



· ARE YOU TALENT OR MEDIOCRITY? ·

你是人才 还是人力

——规避“穷忙”厄运必知的9个职场法则

► 黄志坚 李建勇 ◎ 著

中国民主法制出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

你是人才还是人力：规避“穷忙”厄运必知的9个职场法则 / 黄志坚，
李建勇著. —北京：中国民主法制出版社，2012.3
ISBN 978-7-5162-0019-3

I. ①你… II. ①黄…②李… III. ①职业选择—通俗读物 IV. ①
C913.2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 022050 号

图书出品人 / 肖启明
出版统筹 / 赵卜慧
责任编辑 / 万方正

书名 / 你是人才还是人力——规避“穷忙”厄运必知的9个职场法则
NISHIRENCAIHAISHIRENLI
——GUIBI “QIONGMANG” EYUNBIZHIDEJIUGEZHICHANGFAZE
作者 / 黄志坚 李建勇 著

出版·发行 / 中国民主法制出版社
地址 / 北京市丰台区右安门外玉林里7号 (100069)
电话 / 010-63292534 63057714 (发行中心) 63055259 (总编室)
传真 / 010-63292534
Http: //www.rendabook.com.cn
E-mail: mzfz@263.net
经销 / 新华书店
开本 / 16开 710毫米×1000毫米
印张 / 16.75
字数 / 206千字
版本 / 2012年3月第1版 2012年3月第1次印刷
印刷 /

书号 / ISBN 978-7-5162-0019-3
定价 / 29.80元
出版声明 / 版权所有，侵权必究。

(如有缺页或倒装，本社负责退换)

自序

小时候目睹日出而作、日落而息辛勤劳动的父母，心中有着太多的疑问，为何他们如此努力地劳动，家里的境况却远远不如那些看起来悠闲的人家呢？当走上工作岗位后，我又发现了一个更为奇怪的现象，那些一年到头埋头苦干、勤勤恳恳工作的人的薪水和人生际遇却比那些感觉无所事事却很会“混”的人差了很远。随着我多年对职场现象的研究，对这个现象就有了更深的体会。我就拿我身边的例子来说明吧。

外甥女美婷学的是会计专业，进入实习阶段，我把她推荐到朋友开的会计师事务所做助理。因为这层关系，我去事务所的次数就多了起来。每次去，总看到美婷面带着微笑，捧着大堆的资料夹不停地穿梭忙碌。朋友对我说：“美婷人很乖，而且很听话。”

我一直认为朋友对美婷印象不错，也以为美婷留在事务所顺理成章。然而事情出乎我的意料。半年的实习期过后，美婷眼圈红红地来找我，告诉我她没被正式雇用，而与她一起实习的几个人都被留下了。她说：“我真的已经很努力了，不知道哪里做得不好。”

于是我去找朋友，大有“兴师问罪”之意。不料朋友对我说：“美婷工作的确很卖力，但她不适合做这行。我需要的是人才，不是人力！”

我惊讶，继而震撼！多么简短的回答，多么有力的说明！美婷卖力地工作但依然缺乏竞争力的原因，不也正是大多数职

场“穷忙族”的症结所在？朋友用如此精辟的语言道破此中之“玄机”，令作为专业职业规划师的我自叹弗如！

是的，人力常有，而人才不多见。有些人能够凭一技之长混得风生水起，有些人埋头苦干、但因只会“低头拉磨”而一次次被解雇。还有更多的人虽然有一定的专业水平、有很强的职业抱负，但由于本身的思维模式和做事习惯上的某些“软性痼疾”而不能充分发挥其才干，所以越忙越穷，越忙越失去竞争力。一言以蔽之，不懂得思考，做事不讲方法，不讲专业性和准确性，那结果只能是事倍功半。

“人才”与“人力”只是一字之差，各自的人生境遇却是天壤之别：人力遍地皆是，廉价且人人可代之；人才则被企业视之为最宝贵的核心资源，不可替代。

我迫切地感觉到，剖析这个问题太有必要了，不醒悟过来太遗憾了，不改变过来太可怕了！于是我与很多过来人探讨了“人才与人力”这个问题。

在交流过程中，总能引发一种感慨：社会竞争日益激烈，工作已经成为人们“安身立命”的重要途径。然而我们总有大量的能动性和本该发挥的东西被压抑，多数人都感觉似乎整天都在被动地为他人而活，自身的许多优势和潜力总是不能发挥出来，甚至在不知不觉间浪费掉。这种无奈的感受尽管让人伤感，然而更令人心痛的是，此等违背愿望的结果只有当历尽许多时光后才发觉，不免悔之晚矣。

