第一图书网, tushu007.com

<<做自己的职业教练>>

图书基本信息

书名：<<做自己的职业教练>>

13位ISBN编号：9787508617640

10位ISBN编号：7508617649

出版时间：2009-12

出版时间：中信出版社

作者：姜莹

页数：208

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

前言

案例：中国传媒第一人她1985年毕业于外交学院。
从踏入校门的那一刻起，她就梦想进入联合国工作。
怀着这个梦想，在同龄人还陶醉于浪漫校园生活的时候，她申请加入了美国得克萨斯州的一所大学，获得了公共关系硕士学位，成为全校踏出国门的第一人。
结束美国的学业之后，她进入联合国总部公共信息部门，负责电视节目的制作和导播，实现了自己初始的职业目标。
1990年，应美国纽约市专业律师事务所的邀请，她加入该公司，负责中国市场的业务拓展。
1994年她又放弃了安逸的生活，在身怀六甲的情况下面试了十多家公司，最后选择了博雅公关公司。
在那里，她从最初的经理做起，用了3年的时间从总监晋升为董事总经理。
可就在事业如火如荼的时候，她又一次选择了未来，1999年3月应邀加入某音乐电视公司，出任首席代表。

第一图书网, tushu007.com

<<做自己的职业教练>>

内容概要

什么是好工作？
　　什么才是你想要的工作？
　　当你对现在的工作失去激情，跳槽能解决一切问题吗？
　　当你困惑于工作的围城，怎样跳出来看到未来的前景？
　　如何发展自己的专业素质，不断拓展自己的职业生涯？
　　如何巧妙跟猎头打交道，让其成为你职业道路上的助力？
　　作为资深猎头和人力资源专家，作者从企业需求和职业生涯规划的视角出发，探讨了企业需要什么样的人才、如何找到适合自己的工作、如何巧妙通过猎头获得好工作，以及怎样才能在职场中脱颖而出等困惑现代职业白领的普遍问题。
本书选取了100个真实求职案例，其中不乏供职于全球500强企业的职场人士的亲身经历，具有极强的实用价值和参考价值。
好工作是规划出来的，不要在竞争激烈、压力巨大的职场中迷失自己，树立目标，找对路径，你的职业生涯才会不断迈向巅峰。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

姜莹（Connie JIANG）
　　现任职于Career—Associate公司。
工作内容涉及人才盘点、测评、领罨力开发、人才继任和高端招聘等。
同时也帮助企业建立全球招聘中心，并提供员工职业规划等咨询。

　　在过去8年的工作经验中处理过100个以上的高端招聘案例，从业以来指导过500个以上中高端职业经理人的职业生涯规划。
并协助经理人进行职业生涯筐理。
行业涉及IT、通信、制造业、金融、咨询服务和文化产业。
部门涉及Call Center、Sales＆ Marketin9、HR＆Finance、R&D、Supply Chain Management等。

　　部分服务过的客户：诺基亚、飞利浦、柯达、戴尔、西门子、摩托罗拉、霍尼韦尔、高通、沃达丰、惠普、招商银行、Bridge Lab、腾讯、华为等。

第一图书网, tushu007.com

<<做自己的职业教练>>

书籍目录

自序前言你要成为什么样的人第一部分　谋划　第一章　好工作靠规划　　兴趣最重要　　勇于突破自己　　关键的第一份工作　　职业规划的益处　　职业规划十步走　第二章　职业经理人的发展规划　　表明你应该跳槽的迹象　　明确你的生活和工作目标　　寻找新起点　第三章　工作的女人是美丽的　　赚多赚少，独立就好　　职场魅力女人的职业规划　　打造气质美女第二部分　应聘求职　第四章　成功面试　　跨国公司面试考核的16个维度　　面试前要做哪些准备？　　如何通过企业高层的行为面试？　　跨国公司的面试流程、行政级别与薪资结构　第五章　透视猎头公司　　猎头公司的历史　　中国猎头行业的现状　　看高端职业经理人如何与猎头打交道　　要善于辨别专业和“伪专业”第三部分　职业发展　第六章　哪些准备能让跳槽成功　　练好扎实的基本功　　快速晋升：催化职业发展　　拓展人际关系网：找到好工作的有效渠道　　了解人才库的管理　　测评中心　第七章　优秀职业经理人的标准　　哈佛商学院经理人的标准　　美国职业经理人的标准　　如何打造中国的职业经理人

