

青年职业规划

赵 效 编著

经济管理出版社

前言

所有的青年都希望自己有一个美好的人生，可是不同的职业决定着不同的人生。全球范围的新技术革命为我们带来了崭新的人生职业前景，良机可能会降临到每一个人的头上，但只有那些内心充满渴望并善于规划职业生涯的青年，才能获得职业成功！

古今中外，大凡事业上的成功者，无一不是规划职业生涯的能手。他们善于设计自己的生活，规范自己的职业行为，规划自己的职业生涯。所以对于刚走向社会的青年来说，做好职业生涯规划是取得成功的前提。如何进行职业生涯规划呢？本书从三个方面教给你所需要的知识、方法和技巧。

首先，要认识自己，剖析自己，肯定自己。古人说：“知己知彼，百战不殆”。你连自己都不认识，又怎么能明确自己和外部世界的关系？所以，青年人要做好自己人生的规划和设计，必须通过科学的测验方法，认识自己的性格、兴趣、智力和职业价值观，确立自己在事业中所处的地位、作用以及评价自己行为的社会意义，这是你走向成功的开始。

其次，要有理想，有志向，有目标。理想是人生的引火棒，青年人有了理想，才会有志向，有目标。为了帮助你设定和选好自己的职业生涯目标，本书对国内外超级企业招聘人才和寻找目标的方法作了介绍，你可以在自我认识的基础上，确定你的恰当的目标。这是你获得成功的前提。

再次，要积极，有行动，有策略。在职业生涯中，每个人都要去求职、应聘、工作、升迁、辞职、跳槽等等；都会与同事、上司、老板、客户等发生关系。如何处理和把握好这些事情呢？本书给了你有关的本领、方法与技巧，这是职业成功的关键。

有些青年为什么找不到工作？或者找到工作时间不长又被辞了？或者干一行厌一行？问题就在于你不善于规划职业生涯，或者没有认识自己，或者还没有志向和目标，或者还没有掌握相关的本领、方法与技巧，这怎么能取得成功呢？本书的内容通俗翔实，所讲的方法和技巧容易掌握，并以大量的事例贯穿全书，是一部新世纪青年进行职业生涯规划的指南。你不妨静下心来读一读，一定会有收获的。

今天正处在一个伟大的时代，这个时代要求青年人要有所作为，而且也为你们创造了成功的环境。但最终能否有所作为，关键还在于你自己，在于你的不懈地奋斗！如果你做到了，就一定会成功的！

目 录

前 言	错误！未定义书签。
第一章 自我评价	6
我是什么性格？	6
何为性格	6
性格测验	6
性格类型	12
性格与职业	13
实例：性格决定命运	13
我的兴趣在哪里？	14
什么是兴趣	14
兴趣测验	15
我的兴趣是什么？	18
兴趣与职业	19
实例：兴趣创造了天才	20
我的智力如何？	21
智力是各种能力倾向的综合体	21
智力测验	22
实例：特长就是能力	29
我的职业价值观是什么？	30
何为职业价值观？	30
职业价值观测验	31
实例：价值观是可以改变的	34
第二章 职业选择	35
职业基础知识	35
职业与职业生涯	35
职业选择的影响因素与原则	36
实例：成功要归功他青年时代的选择	38
确定人生目标	39
有目标才会成功	39
怎样选择目标	40
实例：向着目标努力	41
哪个让你心动？	42
新世纪的热门职业	42
你想进入超级公司吗？	47
实例：该出手时才出手	50
女性与职业	51
女性的职业优势	51
女性要正确认识热门职业	52
实例：漂亮能就业优先吗？	55
第三章 谋职策略	56
求职艺术	56
求职信中显风流	56

