

<<20几岁就做人生规划>>

图书基本信息

书名：<<20几岁就做人生规划>>

13位ISBN编号：9787507425994

10位ISBN编号：7507425991

出版时间：2012-9

出版时间：郑建斌 中国城市出版社 (2012-09出版)

作者：郑建斌

页数：243

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>

<<20几岁就做人生规划>>

前言

25岁以前，大部分人的经历是相同的，是学习和成长的阶段，读书、升学、继续读书，直至毕业；中年以后，人生基本定型，即使还有梦想、有遗憾，然而已是时不我待。

年轻人在20几岁步入社会和职场时，也正是真正要为自己的人生负责任的时候。

就业、换工作、谈恋爱、结婚……种种机遇和考验接踵而至，如果没有一个相对完备的规划，未来的生活将是一团乱麻。

人生就像足球比赛一样也分上下半场，当你还处在上半场的时候，就应该清楚地意识到这一点，然后像球场上的运动员一样，对于整场球赛的打法胸有成竹，合理地分配自己的体能。

只有这样，当人生到了下半场的时候，才能比别人更健康、更从容、更具优势。

“凡事预则立，不预则废。”

很多事实证明，成功者所走的每一步都是有计划有步骤的。

人生规划可以帮助你明确奋斗目标，有了目标才会激励你努力前进，你才不会随波逐流，浪费青春；人生规划还可以帮助你认清自己的实力，剖析自己，找到接近目标的方式方法，发挥所长，更好地掌控自己的前途和命运。

生活中，一个人有没有人生规划决定着生活态度不同，做事方法也不同，最后自然会有不一样结果。

有一个小故事，把这个道理阐述得简单明了：有两个和尚住在相邻两座山上的庙里。

这两座山之间有一条溪，于是这两个和尚每天都会在同一时间下山去溪边挑水，久而久之他们成为了好朋友。

就这样时间不知不觉已经过了五年。

突然有一天，左边这座山的和尚没有下山挑水，一连一个月，都没有看到他的身影。

右边那座山的和尚终于坐不住了，于是他便爬上了左边这座山，去探望他的老朋友。

等他到了左边这座山的庙里，却发现他的老友正在庙前打太极拳，一点也不像一个月没水喝的人。他很好奇地问：“你已经一个月没有下山挑水了，难道你可以不用喝水吗？”

” 左边这座山的和尚说：“来来来，我带你去看。”

” 于是他带着右边那座山的和尚走到庙的后院，指着一口井说：“这五年来，我每天做完功课后都会抽空挖这口井，即使有时很忙，能挖多少就算多少。”

如今终于让我挖出了井水，我就不用再下山挑水，我可以有更多时间练我喜欢的太极拳。

” 挖井的和尚因为五年前有了挖井的规划，并且把他的规划付诸行动，所以五年后他有了源源不断的井水。

而右边山上的和尚因为没有设想、没有规划，所以在旁边山上的和尚从容地打太极拳的时候，自己还得每天下山费时费力地挑水喝。

显而易见，你今天的一个决定可能对十年后的生活产生很大的影响。

你的人生规划，能将你的今天和明天完美地连接起来。

人生的规划要20几岁时就启动，然后根据内外环境的变化，调整自己的前进步伐，完成从弱势地位到强势地位的转换，在社会中争取到最大的属于自己的生存空间。

本书从职场、婚恋、人脉、理财、魅力、健康等13个方面讲述了20岁以后应该做好的人生规划。

虽然语言通俗而平实，但一个个发生在我们周围的故事却能不断地给我们警醒，给我们有益的人生指引，帮我们理清20几岁的生存现状，勾勒30几岁的成功蓝图。

<<20几岁就做人生规划>>

内容概要

年轻人在20几岁步入社会和职场时，也是真正要为自己的人生负责的时候。就业、换工作、谈恋爱、结婚……种种机遇和考验接踵而至，如果没有一个相对完备的规划，未来的生活将是一团乱麻。

