ZHICHANG
职场宝典
必备秘笈
BAODIAN MIJI

职场“武”台，PK的是心态；
六脉神“招”，给力的是技巧。

# 赢在职场就这6招

宁国涛/著

职场高手亲传秘辛
新任菜鸟“破茧成蝶”

贵州出版集团
贵州人民出版社

# 赢在职场就这6招

宁国涛/著

贵州出版集团
贵州人民出版社

图书在版编目（CIP）数据

赢在职场就这6招 / 宁国涛著. —贵阳：贵州人民出版社，2011

ISBN 978-7-221-09815-3

Ⅰ. ①赢… Ⅱ ①宁… Ⅲ. ①成功心理—通俗读物
Ⅳ. ① B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第228963号

# 赢在职场就这6招

Ying Zai Zhichang Jiu Zhe Liuzhao

作者　宁国涛

责任编辑　朱智毅

贵州人民出版社出版发行

贵阳市中华北路289号　邮编　550004

发行热线. 010-59623775　010-59623767

北京诚信伟业印刷有限公司

2012年1月第1版第1次印刷

开本　710mm × 1020mm　1/16

字数　198千字　印张　15 25

ISBN 978-7-221-09815-3

定价　25 00元

版权所有·翻印必究　未经许可·不得转载

如发现图书印刷质量问题，请与本社联系。

# 目录

contents


## 第一章　达人入职：虾米也要跳龙门

职场“面霸”的滑铁卢 / 2
什么样的求职简历才能脱颖而出 / 4
面试时五官的竞争力 / 8
面试中“给力”的四大心理效应 / 11
肉馅在外面的大饼为什么比在中间的贵 / 15
什么样的姿势行走才够快 / 18
加快游动的速度 / 20
不要变成萝卜干 / 26
当“缠指柔”PK“铁砂掌” / 28
像这些农民工一样行走职场 / 33
和工作谈恋爱 / 37
带上“金庸武功秘笈精要”行走职场 / 39

## 第二章　职场水深：PK的就是心态

甘当绿叶，不当枯叶 / 44
你不是橘子 / 46

与“半老乡”刘大嘴一起进步 / 48
刘德华没有姚明高 / 54
香水不是用来喝的 / 55
在职场上推“独轮车” / 57
没人在乎你开什么车到达目的地 / 59
奖牌什么时候颁发 / 61
不要轻看无花果 / 63
心中多装一些快乐 / 65
“小题大做”铺就职场平坦路 / 66
好马也要吃回头草 / 68
没病走两步 / 70
漏水的勺子能钓大鱼 / 71
你的职场“积温”是多少度 / 74
如何消除职场中后起之秀带来的挫败感 / 75

## 第三章　职场处世：达人是这样左右逢源的

荒凉的土地也会开满鲜花 / 80
青春痘长在别人脸上也应该闹心 / 82
用“旧杯子”里的“热茶”温暖我们 / 84
用善意感化“积怨” / 87
鱼的记忆只有七秒 / 89
京城快递员刘阿庆 / 91
毛毛熊的感恩之心 / 97
红楼“首席员工”因何遭遇职场滑铁卢 / 103
职场英雄，不问出处 / 107



此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

职场中人需要处理好的五种情事 / 112
“和谐使者”李美云 / 116
把茄子认真演好 / 121
怎么和上司和谐相处 / 123
有很多人在看着你 / 126
登台演出要学会走台步 / 129

**第四章　溯流而上：加薪升职的达人绝招**

就这样在职场里“化蛹为蝶” / 132
职场中，你的脉搏应怎样跳动 / 137
自己的身价自己创造 / 139
像“养博客”那样“养职场” / 142
看不到不等于不存在 / 145
心不安才是福 / 147
好习惯会给予你惊喜 / 149
怎么才能在职场中升值 / 151
职场安全感就是这样炼成的 / 154
不要遮挡自己的光芒 / 158
每天都是试用期 / 160
提高你的“软技能” / 162
在职场中不断“修炼”成精 / 166

