

找对职业 入对行



——职场探访助你锁定职业目标

杨一平 编著



如果你是一名大学生，你会从本书鲜活的例子中看到自己的身影，前人的成功、失败都是你成长的财富；如果你是一名就业教育者，你会从本书生动的故事中找到富有价值的案例，作者水到渠成的分析将会升华你的理论素养；如果你是用人单位的人力资源管理者，你会在书中看到理想员工的模板，他们的实践和忠告会帮助你打造富有活力的团队。

——清华大学就业指导中心主任 祁金利

HAODUI ZHIYE RUDUI HANG ZHICHANG TANFANG ZHU NI SUODING ZHIYE MUBIAO



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

21 世纪应用型人才培养通识课规划教材

找对职业入对行

——职场探访助你锁定职业目标



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

内 容 简 介

霍兰德先生的研究成果告诉我们,职业成功的标准可以分解为客观成功(外界评价)和主观成功(内心体验)这两个维度,客观成功和主观成功的一致性越高,职业所带给我们的幸福也会越多。什么样的职业可以让我们在获得客观成功的同时也能获得更大的主观成功?我们为得到自己最想要的成功必须付出哪些代价?我们可不可以通过对这些“得”与“失”的权衡找到一个最佳的选择?我们可以通过哪些途径实现这些选择?

为了找到正确的答案,本书工作团队走访了各行各业共 60 位职场人士,历时 3 年,按照霍兰德所划分的 6 种职业类型,从现实型开始,逐一介绍采访到的这些职业人士真实的工作和生活情况,为读者提供一个与各种职业零距离接触的机会,使读者能够从这些职业人士的亲身经历中了解自己的所欲所求,从中发现最适合自己的职业。

图书在版编目(CIP)数据

找对职业入对行/杨一平编著. —北京:北京大学出版社, 2009.9

(21 世纪应用型人才培养通识课规划教材)

ISBN 978-7-301-15911-8

I. 找… II. 杨… III. 职业选择—案例 IV. C913.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 173693 号

书 名: 找对职业入对行

著作责任者: 杨一平 编著

责任编辑: 桂 春

标准书号: ISBN 978-7-301-15911-8/G · 2687

出版者: 北京大学出版社

地 址: 北京市海淀区成府路 205 号 100871

网 址: <http://www.pup.cn>

电 话: 邮购部 62752015 发行部 62750672 编辑部 62765126 出版部
62754962

电子信箱: xxjs@pup.pku.edu.cn

印 刷 者: 北京宏伟双华印刷有限公司

发 行 者: 北京大学出版社

经 销 者: 新华书店

730 毫米×980 毫米 16 开本 13.75 印张 196 千字

2009 年 9 月第 1 版 2009 年 9 月第 1 次印刷

定 价: 22.00 元

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有,侵权必究

举报电话: 010-62752024; 电子信箱: fd@pup.pku.edu.cn

作者简介



杨一平（1954— ），女，江苏江都人，华中科技大学大学生发展研究与指导中心/马克思主义学院副教授，发展与教育心理学硕士导师。

主要研究方向：大学生生涯规划辅导、大学生心理发展及个别指导、大学生思想品德课的教学与研究、大学生心理健康教育；长期从事大学生生涯规划方面的教学、研究与个别指导工作。在各种教育与心理学的权威学术期刊上发表论文二十余篇。作为湖北省高校中首批独立开设生涯发展辅导课程的教师，近十年来在省内各高校以生涯规划为题举办各种讲座七十余场，受到学生的普遍欢迎；在长期的个别辅导工作中积累了上千名个案的经验，生涯规划方面的个案在其中大约占了三分之一。

现任全国大学生心理健康教育与心理咨询学会第四届专业委员会委员，湖北省青少年心理健康教育中心专家委员会委员，湖北省心理健康教育与咨询研究会常务理事。

序

人生需要积累，职业能力和智慧也需要沉淀。

对于个人来说，最难的莫过于认识自己，其实，认识外部的世界特别是职业世界也非常难。我们有一个误区：认为人们都能很容易地认识外部的世界，事实并非如此。正是因为对于职业世界缺乏必要的了解，不懂得怎样去规划自己的未来，在我们身边的许多人才会遭遇高考填报志愿时的盲目、大学时代的茫然和毕业求职时的无奈。于是，社会上便出现了用人单位感叹找不到需要的人才，求职者则苦于找不到工作的奇怪现象。