除此，我还发现许多人身上的问题是那么的普遍和相似，仿佛如出一辙。比如：总在不知不觉中蹉跎岁月；忙得焦头烂额以至于没有思考的时间；自身的资源得不到重视而且存在大量的浪费；自己一生的安排盲目混乱、不成体系。

古语有云：“下人劳力，中人劳智，上人劳人。”在现代

社会，是人力还是人才，显然不能简单地以从业是体力与脑力来区分。我认为，在职场中，学有所长能为人所用，并能体现和实现自身的价值，才能真正称之为“人才”。反之，你则已沦为“人力”。

我们都渴望自己成为让人尊敬的人才，谁都不希望庸庸碌碌了此一生。世间的事物就像生物链条一样，不断地充实着链条上的生物种群，一代一代演绎着。有的本身在做着人力的活，但是靠着后天的辛苦，踏着前进的阶梯攀爬到了生活的另一面，就好像蝉的蜕变过程，在黑暗之中探索，终于得见光明。

思维决定出路，人力与人才产生两种截然不同的人生际遇，其根本区别就在于两种截然不同的思维模式和行为习惯。可见，要改变“穷忙”的厄运，从“人力”转换为“人才”，就必须从根源上，即以人才的思维模式和做事的方式指导自己的生活和工作。

希望每个人都能通过静心阅读，开卷受益，找到困扰自身的“软肋”并一一修正，告别“穷忙”，走向坦途，努力打造一个美满的职业生涯！

目 录

法则 1 从人力到人才，“穷忙族”的观念要转变

- 职场“穷忙族”的中国式生存 /002
- “穷忙族”的别名叫“人力” /005
- 寻根究底看“穷忙” /008
- 职场“懒蚂蚁”的思维方式 /011
- 职场中没有苦劳，只有功劳 /014
- 工作不是混日子，对工作要有敬畏之心 /018
- 请你搞清楚，你在为谁工作 /021
- 只知埋头苦干，难有出头之日 /024
- 什么样的职场定位，决定了什么样的职场际遇 /028

法则 2 再忙也要停下来思考

- 你反思过当前的工作吗 /032
- “穷忙”病因的自我诊断 /035
- 别被暂时的贫困蒙蔽大脑 /038
- 工作中学会“换位思考” /042
- 忙而无功时，就是你该思考的时候 /046
- 把时间用在思考上是最能节省时间的事情 /049
- 寻找助你事业成功的支点 /053
- 你是墨守成规还是审时度势 /056
- 做事业应以健康为前提 /060

法则3 与其抱怨工作，不如改变自己

- 抱怨给你带来了什么 /066
- 从自己身上找原因 /070
- 要么辞职不干，要么闭口不言 /074
- 不要苛求百分之百的公平 /077
- 改变环境从适应环境开始 /081
- 临渊羡鱼，不如退而结网 /084
- 要当“金子”，先当“种子” /087
- 懂得享受工作的乐趣 /090

法则4 做好合理的职业规划，拒绝盲目工作

- 你对你的职业是否感兴趣 /094
- 你的自身优势和行业优势在哪里 /098
- 不要被“先就业再择业”的观念误导了 /101
- 找到适合自己的鱼塘 /104
- 跳槽：为何越跳越糟 /107
- 目光要长远，但目标要明确 /111
- 做一份切实可行的职场规划 /115

法则5 补短不如取长：选择做专才，而非“杂役”

- 什么地方最浪费你的精力 /120
- 博而不专，最无一用 /124
- 先做“专才”再做“全才” /127
- 过硬的专业技能是你的核心竞争力 /130
- 学习是突破逆境的通道 /134