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

第一部分 谋划第一章 好作靠规划兴趣最重要案例：乔丹第二有一次在做校园招聘的时候，一名来自清华大学汽车动力学专业的同学告诉我：“我毕业后的确想从事企业动力学仿真领域的工作，但是我对研发工作不感兴趣，对销售工作不感兴趣，对市场工作也不感兴趣。
”“你能告诉我，你对什么感兴趣吗？
”我问他。
他的回答让我觉得他很了不起，真的。
“我想成为乔丹第二。
”这是玩笑吗？
不是，这是那个22岁的男生发自肺腑的真实想法。
他的身高大约1.72米，显得很文弱，戴着一副眼镜，更让人感觉他全身上下没有丝毫体育细胞。
“考官，您认为我这个想法是不是很荒唐？
”“没有，很好。
你进入了这么好的学校，在这么严肃的面试过程中对自己的兴趣还这么执著，我觉得难能可贵。
”“你看我好像很瘦弱，其实不是的，我篮球打得超好，我就是喜欢那种灌篮的感觉，像战场。
我每次灌篮身体都充满了爆发力，那个时候的胜利让我内心充满了狂喜，但是我感觉我应该没有希望了。
”“真是抱歉，我也很想鼓励你成为乔丹第二，这种可能性应该会有的，但是会很渺茫，因为你自身的条件可能会受一些限制。
你真的那么不喜欢汽车领域的相关工作吗？
”“我就喜欢跟体育相关的工作。
”他本来想应聘技术开发的职位，结果可想而知，我不能把offer给一个对我们的工作完全没有兴趣的人。
“你想尝试创业吗？
”“想过。
”“那你可以从户外运动产品做起，现在大学生创业很流行的，因为喜欢挑战自我的人越来越多。
”这是2005年的一次对话。
四年后的今天，这名男生已经拥有了两家户外体育用品公司，一家户外运动俱乐部，公司资产上千万。
他现在的年龄是26岁。
如果你现在做的这份工作充满挑战，能够激发你的热情，带给你强烈的成就感，让你愿意全身心地投入其中，那么恭喜你——你找到了一份好工作。
也就是说，如果你的工作与兴趣关联的话，那会是一种理想的工作。
首先，因为工作本身的内容让你特别开心，匹配了你的个性特征。
到现在也没有任何咨询公司或者职业规划师能够帮助个体在工作之前就找到很匹配的工作，就算是那些商界巨子和正在经历创业的人有很多都是走了大段弯路才找到自己的兴趣，进而成就一番大事的。
前辈们用经验和实践告诉我们，“兴趣”是第一老师，是你的职业目标，是资本积累的基础，也是实现你社会价值的有效途径。
这样的例子比比皆是。
在商业领域，乔布斯凭借自己的兴趣创造了苹果公司，比尔?盖茨凭借自己对计算机的痴迷缔造了微软神话，爱迪生凭借自己的兴趣成为拥有众多发明专利的大发明家。
总结起来，他们都有共同的特质——激发了自己的兴趣，并且坚持到底。
当然，这些人的经历都源于现实，但又高于现实，因为毕竟只有少得可怜的一部分人功成名就，我们不能抹杀这个社会竞争的激烈。
为了能够有更好的立足之地，我们要做的就是理性地规划自己的未来。
勇于突破自己关于职业生涯规划，我们先来分享一个案例。

