

程序员 职场第一课

张大志 (Leo) 等著



走入社会的开始之书，让新人走好第一步的方法书。

书中提供的方法也许不能在几天内完全解决您在职场中所面临的问题，
您把它当成一副眼镜，戴着它可以把社会看得更加清楚明了。

让您的世界更有意义！



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

程序员 职场第一课

张大志 (Leo) 等著



电子工业出版社
Publishing House of Electronics Industry
北京•BEIJING

内 容 简 介

有些知识在学校里不讲，但是进入社会之后又特别需要；有些技能公司不会告诉我们，但是又让我们必须掌握；有些智慧不实践根本无从知晓，但是初入职场的我们又因缺少这些智慧而四处碰壁。

从上面提到的知识、技能和智慧出发本书按照四个不同方向与大家进行了分享，分别是行走职场三大基本素养、事业帮忙三福星、职场生存五技能和初入职场 36 问。这是一本写给社会新人的生存手册。

本书内容是长达三年每周两次的新人入职培训的精华所在、是作者十几年的亲身社会实践总结，掌握本书全部内容也许会让您的职业之路走得更顺畅，也许能让前进的路更加明晰，也许能开启您的智慧之门。

本书配套课程将由作者 Leo 在互联网上定期免费开讲，具体时间表见 <http://blog.csdn.net/jobchanceleo>。

让新人的职场之路不再迷茫！让我们时时能看到希望！让智慧的光芒照进职场！

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

程序员职场第一课 / 张大志等著. —北京：电子工业出版社，2010.5

ISBN 978-7-121-10671-2

I. ①程… II. ①张… III. ①程序设计 IV. ①TP311.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2010）第 060987 号

责任编辑：董 英

印 刷：北京机工印刷厂

装 订：三河市鹏成印业有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路 173 信箱 邮编 100036

开 本：720×1000 1/16 印张：11 字数：194 千字 彩插：2

印 次：2010 年 5 月第 1 次印刷

印 数：5000 册 定价：28.80 元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至 zltz@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。

序

中国绝大部分的公司是中小型公司，由于资源有限，很难对员工进行系统的职业培训。工作技能还可以在工作实践中不断增长，但员工的职业素养以及职场技巧的缺乏却是很多中小公司发展壮大的局限所在。

培植初入职场的年轻员工，对任何公司的管理者来说都是个挑战。初生牛犊的他们拥有无与伦比的热情，但又大都缺乏一些职场常识。行走职场有很多技巧，工作中处处需要，学校课本里却不教。如果没有人为他们指点迷津，那些经验只能靠自己慢慢体会和经历。

没有人否认职业素养对于成长的重要性，但在自我提升之路上，很多人都慨叹走过不少冤枉路。Leo 结合自己十余年职场打拼的经验写就《程序员职场第一课》，从基本素养和人际关系讲起，介绍职场中的必备技能，给新人打开一扇了解社会真实需求之门。掌握这些技能，会让这些年轻人有机会在最短的时间里完善自己，让他们在竞争激烈的人才市场上取得更多竞争优势。公司招聘时往往更看重具备综合能力的求职者，这可以省去很多额外的显性与隐性培训成本。

希望 Leo 能达到他的目标：帮助新人更快地了解职场所需要的技能，更快地融入社会，开辟属于自己的未来！

蒋涛

CSDN&《程序员》杂志创始人

编辑手记

——播种希望，收获成功！

什么人敢夸海口写“职场第一课”呢？是 Leo（张大志），一个用三年默默坚持换来国内最大技术人员社区 CSDN 排名第四的博主（PV 突破 300 万，好友超过 5400 人）。他的博文每一篇都与职业规划息息相关，讲程序员如何定义职业方向，讲如何走出属于自己的路，讲面试中的种种门道，唯因如此 Leo 才能得到程序员的广泛关注与认可。

十几年 IT 领域打拼的他除本人经历从职场小白走向成熟的过程外，也见证了很多程序员的成长。《程序员羊皮卷》出版后有读者来信希望详述初入职场部分，我们商量后就有了您手中这本“社会新人的指导手册”——《程序员职场第一课》。学校课本里没写到的社会真相，本书基本都有涉及，从如何提问、如何沟通，到如何在工作中保持平衡，再到初入职场 36 问。书中案例全部来自现实，对您可能会更具启发意义。