**第五章　得道有道：遵守规则才能不出局**

没有功劳就没资格谈苦劳 / 174
上了高速路就应该提速 / 176

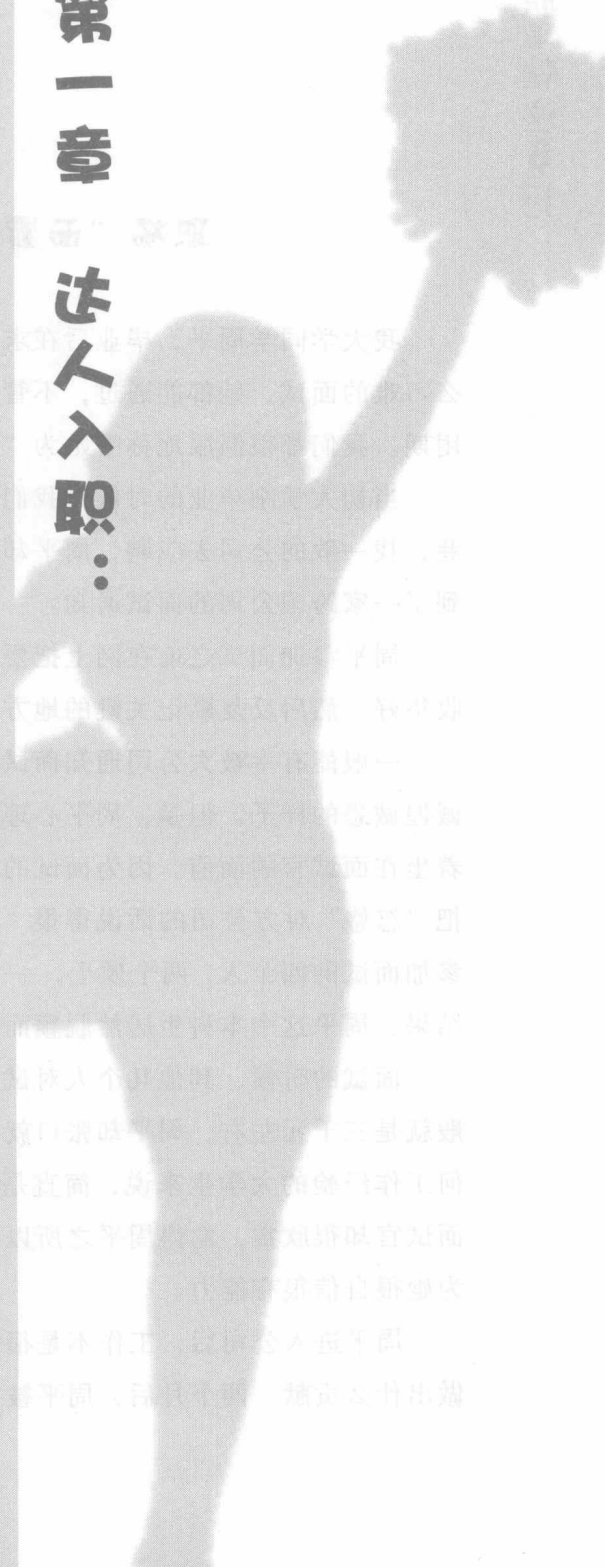
职场新人的“八大军规” / 178
处理好“错综关系网”，开辟出职场平坦路 / 183
您不是师姐，您是我的上司 / 187
另栖枝头，该怎么做才得体 / 192
别拿豆包不当干粮 / 195
辞职可以如此优雅 / 198
给脚下垫上石头 / 202
能力只是能耐的二分之一 / 204

## 第六章　达人忠告：一定要避免那些职场误区

前份工作不是当卧底 / 208
飞去时别伤了翅膀 / 210
那些坑人的职场教条 / 213
影响职场晋升的坏习惯 / 218
别把资历变成裹脚布 / 222
这些职场强人为什么不得志 / 224
尽快有多快 / 227
六百路公交车明天照常运营 / 229
排斥“职场红人”就是排斥“进步” / 230
此地不留人，没有留人处 / 233

