

白领职场

BAILINGZHICHANG

红霞 主编



中国科学技术出版社

红霞 主编

白领 职场

中国科学技术出版社

·北 京·

图书在版编目(CIP)数据

白领职场/红霞主编. - 北京:中国科学技术出版社,2006.6

ISBN 7-5046-4371-8

I.白… II.红… III.办公室-礼仪-基本知识

IV.C931.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 051714 号

自 2006 年 4 月起本社图书封面均贴有防伪标志,未贴防伪标志的为盗版图书

中国科学技术出版社出版

北京市海淀区中关村南大街 16 号 邮政编码:100081

电话:010-62103210 传真:010-62183872

<http://www.kjpbooks.com.cn>

科学普及出版社发行部发行

北京玥实印刷有限公司印刷

*

开本:850 毫米 × 1168 毫米 1/32 印张:7.375 字数:150 千字

2006 年 6 月第 1 版 2006 年 6 月第 1 次印刷

印数:1-4 000 册 定价:20.00 元

(凡购买本社图书,如有缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

前 言

人们常把坐在办公室里从事专业技术或管理工作的人员称为“白领”。本书通过对白领职场的全面分析,指导职场中的白领培养自己的实力以求进步,利用自己的优势不断发展,在激烈的竞争中脱颖而出。

目 录

第一章 白领职场述	1
第一节 白领的素质要求	1
第二节 白领的衣食住行	2
第三节 白领的薪酬模式	4
第四节 白领的社会特征	6
第五节 白领的城市情怀	8
第六节 最易淘汰的白领	12
第七节 新一代超级白领	13
第八节 白领的升职目标	15
第九节 白领的升职特质	16
 第二章 初涉职场	 19
第一节 初涉职场的原则	19
第二节 平安度过试用期	21
第三节 名企实习转正秘籍	24
第四节 判断工作是否合适	27
第五节 工作环境更重要	28
第六节 避免锋芒毕露	30
第七节 静心面对工作	31
第八节 吃亏也是福	32
第九节 如何提升人气	34
第十节 工资菲薄也快乐	36

第十一节	如何做好白领	37
第三章	职场形象	41
第一节	树立职业形象	41
第二节	良好的第一印象	44
第三节	提升个人魅力	46
第四节	服装的色彩搭配	48
第五节	量体穿衣扬长避短	49
第六节	完美的衣橱规划	50
第七节	职业妆风格简约	52
第八节	商务妆得体大方	55
第九节	淡雅妆自然清纯	58
第十节	男性白领形象	62
第四章	职场礼仪	71
第一节	交换名片的礼仪	71
第二节	出入电梯的礼仪	72
第三节	职场接待的礼仪	73
第四节	使用称呼的礼仪	74
第五节	交谈沟通的礼仪	77
第六节	使用电话的礼仪	79
第七节	发送邮件的礼仪	82
第八节	商务洽谈的礼仪	83
第九节	职场道歉的礼仪	84
第十节	白领着装的礼仪	85
第十一节	非言语性的礼仪	87

第五章 职场人际	93
第一节 办公语言运用技巧	93
第二节 与同事成为朋友	96
第三节 赢取人心的实用之招	100
第四节 应对爱说坏话的同事	102
第五节 好心态才有好同事	104
第六节 保持同事间最佳距离	106
第七节 维护你的人际关系网	109
第八节 馈赠礼物的细节	113
第九节 获得别人的支持	118
第十节 巧妙化解会议尴尬	119
 第六章 升职谋略	 121
第一节 升职需要野心	121
第二节 找到你要爬的桅杆	123
第三节 收敛个性放低姿态	125
第四节 全力保鲜降低折旧率	126
第五节 理性面对猎头公司	128
第六节 沟通是升职的关键	132
第七节 化委屈为动力	133
第八节 自信乐观更易成功	134
第九节 处理好劲敌关系	139
第十节 与上司聪明共舞	141
第十一节 成功培养下属	147
第十二节 提高工作绩效	150
第十三节 理性对待升职失败	153