作为本书编辑，我亲历了整个写作过程，从目录、样章的撰写到全书成型后的改版。即使是一线作者，Leo 写就本书的过程仍然充满艰辛。近半年里，数次凌晨收到他的邮件就细节征求我的意见，如此才能成就内容的精彩，您在会心一笑的同时必然也能体会努力付出。此外，本书配套的课程 Leo 还会在网上开讲与大家分享，请您关注他的博客。

也许《程序员职场第一课》无法为您铺就职场的康庄大道，但是它却能为即将步入社会或者刚刚进入复杂职场的您提供些许参考与借鉴，让前路变得更加光明，让未来更值得期待。

播种希望，收获成功！

本书策划编辑

袁金敏

2010 年 3 月于北京

“程序员职场三步曲”

诞生记

“拥有属于程序员自己的职业生涯手册”可能是很多中国程序员的愿望，写出这套手册则是我的梦想。

缘起

走入 IT 行业十几年，我从中关村起步之后到邮政系统三大系统集成商，再到国内最大的软件过程改进咨询公司，继而成为 IT 行业的猎头，再转入企业成为 HR，这期间接触了成千上万名程序员，大家沟通时常常感慨程序员很多，但很少有人真正关心他们的职业困惑和成长。很早就看过温伯格的《理解专业程序员》，大师的经典之作让我学到很多，同时也引发了写套“中国程序员的职业规划手册”的想法。

2009 年我对写过的文章进行梳理、加工，加入全新的系统思考和完备的案例，写出了《程序员羊皮卷》，此书付梓经历让我至今难忘。2009 年 7、8 月间，我拿着书稿奔走于各出版社和书商之间时处处碰壁，有家出版社说：“程序员都是搞技术的，您这书也没谈技术啊！如果能搭配技术书一起出，我们会考虑考虑……”；某书商告诉我：“程序员都不太关心职业规划，他们不会掏钱买这种书的，他们只关心技术……”；有人找上门来说：“我们帮您自费出版吧，价格优惠……”。

很难相信的是：时至今日，还有些人认为程序员是机器代码的一部分，认为他们没太大必要规划自己的职业之路，认为他们不会也不必关心自己的发展与未来，能跟上技术潮流就行了。

我想提醒很多人的是：“**程序员也需要被当成正常人去理解。只有真正的人才有机会追赶技术潮流，才不会被淘汰，才可能不断学习。**”

成型

值得高兴的是，电子工业出版社最终接纳了《程序员羊皮卷》，并促成了它的出版。图书上市半月即获北京线下 IT 图书排行榜第一的成绩，被网友称为“程序员的职业健康手册”。之后不断有朋友写信希望我能在此领域有所扩展，一位网友来信说“书中有颇多意犹未尽之处”。

于是我终于有机会实现自己写系列丛书的想法，出系列书向来是一荣俱荣、一损俱损的事情，出版社要担比较大的市场风险。反复沟通后，我们形成了出版“程序员职场三步曲”的共识。

三步曲分别是：

《程序员羊皮卷》——职场健康书，讲述职场之中的各种现象与应对方法。

《程序员职场第一课》——走入社会的开始之书，让新人走好第一步的方法书。

《程序员求职第一书》——从职场新兵到宿将都需要的求职宝典。

系列丛书不但形成了自己的体系，还配有教学光盘，让读者全方位掌握相关方法与知识。

所有的书都会经历“从构思到大纲、样章再到初稿、修改稿、终稿”的过程，其中的辛苦与困难可能只有作者自己能有所体会。

非常高兴“程序员职场三步曲”系列丛书能有机会与大家见面，实现自己的价值，完成自己的使命与任务。

延续

如同程序员不会停止职业道路上前进的脚步一样，希望大家能不断批评与指正本系列丛书，让“程序员职场三步曲”在出版之后仍然能够不断自我完善与健全。

您有任何问题或者针对本系列丛书的意见，都可发邮件给我（Zhaopinpro@gmail.com），本人一定会尽力解答。

在中国，研发行业之前是、此后也必然是高速发展而且充满机会的行业，我们有幸投身其中就应该紧紧抓住机会，运用自己的知识，为自己赢得美好的未来。

毕竟，预见未来的最好方法就是创造她！

最后，感谢大家一直以来的支持与关注！

本系列丛书作者 **张大志**（Leo）

前言

——徘徊在地狱与天堂之间的我们

在《程序员羊皮卷》中，我们看到了：

- ✓ 大学如何度过
- ✓ 初入职场第一年
- ✓ 判断公司情况
- ✓ 正确面对职场压力
- ✓ 程序员与劳动法
- ✓ 程序员职场心态
- ✓ 加钱问题
- ✓ 职场政治
- ✓ 猎头招数
- ✓ 创业话题
- ✓ 职业规划九大工具箱
- ✓ 附送光盘中包括 CSDN 总裁谈创业、如何考核以及三招找到好工作