# 第一章 达人入职：

## 虾米也要跳龙门



# 职场“面霸”的潜质点

我大学同学周平，毕业后在求职过程中特别能闯面试关。不管多么刁难的面试，她都能通过；不管多牛的大公司，她都能顺利进入试用期。我们都很佩服地称呼她为“面霸”（面试的霸王）。

当初大学刚毕业的时候，我们这些同学都是奔波在北京的大街小巷，找一般的公司去应聘，周平却偏找大公司应聘。很快，她居然接到了一家跨国公司的面试通知。

周平参加面试之前在网上把要去面试的这家跨国公司的各种资料收集好，然后反复默记关键的地方。

一般能有幸被大公司通知面试的大学毕业生，都是一副受宠若惊、诚惶诚恐的样子。但是，周平心理素质很好，她很坦然很得体地微笑着坐在面试官的面前。因为面试的时候表现得很得体很自信，又加上把“忽悠”对方公司的话说得很“真诚”，所以，周平发挥得很好。参加面试的四个人，两个硕士，一个博士，一个本科生，只录取一个。结果，周平这个本科生居然脱颖而出，面试顺利通过。

面试的时候，其他几个人对试用期工资的期待值要求比较低，一般就是三千元左右，周平却张口就要八千元的月工资。这对于没有任何工作经验的大学生来说，简直是“天价”，连想都不敢想。但是，面试官却很欣赏，觉得周平之所以敢要这么高的试用期工资，就是因为她很自信很有能力。

周平进入公司后，工作不是很努力，并且效率很低，没有给公司做出什么贡献。两个月后，周平被公司辞退了。但是，她一点也不伤

心，因为两个月挣了一万六，相反她非常开心。她又雄心勃勃地找下一家公司。下一家公司也是家大公司，但是实力和上次那家跨国公司比，稍微差了一点。公司总经理亲自面试周平。那几天，周平事先琢磨老总会问什么样的问题，然后又查资料又是问职场“老人”寻求“标准答案”。结果，老总面试的问题还真都是周平事先准备好的，所以，面试非常成功，老总比较满意。但是，他最后提出了一个问题：“你是个很出色的人才，刚毕业就去了那家大公司工作，但是，后来为什么不干了呢？”周平心理素质真是强大，被问到了“疼处”，一般的人早该脸红了，至少也得有些表情不自然。但是，周平却很镇静、很“坦诚”地说：“是的，凭实力，那家公司是比咱们公司稍微大些，但是，我看重的不是眼前，我看重的是未来的发展空间，我觉得咱们公司的发展空间非常大。另外，刚才听了您一番教诲，感觉您是个非常有魄力的老总，我对咱们的公司更有信心了，我觉得用不了几年，咱们公司就会跨入全球五百强企业。”这番“发自肺腑”的话让老总听了特别兴奋，当即就眉开眼笑地表示面试顺利通过，同时，也答应了周平“试用期月工资九千”的要求。

试用期照例是三个月，两个半月的时候，周平被单位解雇了，但是，她很高兴，眉开眼笑地对我说：“大公司就是大公司，做事情有魄力，虽然我只工作两个半月，但是，第三个月给我的还是满工资。”

没有通过试用期的周平让我们这些在普通公司过了试用期的同学很是羡慕，因为她折腾四个多月，挣的基本是我们一年的薪水了。

接着，周平又依次面试了几家大公司，全部通过。毕业第一年，周平一共换了五家大公司。她在五家大公司拿的试用期工资，算下来，十万元左右，把我们惊叹得不得了。但是，从第二年开始，周平的好运气一下子就没有了。因为面试官开始注重一个问题：“是的，从你的回答上，你表现得很优秀，但是，你毕业一年换了五家单位，没有一家超过三个月的。这是让我感觉非常奇怪的地方，所以，我冷静思

考了下，决定不能录用你……”短期的工作经历成了周平求职路上致命的缺点，而且随着毕业年份的增长，这种缺点尤其突出！

让我们吃惊的是，当初的职场“面霸”在后来的两年里，居然没有找到一份工作。现实面前，周平不敢虚夸自己了，开始找一些规模一般的公司。但是，这些公司看了周平的工作经历后，对她的工作能力非常怀疑，于是没有一家给她试用的机会。人家思维也正常，毕竟从大公司出来去小公司的“人往低处走”，能力总是让人怀疑的。

