

面临毕业前的选择，如何画好心中的地图？ 考研频道 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/648/2021\\_2022\\_\\_E9\\_9D\\_A2\\_E4\\_B8\\_B4\\_E6\\_AF\\_95\\_E4\\_c73\\_648331.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/648/2021_2022__E9_9D_A2_E4_B8_B4_E6_AF_95_E4_c73_648331.htm)

有经验的司机在驾车的时候，心中都有一幅地图，他知道在前面的十字路口该直走、左转还是右转。因此，他们几乎不会走弯路，往往能够较早到达目的地。而缺少经验又没有地图的司机，往往会“误入歧途”，偏离到达目的地的方向。人生的道路也如同驾车一样，我们都希望能够找到最佳、最短的路径，以便能够最顺利地到达目的地。可是人生没有回头路可走，我们很多时候也很难做到在前行的路上“心中有地图”。于是，当我们到达一个人生的十字路口时，困惑和问题就出现了：直走？左转？右转？很多同学已经开始面对毕业之前对今后的发展道路做出选择的问题，正处于即将到达一个新的人生十字路口的关键阶段。这时，不知何去何从，就会带来诸如车速变慢、被夹在车流中盲目前进、甚至违反交通规则驾驶等一系列问题。我们先来看看下面几位同学的困惑和犹豫吧！

案例一：读研还是工作？新学期一开始，班里的同学一下就开始忙碌了起来，有的开始早出晚归背着书包到图书馆去上自习准备考研，有的着装正式奔波于各个公司忙于求职、实习。似乎只有我很闲，每天无所事事，做什么都不带劲。然而表面的清闲却掩盖不了我内心的慌乱，我一直在思索一个人生的大问题：我到底应该考研还是找工作？我的家庭经济情况不是很好，依靠国家助学贷款才完成了这几年的学业，所以，我想早一点参加工作，以便能够拥有独立的经济能力。但另一方面，我其实也挺想读研，进一步深造，毕竟我觉

得我自己有这方面的兴趣和能力。怎么办呢？我到底该怎样选择？

案例二：考研，值得吗？考研是我从进大学起就有的想法，刚过完春节我也开始着手复习了。可是近段时间我对自己考研的决定产生了怀疑。前年“1300多名研究生应聘猪肉佬”的报道给了我很大的刺激。现在研究生越来越多，研究生就业形势也非常严峻。复习的辛苦、孤独以及读研以后的种种压力，我都能承受，但我却难以忍受未来太多的不确定因素。我不知道自己辛辛苦苦复习的付出是否会有相应的回报，我也不知道读完研究生之后自己的生活状态是否能发生改变，我更不知道读研是否意味着更美好的前途。我开始不停地怀疑考研的决定：值得吗？放弃？还是坚持？

案例三：求职受挫该咋办？我对自己未来职业的规划是毕业之后能够进入外企工作，成为一名真正的白领。为此，大学几年中我除了认真学好专业知识外，还在英语、组织协调等各方面狠下了功夫。功夫不负有心人，2009年11月，我与一家外资企业签订了就业合同。我是踌躇满志只等着毕业了。可是，春节之前我突然接到了公司打来的电话，告诉我因为金融危机的影响，公司今年招聘的新人要推迟录取，何时录取，暂时没有确定期限。一听到这个消息，我彻底傻了。我该怎么办？我该继续到外企找工作呢？还是参加公务员考试？还是随便找个先稳定下来？还是考研？这该死的金融危机，怎么这么巧就让我赶上了呢？……除了上述案例，高年级同学还面临很多选择的迷茫和困惑。如：考研是选择自己喜欢的专业，还是选择热门的专业？是接受相对比较省时省力、比较保险的保研，还是咬牙再拼一把，争取读个更好的学校更好的专业呢？找工作时不知自己适合做什么，能够做什么