出版之后收到很多读者来信，不少朋友希望我能更详细地分析与总结程序员走入职场时遇到的困难。客观地说，是热情的读者来信催生了《程序员职场第一课》的出版。

其实每次在大学做讲座时，我都会遇到基本相同的问题，都会遇到有类似困惑的大学生。比如：

- 走入社会，我应该具备哪些技能？哪些心态？
- 总听到有人猝死的消息，工作压力真的很大吗？
- 社会上的人，对我们到底是怎么看的？
- 应该如何与公司里的人交朋友，公司里无朋友是真的吗？

看着面前充满期盼的年轻人，我会告诉他们职场中的现实，同时心里也知道，因为时间关系，我回答的远远不能满足大家的需求。于是我有了最初写书

的想法。

走入社会之后，年轻人慢慢变得成熟，有时过程充满痛苦，比较典型地反映在我们对自己价值判断的不确定性上。工作形势一片大好时，我们会倾向于认为是自己努力的结果，找到一份好工作是因为我们足够优秀，得到了加薪与升职是因为我们足够优秀，别的公司来挖我们是因为我们足够优秀；工作形势有时则是阴晴不定的，年轻的我们在受到打击后，多半会大幅度地降低对自我的评价，有时甚至认为自己一钱不值。比如：求职受挫是因为我们不够优秀；公司长期不给我们加薪是因为我们不努力；裁员名单里有我们的名字是因为我们不够好。

在没有找到自己准确的定位时，我们都会在自信的天堂与自卑的地狱之间徘徊!!!

让大家了解自己的真正价值，自己应该具备哪些必要的能力，以及如何应对现实中出现的问题是本书存在的目的与价值。能做到“不以物喜，不以己悲”的人或许不多，但是需要大家记住的是：“自身的价值并不会因外界情况的变化而有所增减，工作就是我们不间断地积累和努力为自己增值的过程。”

本书适合人群

本书读者可分为两类。

(1) 正在学校学习、准备将来进入 IT 行业的读者。本书可以提供职场必备的基本技能和工具，让您提前做好准备。

(2) 已经进入 IT 行业、具有一定工作经验并希望提升自己的读者。相信书中提供的思考方法和技巧能促进您的职业发展，让您更上一层楼。

本书内容

全书分为 4 章。

第 1 章 行走职场三大基本素养

内容包括：正确地坚持、良好沟通、学会提问。其中的例子也许能让您真切地感受到现实的残酷，但是请相信掌握此三种武器之后再出发，我们会更自信。

第 2 章 事业帮忙三福星

本章讲到职场上的人际关系地图，其中能帮到我们的三个朋友：导师、同侪和贵人，以及如何找到他们。“一个好汉三个帮”的道理人人都懂，但是“别人是如何帮助我们的、能帮到多少”却很少有人提及，希望看过本章之后对您会有所启发。

第3章 职场生存五技能

五技能分别是：掌握职业生涯关键点、正确维护自己的权益、巧写邮件提升自己、用好演讲有效展示自我、掌握平衡让自己更健康。像出国必须考 GRE、托福一样，如果不考很能说明问题——申请者英语不行。本章中提到的五技能是职场前进的基石，如果我们没有完全具备，那么无论从哪个角度上讲都对自身职业发展不利。

第4章 初入职场 36 问

有针对性、简要地回答刚入职场的朋友（包括即将毕业的大学生、培训班毕业的学生等）会遇到的五类典型问题，这些问题以我的现场讲座中听讲者提出的问题 and 读者来信中读者提出的问题为基础，尽量涵盖全面。

案例

书中案例全都来自于现实，精心筛选之后更具备相当的典型意义，熟悉其解决方法之后，对我们的职场之路会起到指导作用。其中一部分案例来自我的博客，入选本书后我又对这些内容进行了深入剖析和诠释，相信会让您收获更多。