《20几岁就做人生规划》从职场、婚恋、人脉、理财、魅力、健康等13个方面讲述了20岁以后应该做好的人生规划。

语言通俗而平实，但一个个发生在我们周围的故事却能不断地给我们警醒，给我们有益的人生指引，帮我们理清20几岁的生存现状，勾勒30几岁的成功蓝图。

<<20几岁就做人生规划>>

书籍目录

前言 / 1 第一章初涉社会：明确新生活的地点和保障方式 人生越早规划路越好走 / 2 “爱好”不能当饭吃 / 5 用工作撵走三个魔鬼 / 7 想创业，最好先有三年的打工经历 / 10 中小城市的工作优势明显 / 13 适应社会角色，完成相应的心理转换 / 16 第二章寻找工作：以你专业和性格的优势为出发点 找工作时你需要一个具体目标 / 22 找工作前最好先明确自己的职业定位 / 24 适合的才是最好的 / 28 规划职业时要学会取舍 / 30 教育背景依然是求职敲门砖 / 32 不要轻易丢掉专业优势 / 35 丢掉那些“职业建议”，确定自己的路线 / 37 第三章菜鸟起飞：对可能遭遇的困难要有心理准备 熟悉自己的职业平台 / 42 快速融入职场环境 / 44 新人最容易遭遇的障碍 / 47 工资以外，你还想获得什么 / 50 把工作当做一项事业去经营 / 52 实践，为找工作增加砝码 / 54 在磨合中发现新的问题 / 56 职场新人如何顺利度过磨合期 / 59 第四章寻找导师：“师傅”的职业路线是你自我规划的范本 你需要什么样的良师 / 64 跟对老板意味着找对事业的方向 / 67 让自己有“带”的价值 / 69 建立与直接上司的一致性 / 71 有分担才能有分享 / 73 向“导师”学习，要有一颗谦恭的心 / 76 第五章学习规划：进入社会之后的学习要有重点和针对性 学习不要仅限于书本 / 80 和母校的导师保持联系 / 82 入职以后，学习有重点 / 85 厚积薄发，为未来做准备 / 88 为自己的人生做有效积累 / 90 不断提升自己的价值 / 91 第六章发展规划：30岁前必须要积累起来的职业资本 想清楚自己30岁时想得到什么 / 96 不能“做广”时，先把一项“做精” / 98 “支持部门”与“核心业务”的比较 / 101 把时间和资源用到有价值的事情上 / 104 正确认识自己，找准自身位置 / 106 每一个台阶都不能放过 / 109 如果要跳槽，你的“卖点”是什么 / 111 第七章魅力规划：从整体形象上把自己塑造成想做的那种人 利用好第一印象 / 116 接受必要的礼仪训练 / 119 正确而有效地控制自己的言行 / 122 要有和任何场合都融为一体的本事 / 124 让人欣赏你的风格不如让人看到你的素养 / 126 杰出的年轻人必须具备的几个素养 / 129 幽默是睿智的体现 / 131 珍惜他人对你的个人评价 / 133 第八章处世规划：把人际关系带来的负面影响降至最低 20几岁应该明白的事 / 138 保持个性中阳光的一面 / 141 尽可能少地介入他人的是非 / 143 尊重权威，按规矩办事 / 146 姿态越低，生存空间就越大 / 148 愤怒的时候，不作下一步决定 / 151 第九章人脉规划：以职业为圆心，布局你的人脉 人脉是你的潜在财富 / 156 年轻人积累人脉要趁早 / 159 善于交往的人闲聊也可以积累人脉 / 160 助你成功的10种人脉关系 / 163 如何构建你的人脉 / 165 管理好你的人脉资源 / 167 第十章婚恋规划：25岁后开始为理想的婚姻生活恋爱 25岁前，在体验的年代尽情体验 / 172 生存质量给爱更大的空间 / 175 婚姻是用来换取幸福的 / 177 少一些攀比，让婚姻在平淡中浸润幸福 / 180 忍让与宽容缔造白头偕老的婚姻 / 182 对爱情规划不确定时，听取老人言 / 185 第十一章理财规划：学习合理支配金钱而不是让它支配你 提高对浮华的免疫力 / 190 不要让自己的安全感“被消灭” / 193 人与金钱的奴役与被奴役关系 / 196 会理财的人更懂得生活 / 198 合理安排自己的支出 / 200 学会省下生活中不必要的开支 / 203 第十二章健康规划：消除10年后可能发作的健康隐患 年轻，不等于身体资源可以随便挥霍 / 208 良好的习惯是健康的前提 / 211 走出一些常见的健康误区 / 213 生命的发条绷得太紧了容易断裂 / 217 学会化解各种压力 / 220 以适合的运动转移不良情绪 / 224 第十三章逆境规划：挫折是命运留给你思考和反省的机会 20几岁，是尝试失败的黄金时期 / 228 瓶颈期，做出打工还是创业的正确选择 / 231 放手去做事，不要让自己背负太多东西 / 234 关键时刻要看得更长远 / 236 从困境中看到希望 / 238 正视逆境，它能让我们成长 / 240 后记 / 243