把你的专业优势发挥到极致，你就能成功 /137

像凸透镜一样聚焦你的专业资源 /140

法则 6 掌握正确的工作方法，创造自己的职场价值

蛮干 VS 巧干：讲苦劳还是讲功劳 /146

你为问题找过几种解决方法 /150

随时考虑你想要什么结果 /153

你的工作需要系统化 /156

养成注重工作效能的好习惯 /159

不可忽视的细节 /162

找准工作的重点 /165

合理安排你的 8 小时 /169

做一个智慧型的员工 /172

法则 7 经营好你的人脉，借力而行

借力是生存竞争的第一法则 /178

你身边有可用的人脉资源吗 /181

追寻 $1+1 > 2$ 的效果 /184

借别人的手办自己的事 /187

活用别人的经验和智慧 /190

几种常用的借力方式 /193

职场经营人脉的十八条准则 /196

法则 8 莫把老板当敌人，学会把老板当贵人

你有职场“恐上症”吗 /202

员工 VS 老板：你选择对立还是合作 /205

从适应你的老板开始 /209

让老板觉得你好用 /213

交心：得到老板赏识的途径 /216

寻找“共同的规则” /220

做一个可以影响老板的员工 /223

法则 9 干得好，更要混得好

职场智商 PK 职场情商 /228

是什么影响了你的职场 EQ /232

别把情绪带进工作 /235

不可不知的职场“政治” /239

如何训练你的职场 EQ /242

必须要有团队合作的意识 /246

该藏时藏，该露时露 /249

坚守内方外圆的处世之道 /252

从人力到人才， “穷忙族”的观念要转变

有一次我参加一个聚会，在座的有许多是职场新人，熟悉之后大家开始谈起彼此的近况。有的说大学毕业后就进入大公司上班，每天都是忙忙碌碌，还经常加班加点，虽然薪水年年涨，可薪水的提升总跟不上物价上涨的水平，虽然拼命工作，但努力总见不到回报，仍摆脱不了穷的命运，生活让人感到很迷茫；有的说想生活得更好一点，但薪水总是不满意，自己的付出和收获不成正比，只好一个劲儿地跳槽，结果跳来跳去，也不见有根本好转；有的说领导不公，生活没希望，只能用消费减压，但是消费之后，资金上的缺口更让人感到压力，于是为了花钱而赚钱，为了赚钱而加班，越忙越穷，越穷越忙……

我惊讶地发现，他们的抱怨是那么相似，生活没有目的，工作没有目标，整个一“穷忙族”……在我看来，转变他们的观念，已经势在必行了。

职场“穷忙族”的中国式生存

邻居张大爷过生日那天，早早准备了一桌子菜，打算和很久没见过面的儿女好好团聚一下。结果等来的却是一个个电话。“爸，我今天晚上还有事情要忙，不能回去陪您了。”“爸，您先吃吧，我公司这边走不开。”“爷爷，我下周一定过去看您，但是今天实在太忙了。”张大爷对着一桌子饭菜安慰自己：“都忙，忙，忙点好啊！……”

我无言以对。

一时间，仿佛全中国人都比国务院总理还忙，忙得一塌糊涂。可是，我们到底在忙些什么？

某次我去星巴克赴约，意外地碰到了隔壁大爷的孙子小军。他看起来衣着光鲜却神情疲惫。原来他正在等客户，于是我们便闲谈起来。

“听说你平时很忙？”

“有点儿，不过是瞎忙！”

“哦，那一定收入可观了？”

“唉！甭提了！”他似乎有一肚子苦水要倒。

情况是这样的：大学毕业不久的小军在某化妆品公司做销售，作为一个刚踏入职场的新人，他工作格外卖力，天天忙得晕头转向，可仍深感入不敷出。为了走出这种“窘境”，他只有不停地跑业务希望能提高业绩，但境况并没能得到改善。推销这个行业的基本工资不多，靠的就是业绩。对于新人来说经验是最重要的，为了得到资深前辈们的指教，总得表示表示才行。还要应酬客户，每次与客户面谈时的饭局自然不能让客户“埋单”了。另外，为了能给人留下好印象，着装自然也不能太寒酸……

小军的“遭遇”并不让我吃惊。近期我遇到过的类似情况不在少数。许多年轻人向我诉苦，说自己每天忙得晕头转向，到最后却是一场空，忙碌和回报似乎不成正比。

对于“忙”这件事，我本不想妄加评价。或许在你看来，“忙”是一件好事，它意味着一个人有事可做，说明一个人生活得充实，也能体现一个人的社会价值。不错，“忙”是事业发展必经的一个阶段。任何人从无到有的过程都是艰辛忙碌的。可是，很多人的忙好像迫于生活的无奈。为了自己的生存或家人的生活，疲于奔命，忙于工作、忙于布置任务、忙于应酬……但我们在不经意间发现，他们越忙越穷，越穷越忙！

我们很多人都曾有过和小军类似的经历：同时执行多份 Case（案子），脚不沾地，加班无数，牺牲假日，无暇娱乐……这一切换来了什么？答案是 Nothing（什么都没有），没有丰厚的收入、多彩的生活、光明的前途……我还发现一个更有意思的现象：即便知道自己忙得无组织无纪律，但一般人还是会一如既往、周而复始地投入其中。