配套课程

本书配套课程将由作者 Leo 在互联网上定期免费讲解，课表请见“<http://blog.csdn.net/jobchanceleo>”。

课程内容包括：

- (1) 良好沟通确立职场位置
- (2) 职场人际关系探秘
- (3) 职业生涯基础理论
- (4) 职场维权窍门

(5) 学会展示自己

(6) 掌握平衡，让自己更健康

(7) 职场心态解读

书中提供的方法也许不能在几天内完全解决您在职场中所面临的问题，我希望您能把它看成一副眼镜，戴着它可以把社会看得更加清楚明了，让这个世界更有意义。

书中存在的问题

作为作者，我为书中出现的所有错误承担责任。如果您发现书中有错误或者需要改进的地方，非常欢迎发邮件给我（Zhaopinpro@gmail.com），我会在重印时进行修订。

非常感谢电子工业出版社各位朋友，尤其是袁金敏、葛娜、董英、安娜四位老师对我的大力支持和鼓励。有了他们的支持，本书才有机会与您见面。

在本书撰写的过程中，以下朋友曾给予我极大鼓励，在此表示感谢（排名不分先后）：冯占涛、范宣庭（www.hdz8.cn 站长）、黄海、罗嗣金、龚亮、高兴坤、南建星、吴旻、夏锦泉、郑增远、张彬、张燎。在文字细节和目录结构的修改方面，特别感谢好友吕娜给予的无私的支持和帮助，书中的部分照片由好邻居孙恺先生帮助拍摄，特此感谢。

其他合著者包括：万法兰、张振东、孙砚茹、万江绪、徐进花、张振西、叶中淑、张振寰、孙连生、颜玉红、万新排、谢兰英。

目 录

第 1 章 行走职场三大基本素养	1
1.1 正确地坚持	1
1.2 良好沟通	18
由沟通谈程序员的基本素质 / 加薪与沟通 / 直面批评 / Leo 锦囊：即时通信工具（IM）使用原则	
1.3 学会提问	32
好的提问者 / 有效沟通、巧妙提问 / 如何运用答案	
第 2 章 事业帮忙三福星	46
2.1 人际关系地图	47
2.2 导师	48
浅析“坏”领导与“好”导师	
2.3 同僚	58
同事与同僚	
2.4 贵人	62
让导师、同僚转化为贵人	
第 3 章 职场生存五技能	66
3.1 生涯有何关键点	66
内外职业生涯 / 职业发展早规划 / 职业成功咋定义 / 巧选工具度迷茫	
3.2 正确维护自己的权益	91
应届生与户口的恩恩怨怨 / 公司欠薪对策 / 奖金不兑现怎么办 / 隐性裁员要注意 / 维权合理是基础 / 诱惑面前要挺住 / 借钱时要小心	
3.3 巧写邮件，提升自己	115
邮件格局 / 设置自动签名 / 三类发信形式 / 三大特点成就好邮件 / 两封邮件引发的思考	
3.4 用好演讲，展示自我	127
PPT 水平成长录 / 优秀 PPT 的共同特点 / 演讲备忘录	

3.5 掌握平衡，让自己更健康 135
 给自己机会停下来想／健康 Tips 小集合／工作与死亡

第 4 章 初入职场 36 问 148

 4.1 考研就业 149

 4.2 生涯规划 150

 4.3 法律维权 152

 4.4 职场常识 153

 4.5 求职面试 156

后记——功不唐捐 159

预告 160

案例目录

第 1 章 行走职场三大基本素养	1
案例 1.1 第 101 次求职的女士	2
案例 1.2 工作七年，我为何屡战屡败	3
案例 1.3 我是否应该放弃编程	8
案例 1.4 我们不曾向这世界的庸俗低头	10
案例 1.5 坚持总会有机会取胜	15
案例 1.6 沟通的重要性	18
案例 1.7 对客户坚称“不复杂”的失败团队	19
案例 1.8 严格开发流程的成功团队	22
案例 1.9 面对批评不要成为妄想狂	28
案例 1.10 莫名邮件引发的思考	35
案例 1.11 一个阳光女孩的来信	39
第 2 章 事业帮忙三福星	46
案例 2.1 Leo 谈职场导师	49
案例 2.2 我们能为世界留下什么	51
案例 2.3 因“坏”领导而离职	53
案例 2.4 “坏”领导变成“好”导师	55
案例 2.5 向讨厌的人学习	60
案例 2.6 面试官也可以成为贵人	64
第 3 章 职场生存五技能	66
案例 3.1 不要生活在别处	77
案例 3.2 目标不明确，海归立即成海待	80
案例 3.3 读了不喜欢的专业，找工作迷茫了	81