<<20几岁就做人生规划>>

章节摘录

版权页：初涉社会的年轻人，朝气蓬勃中难免带有一些迷茫。

当你睁大了好奇的双眼，或许未曾想到看到的却是竞争残酷的一面。

但是不管怎么样，新的生活扑面而来，新的明天也在你面前陆续揭开面纱。

只要你明确了新生活的地点和保障方式，你的努力也就有了方向。

人生越早规划路越好走有的人坚信“车到山前必有路”，他们不喜欢每天生活在计划之中，喜欢追求新鲜刺激，最好每天每时每刻都有意想不到的惊喜和变化。

他们根本就不担心未来会发生什么，因为在他们内心有这样一个原则“今朝有酒今朝醉”。

管他明天会是什么样子，想多了只会徒增烦恼，他们觉得人活着不容易，何必要为难自己。

可是有的人正好相反，他们每天有规律有目标地生活着，脚步在今天行走，眼光已经看到了明天、后天，甚至是明年、后年，他们清楚地知道自己想要什么。

至于规划，仁者见仁，智者见智。

每个人都有不同的观点和想法。

其实，规划对于年轻人来讲，有胜于无，早胜于晚。

有了规划就相当于给自己指明了一个目标，即便是在黑夜里也不容易迷失方向，人生也有了奔头。

小乙是一个对自己要求比较高的人，对于未来，他清楚地知道自己该怎么把握。

他在学校学的是国际贸易，22岁毕业的时候，去一家公司做进出口贸易。

他的英语很好，工作起来也得心应手。

在很多人眼里，他的工作轻松待遇又好，应该可以好好享受一下生活了。

但是小乙并不这样认为，随着工作的深入，他开始认识到英语只不过是一种辅助自己的工具而已，要一辈子想靠这个工作是不可能的事情。

他想到了自己的未来，于是离开了贸易行业。

辞去工作之后，他将自己投入到了一个全新行业——互联网（那个时候互联网在国内才刚刚起步）。

在这个行业闯荡的过程中，英语确实也帮了他很大的忙。

他用了三年的时间成为了一家网络公司的策划总监。

生活还在继续，他的目标也在逐步向前迈进。

其实，在他辞去上一个工作投身互联网的时候，他就给自己订下了一个不大不小的目标——利用五年的时间，自己开一家与IT相关的公司。

当他明确了自己的方向之后，每天每一次的努力，他似乎都能从中看到自己在慢慢地向着心中的理想靠近。

只是那个时候的他，只有一腔热情，一脑子的智慧，但是缺少资金，因此他在寻求着别人给自己的机会的同时，也在默默地为之奋斗着，积攒着能量。

不是说你做了规划，就能成功，也不是所有的人都对自己的前程有明确的规划，但是如果你在年轻的时候对自己的人生没有长远的规划，那么等到你过了而立之年的时候，很有可能后悔也来不及了。

人的一生中的大事无非是学习、工作、生活，那么对人生的规划自然少不了对职业生涯和婚姻家庭生活的规划。

陈兰经过培训如愿以偿进入了一家外企工作，原本以为可以这么顺畅地发展下去，但是一场金融风暴摧毁了很多人的梦想，很多人被推进了噩梦的深渊，陈兰也是其中一个。

那一年，对于陈兰来讲，是惊心动魄的，也是刻骨铭心的。

在那一年，她遭遇了人生中最大的低谷。

由于她所在的企业受到了金融风暴的严重影响，一夜之间公司裁员几乎过半。

一直兢兢业业、埋头苦干的陈兰也在这场风波中被裁。

失业后的她把自己关在家里发疯似的做家务，希望通过疲惫来麻木自己。

她接受不了失业的事实，一直认为留下的同事并不比自己优秀，可为什么自己这么努力，并且一直做得不错，却被“残忍”地裁掉。

她怀着对老板的满腔怨气，越发觉得不公，渐渐地随着坏脾气的与日俱增，她和老公的关系也悄然发

<<20几岁就做人生规划>>

生着改变，争吵越来越频繁，伤害对方的话一次比一次恶毒，刚刚建立一年的婚姻开始瓦解，愈演愈烈的争吵让彼此身心俱疲，随着关系的恶化，僵持了三个月之后双方就协议离婚了。

