成功者学习创业	201
发展你的小宇宙	205

80后的迷思与出路

让世界因你而不同.....	207
后 记	210
主要参考书目.....	211

第一章 ●●●●●●●●

80 后遭遇的尴尬年代

~~~~~

作为独生子女的 80 后，不知不觉中已经迈入而立之年。30 岁，一个尴尬的时间点——我们似乎长大了，但却不能肯定自己成人了。我们心怀梦想却举步维艰，一腔热情却屡受挫折，从走出大学校园那一刻起就想找一个安放理想的舞台，却发现现实离自己想象的差十万八千里……理想的丰满与现实的骨感产生的碰撞，无时不在敲打着我们的神经……



## 80 后： 生的伟大， 活的憋屈

由于教育、社会、文化、经济等社会环境的影响，不同年代出生的人都会打上鲜明的时代烙印，80 后是与整个中国社会的现代化进程相伴随成长的一代。上个世纪 80 年代，正值中国社会大张旗鼓地进行改革开放，80 后的我们享受着改革开放带来的成果，可以称为生的“伟大”。从我们降生的那一天起，就乘上了社会现代化的高速列车，开始享受着现代物质文明的丰硕成果。我们喝着可口可乐和酸奶长大，色彩斑斓的各色手机、内存翻倍升级的笔记本电脑是我们的高级“玩具”，还有 MP4、蓝牙、遥控、无线、摄像头……在物质生活上，80 后自然地就具有一种优越感。

一转眼，80 后的我们已经步入抑或即将步入而立之年，不管我们曾受到父辈怎样的宠爱，如今还是逃脱不了命运的作弄——遭遇了成长中的尴尬事，用一个字概括就是：囧。

步入社会的我们大都活得很憋屈，所要面对的现实大大出乎我们的预料，甚至，有些事情是我们从未遇到过的。因为，如今是一个充满变数的时代，在中国社会转型和发展的关键时期，为了国家的发展，80 后不得不做出牺牲，开始承担各种各样的压力：父母日益年老缺乏劳保的压力，买房买车的压力，工作升迁的压力，结婚的压力，生儿育女的压力以及社会期望的压力……我们可能为父母的健康担忧过，也可能为工作的压力苦恼过，可能为找个合适的结婚对象挣扎过，也可能为高昂

的房价咒骂过。我们把生活当成大舞台，竭力把各种角色都演好，但往往心有余而力不足：

生不起，剖腹一刀五千几；

读不起，选个学校三万起；

住不起，一万多元一平米；

娶不起，没房没车谁嫁你？

养不起，父母下岗儿下地；

病不起，药费利润十倍起；

活不起，一月辛劳一千几；

死不起，火化下葬一万几；

……

我们曾经为此消极过、迷茫过、无助过，但还是坚强而卑微地活在某个城市的角落，每天为生存，为那点梦想忙碌奔波，每月拿着闹心的低工资，而且就像例假，一月不来就心慌；睡在不足四五平方米的墓穴一样的隔板间铺位；挤在永远都挤不上去的公交车上；吃着廉价的毫无卫生可言的食物；排在厕所外长龙后面，一泡尿能憋到地老天荒……

更郁闷的是，生不起、住不起、活不起的80后在繁华喧嚣的大都市过活，本应该节衣缩食才对，但却时不时地被物欲横流的社会吊着胃口，排山倒海的售楼信息和到处张贴的汽车广告刺激着视觉的神经细胞；年花销几十万的学习和专业培训让荷包干瘪的我们垂涎欲滴；周围的高薪金领刺激着我们的神经；香飘四溢的美食挑逗着我们的食欲；提前消费的理念让我们时刻都有可能打破存钱的想法……这一切让这代人深深陷入物质干瘪、欲望如火如荼的矛盾中：我们可以做梦天马行空去遨游宇宙，可以在浩瀚的书海里找到黄金屋，但现实中往往会因为囊中羞涩而为有一个属于自己的小窝发愁。理想的富翁和现实中的贫者形成的巨大反差，成了心中最烦心的痒痛。

承担这么多压力、做出这么多的牺牲不说，却也得不到社会的同

情，反而遭到炮轰和鄙视：“垮掉的一代”，“最没责任心的一代”，“愚昧的一代”，“最自私的一代”，“最叛逆的一代”，脑残、非主流、自私丑陋的新新人类、“房奴”“卡奴”“宅男（女）”“节奴”……搜遍网络，形容80后群体特征的词汇没有褒义的。这些看起来充满了压力与无奈的词汇，折射出80后一大部分人的生活状态和精神世界。

我们从小就被教育要做有理想的一代，记得小时候写文章，总喜欢用“远大”、“理想”、“精神”、“信念”等字眼，打上小学一年级时就以此自我勉励，那个时候感觉这些东西很近，因为自己有憧憬，有“我要当×××”的表达——天真而真诚，纯洁而美丽。然而，走上社会后，我们才明白从幼虫成长为成虫，需要一对翅膀，有一定的物质做基础，理想才会有意义。80后的我们大多是缺乏理想目标的构件，有想法无蓝图，心野而天不高，或者天高而胆子小。最后呢，在追求理想的道路上，越走越迷茫，憧憬在现实面前不得不低下头，单纯被社会的复杂击打得粉碎。下面网友调侃的几句话也许反映的正是80后的无奈：

老师教育我们要从小做一个有理想的人。

5岁时，我的理想是当老师。可是别人说当老师太穷。

12岁时，我的理想是当歌星。可是别人说当歌星太堕落。

18岁时，我想当广告制作人。可是别人说在美国做广告太不现实。

既然未成年儿童的理想总是不对，干嘛还要叫我们有理想呢？

就这样，在日益无奈的放弃与妥协中，我们破茧成蝶。

终于，我的理想是买栋房子买辆新车……



## 精神上的“迷途羔羊”

去年，小沈阳凭借春晚小品着实火了一把，一时间，其经典口头禅“这是为什么呢？”令人捧腹不已，成为众人张口模仿的句式。在人们乐此不疲的追星时代，本来是用来深刻反思的话语变得滑稽和戏谑起来。在这儿也玩弄一把，为什么80后的我们混得如此差劲儿呢？为什么大家很努力又很迷茫呢？——这是为什么呢？

探讨这样一个不着边际、不知从何切入的社会问题，不妨从80后所经历的时代说起，也许从中能窥探出一二。

当我们读小学的时候，读大学不要钱；当我们读大学的时候，读小学不要钱；我们还没能工作的时候，工作是分配的；我们可以工作的时候，撞得头破血流才勉强能找到一份饿不死人的工作；当我们不能挣钱的时候，房子是分配的；当我们能挣钱的时候，却发现房子已经买不起了；当我们不到结婚年龄的时候，骑单车就能娶媳妇；当我们到了结婚年龄的时候，没有洋房、汽车娶不了媳妇……问：我们这一代到底招惹谁了？咋就这般命苦？

上面一段文字总结的80后遭遇的尴尬，很经典、很贴切，说出了我们80后的心声。在我们傻乎乎地抱怨社会不公平、抱怨这个年代的时候，中国的大时代正悄然走在你的身边，社会分工、社会等级分配正在潜移默化、有条不紊地进行——中国正在经历美国、日本50年前所经历的历史社会经济巨变。