我常常回想，大学四年应该是奠定人生职业化框架的四年。这四年：精力最充沛，思想最活跃，学习最专心。这样宝贵的青春年华，如果没有很好地把握，仅仅只是学习一点英语、计算机知识，培养一种多元化的思维方式，那为什么不采用通才教育的模式？既然是专业化教育，就是需要通过专业学习，掌握一技之长，为社会服务。现在，高校为了提高就业率，主张降低专业性，加强知识的基础性和宽度，以提升就业的适应性。恰恰是这种万金油式的大学生，什么都懂一点，什么都动不了手，不能独挡一面，才使得用人单位发愁：招来的大学生不好用，与实际有太大的差距，需要多年的继续培养和教育，最终降低了招聘单位用人的积极性。

杨一平老师长期从事大学生职业辅导工作，对大学生在职业规划方面存在的问题有较为清楚的了解和认识，深知了解职业世界对奠定大学生人生职业化框架的重要性。为了不耽误大学生宝贵的学习时间，又为大学生未来就业开辟一扇窗户，杨老师带领自己的学生，深入到职业一线，通过个别访谈的方式了解职场中在岗人员的亲身经历和感受，在书中向读者展示了一个真实的职业世界。

为了使大学生能对种类繁多的职业有更清楚更直观的了解，杨老师运用霍兰德（J. L. Holland）的职业类型理论对所访谈的职业进行了分类介绍，不仅为读者认识职业世界提供了一个清晰的框架，同时也为读者提供了一个了解自己职业倾向性的新视角。此外，作者还将职业选择的原则和方法融入到本书对职业的介绍与分析之中，从职业规划的角度引导读者更加深入地思考“我在哪里”，“我要去哪里”，“如何才能”等基本问题，为大家早日找到自己的职业目标与生活理想提供相应的帮助。

我从事职业生涯管理的研究很早，也一直在大学生就业指导、职业规划方向开展学术研究，但由于时间和精力有限，没有能够长期在职业辅导第一线进行实践活动，更没有像杨老师这样身体力行，为大学生就业奔走。的确，大学生的就业问题，既需要理论工作者开展科学的研究，更需要有一些专家学者将已有的研究成果和规律进行转化，服务于国家和社会。

有感于此，愿意为此书作序。相信此书能够为那些为职业发展规划烦恼所困的同学、深感就业困惑的人士解忧、释愁。

龙立荣

于华中科技大学管理学院

目 录

序	/ I
忠告	
——怎样使用这本书	/ 1
写在前面	
——为什么要寻找“对的”职业	/ 5
职场面对面 喜欢种苹果的人可以干什么	
——现实型职业人士谈他们的工作	/ 11
现实型职业之一 结构设计师	/ 13
现实型职业之二 电子工程师	/ 16
现实型职业之三 软件工程师	/ 20
现实型职业之四 土建工程师	/ 23
现实型职业之五 质量工程师	/ 25
现实型职业之六 妇产科医生	/ 28
职业指南	
——有关现实型的问与答	/ 35
新职业链接：动车组机械师	/ 40
小小训练营：我与现实型	/ 41
职场面对面 喜欢分析苹果的人可以干什么	
——研究型职业人士谈他们的工作	/ 43
研究型职业之一 天文学家	/ 45
研究型职业之二 游戏研究员	/ 49
研究型职业之三 心理学家	/ 52
研究型职业之四 嵌入式系统架构师	/ 57

