

后浪

好好工作

在职场中创造自己的独特价值

懒人老猫 一 著



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

在职场上，真正优秀的人不会被埋没！

资深职业咨询顾问，豆瓣阅读、领英网人气专栏作者
为你答疑解惑，辛辣剖白职场真相

好好工作

在职场中创造自己的独特价值

懒人老猫 一 著



图书在版编目 (CIP) 数据

好好工作 / 懒人老猫著. — 北京 : 北京联合出版

公司, 2017.10

ISBN 978-7-5596-0622-8

I. ①好… II. ①懒… 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 (2017) 第 159678 号

好好工作

作 者: 懒人老猫

选题策划: 后浪出版公司

出版统筹: 吴兴元

特约编辑: 王 頔

责任编辑: 龚 将 夏应鹏

封面设计: 张静涵

营销推广: ONEBOOK

装帧制造: 墨白空间

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)

北京京都六环印刷厂 新华书店经销

字数 133 千字 889 毫米×1194 毫米 1/32 5.75 印张

2017 年 10 月第 1 版 2017 年 10 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5596-0622-8

定价: 36.00 元

后浪出版咨询(北京)有限责任公司 常年法律顾问: 北京大成律师事务所 周天晖
copyright@hinabook.com

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: 010-64010019

有时候我也会追问自己：“市面上已经有那么多关于如何成就事业、如何自我修炼的书籍和文章，再写这么一本又有多大意义？”然而曾经有一位读者的观点支撑了我：“我并非想学到更多新的东西，知道这世上有人与我观点相同就好了。”

相对于其他职场书的作者来说，我的视角可能稍微有些不同——与“我已经通过自我奋斗获得成功”这种视角相比，我的视角更多来自自身碰壁后的反省以及作为企业咨询服务人员的第三方评估视角，特别是后者。面向企业的时候更容易了解到这一点：一个被企业认为是“好员工”的人应该具备哪些行为特点。

在工作这个领域，我是一个后知后觉的人，从我面向个人所做的职业咨询的一些经验来看，一个年轻人可能犯的职场错误我很可能都犯过，比如：内向羞怯不想和人打交道、因为不恰当的表达而触怒他人还不知道、对人际关系看法的一些误区、急功近利、设立不切实际的目标、不知道该如何磨炼技能才能进步、高不成低不就等等。撰写本书这些文字的过程，与其说是指导，不如说是分享自己成长的过程；与其说是分享，不如说是从第三方的视角审视过去的自己，并且与自己和解的过程。

从知识获取的角度来说，将一个单一观点透彻阐述而成文显然是一种更容易理解也更容易阅读的方式。但我力图传达的是，职业生命考验的除了一个人的专业技能、软技能、经验、天赋甚至是运气之外，有一点我们提得不多但非常非常重要，就是平衡性。在工作中，我们会发现有一类“人才”几乎一眼可以识别，他们主要的特点是在工作能力、人际交往以及性情上没有明显短板。而我们大多数人只是普通人，希望有所作为可是又有一些畏难和怠惰心理、多少有一些自己的执念和性格局限、有某些能力上的缺陷、会被情绪影响而不是为了自己的目标精心设计自己的行为 and 表现（甚至看不上这个做法）。

我们习惯于让年轻人相信努力和奋斗，让他们相信能力可以带来职业的安全感，让人们相信职业道路是一条虽然艰难但一直向上的道路。但人们在真实的工作生涯中感受到的其实并不是这样，这导致我们会想“我是不是没有找到那种最有效、一用就灵的绝妙办法”。然而并没有这种绝妙办法。

事实上，有些人在工作中取得闪耀的成果确实是因为他们运气好、起点高、平台优秀、天赋过人等等。普通人最终还得接受自己是一个普通人的事实，而普通人的优势与特长来自持续地学习与磨炼，复盘与反省，忍耐并等待属于自己的风口来临。每个人也许都可以通过阅读和与他人的交流获得一些信息，但最终成年人的学习与成长来自实践，把所学应用于实践，把所思应用于实践——也许会起到很好的效果，也许会

被实践证明行不通，但只有经历这样的过程，我们所拥有的信息才会成为我们的阅历、行为的一部分，对我们的发展起到真正的作用。

这本书谨代表我在这样一个人生阶段经验和教训的总结与各位分享，欢迎方家不吝指教。

最后必须感谢在这本书成书的过程中，编辑所做的所有工作和极大努力。感谢我的朋友伊明和钟杉，在人生道路上无论得意失意，她们始终支持我温暖我，在她们的鼓励和支持下我一步步把自己的经验成文。感谢大群所有的成员，鞭策我写文、促进我成长、在寂寞的时候给予我安慰、在快乐的时候和我一起欢笑。感谢我的老板张岩先生对我的支持；感谢所有服务过的客户让我有机会看到什么是优秀的企业与优秀的人。