个人简历展才华.....	58
实例：个人简历.....	59
面试前准备	61
面试资料准备.....	61
出发前的准备.....	72
实例：一次面试失败的教训.....	72
面试形式	73
一问一答式	73
行为面试式	76
小组讨论式	76
案例分析式	78
实例：面试要胆大心细.....	79
实战技巧	80
谨慎举止行为.....	80
掌握面试程序.....	81
恰到好处表现自己.....	81
实例：诚实使他通过了面试.....	82
第四章 职业之路	83
自我激励	83
主动积极地工作.....	83
认真负责地工作.....	83
高效率的节奏.....	84
实例：需要一些冷静.....	85
与同事相处	85
成为团队的优秀成员.....	85
与别人相处的关键.....	86
注意负面的言行.....	87
受人尊重，人皆有此愿.....	88
实例：活泼开朗的人进公司后陷入孤独.....	88
与主管合作	89
主管的工作风格.....	89
表现出勤奋与忠诚.....	90
与主管建立开放的沟通渠道.....	90
不要负面回应批评.....	91
实例：抱怨上司不如反省自己.....	91
与客户建立关系	92
主动周到的服务.....	92
尊重与倾听	92
换位思考与理解.....	93
实例：一个教训.....	93
积极适应社会	94
学会模仿	94
从小事做起	95
在实践中不断完善自己的个性.....	95

实例：聪明不一定能成功.....	97
第五章 走向成功	98
好事多磨	98
勇于承认错误.....	98
辞职也有学问.....	99
轻轻地我走了.....	100
保守商业秘密.....	101
实例：辞职风波.....	102
失败之后	103
失败可做踏脚石.....	103
失业是创业的开始.....	103
永不退缩	104
实例：他终于赢得了全局.....	104
在实践中进行自我斗争.....	105
激发自己潜在的才能.....	105
把握自己的命运.....	106
实例：永远不会为时太晚.....	107
走向成功	108
创业必须创新.....	108
你能成为一个成功者吗？	109
今天的成功者怎样看明天.....	110
实例：永不停歇地追求理想的人.....	110

第一章 自我评价

当今，我们正处在一个崇尚和呼唤个性自由的时代。每个人的触角不仅要敏感地碰触和感受着这个世界，而且要认识世界，了解社会；与此同时，还要剖析自己，肯定自己；明确自己和外部世界的关系，确立自己在事业中所处的地位、作用以及评价自己行为的社会意义。尤其对一个开始职业生涯的人来说，你想成功，就要首先对自己有个比较符合实际情况的评价。这是你走向成功的开始。

自我认识的过程是个复杂的过程，了解自我更为困难。但是，专家学者在研究社会活动的实践中，为我们设计了认识和了解自我的科学测验方法。本章首先介绍性格、兴趣、智力、职业价值观测试方法。

我是什么性格？

一个人无论做出多少件事来，我们都可以在里面认出同样的性格。

——爱默生（美国）

何为性格

性格这个字眼在日常生活中出现的频率非常高，每个人都有各自的性格，千差万别。因此，要在心理学上给它下定义是很困难的。性格研究的权威奥尔波说过，性格的定义几乎同下定义的学者人数一样多。

性格是人比较固定的、持续的行为方式倾向。比如，内向型的人的性格大致是：缄口少言，缺乏社交能力，神经质等；而外向型的人，其行为则恰恰相反。

如果将本书的性格测验搁置一、二个月再回头检查复核一下所有问题，你会发现对每个问题的回答，虽然在很多地方与以前的回答有点偏差，但是，从总体来说，检查结果同前面基本还是吻合的。

性格并不是因习惯、环境等影响而随便改变的，如果是这样，那么性格测验就失去了作用，职业适应性的判断也将是无稽之谈了。因此，必须承认性格在某种程度上的恒常性，即不变的或很难发生变化的。这种恒常性通过检查结果和事例研究是能够得到证明的，然而，这些方法同时又证明性格是变化的和能够改变的。

比如一个人在单位里，如果地位和责任改变了，其态度、行为和人际关系也会跟着发生变化。如果仍象一般职员那样，那是不能担当起部长或科长的职务的。但是，这种变化并不是靠最近流行的性格改造法在瞬间完成的。这种改变决不是性格的根本改变，性格中最核心的部分是改变不了的。英国的约·莫利说过：“人是无法超脱自己性格的。”