？到底该找一个什么样的工作呢？到底是进企业还是考公务员呢？怎样尽快消除我们的迷茫与困惑呢？怎样让自己在大四毕业时能够胸有成竹，明确前行的方向呢？我们不妨来一起分析和探讨。敞开胸怀，拥抱迷茫与困惑 当我们驾车经过十字路口时，如果因为不知走什么路线而一味烦躁，往往会注意力不集中、反应速度减慢，因此非常容易出现交通事故。这时最先要做的，不是决定走那条路，而是要平和心情。不仅仅是即将面临毕业的大学生，我们很多人都非常讨厌迷茫与困惑，认为这是一种非常不好的状态。所以一旦有了迷茫与困惑，随之而来的就是烦躁、抱怨、对自己的不满、自我否定等消极情绪。在这样一些消极情绪的影响下，学习效率降低了，生活变得没有乐趣了，人生和心情一样，也开始变得暗淡无光了。事实上，从另一个角度看，迷茫与困惑说明我们开始思考和规划自己的人生道路，说明我们长大了，成熟了。另外，迷茫与困惑还说明我们面临很多的选择，而非“华山一条路”。因此，当我们面对迷茫与困惑时，不妨敞开胸怀，理解它，接纳它。当然，需要注意的一点是，我们理解并接纳迷茫与困惑，并不表示我们对其听之任之，不去想办法加以解决。事实上，当我们理解并接纳迷茫与困惑时，我们的各种消极情绪就已经开始随之烟消云散，我们可以心平气和地、理智地对待迷茫与困惑，这有利于我们更快速有效地解决问题，走上快车道。认识世界上最复杂的结构体“自我” 当我们的心态平和下来时，车也能平稳驾驶之后，我们接下来要做的就是分析一下自己的驾驶技术。因为我们必须清楚地知道自己的驾驶技术，以便在选择路线的时候做到“量力而行”。我们的迷茫与困惑很大程度上来源于对

自己的认识不够清楚。比如不知道自己能够做什么？适合做什么？自己喜欢什么样的生活方式？自己真正的追求是什么？自己的人生目标是什么？大学阶段正处于人生的青年期，这一时期正是美国心理学家艾里克森所说的需要建立“自我同一性”的时期。所谓自我同一性，是指对自己是谁、是什么的认识以及对自己的评价。艾里克森指出，假如青年不能形成一致的适当的同一性，就会产生自我怀疑、角色混淆和沉迷于自毁活动。在社会迅速变化时期，解决冲突将会比变化较少的时期更为困难。当今这个时代变化非常迅速，谁也不会想到我们会碰上了金融危机，谁也想象不出未来的日子里我们还会碰到什么巨大的社会变化，因此，这个时代的青年自然面临更多的内心冲突，渴望建立“自我同一性”的需要也更加强烈。对于高年级的学生来说，即将到达人生的下一个十字路口，认识自我，建立良好的“自我同一性”就显得尤为重要和迫切。那么，怎样做到认识自我呢？

1. 问问自己认识自己的心理特征 你需要回答下面几个问题以便进行初步的自我探索：“你最喜欢做的三件事情是什么？”“你最擅长的三个方面是什么？”“你最不擅长的三个方面是什么？”“用三个形容词来描述你的性格”以及“在生命中你最重视的是什么？”这几个问题涉及到认识自我的性格、兴趣、能力、价值观等多个方面。如果条件许可，可以到专业的心理咨询机构进行一些有关自我的心理测试，如“气质量表”、“霍兰德职业测评量表”、“卡特尔16PF”等都是些非常不错的心里测试量表。通过心理测试，可以帮助我们更加准确地认识自己。有的同学

在考研的时候不知道应该选择什么样的专业，其实了解自己的兴趣和特长等心理特征有

利于你选择一个适合自己的专业。如果你毕业之后准备从事与专业相关的工作，那么就建议你：千万不要仅仅因为这个专业热门或者这个专业好考就选择它。因为如果你不喜欢它、不擅长它，在读研期间以及今后的工作中你将会感到很痛苦。想想王熙凤在办公室做文字录入员的情形，你就应该明白其中的道理。对于找工作的同学来说，情况亦是如此。