案例 3.4 Leo 冬夜“砍人”记 84

案例 3.5 除非得到你的首肯，否则别人无法伤害你 87

案例 3.6 公司亏损，老板已逃，怎么办 94

案例 3.7 项目奖迟迟未兑现 100

案例 3.8 面对诱惑，坚守心中的极乐净土 107

案例 3.9 熟人借钱要当心 110

案例 3.10 实习生邮件赢得公司好感 123

案例 3.11 每临大事有静气，处变不惊 126

案例 3.12 心里装着什么决定着 we 选择什么 141

案例 3.13 多少钱也不能买咱们的命 143

案例 3.14 假设今天是生命的最后一天 145



第 1 章

行走职场三大基本素养

2009年,《明朝那些事儿》的作者当年明月接受访谈时的一句话给我启发很大,之后在我自己的讲座中也常常用到,那就是“**技术可以让我们受欢迎,如果想赢得尊重,要有灵魂**”。这句话用在工作中,我的理解就是除了有很好的技术能力之外,还应该注意培养自己的基本素质和修养,注重自身人格的完善,全面提升自己。本章主要从正确地坚持、良好沟通和学会提问三个角度为大家诠释职业基本素养。

1.1 正确地坚持

有志者事竟成 破釜沉舟 百二秦关终属楚

苦心人天不负 卧薪尝胆 三千越甲可吞吴

相传蒲松龄考乡试落第后,为铭其矢志不移,在铜尺上刻下了这副对联用以自勉。

另一副流传很广的对联是明代理学家胡居仁写的“**苟有恒,何必三更眠五更起;最无益,莫过一日曝十日寒。**”

我曾听到某成功人士如下言论:“要学会坚持,只有坚持我们才能取得胜利!”我个人的观点是:“只有正确地坚持,我们才有可能取得最终的胜利。没有定义好方向,只能是盲目地乱撞。”

正确地坚持才是我们取得成功的唯一法宝,才是我们真正应该学习和掌握的技能。

案例 1.1 第 101 次求职的女士

在超过一万场的面试经历中，绝大部分面试我都会给候选人留出至少 10 分钟的时间，他们可以在这段时间里讲述自己的工作经历和特点、提出问题，以加深相互了解。我的基本观点是：无论应聘者是从马路对面的家里来的，还是从天边来到公司的，作为招聘方我们都应该给予他们足够的重视和尊敬，至少尊重他们付出的时间成本。

基于尊重是相互的原则，其中有 3 场面试求职者只在我面前待了不足 5 分钟。这 3 位候选人都可以用“表现奇差”来形容，全都超出了我容忍的底线，其中一位就是第 101 次在北京求职的幸仪女士。

至今我对那次面试仍然记忆深刻。

当时是下午，坐在桌子对面的幸仪穿着很不得体的紫色晚装。

我正要开口时幸仪说了话：“你好！这是我在北京的第 101 次面试，希望能成功。”

略显惊讶的我请她介绍自己时，她回答：“简历上不是都有吗？”

Leo：“呃……那还是说说您应聘猎头顾问助理职位的优势和不足吧。简历上写的还是太笼统。”

幸仪：“我这人吧特长是有干劲儿，愿意付出，年轻啊！还有我愿意学习，其实我是来这个行业学习的，我也不知道自己适合干什么。不足？我不太合群儿，大多数情况下不愿意接受别人的意见，除非我认为你说的对。还有我对你们的行业也不是特别了解，我说了是来学习的。不过，我的薪水要求还是挺合理的，希望你们能给个机会。”

Leo：“那您的期望薪水是多少呢？”

幸仪：“当然是越高越好！”

……

如果有面试官最讨厌听的十句话列表，幸仪面试时说到了其中两句，那就是“简历上不是都有吗？”和“薪水当然是越高越好！”前者代表着过分自信，而应聘者多半没有相应的资本；后者代表着态度不够诚恳，既不想错失机会又怕要了高价儿失去机会。