性格测验

通常情况下，每个人在与别人认识和交往中，都会提出一个疑问：这个人有什么性格？

可是，你问过自己“我的性格如何”吗？恐怕连你自己也不知道答案。下边的测验可能会告诉你，你的性格到底怎样。

回答方法

读完 1—50 问题，认为“所言极是”者，画“ ”；认为“全非如此”者，画“×”；“不置可否”者，画“ ”。将它们填入右边栏内的方格。

计分方法

“ ”为 2 分，“ ”为 1 分，“×”做 0 分计算。分别纵向计算 I—V 的得分，记入得分栏中。再把 I—V 的得分合计起来，即得到总分。

性格测验——行动型

问：你对自己的看法如何？

1. 性格开朗、喜欢聊天
2. 能够马上融入新的环境
3. 经常同朋友产生借贷关系
4. 与其事先考虑能否成功，倒不如先干着看
5. 工作时在要点上得到指示就足够了
6. 发生事故不惊慌，能想办法摆脱困境
7. 不重视外表，更重视内在
8. 闲暇时，喜欢和大家一块嬉戏打闹
9. 和谁都能轻松交往
10. 与其制订计划，不如付诸实干
11. 行动时先动身后动脑
12. 别人认为自己为他人服务的精神旺盛
13. 房间的门一般敞开着
14. 认为处世要“先发制人”
15. 能同时做两件事情
16. 听别人说话，脑子里会不断涌出新主意
17. 如果害怕失败便什么也不做
18. 和朋友谈话时旁若无人
19. 认为人生需要互相提携
20. 认为“人生靠运气决定”是无稽之谈
21. 有诸多该做的事时，不知该从何处着手
22. 对别人的请求不予拒绝
23. 心里存不住话，不吐不快
24. 吃东西先从好吃的开始吃
25. 能边说话边做总结归纳
26. 马上可以领会新工作的要领
27. 必需的东西大多能用钱买到
28. 认为“朋友的朋友即是我的朋友”
29. 经常帮人出主意
30. 喜欢忙
31. 空闲时不知如何打发时间
32. 别人认为自己会照料别人
33. 写信不打草稿
34. 学问如果对实际生活无补就毫无意义
35. 比起旅行社集体旅游，更想单独成行
36. 知道行不通时，马上改变方法
37. 首先从十拿九稳的事情干起
38. 看到别人干错事马上提醒他
39. 对社会上发生的事非常关心
40. 喜欢冲锋在前、大刀阔斧地干事，但对处理善后事宜却不擅长
41. 别人认为自己可爱

I	II	III	IV	V

- 42. 说话时注意对方的态度，随时调整自己的语气、态度等
- 43. 看到电视中精彩的体育节目，会情不自禁地拍手叫好
- 44. 过路口时，红灯亮却没车来时就穿过去
- 45. 认真听取他人的劝告
- 46. 很有灵性
- 47. 自杀者即使有理由也是傻瓜
- 48. 很受孩子们欢迎
- 49. 常常受到老人们的善意相待
- 50. 人生充满惊险才有趣

得分：

行动型人的性格特征，是以活动性 I、协调性、开放性、现实性、柔软性为主轴而构成的。行动型等于外向性。总分在 70 分以上者即外向性，总分在 40 分以下者就是内向性，41—69 分者可视为倾向不明；——纵向统计得分高的，则是外向性人的主要性格特征。这是区分外向性和内向性的迄今为止最常用的性格测试方法。接受测试的人，全都分属于其中之一。然而，现实生活中并非完全如此。有的人同时带有外向性和内向性的特征，相反，有的人则很难说清与哪种类型有缘。

行动型的人群中，乐天派、开朗的人占多数。他们在为人处世上灵活多变，八面玲珑；而另一面，他们也做事马虎、松散、有始无终、容易急躁。因此，在这个测试中，取得 70 分以上，属于行动型的人。如果能在下个测试中也取得高分，那就是同时属于“思考型”者，能将二者的优点兼而有之，那他就是“如虎添翼”，他的性格可以说是完美了。可以这么说，行动型的人的优点的反面还有其令人不快的东西，思考型的人的长处可以消除它；而思考型背后隐藏的缺陷，可以由行动型的爽快去消除。如果两方面的得分都低，情况则正好相反。