第七章 职场禁忌	155
第一节 职场的跟风禁忌	155
第二节 职场的话题禁忌	157
第三节 职场的办公禁忌	159
第四节 职场的升职禁忌	162
第五节 职场的隐私禁忌	163
第六节 职场的习惯禁忌	165
第八章 职场减压	167
第一节 女性的职业焦虑	167
第二节 预防白领职业病	169
第三节 办公室减压妙招	172
第四节 3R 原则减压方法	173
第五节 压力管理和训练	175
第六节 正面职场挫败	179
第七节 释放心理压力	181
第八节 巧妙对待批评	182
第九节 健康的竞争心理	184
第十节 白领减压的方式	185
第九章 职场案例	189
第一节 遭遇刻薄的同事	189
第二节 美丽还要有爱心	190
第三节 遇上爱计较的同事	192
第四节 爱听好话的上司	193
第五节 踏上职场死亡线	194

第六节	遭遇升职考察	196
第七节	让心灵短暂出逃	197
第八节	周末郊游改变生活	198
第九节	健身运动放松心灵	199
第十章	职场感悟	201
第一节	我不是美女	201
第二节	英语是我的职场阶梯	203
第三节	摘到挂在高处的果实	206
第四节	骑着马更易找马	207
第五节	升职机会需要智取	209
第六节	做个“中和”的女强人	210
第七节	从细微处入手	211
第八节	热问题需要冷处理	212
第九节	十分钟反思受益多	213
第十节	同事之间的博弈	213
附录一	各大城市白领薪水参考	215
附录二	2006 年薪水职位排行榜	216
附录三	2006 年五大高薪行业	218
附录四	经理人薪酬调查	220
参考文献		223
后 记		224

白领职场述

第一节 白领的素质要求

一、白领是解决问题的劳动力

“白领”一般泛指管理和科技人员。美国经济学家罗伯特·赖克在其专著《国家的作用》一书中,将当今的劳动力分为三种类型:从事大规模生产的劳动力、个人服务业劳动力以及解决问题的劳动力。显然,其中第三类解决问题的劳动力即泛指“白领”,白领包括研究人员、策划人员、软件设计师、生物学家、投资银行家、法学家、审计师、各类专业顾问、企业各级主管、产品策划师、政府公务员、导演及文艺演出组织者等。

近几年,发达国家对“白领”中的“知识主管”尤为青睐,认为此类白领的素质可决定一家企业的兴衰,所以一些大企业不惜以年薪 10 万、20 万美元物色一名高级知识总管。他们的用意十分明确,希望通过知识总管、主管的策划和组织,将企业引入知识经济、知识经营的轨道。

二、白领人员的素质要求

对于未来企业白领人员的要求,美国《未来学家》专栏作者罗杰·赫尔曼归纳为以下七条:

1. 技术专长能力 尤其是指在 21 世纪大有发展前途的领域的专长,如信息技术、生物技术、空间技术等;

2. 创新与想象能力 要求白领能将抽象思维与逻辑思维结合起来,实现企业的经营和技术创新;

3. 数字与计算能力 即白领必须适应未来社会在数字化轨道中运行,对数据的变化迅速作出反应;

4. 组织能力 尤其指在结构重组方面的组织才能;

5. 说服能力 这是企业在当今世界纷繁复杂的市场环境中通过实施合纵连横策略争取到更多合作者的基本功;

6. 交流能力 指白领必须做到表达清晰,逻辑性强,使对方能深刻领会;

7. 学习能力 学习能力是人们在学习、工作及日常生活中必须具备并广泛使用的能力。职业或专业的水平越高,对人的一般学习能力的要求亦越高。

第二节 白领的衣食住行

白领的收入级数是千元级,收入在 4 000 元以上才算得上是白领。高学历、高收入、高消费已成为当代白领必备的特征。

衣:白领对穿衣打扮非常在乎,不仅要穿名牌,而且还要设计感非常强,任何饰物都不可以掉以轻心,他们最爱

用名牌彰显自己的品位。他们对鞋子和手袋从不马虎,几十块钱的折价皮鞋根本不可能出现在他们的鞋柜里,就连逛街时随意拎的小布包也绝对“师出有名”。对于注重仪表而又派对多多的他们来说,价格不菲、品质优良的香水、化妆品成了不可或缺的“武器”。