这是为什么？因为，在当下社会，连“穷忙”都变成了一种抢手的权利！

这话绝非危言耸听！请看看下面这些调查数据：

调查 1：《中国青年报》社会调查中心联合腾讯新闻中心开展的一项在线调查显示（11351 人参与）：75% 的人自认为是“穷忙族”（其中有 82.6% 的人是在职者，9.2% 的人为学生），12.7% 的人表示“不清楚”自己是否为“穷忙族”，只有 12.3% 的人明确表示自己不是“穷忙族”。

调查 2：某报记者在兰州街头进行的随机调查中发现，20 位受访的上班族中，竟有 16 位自称是“穷忙一族”，比率高达 80%。其中，6 位上班族对自己目前的薪水不满意，认为积蓄太少，无力置业；5 位认为自己每天都在超时工作，但却看不到希望；3 位觉得自己已经陷入“越穷越忙，越忙越穷”的尴尬；而另 2 位则正为自己忙活了半辈子却没有攒下退休养老的资金而发愁。

调查 3：一项关于“中国会像日本、欧洲一样产生‘穷忙族’吗？”

的调查显示（26295人参与），其中19229位网友认为“穷忙族”在中国内地已经存在，占到了73.13%。

说句实话，从事职场指导多年的我，看到这些数字还是觉得触目惊心！可见在今日之中国，“穷忙”的身影已无处不在！他们可以是大街小巷的早点摊位上坐着吃早餐神色匆匆的上班族，可以是地铁口或如沙丁鱼罐头般的公共汽车里的各色人群，也可以是西装革履、带着笔记本坐在咖啡厅焦急等待的年轻人……

前来我公司咨询或寻求帮助的人当中，有一位名叫付红的女孩给我留下的印象特别深刻，因为她用了差点把我逗笑的话描述了自己的生活——“起得比鸡早，睡得比狗晚，吃得比猪差，干得比驴多。”

付红学的是经贸英语专业，却阴差阳错地在一家保险公司做文员工作。每天处理琐事杂物，忙得顾头不顾脚，要做的事情永远没有尽头，所得的收入却寥寥无几，连付起码的生活费都有压力。但她明确表示：虽然很想有所改变却也不敢“轻举妄动”——她害怕连这份“穷忙”的权利都失去。

由此看来，中国职场的“穷忙族”们，并非不明白靠透支身体去赌明天是一种得不偿失和极端危险的行为，但是在如今职场竞争日益激烈、自身又一筹莫展的境况之下，不采取这种一切以“身”的安顿为依归，“但求做稳奴才”的人生态度又能怎样？你对薪水不满？你对老板说“不”？那好，窗明几净的写字楼外，甚至是机声隆隆的操作台外，还围着一堆翘首以待的求职谋生者，他们还巴望着有一份薪水以解燃眉之急。

“穷忙族”最大的损失是生活，最可怕的损失是理想。“穷忙族”为了养家糊口，没有时间投资自己，变成恶性循环，很有可能最终丧失斗志。

我无意把人分为三六九等，但时代把“富闲”与“穷忙”分化得越来越厉害。富闲者可以从容不迫、三思而后行，可以吸收新知、加强专业，因此职位升迁更加迅速。穷忙者还留在“机械式”劳动时代，靠一丝不苟的态度处理庶务性工作，以求能够挣满工分。不同工种的待遇差异就像社会的贫富悬殊一样，把人分别扔在了两极。

“穷忙族”的别名叫“人力”

每当提到“穷忙族”，我们总会习惯地把它与廉价劳动力联系在一起，脑海中不由自主地就会想到劳务市场的那一片人海；想到清晨忙碌在城市各个街头的清洁人员；想到栉风沐雨敲敲打打的建筑工人；想到奔波在大街小巷吆喝的骑车推车的生意人；想到人潮人海中迈着匆忙疲惫步履的每一个身影……总之，穷忙，穷忙，就是忙来忙去，还是摆脱不了穷困，付出太多的精力和时间，得到的只是杯水车薪。

刘林和老婆从老家来西安近十年了，一直在一家建筑公司打工。每年只有到春节时才能回老家，和家人团聚几天。公司在哪里有活，他们就往哪里赶，吃住都在工地上。一卷被褥，两副碗筷，外加几件换洗的衣裳是他们在这个城市栖居的全部家当。

刘林是钢筋工，差不多每天都是高空作业。他老婆在工地做小工，虽然不用升空，但是时时刻刻都为刘林操心着。每天天不亮两个人就得爬起来，一天下来又忙又累，有时候还要加夜班，他们虽然在一个工地工作，有时候却几天都难得在一起说句话。