第一图书网, tushu007.com

这是两个背景几乎相同的人，却走了不同的职业发展路线。
案例：不同的职业发展路线人物：Michael和Bob公司背景：跨国公司职位级别：战略层面的高层Michael毕业于清华大学自动化专业，毕业后一直就职于埃森哲咨询公司，现在35岁，做到了项目总监，年薪80万元左右。
Michael认为目前的公司给他提供了很好的晋升机会，从项目助理，到项目经理，再到高级项目经理，直到现在的项目总监，他也学到了很多东西。
他不愿意自己挑起非常重的担子，宁愿在这样一个大的平台上贡献自己的力量。
企业内部还会继续给他提供这样的晋升机会，从中国地区到亚太地区，从项目管理到运营管理，包括销售、市场、财务以及人力资源，还有供应链部门的管理职位等。
Bob目前就职于一家中型的互联网公司，年薪大约100万元。
该公司属于风险投资企业，100人左右的规模。
Bob的职位是首席运营官，负责公司所有的日常运营和协助CEO制定公司长远的发展战略。
他喜欢规划企业的长远发展，并且骄傲于自己亲手做起来的企业。
Bob在过去十年几乎都处在跨国公司的中高管理层，但是他所负责的部门始终都需要遵循总部的发展战略。
这两个人走的是不同的职业发展路线，他们各自对工作和兴趣的理解是不同的。
Michael想在跨国公司相对成熟的平台上工作，而Bob希望借助不太成熟的平台发挥自己的能力，希望有机会参与高层的战略管理，所以他选择做中型公司的首席运营官。
选择不同的职业发展路线，职业生涯会发生根本性的变化。
上面的职业经理人选择的基础是基于自己的兴趣、爱好和特长而规划的一个职业发展的雏形。
职业生涯早期的概念是沙特尔(Shartle)提出的。
他认为，职业生涯是指一个人在工作生活中所经历的职业或者职位的总和；麦克法兰(McFar.1and)认为，职业生涯是指一个人根据理想的长期目标所形成的一系列工作选择，以及相关的培训活动，是有计划的职业发展历史；萨帕则说职业生涯是指一个人经历过的所有职位的整体历程；格林豪斯的观点是，职业生涯是指贯穿于个人整个生命周期与工作相关的经历的组合。
无边界职业生涯强调打破组织界限和组织内部职位界限的职业转换和职业流动；易变性职业生涯强调驾驭职业生涯的是求职者本身而不是组织，个人在需要时可随时重新创立其职业，一个人可以在不同的产品领域、技术领域、组织和其他工作环境中变换其角色和职务。
职业生涯规划是一种基于个人的兴趣、爱好和特长，以及个人长远的职业发展而设计的一种合理的职业发展路线。
什么时候应该更新或者持续，都需要自己去把握方向。
在作出决定之前，还需要个人能够清晰地了解选择这份工作给自己未来的职业发展带来的后果。
从实践招聘的角度讲，无边界职业生涯和易变性职业生涯结合的理论才符合我们中国职业经理人和大学生群体的求职需求。
“职业规划”在中国尚属一个概念，大多数职业经理人和大学生都没有完全认同这个概念。
坦率地讲，如果我不做招聘工作，没有发现和总结，我也不会知道这份规划能给我们带来什么样的益处。
你有没有问过自己这样的问题：“我现在的工作是否很开心？
”“我为现在的工作付出了多少努力？
”“在目前的工作上，我发挥了多少潜力？
”当然了，如果你很努力、很高兴、很玩命地做着某份工作的话，我敢断定你选择了正确的职业、正确的公司、正确的企业文化、正确的老板、正确的团队；如果没有的话，这就很危险了，这或许证明你对自己没有规划，准备平庸地度过一生。
不过，也许这是你的人生观，也是你的权利。
但说实话，我接触的那么多人当中还没有一个人跟我说自己想平庸地度过一生。
大家都想闪光，只是找不到方法而已。
在帮助企业做招聘面试和心理测评的过程中，我们发现几乎没有人不想做出成绩来，谁都希望得到别