Lesson 1

价值观引导你的职场方向 2

一个焦虑的时代 2

选择职业 OR 被职业选择 3

厘清你的职场原则 5

投入到具体的事情中去 6

在理性与感性之间触摸工作之道 9

Lesson 2

起点注定不平等 13

有时候人生就是不公平的 13

你真正想要的是什么 15

简历上无法体现，却不得不重视的阅历 17

坚定地站在自己的重心上 17

Lesson 3

一些难以实现的职场理想 21

钱多事儿少离家近 21

工作与生活平衡 23

想成为公司里不可替代的人 24

公司应当提供愉悦的工作氛围 24

公司制度应当以人为本 25

公司应当鼓励创新与突破 26

前辈的经验都过时了，我和他们是完全不同的年轻人 27

Lesson 4

了解组织的逻辑 29

Lesson 5

掌握原理比熟练技巧更重要 32

Lesson 1

为什么企业要问我的职业规划 38

Lesson 2

职业规划有什么用 40

Lesson 3

做好职业规划的关键 42

Lesson 4

如何使用外部职业顾问与职业意见 44

需要明确自己只是想吐槽还是需要寻求解决办法 44

不能把职业顾问当作朋友看待 45

不建议提太大或者太小的问题 45

不建议提选择类的问题 45

非专业的职业顾问一般不会按照严谨的步骤进行正式咨询，只会给出一些建议 46

从来就没什么救世主，只有自己救自己 46

职业顾问不是了解所有行业和岗位要求的人 47

很多时候职业问题并不仅仅是职业问题，功夫在诗外 47

Lesson 1

如何匹配自己的职业目标 50

要不要把兴趣变成工作 50

地域、行业、岗位的选择 52

性格与职业发展的关系 53

合理使用测评结果 54

持续的自我认识与改进 55

学会接受不完美的自己 59

了解目标职业的要求 62

Lesson 2

求职杂谈 65

简历写作要点 65

面试要点 68

Lesson 3

成为靠谱的新员工 72

为什么新员工会被压迫和排挤 72

什么是看起来有范儿的职业形象 76

别让自己成为同事眼中的“奇葩” 76

新员工最需要学习的几个方面 79

将大目标分解成可以具体执行的小目标 83

Lesson 4

经验与技能的提升路径 85

良好的工作分析能力比“悟性”更重要 85

且行且总结 87

在职场中学习 88

Lesson 5

以目标为导向运营自己的工作 96

工作可以是快乐的，但不是以快乐为导向的 96

要出活儿，更要让领导看在眼里 98

建立自己高效的工作习惯 99

有效呈现工作结果 101

Lesson 6

与领导和同事相处的原则 108

别人的错误并不能解决我们的问题 108

避免用有色眼镜看别人 109

评价没有价值，分析和解决问题才有 109

要不要跟同事做朋友 110

不想得罪人怎么办 112

- 与其揣测他人，不如清醒地认识自己 116
- 职场中没有换位思考 118
- 要尊重而不是收买同事 122
- 工作中经常遇到的两种负能量同事 124
- 为什么不提前做好准备 126
- 职场中绝大多数人没资格玩办公室政治 136

- Lesson 7** 与下属相处的原则 139
- Lesson 8** 跨部门的沟通 145
- Lesson 9** 起薪和加薪 147
- Lesson 10** 三十岁这个关键点 150

P a r t

4

职场瓶颈问题

153 - 170

- Lesson 1** 找不到自己喜欢的工作怎么办 154
- Lesson 2** 在工作中感受不到价值怎么办 156
- Lesson 3** 遭遇办公室政治怎么办 159
- Lesson 4** 该不该跳槽或者是改行 161
- Lesson 5** 为什么晋升的不是我 163
- Lesson 6** 女性面临的职场困难 165

Part 1

工作的基本法则

价值观引导你的职场方向

一个焦虑的时代

凡是当过招聘负责人的，基本上都收到过一些让人哭笑不得的简历。比如，一些行业经验及岗位经验明显都比较浅的人申请资深或者高级岗位，一年经验的人就申请总监岗位，应届生一口叫价月薪一万五不能少。这种人企业是肯定不敢用的，但 HR 有时候会问问为什么，得到的答案往往是“因为我的同学都挣这个数”“有这个数才能保证我的生活质量”……

虽然这种糟糕案例的发生大部分是因为申请人对自己的定位不准确，但这其实也是对自己的未来感到焦虑的表现。职场中的焦虑是一种再普遍不过的现象，焦虑自己找不到好工作，焦虑自己没有提升，焦虑自己的价值没有得到充分体现，焦虑“别人家的孩子”挣得多、职位高，焦虑买不起房……