2 . 审视自己找到自己的优点和缺点 “尺有所短，寸有所长” ，我们每个人都有自己的优点和缺点。现实生活中，我们很难做到将自己所有的缺点都改正而成为一个完美的人，但是我们能做到的是扬长避短、取长补短。这里首先要做的是找出自己的优点和缺点。回头总结一下自己大学这几年参与过的各种活动，包括社团活动、学生科技活动、社会实践活动等，客观评价自己在这些活动中的表现，将有助于找出自己的特长、爱好以及不足。此外，虚心听取老师、朋友、同学的评价也很重要，这样可以发现“他人眼中的我”到底是什么样子。找出自己的优点和缺点之后，如果能发扬优点，改正缺点，当然是最好的；但如果有的缺点一时半会儿确实很难改正，那我们就要考虑在今后的学习、工作和生活中尽量避开自己的缺点，千万不要“哪壶不开提哪壶”，正所谓“资源放错地方就是垃圾，垃圾放对地方就是资源”。

3 . 不要轻易下结论认识自我是一个长期甚至是伴随一生的过程 最后，大家要清楚的一点是，其实认识自我是一个长期甚至是伴随一生的过程。千万不要轻易地给自己下一个最终的结论：“我没有这方面天赋”、“我不适合做这个工作”等。也许我们尝试去做了，我们会发现以前没有发现的自我的另一面。刚刚学会骑车或开车的人，通常都是很兴奋的，因为他

们能够驾驭一个机械的结构体到处游走。事实上，学会认识自己并驾驭自己这个世界上最复杂的结构体，倒应该是更快乐的事。知己还需知彼，方能百战不殆。分析完自己的驾驶技术之后，接下来应该分析的就是不同路线的道路情况。只有摸清了前方的路况，才能将其与自身的驾驶技术做一个很好的匹配。正如《孙子谋攻篇》中说：“知己知彼，百战不殆；不知彼而知己，一胜一负；不知彼，不知己，每战必殆”。因此，我们现在所要做的事情就是：了解所要选择的工作，或考研所要报考的学校、专业、导师等各种情况。下面有几个方法供参考：1. 尽可能获取直接经验 我们到商场买鞋的时候都会有这样的经验，即使知道自己穿多大号码的鞋子，也要亲自穿上鞋子走两步试一试，看看到底合适不合适。找工作或考研选择报考学校、专业的情形也如同买鞋一样，这个工作、学校、专业到底适不适合自己，还得亲自去试一试。比如在找工作的时候，应该尽可能争取到实习的机会。实习不但有助于我们深入了解工作的性质、特点、单位的风气、人际关系、增加工作经验等，同时也将有助于我们了解工作单位所在城市的风土人情、生活习惯等，这些都将对我们作出最后的就业决策提供非常重要的参考信息。如果选择考研，尤其是报考本校的研究生，可以通过与导师面对面的交流来了解导师的学术领域、专业前途以及导师的要求等；如果是报考外校，也要尽力争取一些直接接触和了解的机会，获取直接经验和一手资料。如果有可能，最好能在本科阶段参与导师的一些课题研究或者为导师打打杂、跑跑腿。这样不但可以增进你本科阶段专业知识的学习，还能让你对进行科学研究有更多的感性认识。2. 不能忽视间接经验 当我

们没有办法到商场亲自试穿鞋子的时候，我们会通过查阅相关资料、咨询专家等方式获取一些关于鞋子的信息，最后做出是否购买的决定。依此类推，当我们没有办法到单位实习时，我们一定要善于利用网络、人际关系等，多渠道了解工作的相关情况。如果没有办法和导师有面对面交流的机会，我们可以通过查阅导师的学术著作、给导师发电子邮件等方式来了解导师的研究领域和要求等，也可以努力争取，通过网络等方式联系上导师的学生，来了解相关情况。总之，无论是采用什么方式，最终要达到的目的就是知道前方的路况如何，做到“知彼”。千万不要出现中国古代包办婚姻中的情形到了新婚之夜才知道自己的终身伴侣是什么样子，那时就悔之晚矣了。选择一条道路，勇敢地走下去了解了自我的情况，也知道了前方的路况，自然就能选出该走的路线了。当车已经上了路，如果我们为了反复地思索自己的路线是否正确而减慢车速，徘徊不前，或者干脆将车停在路边继续观察路况，甚至将车开回十字路口，准备重新做选择，长此以往，那么我们可能会成为最后一名到达终点的人，甚至可能永远在十字路口徘徊。这时候，我们需要做的事只有一件：朝着目的地安全、稳定、快速地行驶。在这个过程中，以下几点是我们特别要留意的。1. 不要瞻前顾后，患得患失生活中有不少人在做出决策开始行动后，往往会瞻前顾后，患得患失。尤其是看到周围有人获得了成功而自己还一事无成时，往往都会回过头来，怀疑自己当初的决定是否正确。而事实上，这样一种心态反而会影响我们正在前进的步伐，使我们难以做到全力以赴。所以，一旦我们在知己知彼的基础上作出了决定，我们就应该义无反顾、心无旁骛地走下去。