第一图书网, tushu007.com

人的赞美。
但是，如果你没有值得赞美的成绩，别人又怎么去赞美你呢？
案例：敢于突破我接触过一位服装行业的高级培训师，他曾任教于名牌大学，后来发现自己不太喜欢学校生活，就经过朋友介绍跑到国内的一家大型上市服装集团主管企业的培训，帮助该集团撰写培训教材，开始担任起企业的高级培训师。
经过几年的积累，他自己创立了一家公司，主要业务就是帮助服装行业做企业文化设计、培训课程设计和主管培训。
我那天跟他吃饭是第一次见面，说实话我是抱着跟人家学习的态度去请教的。
我选择的是一家比较“小资”的饭店。
他过来的时候我以为我看错了：他的身高应该没有超过1.60米，眼睛很小，外表非常一般。
我很难想象这样一个人会去主导流行的服装产业。
吃饭时，他声音大得可怕，也不太注意自己的言行举止，可以说在一个有着一些小资毛病的女孩眼里，这似乎是一个不上档次的朋友。
但他告诉我，他很高兴能做自己感兴趣的事情，对自己现在的工作很有激情。
说实话，我也觉得他很有激情，因为整个吃饭的过程中，他一直热血沸腾地讲述着他的职业经历，他怎么帮助那些企业培训销售人员、店面管理人员以及企业高管等。
他并没有优越的家庭背景，而是凭借自己的实力打拼到今天。
他公司目前的营业额应该已达到几千万元。
这是一个找对了自己兴趣和爱好而取得成功的典型案例。
他有几点值得我们效仿：敢于突破自己，敢于冒险选择自己感兴趣的事情，然后热情并执著地做下去。

第一图书网, tushu007.com

媒体关注与评论

追求意中人的时候。
“ 投其所好 ”是成功的诀窍之一；这一原则也适用于求职。
——谭晓声　MY spaces　前任COO　看过的人力资源方面的书太多了，推荐给朋友们的理由就是一个亲身经历过上千次招聘的HR同人的感受和经验。
相信这本书能够带给那些正在职场拼杀的战士们在规划自己的职业发展上一些启示。
——赵永立　索尼（中国）有限公司人力资源经理　现代社会讲究智商、情商、财商，我觉得从这本书推出之后，会诞生一个企业越来越重视的词汇。
叫做“ 职商 ”。
——王秦湘　诺基亚中国区　HRC　谁说经济环境不好，好工作就难找？
看完这本书，你会发现，机会永远垂青有准备的头脑！
——姚远　IBM亚太区技术总监　如何在应聘时就能洞悉你直接领导的工作风格？
哪些迹象表明你该跳槽了？
如何利用猎头来提升自己的职业生涯？
做自己的职业教练！
没错，读了这本书，你完全可以自己规划出完美而光明的职业未来。
——Tony Yang Intel前亚太区市场总监　大作拜读，心血之作。
有本书说过人生是什么呢　——一根划亮的火柴。
当你看清楚周围的环境时，火柴已经快要熄灭了。
古语有云“ 老不读三国 ”，即是此意。
本书集作者十几年闯荡人力资源管理行业的经验，应该是许多初入职场的后来者意外获得的另一根火柴。
许多过来人愿意的话也可以据此反思，再上一层楼。
其中的一些故事，多是励志之作。
读读也开卷有益。
——皮晓峰（Edward Pi）范罗士商业机械大中华区供应链总监　本书作者从专业性和理论上从多个方面介绍和分析职场中人应如何规划自己的发展，并通过对大量翔实的实战案例来分析，人们对工作转换这一热点问题应如何着手，如何应对。
相信大家通过阅读和理解，尤其在今天共同面对经济危机的时候，在如何分析自我、展示自我以及实现自身价值上能够得到启发。
我可以明显感受到该书的专业性、理论性、实用性以及可读性。
是一本非常值得推荐的佳作。
祝大家好运！
——孙群涛　前山特维克矿山工程机械中国区人力资源副总裁

第一图书网, tushu007.com

<<做自己的职业教练>>

编辑推荐

《做自己的职业教练》：一本颠覆传统求职观念的书，一本从白领到金领的进阶手册。
提升你的“职商”等级，成就你的事业巅峰。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com