失业、离婚，让陈兰顿时觉得自己的生活没了安全感。

离开家投奔了同城的一位同学，眼泪流了一宿，当看到她的糟糕状态之后这位同学劝说：“哭是解决不了问题的，对于失业和离婚我觉得你处理得不够理智。

生活还要继续，快点找份工作开始新的生活吧！

你曾经是那样一个热爱生活热爱家庭的人，不能就这样一蹶不振啊。

”回头想想走过的路，陈兰也感觉自己的行为很可笑甚至荒唐。

失业的人不止自己一个，另外那些人心中也会有不甘，有痛苦，但是经过短暂的痛定思痛之后，能够迅速地给自己找到一个突破口，对以后生活的规划也随着实际情况的变化而改变。

而陈兰呢，只是一味地沉浸在自己的悲伤痛楚中，而忘记了脚下的路还是要靠自己走去的。

一个不敢面对现实的人，又怎么能指望他展现未来，这样的人对于明天没有明确的计划，对于未来可能遇到的困难和挫折的抵抗力也是脆弱至极的。

“靠山山倒，靠人人跑，最好还是靠自己。

”年轻人要趁早做好自己的人生规划，并努力朝着它前进，才能在社会上树立起自己的身份，才能在这个世界上找到人生的立足之地、幸福之所。

不要糊里糊涂过一生，早点学会规划人生，早点得到幸福人生。

每个人在幼小的时候都遇到过这样的问题：“你长大了想干什么？”

”“我想当一名科学家”“我想做一个医生”……可是很多人直到大学毕业之后仍不清楚自己究竟想做什么，擅长做什么。

那一个个稚嫩而充满希望的童声似乎早已经被抛之脑后。

其实，不管你处于人生的哪个阶段，对工作和生活做一个规划都是一件值得去做的事情。

人生重要的不是所站的位置，而是所朝的方向。

20几岁时你的选择与努力，将决定你在30岁的时候，是贫穷还是富有！

明天有什么，在于今天做什么。

如果你不知道你要到哪儿去，那最终你哪儿也去不了。

<<20几岁就做人生规划>>

后记

上完大学，走入社会，我来到京城闯荡，豪情满怀，也想创出一番轰轰烈烈的事业。然而由于没有明确的发展规划，结果处处碰壁、举步维艰，在数年间换了多个工作，依然奔波于京城，无所作为。

而今，在管理咨询方面做出了一点成绩，“临水一长啸，忽思十年初”，抚今思昔，发现自己过去的近10年走了许多弯路，我想，如果把这些经验教训整理成文，一定会对初涉职场、初入社会的年轻人大有裨益。

20几岁，你必须对自己的人生做一个规划。

无论你多么豪情万丈，无论你是多么才华横溢，无论你花费了多大的心血，如果没有一个明确的规划，就会过得很茫然，渐渐丧失斗志，忘却了最初的目标；如果没有一个明确的规划就会多走许多弯路，枉费了自己的聪明才智，辜负自己的青春韶华，甚至会造成一辈子的平庸。

20几岁，是人生的最佳时期，如果能及早做出人生规划，给自己一个明晰的奋斗目标，就会在未来攀得更高。

希望本书能给你一些感悟、一些启迪。

一本好书，总是离不开众人的辛苦创作。

本书由郑建斌、杜乾昌、张海波、石秀全、孙金梅、任铁军、孙建雷、郑富云、韩浏、李德华、陈建伟、韩龙、韩博、刘丽娜等人参与编写。

在本书的形成过程中，中国城市出版社的编辑宋凯老师做了大量工作，在此一并表示诚挚的感谢！

限于学识水平，文中纰漏之处，恳请读者批评指正。

<<20几岁就做人生规划>>

编辑推荐

《20几岁就做人生规划》由中国城市出版社出版。

<<20几岁就做人生规划>>

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>