研究型职业之五 高校教师	/60
职业指南	
——和研究型有关的问与答	/67
新职业链接：可程序控制系统设计师	/71
小小训练营：我与研究型	/73
职场面对面 喜欢画苹果的人可以干什么	
——艺术型职业人士谈他们的工作	/75
艺术型职业之一 景观设计师	/77
艺术型职业之二 室内装修设计师	/81
艺术型职业之三 水彩画家	/84
艺术型职业之四 包装设计师	/87
艺术型职业之五 服装设计师	/92
职业指南	
——和艺术型有关的问与答	/97
新职业链接：会展设计师	/101
小小训练营：我与艺术型	/103
职场面对面 喜欢教别人种苹果的人可以干什么	
——社会型职业人士谈他们的工作	/105
社会型职业之一 电视台记者	/107
社会型职业之二 职业规划师	/110
社会型职业之三 社区医生	/113
社会型职业之四 企业员工支持	/116
社会型职业之五 技术培训工程师	/118
社会型职业之六 刑警	/121
社会型职业之七 律师	/125
职业指南	
——和社会型有关的问与答	/131
新职业链接：劳动关系协调员	/137
小小训练营：我与社会型	/138

职场面对面 喜欢指挥别人种苹果的人可以干什么	
——管理型职业人士谈他们的工作	/139
管理型职业之一 私立学校校长	/141
管理型职业之二 汽车零配件公司总经理	/145
管理型职业之三 人力资源经理	/148
管理型职业之四 酒店财务总监	/150
管理型职业之五 银行业务部经理	/156
管理型职业之六 政府招待所前台经理	/159
职业指南	
——和管理型有关的问与答	/167
新职业链接：客户服务管理师	/172
小小训练营：我与管理型	/174
职场面对面 喜欢统计苹果产销量的人可以干什么	
——常规型职业人士谈他们的工作	/175
常规型职业之一 电力运行工程师	/177
常规型职业之二 机场运行指挥员	/180
常规型职业之三 产品行销工程师	/183
常规型职业之四 资料开发工程师	/186
常规型职业之五 总裁秘书	/188
常规型职业之六 工业企业主管会计	/190
职业指南	
——和常规型有关的问与答	/195
新职业链接：集成电路测试员	/200
小小训练营：我与常规型	/201
结语	
——怎样找到“对的”职业	/203
后记	/207

忠 告

——怎样使用这本书

在找工作或准备找工作时，我们可能会经历：

犹豫——

在大学里学习对外汉语专业的小 C 能歌善舞，特别有小孩缘，她的理想是当一名幼儿园的老师，可是身边的同学都认为读了大学再去当幼儿园的老师实在太亏了，与其这样，当初为什么不去读幼师呢？小 C 犹豫了，自己将来到底应该做自己喜欢的工作还是做别人心目中的“好工作”呢？

茫然——

小 A 是一位酷爱读书的文科女生，大学毕业后她在一家外省的图书馆找到一份工作，但兴冲冲前往的她却在半年以后失望而归。“我原以为在图书馆工作就可以尽情地看书，哪晓得天天要和读者打交道，成天都在打理借书还书的琐事，这不是我想要的生活。”现在困扰她的问题是：怎样才能找到一份能让自己有更多时间读书的职业呢？

困惑——

学计算机专业的小 B 大学毕业后去社会上闯荡了两年，为了下一阶段的发展他选择了考研。可是当他如愿以偿地考上本专业的硕士研究生之后，他发现其实自己真正喜欢的是做管理，而不是做技术，现在应该何去何从呢？他困惑了……

……

正是为了帮助许许多多像小 A 小 B 小 C 那样为职业选择而烦恼的读者，我们写了这本小书。

本书的内容可分为三个部分：

- 一、为什么要寻找“对的”职业；
- 二、走进职场体验“对的”职业；
- 三、我们怎样找到“对的”职业。

在第一部分你会看到——

在现代社会中，人们选择职业就是在选择自己的生活方式，我们要找到理想的职业，必须先了解自己并认识职业，其中所提供的与苹果有关的小测试将成为你游览职业世界的指南针。

在第二部分你会看到——

职业世界好比一片森林，每一份工作就象一棵大树。人们通常所看到的是它露出地面的树干与树冠——工作对象、工作场所、工作伙伴、工作手段、工作报酬等，我们称它为“外职业生涯”；但真正为这棵树提供水分和营养的却是深埋在地下的根系——从事这份工作所需的知识、技能、经验和人格特质，我们把它叫做“内职业生涯”。