大学毕业三年了，我们班很多在普通公司里踏实勤奋地从“试用期”干起的同学，现在都是公司的老员工了，工资也逐渐涨了上来。但是，当初让我们羡慕的面试霸王却依然艰难地行走在求职路上……

面试成功取得的“试用”机会，万分重要，因为它有着施展才华的好平台，有着最大限度发挥潜能的广阔空间。遗憾的是，当初周平没有在“试用期”内沉下心去认真工作，没有积极地、尽力地在“大平台”上展现自己的才华。她不珍惜眼前的机会，总是自信地认为自己可以通过很多家大公司的“面试”，可以有着更多更好的选择，结果，错过了好几次宝贵的机会。

职场中人的价值体现在为公司创造的利润上，体现在为公司做的贡献上，这才是立足职场的根本！不珍惜“试用期”机会，不勤奋工作，盲目自信，这就是周平这个“面霸”走向职场滑铁卢的主要原因。

## 什么样的求职简历才能脱颖而出

由于职场上的人员正常流动，公司需要招聘新人顶替空缺下来的职位。作为公司的人力资源部经理，每隔一段时间，我都会在网上发布招聘启事，并在启事上写明所招聘的职位。发布以后，在招聘期限内，每天都能接到几百封甚至上千封求职信件，每天早上一上班，我



此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

就打开邮箱看求职信件。求职简历我看了无数，但是合格的并不多，现在说说什么样的求职简历才能脱颖而出，才能让求职者顺利地接到面试的通知。

## 格式要严谨

一些求职者邮件主题写着“应聘”两字，这样的主题写得非常模糊，让人怀疑这封求职简历是群发的，给我们发的同时还给另外一些招聘单位也发送了求职简历。人力资源部经理短时间内处理几百封甚至上千封求职简历，对这种主题写得比较模糊、有“脚踏多条船”嫌疑的求职者的简历，常常会忽略不看。

还有一些求职者通过邮件发送求职简历，邮件主题上写得很严谨：某某（应聘者姓名）应聘某某某公司（我们公司的名称）的某某职位。这个邮件主题透露出两个信息：第一，是专门应聘我们公司的。第二，对方应聘某某职位，说明对方对这个职位很感兴趣，或者是曾经有过这方面的工作经验。我就觉得此人对待这份工作非常真诚，于是，我就很有兴趣看此人的求职简历。

另外，让我很遗憾的是，一些人不注意细节，邮件的主题很严谨，但是，邮件的发信人却显示的是“爱你永不变”、“永远的守候”、“乖乖的兔子”等等，让人看了暗暗苦笑，估计这些恋爱中的男女在当初申请邮箱的时候，给自己起了这些情感丰富的邮箱名。申请邮箱很方便，其实，应聘者完全可以重新申请个邮箱发送求职简历，重新申请的邮箱最好可以在“发信人”的信息上显示自己的真实姓名，千万不要显示出一些莫名其妙的“代号”。邮件主题应该注明：某某（应聘者姓名）应聘某某某公司的某某职位。

## 内容要简洁

求职简历其实就是对自己的学业、专业、获得过何种奖励等做简

单介绍，有工作经验的，写明在以前单位的工作时间段以及做出了什么样的职场贡献即可。但是，很多求职者却把简历写得像个人传记，从小学的表现一直写到大学，洋洋洒洒几千上万字，甚至是几万字。我说得一点不夸张，因为有的简历如果打印出来，完全能打印出几十张。

还有的求职者不但把自己介绍得清清楚楚，还把自己的家人甚至亲戚也介绍个明明白白。例如，注明自己的父亲是什么什么大学毕业的，在什么年代担任什么职务等等；自己的舅舅是国家一级运动员，在国家级运动会上获得过什么比赛项目的名次等等。这样的求职者估计是想让自己体面的家人或者亲戚给自己的求职之路增光添彩。其实，这是多此一举了，毕竟是自己求职，不是家人或者亲戚求职。在简历上把自己的家人和亲戚都扯进来，只能体现出这个求职者比较虚荣、比较肤浅。另外，还会浪费阅件人的时间和精力，引起阅件人的反感，一般很难获得面试的机会。