性格测验——思考型

问：你是怎样看待自己的？

1. 有些东西对实际生活尽管不起直接作用，但又是必要的，所以想学习
2. 别人求助时如不方便就断然拒绝
3. 认真考虑，然后才行动、说话
4. 总是把表对得很准
5. 生活态度是“三思而后行”
6. 性情总是波澜不惊地平稳
7. 收到信件、包裹马上就回函
8. 做事时先确认不会失败后才开始行动
9. 做事时先考虑轻重缓急
10. 对他人的事情尽量不插嘴
11. 工作先安排好顺序，所以忙而不乱
12. 综合自己的想法后再说话
13. 几乎从不丢失携带的物品或失手打碎东西
14. 笔记中的字的大小形状始终不变
15. 别人说你面无表情
16. 不受一时的气氛所左右
17. 一经决定便尽量遵守
18. 写重要的信件或文章时必打草稿
19. 从不因一时冲动而买东西

I	II	III	IV	V

20. 买食物首先注重营养平衡
21. 没事不打电话
22. 将筒状牙膏从下向上工整地卷着用
23. 尊重每个朋友的个性，决不勉强
24. 虽然情绪有些不好，但仍把分配的工作做完
25. 人生有许多东西不能用金钱买到
26. 决不泄露朋友的秘密，背叛朋友的信任
27. 借东西到期一定归还
28. 怕出麻烦，门窗一般都关闭着
29. 打电话之前先考虑好说话的先后顺序
30. 彻底寻找失败的原因
31. 高效率地记笔记，有自己的一套方法
32. 亲自充分调查入学学校和就业单位
33. 得到详尽说明后，才开始工作
34. 即使别人打破了规律自己也不随波逐流
35. 在人生中比起才能来，气质更重要
36. 做事时很少冲动更善于善后处理
37. 不管多么急也不加塞儿
38. 经常发现报上的校对错误
39. 外出旅行时先准备好洗手毛巾
40. 闲暇时喜欢猜谜、读书等活动
41. 出了麻烦尽可能不去找人商量，独自一人思考
42. 做事有条理，一切按计划行事
43. 把书信重复看几遍才放下心来
44. 不干完手头的事不接新的工作
45. 做事时有人过来说话也不受干扰
46. 即使不拿手的事情也不退避三舍，总想试试看
47. 身体健康是因为生活有规律
48. 愿意细心地做同样的工作
49. 晚上制订好第二天的计划才入睡
50. 做不做暂且不谈，总是愿意先订计划

得分：

思考型人的性格特征，是以伦理性、计划性、缜密性、规律性、安定性 5 项做为主轴的。如果能在这个测验中取得高分，那就是属于思考型人。——纵向统计得分高的，则是思考型人的主要性格特征。一般说来，思考型的人严谨，有计划，求稳妥，严守信誉和规则。专心致志、持之以恒是思考型的长处。但是，这种人处事犹豫不决，行动迟缓。他们的想法同信奉现实优先主义的行动型相对立，由于墨守陈规，很难同现实妥协。所以，往往是纸上谈兵，见不到行动型所具有的那种“决断力和实际行动”的精神。他们在处理人事关系时，也没有行动型的那种爽快、平易的情感。他们没有行动型的洒脱劲儿，从面部表情上根本体察不出他们的内心活动。

性格类型

人的性格各不相同，瑞士一位心理学家曾对人的性格类型进行了多年研究，并把人在生活中与人交往中的性格特点分为四类。他发现，相同类型性格的人更容易相互交往。了解自己的性格属于哪种类型，可以在生活和工作中扬长避短，有助于改善人际关系，使生活更加愉快。当然，一个人可能同时具有两种或两种以上性格类型特点，但他所具有的主要特征，则代表其类型。这四种性格类型及其特点是：

感情型

这类人感情丰富，喜怒哀乐溢于言表。别人很容易了解其经历和困难，不喜欢单调的生活，容易激动和感情用事。讲话、写信热情洋溢。在生活中喜欢鲜明的色彩，对新事物很有兴趣。在与他人交往中，容易冲动，有时易反复无常，傲慢无礼，所以与其他类型人有时不易相处。这类人占 25%，在演员、活动家和护理人员中较多。

敏感型

这类人精神饱满，好动不好静，办事爱速战速决，但是行为常有盲目性。与人交往中，往往会拿出全部热情，但受挫折时又容易消沉失望。这类人最多，约占 40%，在运动员、行政人员和各种职业的人中均有。

思考型。

这类人善于思考，逻辑思维发达，有较成熟的观点，一切以事实为依据，一经做出决定，能够持之以恒。生活、工作有规律，爱整洁，时间观念强。但这类人有时思想僵化、教条，纠缠细节，缺乏灵活性。这类人约占 25%，在工程师、教师、财务人员和数据处理人员中较多。

