

目录

CONTENTS

适应篇

001

是“游离逃避”还是“适应融合”……002

找准“病灶”，药到“病”除……008

是“绊脚石”还是“触发器”……014

“速度”与“激情”……018

“兴趣”与“执念”……022

找到自己的跑道……027

拥抱世界前先学会认同自己……032

探索篇

039

及时调整方向，我还来得及吗……040

做个“求职行动派”，打破“生涯不确定”……047

“现实”的选择……052

拨开考公的“迷雾”……059

人生岔路口如何走……063

从“灰姑娘”到“宝藏女孩”……068

走出“躺平”的世界并没有那么难……075

跨专业考研，我能行……080

拒绝盲从，从心出发……089

抽丝剥茧，找到合适的道路……093

如何正确认识自己……096

戳破毕业生就业“摆烂”心态的窗户纸……105

发展篇

113

“卷不动”又“躺不平”……114

拿什么拯救你，我的求职之路……121

授之以鱼，更要授之以渔……125

访企拓岗，助力就业梦想……131

“适合”才是最好的护航……135

选择自己热爱的，我还可以吗……139

从考研失利到乡镇选调生……145

探索多项选择中的“最佳选项”……149

决策篇

153

“焦虑”的反义词是“具体”……154

走出迷茫，全力“冲鸭”……159

“深入探索”助力走出“选择困难症”……166

打破选择“纠结”的怪圈……174

考研、考公、就业，我该何去何从……178

当“理想兴趣”遇到“现实需要”……182

与其随波逐流，不如倾听自己……187

延期毕业，能否真正摆脱困难……191

读博，是坚持还是放弃……195

考研失利同样可以实现梦想……200

考公与就业，哪个才是我的最优解……206

决策是立足当下需求还是长远发展……211

搏一搏，也可以掌握主动权……215

“三岔路口”的选择没我想象的那么难……220