

## 一、定义

生涯人物访谈，是通过与一定数量的职场人士（通常是自己感兴趣的职业从业者）会谈而获取关于一个行业、职业和单位“内部”信息的一种职业探索活动。

## 二、意义

生涯人物访谈，作为一种获取职业信息的有效渠道，能帮助求职者（尤其是在校大学生）检验和印证以前通过其它渠道获得的信息，并了解与未来工作有关的特殊问题或需要，如潜在的入职标准、核心素质要求、晋升路径和工作者的内心感受，这些信息也是通过大众传媒和一般出版物得不到的。通过生涯人物访谈，在校大学生还能正确认识自己的优势和不足，以便于自己更加清楚地定位职业角色以及发现未来职业发展的切入点，制定更加合理的大学学习、生活和实习计划，而且，还可以和生涯人物建立长期联系，扩大自己的人力社会资本。

## 三、操作流程

### （一）了解自己

了解自己是整个生涯人物访谈工作中非常重要的一环。你对自己了解越多，生涯人物访谈时就会越专业，也就越有可能找到既开心又令人满意的工作。

借助一定的工具（如霍兰德职业兴趣类型测试、

---

---

MBTI 职业性格测试、职业能力测量表、职业价值观自测量表) 或测评软件 (如吉讯职业规划在线测评) 分析自己的兴趣、性格、技能和工作价值观。

注意: 各种测评工具或软件仅作为一种帮助了解自己的途径, 而不能因此给自己贴标签。

## (二) 寻找生涯人物

通过分析自己的兴趣、性格、技能、工作价值观, 将分析结果与自己的教育背景和已掌握的职业知识相结合, 列出未来可能从事的 3—5 个职业, 然后在每个职业领域寻找 3 位以上的在职人士作为生涯人物。

生涯人物可以考虑先从熟悉的人开始。你的亲朋、师哥师姐, 专业老师等, 也可以是他们推荐的其他人。不过每个被访者的结构应合理, 符合以下要求:

1. 生涯人物的职业应是自己心仪的, 或与本人所学专业相关、相近职业群中的一种;
2. 三位生涯人物既可以是不同的职业种类, 也可以是同一种职业的不同职业岗位;
3. 每个职业领域的生涯人物结构合理: 既有工作了一定年限的长辈或成就卓著的中高层人士, 也有初入职场的新人, 或者默默无闻的基层人士;