想象型。

这类人想象力丰富，爱憧憬未来，喜欢思考问题，在生活中不太注重小节。对那些不能立即了解其想法价值的人往往对其很不耐烦。这类人有时行为刻板，难以相处，不易合群。这类人不多，大约只占 10%，在科学家、发明家、研究人员、艺术家、作家中较多。

下面的问题可以帮助你判断自己的性格属于哪一类型。每个问题中有四格，在最符合你的情况的那一格中填入 4，其次填 3，再次填 2，最不符合的那一格填 1。

(1) 我给别人留下的深刻印象可能是：

- A. 经验丰富 B. 热情
 C. 有教养 D. 知识丰富

(2) 当我按计划工作时，我希望这个计划：

- A. 取得预期效果，不要浪费时间精力 B. 有趣，并能和有关人一起进行
 C. 计划性强 D. 能产生有价值的新成果

(3) 我的时间很宝贵，所以总是首先确定其他的事情：

- A. 有无价值 B. 能否使别人感到有趣
 C. 是否安排得当，按计划进行 D. 是否考虑好了下一步计划

(4) 对我来说，最满意的情况是：

- A. 比原计划做得多 B. 对别人有帮助；
 C. 通过思考解决了一个问题 D. 把一个想法和另一个想法联系起来

(5) 我喜欢列入把我看成是一个：

- A. 能完成工作任务的人 B. 充满热情和活力的人
 C. 办事胸有成竹的人 D. 有远见卓识的人

(6) 当别人对我无礼时，我往往：

- A. 立即表现出不快 B. 心情不快，但能很快消除

□ C . 谴责对方

□ D . 原谅对方

填好以后，把六个问题中 A、B、C、D 四项的分数分别相加，得出四个总分数。分数最高的一项，就是你的性格的基本类型，即 A 为敏感型、B 为感情型、C 为思考型、D 为想象型。

性格与职业

如果你已经历过学习专业的选择或工作类型的选择，你可以回忆一下当你上自己喜欢上的课的感觉；回忆一下当你上自己不喜欢的课的感觉；或者回忆一下当你还干着自己不喜欢干，而又不得不干的工作时的感觉和工作效率；回忆一下当你正在干一项自己喜欢、热爱的工作时的心情和效率。它们是截然不同的！

性格是一个人对客观现实的稳定态度和与之相适应的习惯化了的行为方式。性格不仅影响人们的生活态度和行为方式，而且影响人们对职业的选择。一个人在对待生活的态度上是乐观进取，还是悲观失意；在人际交往上是热情、友善、谦虚，还是冷漠、无情、傲慢；遇到危险时是临危不惧，还是望而却步、临阵逃脱，等等，能够反映出一个人的性格。人的性格是千差万别的，但是区别一个人与他人的主要之处，是性格中最核心的部分。

人的性格特征，表现在生活的各个方面。

首先，表现在精神状态和情绪控制方面。有的人经常处于蓬勃朝气、乐观向上的精神状态；有的人抑郁低沉、消极悲观；有的人面对生活中的悲欢离合泰然处之，不易被情绪所左右；有的人则成功时忘乎所以，失败时垂头丧气。

其次，表现在对社会生活的态度方面。态度积极的人会对生活充满热爱，诚实正直，富有同情心，并以助人为乐为快；态度消极的人则认为生活中充满了冷漠和欺诈，他们虚伪自私，毫无爱心。

再次，表现在意志品质方面。有的人勇于在生活、学习、职业的崎岖小路上百折不挠地攀登，一步步向更高的目标前进；有的人则虎头蛇尾、朝三暮四，一遇到困难和挫折，就前功尽弃，虽希望成功，却又不肯为此付出努力和代价。

最后，表现在思维方式方面。有的人富于幻想，有的人注重实际，有的人善于独立思考，有的人喜欢人云亦云；有的人体察事物细致入微，有的人则麻木不仁；有的人认识事物一针见血，有的人却只做表面文章，简单肤浅。