食:白领常常一个人去肯德基,坐在靠窗的位置吃双份炸鸡翅。与金领不同,他们可以从高档的西餐厅吃到特色的野味餐厅、小菜馆,从城里吃到城郊,只要味道好,装修又不太马虎就全盘接受。他们喝咖啡一定要喝现磨的,酒要喝葡萄的,上品、普品都凑合。

住:白领一般都住按揭房,喜欢那种小区管理到位、环境优美、附带会所的高层公寓。在他们的公寓里,空调、冰箱、洗衣机、电脑、音响、藤制沙发一件也不能少,而且都是师出有名的高档品牌。

行:每天搭乘楼盘的豪华大巴在城市间穿梭,是白领生活不可分割的一部分。对他们来说,贷款买一辆中低档车代步,也是一个好主意。

玩:白领更趋向于在健身俱乐部里做运动;他们休闲时既到全城最受欢迎的酒吧、咖啡厅泡,也到没人住的山野吹风;有时间时他们会约好友玩壁球、蹦极和攀岩;白领经常出现在夜晚的超市、商场、餐馆、酒廊、咖啡厅,他们是消费的主力军。旅游选择到云南、西藏这样有升华感的地方。

用:白领紧跟手机、数码产品潮流。他们定期购买国外及中国香港、台湾的杂志欣赏。

第三节 白领的薪酬模式

一、底薪提成制

1. 高底薪,低提成 以高于同行的平均底薪,以适当或略低于同行业之间的提成发放奖励。该制度容易留住具有忠诚度的老业务代表,也容易稳定一些能力相当的人才。

2. 低底薪,高提成 以低于同行的平均底薪甚至以当地的最低生活保障为底薪标准,以高于同行业的平均提成发放奖励。多数贸易类企业对营销人员采取“底薪+提成+奖金”的薪酬结构。

目前,企业大多以销售业绩为导向,最大限度地刺激销售员工提升业绩,令员工承受巨大的工作压力。这能迅速提升公司销售额,可是一旦市场出现“状况”,销售工作遇到瓶颈之时,销售队伍就容易分崩离析。该制度主要在一些中小型企业运用得相当多,对于一些能力很棒、经验很足而学历不高的业务代表有一定的吸引力。

3. 中底薪,中提成 两种薪酬制度各有利弊,要视企业的具体情况进行选择,更多企业采取了“折中办法”。

以同行的平均底薪为标准,以同行的平均提成发放提成,该制度主要在国内一些中型企业运用得相当多,对于一些能力不错而学历不高的业务代表有很大的吸引力。业务代表会考虑在这样的企业长期发展“比上不足比下有余”。目前,大部分企业更倾向于这种薪酬发放方式。

二、个性薪酬制

1. 瓜分制 所谓“瓜分制”，就是企业将全体销售人员视作一个整体，确定其收入之和，每个员工的收入则按贡献大小占总贡献的比例计算。

瓜分制的优点在于：操作简单，易学易懂；成本相对固定，却照样能鼓励竞争。其主要弊端：员工理解较为困难；瓜分制引发的较为激烈的内部竞争，不利于部门之间的工作协调。

2. 浮动定额制 浮动定额制指的是将每月的销售定额（当月的销售总额除以销售人员人数所得的人均销售额）乘以一定比例，如果某员工的个人实际完成销售额在定额以下，则只拿基本工资，如果完成的销售额在浮动定额以上，则超过定额部分按一定比例提成，外加基本工资。

浮动定额制可以综合反映市场行情，减弱环境剧烈变化对销售人员收入的影响；操作起来比较简单，可以减少误差程度；能够充分鼓励内部员工竞争，大大提高工作效率；有助于控制成本。但是浮动定额制引发激烈的内部竞争，有损内部的团结合作。