人们常说，“栽什么树苗结什么果，撒什么种子开什么花”，找工作也是如此。我们不仅要了解自己是什么样的树根，还要了解这样的根能长出什么样的树。这里所说的树根主要指我们每个人的天赋与才能，树则是指能让我们的天赋与才能得到充分展现的职业平台。

书中的几十位“职场贵人”会用自己的亲身经历告诉你，一位学机械制造的女生怎样成为一名私立学校的校长，一位来自农村的少年怎样成为一名心理学家，一位 IT 专业的大学毕业生又是怎样成为一位嵌入式系统架构师的……这些故事告诉我们，每个人都有自己独特的天赋与才能，但这些独特的天赋与才能只有找到合适的平台才可以最大限度地发挥作用，而如何寻找这个平台则是需要很高智慧的。

如果你能够正确使用这本书，你就会变得更有智慧。

在这一部分中你还会看到：

我们所选择的职业会在很大程度上影响着我们的生活方式，因为我们上班时做什么，和谁一起做，用什么方式做，付出什么，获得什么，开不开心，是否自信等都是由我们的工作来决定的；

“人以群分”的说法真的是很有道理，你会发现书中有些人与你极为相似，他们正在做的工作对你也很有吸引力，你甚至会感到自己非常渴

望能够早日成为他们中的一员；

职场是一个多姿多彩、充满生机与变化的大千世界，这里有许多非常吸引人的职业，但每一种职业对求职者的要求都是不一样的，有些天赋和才能只能在特定的职业中派上用场，从事不适合自己的职业好比穿着一双夹脚的鞋走远路，其间的痛苦只能由你自己去承受；

要找到适合自己的工作首先要了解工作，而了解它们最可靠最直接的途径就是“试穿”——进入到真实的职业环境中去感受和体验（一件衣服合不合身，只有穿在自己身上才知道），或者像我们一样，主动与这一份职业的从业者谈论他们的工作与生活；

每一份职业都有自己的进入管道，我们要想实现自己的职业目标就要善于搭建起通往它的职业阶梯；

在本书的第三部分你会看到——

其实专业并不能妨碍你选择自己心仪的职业，无论你学什么专业，只要对职业世界、对自己有足够的了解，你都可以在该领域中找到适合自己的工作。在这方面，霍兰德职业六边形可以为你提供很好的参照框架；

早起的鸟儿有虫吃，职业规划亦早不亦晚，当我们面对的某些条件发生变化时可以对职业规划进行相应的调整，但这种调整是主动做出的改变而不是被迫无奈的逃离；

.....

具体操作：

用心阅读书中的所有内容——

认真完成**“为什么要寻找‘对的’职业”**中关于与苹果有关的小测试，从所列出的六种职业中找出你最想从事的职业；

在阅读**“走进职场体验‘对的’职业”**这部分时，一定要记得在你认为重要的文字下面画线，读完介绍每一种职业类型的相关内容之后在“小小训练营”中写下你自己的答案。读完全部内容之后，再将六个“小小训练营”中所有画线的部分放在一起进行比较，看看它们让你发现了什么。

如果此时你在职业选择方面还有困惑，本书第三部分——**“我们怎样找到‘对的’职业”**中的内容可以为你做出进一步的解答。

写在前面

——为什么要寻找“对的”职业

“当一个人能以自身原本的面目去生活的时候，生命自身的完成就是一种至深的乐趣。”

——金树人

职业是什么？它与我们每个人的关系是什么？用传统的观点看，过去人们工作的目的只不过是为了养家糊口——那时的职业对我们而言只是一种谋生的手段。但在现代社会中，人们却赋予了职业更多的含义——我们常常会用职业来描述自己日常的生活状态，如“SOHO”一族、“IT人”、“职业经理人”等等。随着社会的不断发展，我们的工作方式正在对我们的生活方式产生越来越多的影响；当职业的内涵更多的融入我们的生活之后，它对我们的意义便从“安身”上升到“立命”。英语中的 Vocation 一词来自拉丁文，原义为“生命的呼唤”，在辞典中解释为：职业、天职、使命。