## 相片要端庄

一些求职者喜欢在求职简历上附带上一张或者数张相片。

但是，很多相片看了却让人很不舒服。例如，有的相片是在寝室里照的，背后是横拉的一条绳子，上面搭着几条脏兮兮的毛巾；有的相片背景是自己的床铺，被子没有叠，衣服、书籍遍布床上；有的求职者冲着镜头做出各种龇牙瞪眼或者两手拉扯着自己耳朵的怪样子；有的男生甚至在照片里摆出一副拳击的架势。这样的相片证明自己活泼的同时，也显示出了幼稚，预示着如果招聘这样的人进来，公司要花很长的时间和很大的精力进行培训，才能使这样的“大顽童”成为合格的员工。为了节约公司的培训成本，这样的求职者一般不会接到面试的通知。

简历附带的相片最好是在照相馆里照的那种正规的证件照。照相

馆里的摄像师能把握好证件照的要求，在摄像师的安排和拍摄下，这样的照片很正规，照片上的人也显得很稳重很精神，并且相片的背景没有乱七八糟的东西。

## 免空话、大话

很多简历上常常写着这么一句套话："给我一次机会，我将给您一个惊喜！"这样没有任何依据的话说出来何用？如果你真的证明你能给公司一个惊喜，十脆直接给公司老总几个锦囊妙计，老总肯定会破格录用你！既然没有什么实质性的举措，就没有必要给公司画"惊喜"这么个大饼。

常见的求职简历上的豪言壮语还有："我不是最好的，但是，我是最自信的"，这样抽象的论调也没有任何意义。你没有与其他的求职者 PK 过，你怎么可以信口开河说自己是"最"自信的？"如果错过合作，我们都会彼此遗憾"，既然错过合作了，你的能力就不会被发现，这个遗憾怎么验证？这不还是句空话吗？

一份求职简历上居然把自己小学时候某一年的"六一"儿童节在公园里参加钓鱼比赛获得三等奖也写进去，算作"获奖经历"，我们毕竟不是招聘渔夫，这样的获奖经历没有任何意义。还有的女生把自己中学时代曾经获得过班级的踢毽子比赛的冠军也写进简历里。这样与求职没有任何关系的瞎拼乱凑的"获奖"经历只能证明自己志短才疏。

刻意地给自己脸上擦粉往往弄巧成拙。不要说空话、大话，真实地描述自己，坦诚地表达自己的勤奋和上进心，效果会很好。

我曾经看过一份这样的简历："很惭愧，从小学到大学，我都是按部就班、一路平淡地走来，并没有取得过于优异的成绩。但是，我希望自己以后在职场上能够勤奋工作，争取取得优异的成绩。"

这样坦诚、朴实的话打动了我，我让他参加了面试。顺利通过面

试后，后来在我们公司发展得很好，仅仅两年，就被提拔为他所在部门的主管。

## 面试时五官的竞争力

我在一家外企公司担任人力资源部经理已经四年了。铁打的职场流水的员工。四年中，我们公司不断地有人被解雇或者跳槽，于是就得不断地招聘新人。粗略计算，作为面试官，四年中，我面试过大概有将近一千名求职者。其实，说白了，面试就是“相面”，就是针对“五官”的考试，就是五官的比拼，五官竞争力强的人往往最能在面试中顺利胜出。

下面具体地说说五官是怎么体现出竞争力的。

### 眼

俗话说“眼睛是心灵的窗户”。透过眼神，最能看透一个人的内心世界，所以面试的时候，求职者一定要注意自己的眼神表现。

面试的时候，不论多好奇，一定不能东张西望。因为那样会给面试官一种“很浮躁、不稳重”的坏印象。

和面试官眼睛对视的时候，眼神一定不能显得飘移或者木然。否则会给人一种“对工作漫不经心、不是很渴望这份工作的感觉”，好像此人只是迫于目前的不好处境暂时找个临时歇脚的跳板而已。如果给面试官留下这么个印象,面试官肯定就会直接在心中把此人否定了。