性格与职业可以说是彼此制约、相互促进的关系。

一方面，性格是在长期的生活、学习、工作实践中逐渐形成的，一旦形成，就有一定的稳定性。但性格并不是一成不变的，而是处在不断地发展变化之中。在同一环境从事同一工作的人，在性格上往往有许多共同的特点，这就是所谓的职业性格。职业性格是职业活动本身所要求的，比如侦察员具有沉着、冷静、机敏的性格；演员具有情感丰富、富于表现的个性；幼儿教师永远保持着童真和雅趣；医生、护士则是救死扶伤的白衣天使，富有同情心和高度的责任感。这些都是职业活动中适应职业要求形成的。

另一方面，当求职者选择职业时，应该尽量选择适合自己性格特点的工作。要选择到理想的职业，就要明确自己是什么样的性格，什么样的职业与你的性格相适应。事实上，几乎每一种职业都对性格品质有特定的要求，要适应这一职业就必须具备这一职业要求的性格特征。没有良好的与职业要求相适应的性格，就很难做好工作。

实例：性格决定命运

1993年3月9日，上海发生了一起震惊中国的事件，企业界名人、“桑塔纳”总经理方

宏坠楼自杀了!

方宏的死使许多人百思不得其解。因为方宏走得很平静，他的家人没有发现一点异样，他的秘书也没有丝毫的觉察。他们很难将他生前的行为与他的自杀联系起来。

中国的工业界，尤其是在汽车行业，毫无疑问，方宏是一个出色的企业家。他才干出众，正直、勤勉、认真，这对他事业的成功起了极大的作用。但他内向、少言，过于追求完美，对自己近乎苛刻，使他背上了沉重的心理包袱。他平素做事极为认真，一丝不苟，这使得本来就很沉重的工作压力变得更加沉重起来。方宏在汽车制造专业理论上达到了很高的造诣，被浙江大学聘为名誉教授。他提意建立“振兴中国足球基金会”，出资聘请洋教练，在中国足球史上留下了具有历史性意义的一笔。

方宏在出任总经理之前，曾于 1985 年任大众董事会秘书兼大项目协调部经理。“桑塔纳”在中国从“丑小鸭”到“白天鹅”，他付出了巨大的心血，因此，有人称方宏是“中国的艾柯卡”。

随着事业的成功、地位的上升，方宏面临的压力也越来越大，心理负担也日益加重，他显得有些力不从心了，每晚都要靠安眠药帮助入睡。特别是 1993 年桑塔纳的年产量要从 1992 年底的 6.5 万辆提高到 10 万辆使他心力交瘁；“振兴中国足球基金会”原宣布筹资 1000 万，却有 240 万没有到位；与他感情笃深的夫人姚沁薇偏偏又患了癌症，动了大手术，等等。

有人说“桑塔纳是方宏的命，足球是方宏的魂，夫人是方宏的根”，因此，夫人的病给重压之下的方宏带来了致命的打击，但他却克制着内心的痛苦和不安，冷静地安排着工作，细心地照顾着术后的夫人。在姚沁薇住院的 20 多天里，方宏一天不落地来探望，他服侍姚沁薇的那份细心，别人想也想不到。这种细心使他对人对事对物往往有着更为深刻的情感体验，同时也加重了他的心理负担。

终于有一天，方宏将文件交给秘书时说：“我想安静一会儿，请你们别来打扰。”16 分钟之后，他从五楼总经理室的窗口跳下，轰然坠地，就这样地走了。

方宏之死，看起来是外在的压力过大所致，实际上却是他性格中某些与他的工作性质不相适应的特性起着很重要的作用。长期的内心矛盾和冲突，长期的自我压抑，以及心理超负荷运转，终有到了极限的时候。最后，方宏选择了这样一种完全解脱的方式。

方宏内向、谦和、谨慎、认真、细致、守信，富有同情心，如果他仅仅做一个研究者或一个项目负责人，或许不致走到这一步。他缺少一个现代企业家所应当具备的另外一些品质，如外向、爱冒险、喜交际、自信乐观、开朗愉快等等。所以，他的性格决定了他的命运。

我的兴趣在哪里？

不论从事哪种职业，走向成功的第一步，就是必须对这职业感兴趣。

——欧斯拉爵士（英国）

什么是兴趣

现代社会一个明显的趋势就是不再以单纯的“美丑”来评价一个人了，给一个人的最高评价应该算“具有个性”了。一个个性化时代即将在我们眼前展开。实现自我价值是年轻人的理想，可是理想和兴趣是分不开的。