## (三) 结合目标职业信息设计访谈问题

一旦访谈职业和访谈人物确定之后, 接下来要准备的就是访谈的文案工作。

---

---

首先，正式访谈前，对生涯人物的信息掌握得越全面越好。除了姓名、职务和联系方式，对于在访谈人物讲话、文章或者大众传媒和单位网页上获得的信息要尽可能多地收集和熟悉。

其次，要结合目标职业列出访谈提纲，这将有助于访谈内容的深入，收效会比较高。

最后，还要为自己准备一个“30 秒的广告”。因为在访谈过程中，访谈人物有可能会问到你的职业兴趣和求职意向。访谈提纲设计问题可根据个人的访谈性质参考以下问题集锦：

#### 访谈性质 A (针对就业)

问题 1：您为什么选择这个职业？

问题 2：您是如何找到这份工作的？

问题 3：您认为做好这份工作应该具备哪些知识、技能和经验？

问题 4：目前，行业内要求从事这份工作的人应该具备什么样的教育和培训背景？

问题 5：您认为什么样的个人品质、性格和能力对做好这份工作来讲是重要的？

问题 6：这项工作需要的个人品质、性格和能力同别的工作要求的有什么不同吗？

问题 7：行业内，单位对刚进入该领域工作的员工一般会提供哪些培训？

---

---

问题 8：在行业内，先从什么样的工作岗位做起能学到最多的知识，最有益于发展？

问题 9：据您所知，从事这种工作的人在单位或者行业内发展的前景怎样？

问题 10：您认为这种职业的发展前景怎么样？您对您的公司怎么看？

问题 11：最近这个行业和工作因为科技进步、经济的全球化发生变化了吗？

问题 12：您如何看待该单位的组织文化和该领域的工作方式在将来的变化趋势？

问题 13：男女工作者在这份工作上机会均等吗？

问题 14：平常，在工作方面，您主要做哪些具体工作？从事这项职业的人都做这些工作吗？

问题 15：从事这项职业的工作条件怎么样？比如说工作环境、工作时间、工作着装等有什么具体要求？

问题 16：您对从事这种职业有什么看法或评价？就您的工作而言，您最喜欢什么？最不喜欢什么？

问题 17：您在做这份工作时，什么是最成功的，什么最有挑战性？

问题 18：从事这份工作对您的生活有什么影响？家人对您现在的工作满意吗？

问题 19：在您的工作领域里初级职位和略高级别职位的薪水一般是什么水平？

---

---

问题 20：据您所知，有什么职业杂志、行业网站或其它渠道能帮助我深入了解这个领域？

问题 21：根据你对我的教育背景、技能和工作经验的了解，你认为我在做出最终决定之前还应在哪个领域、什么样的工作上进行深入调查研究呢？

问题 22：您认为我如果从事这项职业还需要做好哪些准备？请您给我提些建议好吗？

问题 23：我还想和业内其他人士谈一谈，您的熟人中有谁能够成为我下次采访的对象吗？可以说是您介绍的吗？

#### 访谈性质 B(针对考研)

问题 1：您是通过保研还是考研来读研的？你们学校考研的录取比例怎样？

问题 2：这个专业保研的途径有几种，本校和外校分别要什么条件，各有什么程序？

问题 3：这个专业考研考哪些课程？录取分数一般是多少？面试怎样进行的？

问题 4：准备这个专业的考研时，应重点复习哪些知识，答题时要注意什么？

问题 5：在您就读的学校，有公派留学的机会吗？一般比例有多少？

问题 6：这个专业在全国和这个学校是什么地位？毕业生一般从事哪些工作？

---

---

问题 7：目前这个专业的毕业生初次就业时，单位给的待遇怎么样？

问题 8：目前在这个专业里有一定工作年限的毕业生的收入一般是什么水平？

问题 9：据您所知，这个专业有博士点吗？有哪些知名的学者招研究生？

问题 10：这些学者在研的课题项目是什么？

问题 11：哪些老板（导师）的研究生出成果多？

问题 12：哪些老板（导师）对学生很关心？

问题 13：您对现在的研究生生活满意吗？每天都做些什么？

问题 14：您这个专业要达到什么标准才能毕业？

问题 15：在您这个专业学习，需要在大学期间学好哪些课程？

注意：

1. 以上问题仅供参考，各人提的问题要根据自己的具体情况设计，也可视不同职业灵活调整访谈内容。但无论如何通过访谈，目的是要从生涯人物那里获得对自己有用的信息。

2. 设计的问题可以封闭式为主，既节约时间，又能得到需要的答案。

3. 问题设计得要尽量口语化、易懂。

（四）预约生涯人物

---

---

预约方式有电话、QQ、电子邮件和普通信件等，其中电话最好。预约时首先介绍自己，然后说明找到他的途径、自己的采访目的、感兴趣的工作类型以及你对他的人品或工作成就的兴趣点等。如果生涯人物能和自己见面，就感谢他能够接受采访，并确认访谈方式、访谈日期、地点和时长（通常 20 到 30 分钟）；如果生涯人物不能和自己见面，就问他能否给出五分钟的时间进行电话采访；如果还是不行，就表示遗憾，并请求推荐一位与他所从事工作相似的人，如果得到了被推荐人的名字，就表示感激。

注意：1. 联系前的准备要充分，电话联系时还应备好纸和笔，以备临时电话采访。

2. 联系时一定要礼貌，时间要短。

#### （五）采访生涯人物

采访方式可以是面谈、电话访谈、QQ 访谈，最好是面谈。面谈前，采访者一般可以用已经从其它渠道了解的生涯人物的好消息轻松打开话题。之后就可以按设计好的问题开始访谈了。遇到生涯人物谈兴正浓时，采访者要乐于倾听，给生涯人物留出提供其他信息的机会。在访谈结束时，请生涯人物再给自己推荐其他相关的生涯人物。这样就可以以滚雪球的方式拓展自己的职业认知领域。

注意：

---

---

1. 面谈前，应征求生涯人物的意见，视情况对谈话进行录音、或书面记录、或不记录。

2. 面谈一定要守时、简洁，不浪费他人时间。

3. 结束时，可以向生涯人物赠送小礼物和一些关于学校和自己所学专业的宣传材料。

4. 访谈结束后，对于不允许访谈现场记录的内容应迅速补记。

5. 采访结束后一天之内，要通过合适的方式表示感谢。

切记：生涯人物访谈只是作为一种探索外部环境了解工作世界的途径，帮助个人了解和证实某个行业和职业的信息，发展一些在未来求职中的人脉关系，因此，不应将生涯人物访谈当成获得与雇主面试的机会。此外，访谈中有两个问题是必须要问的：