3. 排序报酬法 把所有销售人员的报酬或工资各自固定，统计出当月各位销售员的销售额，最后按照第一名、第二名、第三名……的顺序发放工资。

实施排序报酬法应注意将最后一名的工资与倒数第二名的工资拉开较大差距，以防止出现吃“大锅饭”的情况，该法所调动的积极性与收入差距正相关。

当然，薪酬制度远远不止以上几种，无论哪种薪酬制度，留住人才并且让企业可持续发展才是最终目的。对于

一个企业来说,绝对没有给业务人员发高了薪酬或者发低了薪酬一说,只有发对了薪酬或没有发对薪酬之分。

第四节 白领的社会特征

白领如今已经成为了一个独立的职业阶层,并呈现出一些鲜明的社会特征。

一、追求生活的多样化

目前,白领职业阶层的主体是 25 ~ 40 岁之间的人群,许多人的世界观、价值观、人生观定型于改革开放以后。对这些白领来说,高收入的工作机会和高品质的生活方式同等重要。白领喜欢多样化的生活形式,不断地寻找新的时尚,通过自己的服饰、住房等来表明自身对生活质量的追求。一家网站的调查显示:星巴克、真锅、圆缘园已经成为上海白领人士商务洽谈和闲余时交往的最佳去处。

二、职业的高流动性

由于具备良好的教育背景、工作经验,白领阶层相对于其他的社会阶层来讲,有更多的选择机会,这一切为自身的“流动”创造了条件。

一项调查表明,在一些高流动性的行业当中,如 IT、广告、咨询业等,年轻白领跳槽的比例超过 20%。2006 年 3 月,中智上海公司对 5 000 多名在外企工作的雇员进行调查统计,这些雇员都曾有过离职经历,调查结果发现:个

人主动提出辞职的比例高达 67%，而被公司辞退和合同自然终止的分别只占 12% 和 11%。

三、强烈的务实主义精神

对于白领阶层而言，在现实生活中，他们考虑更多的是如何获得更多的利益机会。比之国内其他地区，上海的白领会更多关心金融和房地产市场的情况，例如汇率或者是股市的波动。因为这些变化直接与自身的经济利益有关。这种务实主义的价值取向，贯穿着白领职业阶层的生活态度。在上海的白领中，投资房产，进行外汇、国债、基金交易的大有人在。而近两年大量涌现的财经类媒体则满足了白领人士的需要。

四、关注个人职业发展

一项调查显示，白领在选择职业时，职业发展前景已经成为决定性的因素，其次才是薪水和福利。白领求职首先关注的是能否发挥自己的个人特长和能力，是否有利于个人今后的职业发展。与此同时，近年来，国内出现了一批职业咨询机构，这在一定程度上解决了白领人士对于职业发展服务的需求问题。

五、普遍具有紧张感和焦虑感

这是白领阶层的一个显著特征。在白领的职业领域里，大多数岗位的竞争是非常激烈的。今天的高薪职位，明天可能因为一项新的人事变动或者行业的变化而变得前途暗淡。各类有关白领职场的新书上架后，在白领中间

迅速传阅,不少大公司白领几乎人手一册。一些白领人士开始向心理顾问寻求帮助,以缓解竞争压力。

六、具有社会责任感

这一点是白领阶层的一个新特征。在对物质利益不断追求的同时,一部分白领心中充满了对社会责任感的追求。据一家国际志愿者组织负责人介绍,其志愿者多为各大公司的经理和专业人士,这些白领以志愿者的身份,通过演讲、介绍等多种方式帮助别人。

第五节 白领的城市情怀

城市正成为国家经济增长的重心和基点,成为企业或个人创造财富的中心和源泉。造就城市竞争力,最重要的是人才。在选择职业的时候,白领如何选择自己心仪的城市就业?他们决定到一个城市发展时注重考虑哪些因素?城市如何吸引优秀人才?《职业》杂志和中青在线联合启动了“我最心仪的就业城市”调查,深入了解白领的城市情怀。

一、上海、北京、杭州最具诱惑力

大多数的人一开始选择的城市就是自己奋斗一生的城市。据了解,七成的职场白领轻易不会放弃自己已经积累的事业基础和人脉关系,不会更换城市,除非另外一个城市会有更好地发展或者有爱情的吸引。因此,白领在选择一个城市的时候无不需要经过深思熟虑。