

# 良师益友七载情

■文 / 张琳 (GEMBA 2001)

一眨眼，自己已经在“良师益友”项目中打磨了七年，经历了无数次探讨职业和自我发展的对话。

当我键入“七载情”这三个字时，心中又感受到了七年前首次选择学员时的兴奋。那时我刚刚告别职业经理人生涯，准备开启作为企业教练的人生下半场。我凭着一腔热情和对年轻人的欣赏，每月与每位学员约谈一小时，指导他们的发展。而中外学员性格、文化背景和人生经历迥异，让我从他们身上懂得了差异的美好，学会了用多元的视角看待世界。

而每年选择新学员时，我渐渐养成一个习惯，就是读一读他们在申请导师时写给我的那段话。虽然我们彼此很陌生，但如果学员在了解我的职场经历后，能够以文字打动我，缘分就尽在不言中了。

至今，我已经带过 26 位学员，他们中很多人都在工作中取得了晋升，并且组建了家庭，事业生活双丰收。我们每年都会组织一两次聚会，分享各自的生活，并探

讨各种职场热点话题，例如，如何与同事建立舒适的合作关系，如何在高压、快节奏的生活中平衡工作和家庭，如何把握提升和发展的机遇，等等。

曾经有一位学员给我留下了很深的印象，当我们在探讨他的职业道路时，模拟设计了好几条路径，如打工、咨询、创业等，而他对每条道路都有自己独到的见地，而当我们从人生的全局去看这些道路时，他自然而然地添上家庭这个极其重要的元素。有清晰的规划，准备好一路向前的人，是无所畏惧的。我特别欣慰地看到，他今天的生活比七年前的规划更加充实和精彩，事业和家庭犹如并蒂莲，相得益彰。

还有一位学员我也非常欣赏。她有主见、有学习力和行动力，敢于把自己放在完全陌生的环境中，跳出“舒适圈”，探索新的职业轨迹并不断发掘自我潜能。每次相聚我都要她讲讲近来的经历，因为里面都是有趣的人和事。





七年来，我在这个项目中结识了一群“导师+校友”的好朋友，为了让项目更加有趣，我们还按照每人加入的年份称其为“几年级导师”。有时候我们聊起为什么会选择参加这个项目并坚持下来，导师们都表示，自己在指导过程中学到的东西不亚于学员的收获，尤其是在自我觉察和辅导能力这两方面。

最近，我也在思考一个问题，成为一位出色的良师益友项目导师，究竟需要怎样的修为？当我们忙忙碌碌、身心俱疲时，是与学员们促膝聊天，共同探索内心世界的好时机吗？当我们带着自己的价值观去审视和评判年轻学员，试图指点他们的人生道路时，我们的建议和忠告是否真的可以帮到他们？

思考之后，我觉得还是用四个“心”来概括一下我所理解的导师需要具备的素质：

**1. 责任心。**导师视帮助和鼓励学员为己任，不断给予学员认可，成为学员乐于与之分享的倾听者。

**2. 好奇心。**导师要对学员的生活经历、生活方式、职业理想和思维模式充满好奇，愿意在深层次与学员沟通各种话题，不会自我设限，也不会盲目说教，以“一切皆有可能，勇敢跳出舒适圈”的心态鼓励学员大胆探索和尝试。

**3. 同理心。**以“从背后环绕”学员的状态，去换位思考，真正理解学员的内心世界。

**4. 包容心。**以开放的心态和尊重的姿态去包容学员的“与众不同”，虚心向学员学习。当思考的视角从单一转向多元时，学员和导师的思维都会敞开新的空间，去迎接新的可能。

在过去七年中，得益于良师益友项目，我也在职业发展辅导领域积累了一些心得。自去年开始，我整理了自己关于职业发展的一些观点，写了17篇系列文章，发表在微信公众号4E4U上，希望帮助更多的年轻人通过思考与实践，在职业和人生中获得自己的一席之地。

一年一度的良师益友项目即将拉开序幕，我期待去年的学员有新的发展和突破，也兴奋地准备好迎接今年的新学员。每个人的人生道路不尽相同，但在路途中遇见一位导师，结交一位朋友，也许会成为你生命里一道美丽的风景线。