2. 看到自己一点一滴的进步 在前进的道路上，我们不可能一帆风顺。对于考研的同学来说，紧张、辛苦的复习可能至少需要半年的时间；对于找工作的同学来说，可能投递了上百份简历才得到一次面试的机会，可能面试了几十家单位才能最终将工作定下来。在这个漫长的过程中，我们可能看不到任何成功的希望，于是我们会变得灰心、沮丧。心理学研究表明，如果一个人长期努力得不到哪怕一点点的成功，那么这个人就会变得“习得性无能为力”，会对自己整个人完全失去信心，甚至对自己的特长也会产生怀疑。解决这一问题的最好办法，是看到自己一点一滴的进步，用自己在成长过程中的哪怕是一点小小的成功来鼓励自己，增加自己的信心和勇气。比如说，面试过后虽然没有被录用，但是可以从面试中找出自己的问题所在，看到自己这次面试比上次面试进步的地方；英语复习虽然还是不尽如人意，但是可以看到自己比刚开始的时候进步了很多。（百考试题）这样，我们会欣喜地发现每一天自己都是崭新的、进步的，这样的一种自我感觉能增加前进中的勇气和信心。

考研：做最坏的打算，朝最好的方向努力 有不少准备考研的同学，看到现在媒体上一些类似“硕士生集体应征猪肉佬”之类的报道后，对考研产生了怀疑，对读完研究生之后的就业、生活等感到没有希望。虽然很多人在准备考研，但其实心里一直在嘀咕：考研会改变我的生活吗？现在好多研究生都找不到工作，我还应该考研吗？事实上，这与我们的期望值有很大的关系。一般情况下，我们很多考研的同学在潜意识里都会认为读研能彻底改变自己的生活，自己研究生毕业后一定能立即步入上层社会。抱着这样一种期望，自然接受不了目前研究生就业



或者生活所必须面对的残酷现实。心理学研究表明：我们的情绪会受期望的影响。同样的一个结果，如果当初期望很高，我们往往会失望；而如果当初期望很低，我们往往会感到很惊喜。这就是所谓“意外之喜更加觉得喜上加喜”的奥妙所在。对于考研的同学来说，一定要降低自己过高的期望值，将考研看作是增加知识、提升个人能力的过程，而非将自己带到人间天堂的捷径和阶梯。因此，我想送给考研的同学们一句话：“做最坏的打算，朝最好的方向努力”！从一名普通的劳动者成长起来 让我们先来看看下面两段话。“大学生已经成为普通劳动者。高等教育的普及，让普通劳动者接受高等教育的梦想成为现实。反过来，越来越多的接受过高等教育的人成为社会新增劳动力的重要组成部分。我们要接受的一个现实是，大学生成了素质比较高的普通劳动者。”这是2006年教育部有关部门负责人在接受媒体采访时表达的观点。“大学生是普通劳动者，并不是说他们不可能成长为社会精英。但是，精英必须在基层中成长起来。”教育部部长周济如是说。在这里跨考的前辈们想跟所有的大学生朋友说的就是，相信自己能成为社会精英，但前提是首先把自己当成一名普通劳动者，要让自己从基层中锻炼和成长起来。无论做什么样的选择，都必须脚踏实地去努力。加油，相信自己! 特别推荐：综合辅导之又到人生态道口：你准备好了吗 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)