他们的孩子是留守儿童，都10岁了也不知是怎么长大的。这些年两人辛苦的血汗钱都用在盖家里的房子上，还不能好好装修一下，看样子还得再干上几年。刘林还调侃自己，“啥叫天伦之乐？啥叫享受生活？我们都是靠体力挣钱养家，吃不用好只要能饱，睡不要求舒适只要三尺地能睡着就很满足了！”只是看着老婆跟自己长年奔波，30多岁的人看上去倒像50岁，来城市这些年还从未带她逛过街，他觉得很对不住她。

其实，刘林和他老婆的生活是都市“人力”的缩影。为了生活，他们不得不抛家离子。忙得没有时间整理自己，忙得没有时间好好陪家人吃顿

饭，为城市人的起居忙碌却还要时不时地遭受城市人的鄙夷，直到蹉跎完自己的青春岁月。这就是“人力”的宿命和无奈，也是“穷忙族”的症结所在。

然而，我们始料不及的是，现在社会中很多接受过高等教育和培训的“精英”，却也不得不步入“穷忙族”，在就业与择业的选择之中、在生活和生存的夹隙之间，被迫沦为“人力”。

可以想象，“穷忙族”的出现是随着社会经济的高速发展和城市化进程的加快而产生的一种社会现象。在“穷忙族”队伍不断壮大的同时，其定义的标准也更具体、更广泛。一般对其定义为：每周工作时间高于社会平均工作时间，收入低于平均标准60%以下的人群。但是，今天的“穷忙族”已超出了定义所涵盖的范围。它不再单指因薪水少而穷忙的人，还包括那些为填补空虚生活而大肆消费、为消费而重返空虚的群体。他们有可能是身兼数职的白领，也有可能是全职的高薪受雇者。

我的朋友王利原先是一家知名广告公司的首席设计师，待遇颇丰厚，生活倍儿滋润，年纪轻轻就干得风生水起，可谓是春风得意。如果他能坚持好好干几年，肯定比同龄人提前步入“小康”生活。

怎奈现在的年轻人大多很好面子，好充“大头蒜”，王利也不能免俗。自从工作以后，他结交的人多了，层次高了，请客吃饭当然不想去那些小饭店。另外，他还是一个很注意享受生活的人，出入的都是高档场所。今天请这个朋友，明天请那个客户，夜夜笙歌燕舞，场场交谊联欢。虽然他现在钱挣得多了，花销却也随之增大，再高的薪水也经不起这样挥霍。

王利异想天开地认为，凭自己的才干肯定能开辟更为宽广的天地。所以没过多久，他就从公司跳槽出来另立门户，注册了一家属于自己的广告公司。王利全身心地投入到自己公司的运营之中，白天忙业务，晚上请客户，来去匆匆，很难再见他轻松自如地一展笑脸了。

做设计得心应手的王利，做起管理来却有些力不从心。公司开了两年

了，他的个人生活条件不但没有什么改变，反而不如从前。王利自己总结这段日子，忙得连细细品味一杯咖啡的时间都没有。钱也挣了一点，可花在自己和家人身上的没有几个。公司要运转，员工要工资，客户朋友要应酬，整天忙得焦头烂额。不但花空了以前工作时的积蓄，还多了几笔银行的欠款，只能拆东墙补西墙。

有时难得碰见，想跟他多聊几句，他却急着要走，我问他有那么忙吗？他苦笑一下说：“穷忙”，就匆匆走了。看着他的背影，不由得让人想到千千万万个匆忙而又“穷忙”的背影。

其实，很多“穷忙族”事业之所以没有起色，并非他们没有真才实干，而是他们对自己没有一个明确的目标，不知道自己究竟要干什么，所以看上去整天忙忙碌碌，却总也实现不了自己想要达到的目标。

我们曾在小学的语文课本中学过一个词叫“碌碌无为”，“碌碌”就是忙得不可开交，却又“无为”，实在是可怕。越忙越穷越穷越忙，相信这个怪现象是任何人都不愿意看到的，然而，却现实地在越来越庞大的人群中发生着，而且很少有人来反省自己陷入这个怪圈的原因。一切只因“身在此山中”。

每一个人都应该对自己有个准确认识，尤其是那些受过高等教育的高知人士，如何在职场这一盘杀机四伏的棋局里，合理运用所学走好每一步？如何避免使自己的才华被束之高阁，避免在不经意间被变成了廉价劳动力？我想，这些问题正是我们需要时时深思的。

“人力”是一种无奈，可谁又能说“穷忙族”不是一种无奈呢？所以“穷忙族”和“人力”并名也并非不无道理，当你只把自己当成“人力”时自然不能如愿，成功的路必然是漫长而遥远。