其实现在这一代年轻人的焦虑跟之前并不完全一样。对他们来说，“挣钱养活自己、让父母过上好日子、养妻活儿”并不是会在二十岁左右的时候要考虑的问题。曾经的独生子女政策让孩子更像孩子，甚至在他们已经成年之后。所以年轻人更可能的关注点是：“我”能从这个世上获得什么样的经验、感受以及成就。

我们较少从“家族整体”的角度去考虑，很多痛苦与疑虑正是因此而生。如果讲“家族整体”，那么在大城市还是小城市奋斗、考公务员还是去企业、该与什么样的人结婚，基本上都是有原则可循的，

在原则范围内可以讲讲个性。但如果只关注“我”，那么大多数的烦恼都来自我们依据的原则是否有足够的合理性。

可是即使一直焦虑“能不能过上好日子”或者“我会不会成功”，也是无济于事的，这只会让自己在各个环节的选择变得更麻烦。“只有目标坚定，才能内心宁静”，如果你不能及时厘清自己的原则是什么，只是随着感受而波动的话，只会感觉越来越累，并不断地为自己做出了错误选择而后悔。

■ 选择职业 OR 被职业选择

在职场中奋斗，无论如何都是一件辛苦的事情，所以迟早要面对自己回答这个问题——“我为什么而奋斗”。曾经有一位女生问我：“你在发展前景、自由、金钱三者中，首先选择什么？”这是一个好问题，但以我个人经验来看，很多时候我们并没有机会进行选择。职场中个人的选择权并没有我们想象中的那么大。

起码对我来说是这样，我早年的经历并不十分愉快——年轻时因为实力不足，只能任凭市场开价，并没有太多挑选余地。后来还算幸运，我在30岁之后找到了自己喜欢并擅长的工作，自然会希望能够一直在这样的领域好好工作下去，最好还能成为行业里有声望的人。在这个阶段公司给予我平台，我以自身经验服务公司及客户。此时，我最好的选择就成了“在公司平台上和公司一起发展，扩大影响，提升为客户服务的能力”。在职场中希望实现一般人理解中的自由是一件不太可能的事情，无论是经营、管理还是其他工作，一定是在各种约束和资源限制下达成目标的过程：比如时间是有限的，见客户的时间就不能写文章；比如成本和回报是必须考虑的，所以不是所有的客户都

是上帝。有些人因为渴望自由安排自己的时间而以成为自由职业者为目标，有些人因为渴望财务自由而迫切希望找到快速发达的道路。这些其实也是很好的理想，然而最后很可能发生的是，在追逐理想的路上，慢慢放弃了这个理想，因为最后也许不得不认清，我们想要时间，就得用金钱来换，于是我们要先花很多时间去挣钱；我们迫切想获得金钱，但急功近利往往会让我们失去更多。

而发展前景在我们所处的时代基本上是一个很难看明白的事情，曾经的巨头会在很短的时间内轰然倒下，看起来欣欣向荣的好产品还没有发展起来就被新的产品完全取代——这都是实实在在发生的事情。也许在这个时代，我们所能做的只是尽量筑好自己的护城河——储存积蓄、积累经验、保持对发展的好奇心、保持健康的身体，让自己发展的曲线尽可以延伸到最远。

而职场中用来衡量人的其实无非几个指标：经营能力、管理能力或者专业能力。所以一个人在工作中的追求和选择，也不太能脱离这个范畴。有人可能会觉得，这样评价一个人难道不俗吗？不市侩吗？丰富的心灵、美好的品德、高雅的趣味、让人喜欢的性情难道不是一个人更好的品质吗？然也，就像《白马啸西风》的女主角李文秀说的，“这些都是极好极好的”，但对于工作或职场，却是无所谓的锦上添花。

从旁观别人的发展以及自己的经验来看，妨碍人成功的首先是绝对的能力不足，其次就是价值观导向的不正确。因为缺少足够的工作技能、经验或者知识储备而不能在工作中得到发展，这是其他软性改善都解决不了的，但反过来说，缺少自我驱动的动力、缺少自律、缺少与人合作的能力，这些同样也并不是加强工作经验与技能就可以解决的问题。

付出是不是一定会有回报？确实不一定。付出和回报之间是一个

复杂的关系——付出的方向要正确，原则上来说你希望得到谁的回报，你就需要按照他的理想付出。这个“他”有可能是你的父母、领导、客户、恋人等。

■ 厘清你的职场原则

职场中的问题永远无法穷举，比如“我应该跟同事做朋友吗？”“我不希望加班会有问题吗？”“领导更喜欢另一个同事而不是我怎么办？”……这种种矛盾会贯穿整个工作生涯，让人苦恼不堪。我们总希望有一个办法可以让我们摆脱所有困扰和迷惑。