“安身”与“立命”的区别究竟是什么？李开复先生用自己的亲身经历对其做了很好的诠释。“我刚进入大学时，想从事法律或政治工作。一年多后我才发现自己对它没有兴趣，学习成绩也只在中游。但我爱上了计算机，每天疯狂地编程，很快就引起了老师、同学的重视。终于，大二的一天，我做了一个重大的决定：放弃此前一年多在全美前三名的哥伦比亚大学法律系已经修成的学分，转入哥伦比亚大学默默无闻的计算机系。”

“我告诉自己，人生只有一次，不应浪费在没有快乐、没有成就感的领域。当时也有朋友对我说，改变专业会付出很多代价，但我对他们说，做一个没有激情的工作将付出更大的代价。那一天，我心花怒放、精神振奋，我对自己承诺，大学后三年每一门功课都要拿 A。若不是那天的决定，今天我就不会拥有在计算机领域所取得的成就，而我很可能只是在美国某个小镇上做一个既不成功又不快乐的律师。”

如果一个人已经找到了自己的使命，他在遭遇职场困境时会怎样

做？美国苹果电脑公司创始人史蒂夫·乔布斯曾经向斯坦福大学的学生讲述过自己 30 岁时的一段经历。虽然他在 20 岁时就和朋友一起创立了自己的苹果电脑公司，但在他 30 岁时却因为与其他管理者意见不合，被自己所创办的公司解雇了。突然失去生活重心的史蒂夫·乔布斯变得不知所措，甚至一度想到要从硅谷逃跑。幸好有一样东西一直在支撑着他，那就是他发现自己仍然深爱着自己的事业。于是，他决定从头再来，在接下来的五年里，他又创建了两家公司——Next 和 Pixar。非常具有戏剧性的是苹果公司后来收购了 Next，乔布斯不仅重新回到了苹果公司，而他们在 Next 所开发的技术则成为苹果公司得以复兴的关键。

在讲完这段经历之后，史蒂夫·乔布斯给大学生们的忠告是：“有时生活用砖敲打你的头部，但是不要失去信心。你深爱着你所做的事情是使你不断前进的唯一理由。……你的工作将填满你生活中的一大部分时间，唯一令你真正感到满足的方法是从事你认为伟大的事业。”

既然在我们的一生中有 70000 到 80000 小时要用于工作，我们用什么来填充自己生命中的这一特定空间，便在很大程度上决定着我们将拥有一个什么样的人生。与花费数小时规划一周的长假应当如何度过相比，静下心来仔细想想自己这一生打算怎样度过，显然更为重要。

在当前这个飞速发展的社会中，人们已经很难找到一份可以“托付终生”的职业；“辞职”、“跳槽”、“下岗”正在成为我们每个人在职业生涯中必须面对的课题。与此同时，许多新兴职业正在不断被人们创造出来，我们在找工作时，也常常会面对一些陌生的职业而感到不知所措。生活在这个充满变化的时代，我们希望自己成为弄潮儿还是落水者？

李开复和乔布斯用他们的亲身经历告诉我们，在挑战与机遇并存的社会中，只有掌握选择的主动权才能顺势而上，成就人生；如果被动地等待外界的选择则只能随波逐流，虚度此生。如果你对这个问题已经有了自己的答案，那么是采取行动的时候了。

提到职业选择，有三个问题是我们必须要回答的：我在哪里？我要去哪里？如何才能？如果要回答这三个问题，我们就必须做三件事：知己、知彼、做出决策。显而易见，在我们必须做的这三件事中，知己知彼是做决策的基础。关于如何认识自己，已经有很多书籍对此进行过非

常详尽的介绍，但在如何认识职业方面，却很少有人提及。这也难怪，现代社会中的各种新兴职业正在不断涌现，一些过时的职业也在逐渐消失，这也使得系统地向人们介绍各种职业变成了一件非常困难的事情。