面试的时候，眼睛里一定要流露出对这份工作的渴望和热爱。面试官觉得如果录用你，你会很珍惜这份工作，那么，你基本上就算是被录用了。

## 耳

人之所以长耳朵，肯定是为了很好地听别人说话的。但是，前来面试的人中，往往不听我把问题说完就抢着回答，类似于电视娱乐节目中的抢答。我们公司面试是单独面试的，没有必要那么急急忙忙地回答问题。再说了，就是几个人一起的集中面试，如果不是规定可以抢答，那么，不等面试官把问题说完就抢着说话，肯定是不礼貌的。根据职场经验，这样的人往往喜欢出风头，没有团队精神。在没有正确理解领导意图的情况下，就急急忙忙地蛮干，往往会把事情弄得很糟糕。

不等面试官把话说完就草率回答问题的人，第一显得对面试官不尊重，第二显得缺乏严谨认真的精神，一般都会在面试官的心中直接被否定掉。

面试的时候，一定要集中精力注意听面试官提问。听完问题后，最好稍微沉思一下，给面试官一种对方在认真思考这个问题的感觉，然后再给出合理的回答。这样，就会给面试官留下有涵养、严谨、认真的好印象。

## 口

面试官提问的时候，一些求职者喜欢夸大自己，把自己吹嘘得好像是天下难得的英才，如果招收他，公司就会一炮冲天，如果不招收他，公司离关门就不远了似的。面试是需要自信的，但是，自信过了头就变成自大了，很容易引起面试官的反感：既然你这么厉害，我们这个小庙里盛不下你这尊大神，于是，结束这个面试后，你就得艰难地继续寻找你的“大庙”。还有些人东拉西扯，答非所问，一听面试官不小心露出的方言，立刻惊喜交加：“老师，您老家是某某省的吧？咱们是老乡，请您多关照啊。”然后就兴奋地说起了家乡，想引起面

试官对于乡情的共鸣。或者是："据说您好像是学姐啊，您不是某某某大学毕业的吗？"这种套近乎是比较幼稚的，因为作为主管招聘的面试官，如果徇私，如果招到的人不能胜任工作，老总会非常有意见的，为了职场上不出现意外，面试官必须得按套路出牌。所以，有这个套近乎的时间还不如赶紧老实地回答面试的问题，毕竟面试的时间是固定的，稍纵即逝。另外，和面试官套近乎，是能力弱、不自信的表现，如果能力强何必还需要"关照"？面试官会本能地提高警惕，对此人的要求也会严格一些。于是，在被人低估能力的情况下又提高了录取标准，那么，过关的可能性就很小了。

另外，回答面试问题的时候，要力图准确、简洁，不要拖泥带水啰啰唆唆的，那样，会给人做事情效率不高的感觉，也影响面试过关。

因此，面试回答问题的时候，不要东拉西扯地套私人感情，不要过分抬高自己，也不要显得很不自信，自卑的人在职场上更难发展。

## 鼻

我面试过的求职者中，居然有一部分人回答简短问题的时候，不是用嘴巴回答，而是用鼻子"回答"。例如我问："你是应届大学毕业生吧。"对方嘴巴不动，很酷地用鼻腔"嗯"了一声，算是回答。我压住内心不悦，继续问道："你大四的时候，在一家公司做过实习生吧？"对方又是很酷的一声鼻音"嗯"，我懒得继续提问题了，直接冲外面喊："请下一位！"

这样的求职者好歹还算鼻孔朝下的，还有鼻孔朝上的，有的求职者因为接到了面试通知的电话，一下子神气起来，觉得自己的身价上去了。面试的时候，不好好回答面试官提出的问题，居然鼻孔朝上，眼睛盯着天花板向面试官提出了一连串的问题："有没有饭补？有没有交通补助？电话费报销吗？公司每年组织员工出去旅游吗……"员工待遇在招聘启事中已经写得非常清楚了，具体其他方面的福利，应



此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com