有人会用一种“宫斗”的心态去对待职场，秉持着“人不犯我，我不犯人”“以牙还牙，以眼还眼”的心态，但坦率地说，其一，如果存着这样的心思，那么在与他人交往时便很容易让人看出虚伪；其二，“宫斗”一般都发生在某些事件和环节上，办公室政治也好，宫斗也好，不会是职场的常态，常态其实还是通过做事创造效益；其三，办公室里并没有明确目标指向的“挤兑”，互相看不顺眼的小帮派之类的基本上还不算办公室政治的范畴，不要想多了；其四，斗争有输有赢，谁能保证自己一路赢到底呢？赢得起、输不起是斗不动的。

我们之所以会困惑和迷惘，往往是因为想要的太多。很多人想要的是既在工作中实现自我价值，又在生活中过得余裕优雅，类似时尚杂志里描述的标准成功人士。

我个人理解的工作目标是：成为行业里略有名望并且受人尊重的专业人士。于是根据这个目标便有了原则：如果我不能服务好客户，那么是我的问题；如果我服务好了客户却没有得到应有的报酬，那么还是我的问题。有了这样的原则作为指导，在选择工作中做什么、怎

么做，用什么态度对待领导、同事和客户以及谈自己的薪酬时就有了基准态度。

具体说来，就是在公司内接活永远冲在前头，不过于讲条件、讲待遇；在商业利益（客户要求）和专业判断之间尽可能平衡，让客户满意然后给钱；积极配合领导工作，以实际工作成果来交换报酬。

在这样的目标、原则和态度的基础上，我得到的是：相对来说在公司内有一定发言权，即使在公司内部沟通中我有时候是比较激进的那一方，事情也可以谈，不至于让领导厌烦。我乐意付出的代价是：长期出差、项目中没有休息日、偶尔接受不理想金钱回报、被其他同事视为领导狗腿等。虽然厘清自己的价值观并不会让我成为“别人家的孩子”那种人生赢家，但我至少不会因年岁渐长或一时一事的得失而焦虑纠结。在这个过程中，我愈发看出自己是技术工作者、幕僚人才而不是管理与决策人才，因此自立门户、开公司之类的计划，现阶段也就不在我的职业选项里。

投入具体的事情中去

现在有一种风气是对人总要宽宥他的“无奈之处”，然而这种宽宥往往是从宏观上来的，比如不能单纯地认为“穷=懒”，但对于具体个体来说，资源也好，机会也好，总不会是无限供给的，不努力总是会被挤压的。即使赢了所有的同情，也无法改变现实中的烦苦。

理论上说，年轻的时候过苦日子比较容易忍受，因为往往还能感觉到今天比昨天更熟练了一些、接收到了更多的新知识、有了新的感悟，还能希望明天会比今天更好，其实这是一件好事。但现在年轻人对“苦日子”的理解不同了，对于有些人来说用不上最新款的 iPhone

大约就是一种苦日子。现在社会舆论总说年轻人浮躁，其实何止年轻人浮躁，企业也很浮躁，而舆论助长着这些浮躁。

谁都知道学本事有意义，可是跟房价一比，似乎也不知道这种意义能着落在哪儿，倒是消费似乎能立即带来抚慰和快感。消费主义的社会总会让我们觉得拥有更多的物质是一种幸福安宁的表现，我觉得这也并没有什么不对，但用花费来证明我们的存在价值却是很难的，因为消费带来的满足感稍纵即逝，且永无止境。花费带来的快感确实比奋斗带来的快感起效更快，但不幸的是维持时间很短，且容易让人上瘾，戒断“买买买”而从艰苦磨炼自己中获得快乐，需要极大的毅力。

抱怨消费能力的不公平对改变自己的现状应该没有太大益处。吃好、穿好、用好这种事并没有尽头，买了普品想买轻奢，有了轻奢又想要大牌……要做到吃过、用过以后的云淡风轻谈何容易。想着多弄一些钱来让自己过得更好一些是人之常情，花点钱来治愈一下心情也很正常，但一直依赖这个，很容易让自己陷入一种“悲惨”的恶性循环中——会觉得自己为了挣一份生活而不得不忍受工作，而辛苦工作得来的钱又轻易花在短暂的乐趣中，反过来更觉得“钱太不够用”而不得不继续“忍受工作”。

然而要解开这种困局的最好办法并不是“安于贫穷，缩减欲望”，而是需要建立自己的“独特客户价值”——直白地说，就是“你应该得到更好生活的理由”。

对于我来说，也曾经体会到作为个人没有“独特客户价值”的痛苦——普通家庭出身，在很基层的岗位上工作，挣得少，心情郁闷，也没有太多的费用可以用来交际和进修，衣着修饰也不能太讲究。摊开各种招聘启事，要么只能换到和自己当前差不多的职位，没有意义；而所有看起来好一点的机会，基本都很难达到要求。这个时候如果想