一是：你认为自己最成功的地方在哪？最不成功的地方在哪？最喜欢的是什么？最不喜欢的是什么？

二是：以你的观点来看，我要想做到你目前的位置最快的捷径是什么？

#### （六）用职业信息加工的观点来分析

在一个职业领域采访三个以上的生涯人物后，就可以对照之前自己对该职业的认识进行比较，找出主观认识与现实之间的偏差，确定自己是否适合这一行业、职业和工作环境，是否具备所需能力、知识与品质，进而详细制定大学期间的自我培养计划。如果访谈结果与自



---

己之前的认识出现严重脱节，就有必要进入另一个职业领域开展新一轮生涯人物访谈了！不管自己在生涯人物访谈的哪个环节中出现了疑惑，都可以向大学生职业规划教研室进行个体咨询（3786601），你也可以向本学院的任课教师咨询。

#### 四、“寻找我的引路人——生涯人物访谈”访谈技巧集锦

（一）我不知道自己能干什么，毕业后要去干什么？现在特别迷茫，怎么办？

答：请您去做生涯人物访谈，让那些生涯人物教您怎么办。

（二）我计划上研究生，有必要开展生涯人物访谈吗？

答：有必要。在选择城市、学校、专业和导师时，在复习内容和方法上，如果不向有经验的老师和研究生了解详细信息会很被动的。相关老师和研究生就是您的生涯人物。

（三）如何让生涯人物心甘情愿地接受采访？

答：这里需要借鉴新闻采访的经验。首先尽量在校友或亲朋中确定生涯人物；其次要对生涯人物的基本信息有一个了解，越多越好，都可能成为访谈中的话题；再次您还应该在采访开始时给生涯人物一些正面评价，

---

---

并表示除了他之外，您再也找不到更合适的人了，让其无路可退，还心甘情愿。

（四）如果对方还是不愿意接受采访呢？

答：可以表示自己的迫切愿望，也可以跟他另约时间，实在不行就请他推荐别人。

（五）如何让生涯人物说真话？

答：第一要尽量面谈；第二要选择采访场地，公众场合是不能让人放松的，当然选择过于隐密的地方也要注意安全（提醒：出行前要将您的行程告知家人、朋友！尤其是女生）；第三要适当地说一些自己的情况，以博得对方的信任；第四要告知生涯人物，您的采访是匿名的，不会在任何场合公开。

（六）进行采访时有什么礼仪？

答：第一，言语要礼貌；第二，服装要得体，整洁是必须的，还要考虑被采访人的身份和采访场地，做到得体就行；第三，手机当着被采访人的面关闭或调成静音。

（七）如何问生涯人物的薪资待遇等隐私性的问题？

答：这不完全是隐私。一般可以采用封闭式的方法提问，如您收入在 2000-3000 元/月？3000 以上？另外，就是可以绕开生涯人物问这个行业、这种岗位的平均收入水平。

---

---

（八）生涯人物应该是成功的吗？采访中高层的人士更好吗？

答：成功的定义有很多种，当然生涯人物应该是自己比较认可的。在采访的生涯人物中一定要有初入职场的新人，不要好高骛远。

（九）为什么采访的生涯人物必须是 3 个以上？

答：因为人数太少，其阅历和观点难免片面，难以让您收集到真实的职业信息，实践证明 3 个已经是最低要求。

## 五、它山之石

（一）生涯人物访谈：访金融理财师郝刚

1. 请问您是怎样找到这份工作的？

郝刚：首先是通过招聘会进入了银行。不过我最近取得了 AFP 认证后，就已从事有针对性的客户理财服务。

2. 在工作岗位上，您每天都要做些什么？

郝刚：每天的工作并不是很有规律，不过针对客户，主要有这么几个理财阶段，这些就是我工作的内容。

建立与客户的关系：解释并以书面形式说明将向客户提供的服务，严格界定我以及客户各自的责任，并对其薪酬给付方式向客户明确说明。理财师与客户应就合作期限及决策方式达成一致。

收集客户金融信息，包括客户理财目标：向客户收集有关信息，就客户个人生活目标及理财目标的构想进

---

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/748004076130006103>