面对不断变化的职业世界，我们如何才能用最少的时间为自己找到理想的职业？美国的职业心理学家霍兰德（JONE.L.HOLLAND）先生可以为我们提供很好的帮助，他早在几十年前就为我们认识职业构建了一个很好的框架。

为了找出影响人们选择职业的主要因素，霍兰德在对收集到的大量第一手资料进行认真分析、并对大量相关的研究文献进行深入思考的基础上创建了自己的职业人格分类模型，形成了独特的类型学理论。现在他的这种理论已经越来越多地被应用到职业指导的活动中，为越来越多的人找到适合自己的职业提供着最便捷最有效的帮助。

为了更好地理解霍兰德的理论，我们不妨先做一个小测试：

在下面列出的与苹果有关的职业中，你对哪一种职业更感兴趣？

- 种植苹果
- 分析研究苹果
- 拍摄苹果
- 讲授关于苹果的知识
- 管理生产苹果产品的企业
- 统计苹果的产量和销售情况

你从这 6 种职业中找到自己希望从事的职业了吗？这个答案说明了什么？

霍兰德根据实际生活中个体的人格特征与职业相匹配的情况把人们分为 6 种类型：现实型、研究型、艺术型、社会型、管理型和常规型；与此相对应的是，他认为世上的职业也可以大致分为这六种类型。这六种职业类型与我们在前面提到的六种职业是一一对应的：种植苹果对应现实型职业、分析研究苹果对应研究型职业、拍摄苹果对应艺术型职业、讲授关于苹果的知识对应社会型职业、管理生产苹果产品的企业对应管理型职业，而统计苹果的产销情况的则对应常规型职业。

你最感兴趣的职业属于哪个类型？这种喜好可以作为你选择职业的依据吗？让我们看看霍兰德先生是怎么说的吧。

霍兰德认为个体的人格特征与职业选择之间存在这样的关系：

1) 大多数人的性格特质可以归纳为 6 种类型：现实型、研究型、艺术型、社会型、管理型和常规型；

2) 我们的工作环境也可以分为 6 种类型，其名称及性质与人格类型的分类一致；

3) 人们在择业时都倾向于寻找那些能够运用自己的技术、体现自己的价值和能在其中获得内心快乐的职业；

4) 职业成就、稳定性和满意度植根于人格类型与工作性质的匹配程度。（Holland,1997）

霍兰德的理论从实践中来，又在受到实践的检验后得以广泛应用。所以，当今社会上许多常用的职业测评工具都与霍兰德的职业人格类型有关。具体而言，我们每一个人属于哪一种人格类型，可以通过职业测评得出一个具有一定参考价值的结果。但我们最适合从事哪一些职业，却不是仅凭职业测评结果就可以做出最佳选择的。这在一定程度上还取决于我们对各种职业的了解到底有多少。

既然我们的职业在某种程度上决定着我们的生活方式，那么不同的职业是怎样影响我们的生活方式的？

霍兰德先生的研究成果告诉我们，职业成功的标准可以分解为客观成功（外界评价）和主观成功（内心体验）这两个维度，客观成功和主观成功的一致性越高，职业所带给我们的幸福也会越多。什么样的职业可以让我们在获得客观成功的同时也能获得更大的主观成功？我们为得到自己最想要的成功必须付出哪些代价？我们可不可以通过对这些“得”与“失”的权衡找到一个最佳的选择？我们可以通过哪些途径实现这些选择？

为了找到正确的答案，我们特地走访了 60 位职场人士，面对面地向他们虚心请教，真诚地恭请他们为我们指点迷津。我们所采访的对象正在从事的职业各不相同，其中有工程师、艺术家，有科学家，有医生、教师，也有会计、律师，还有企业员工支持人员和技术培训工程师……在本书中，这些职业导师会用自己的亲身经历告诉你，他们的工作对象是什么，与什么人一起共事，工作为他们带来的快乐是什么，烦恼是什么，有哪些报酬，这种工作对他们的生活产生了哪些影响……他们还会告诉你，如果想要做好这份工作，需要什么素质和能力，以及怎样才能