威廉·山姆博士的父母曾经期望他能成为一个工程师，希望他选择以工程学为专业，所

以当他上大学的时候,威廉就选择以工程学为专业。但是,很快他就发现,他讨厌这门专业,学这门专业以来,他一直都闷闷不乐。在班上,他的成绩也很不好,最后他就退出了这个专业。

威廉在重新开始的时候,他选的第一门课程是心理学。他发现自己对这门课程很感兴趣,学得也很容易,期末时得了个“A”。他在这个领域,他一定能学得很好。所以,他一直继续学,拿了学士学位、硕士学位一直到念完博士课程。现在,他自己拥有一个咨询公司,专门给企业提出各式的建议,包括给经营管理人员培训如何做一个真正有效地面试官,如何面试应聘者,使自己得到满意的员工。

威廉·山姆博士之所以能走向成功,是因为他在失败的时候并没有选择放弃,而是选择重整旗鼓,重振雄风,重新审视自己的兴趣所在。

兴趣,是人对客观事物的选择性态度,是人对需要的情绪表现,或者说是指一个人认识和掌握某种事物,并经常参与该种活动的心理倾向。它的定义很繁琐,它的分类也很复杂。从内容上划分,可将其分为物质兴趣、精神兴趣和社会兴趣;从兴趣的发生和发展来看,又将其分为直接兴趣和间接兴趣。比如,对组织活动和社会工作的兴趣就是社会兴趣;对文化、科学、艺术产生的兴趣就是精神兴趣;在职业选择过程中对某种职业需要的情绪表现就是职业兴趣。

因此,兴趣表现在各个方面,是复杂多样的。兴趣可以使人的求知欲增强,从而朝气蓬勃地去参与工作并积极探索。

职业心理学家的研究表明,一个人一生中选择什么样的职业,兴趣是占主导地位的,有时它比能力显得更重要。兴趣已经成为人们从事职业活动的强有力的动力之一。

人们能够积极地从事某方面的实践活动,是因为人们对这种职业产生了浓厚的兴趣。此时在这种兴趣的引导下,即便是枯燥的工作,人们也会全身心投入、忘我工作,并会从中感受到无穷的乐趣。与此相反,如果从事的是他们并不感兴趣的工作,那么这份工作在他们的心理上便是一种负担,结果是因为没有兴趣而无精打采,致使工作业绩平平。由此可见兴趣是影响职业选择的重要因素之一。

人们择业通常有一个误区:要找到一个“好”工作,好的薪水,好的发展前途,好的地理位置,再尽力地磨合自己的个性特征去适应这个都认为是“好”的工作。或许这就是一些人不能成功的原因。

如今,择业的理念是:先确定自己的个性特征,然后找适合自己的个性特征的工作职位,这就像量体裁衣一样。

兴趣测验

有时会有这么一种感觉,自以为感兴趣的东西与自己实际感兴趣的东西却并不是一回事。你有没有这样的体会呢?通过下面的测验,你可以知道你的兴趣在哪里。然后再和你实际感兴趣的东西作比较,看是不是一回事。

回答方法

下列1—45问,各自分为A、B两种工作或游戏的行为。相同序号的每组中,请你比较A、B两句,在你喜欢的句子右边画“√”,无法说清的右边画一个“○”。

A

1. 写出一本书的梗概
2. 分析决算书
3. 解难题

B

1. 出席讨论会
2. 构思新游戏
3. 假期里做木工活

- | | |
|----------------|-------------|
| 4 . 操作计算机 | 研究害虫与杂草 |
| 5 . 研究改良水稻品种 | 研究人体结构 |
| 6 . 制做骨骼标本 | 绘制卡路里表 |
| 7 . 选择窗帘布料 | 担任旅行干事 |
| 8 . 跳集体舞 | 焙烧陶器 |
| 9 . 在日记上画画 | 练习慢跑 |
| 10 . 制作盲文书 | 与强盗搏斗 |
| 11 . 熨东西 | 构思广告版面 |
| 12 . 研究感冒药成分 | 记录比赛得分 |
| 13 . 培育树苗 | 烤面包 |
| 14 . 安装组合音响 | 帮助别人拍 X 光照片 |
| 15 . 在实验室工作 | 做动物园的饲养员 |
| 16 . 声援别人选举 | 编制计算机的程序 |
| 17 . 欣赏电影 | 观测天体 |
| 18 . 制作图书卡片 | 去参观工厂 |
| 19 . 随卡拉 OK 唱歌 | 进行水质检查 |
| 20 . 捕捉昆虫 | 学习人工呼吸法 |
| 21 . 调整大楼暖气设备 | 整理书架和影集 |
| 22 . 搭乘远洋渔轮 | 照顾贫困户 |
| 23 . 检查血型 | 画漫画 |
| 24 . 改建房屋 | 参加越野知识比赛 |
| 25 . 解剖青蛙 | 分析时事 |
| 26 . 在牧场工作 | 乐器行工作 |
| 27 . 用圆规与尺作图 | 制作同学通讯簿 |
| 28 . 做统计表 | 制作生活日历 |
| 29 . 思考新产品如何推销 | 看手术的幻灯片 |
| 30 . 归纳采访通讯 | 训练猎犬与信鸽 |
| 31 . 通读文学全集 | 帮助配药 |
| 32 . 研究股票市场 | 访问亲戚 |
| 33 . 研究公害 | 给病人读书听 |
| 34 . 考飞机驾驶许可 | 参加合唱队 |
| 35 . 设计庭院 | 练习健美 |
| 36 . 拆装相机或钟表 | 出席发言冗长的大会 |
| 37 . 参观科学博物馆 | 去听歌剧 |
| 38 . 当电话服务员 | 当个人生活顾问 |
| 39 . 记日记 | 哄孩子 |
| 40 . 解纵横字谜 | 教孩子唱歌跳舞 |
| 41 . 参加电视演出 | 构思设计与装潢 |
| 42 . 绘气象图 | 做体力测定记录 |
| 43 . 写税金申报表 | 帮人搬家 |
| 44 . 编辑剪报 | 装饰橱窗 |
| 45 . 编辑杂志 | 当滑雪教练 |

计分方法

画者2分,画者1分,分别填入下面的“兴趣测验得分表”中。将 — 的各竖栏中得分累计起来,分别填入各行下面的合计栏中。如果填写正确,每个合计栏累计应为19分,10个合资格中的总和应为90分。“兴趣测验得分表”中的 — 分别代表:

. 人文科学:本国文学、外国文学、宗教文学、史学、哲学、心理学、人际关系学、教育学、教育行政学等专业。

. 社会科学:法学、政治学、经济学、商学、经营学、社会学等专业。

. 理科:数学、物理学、化学、地质学、生理学、天文学、生物化学等专业。

. 工科:机械学、建筑学、土木工程、应用化学、金属工程、资源工程、船舶工程、原子能工程、造船工程、原子核工程、航空工程、信息工程、环境工程、控制工程、通信工程等专业。

V. 农学:农学、园艺学、农用化学、农业经济学、林学、畜产学、兽医学、水产学、食品工程学等专业。

. 医科:医学、口腔学、药学、药剂学、生物药学、保健等专业。

. 家务:家务学、食物学、儿童学、住房学、生活学等专业。

. 教育:幼师、小学师范、中学师范、保健师范、特殊师范(包括音乐、美术、书法护理、保健体育) 聋哑师范、高中师范等专业。

. 艺术:美术、造形、设计、雕刻、艺术、音乐、作曲、声乐、器乐、指挥、乐理、摄影、电影、表演等专业。

. 体育:包括体育、武术、健康学等专业。

兴趣测验得分表

1	A	B								24						A			B
2		A	B							25					A				B
3			A	B						26				A					B
4				A	B					27				A				B	
5					A	B				28			A				B		
6						A	B			29		A				B			
7							A	B		30	A				B				
8								A	B	31	A					B			
9									A	B	32		A					B	
10									A		B	33			A				B
11								A		B		34				A			B
12								A		B		35				A			B
13						A		B			36				A				B
14					A		B				37			A					B
15				A		B					38		A						B
16		A		B							39	A						B	
17	A		B								40	A						B	
18	A			B							41		A						B
19		A			B						42			A					B
20			A			B					43		A						B
21				A			B				44	A							B
22					A			B			45	A							B
23						A			B		合计								