

改变命运的机会往往只在转瞬之间
把握住这十分钟，你就是铸造辉煌的人

你只有十分钟

陈云凡→著

only **TEN**
minutes
FOR YOU



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS



C913.2

137

2007

你只有十分钟

only
TEN minutes
FOR YOU

陈云凡→著



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

在这个日新月异的世界里,我们时刻都处在快速和不断变化的节奏之中。每天都有或多或少的机会出现在你的面前:升职、跳槽、应聘、商机,等等。但是,机会往往都是稍纵即逝的。

本书指导读者在面试和提升自己的职位时,怎样才能抓住最短暂的时间和机会,实现自己的最大利益。本书也将一步步地指导读者从认识、内在修炼、外在表现和个人魅力上提高自己。

图书在版编目(CIP)数据

你只有十分钟/陈云凡著. —北京:机械工业出版社, 2006.11 (2007.1 重印)
ISBN 978-7-111-20292-9

I. 你... II. 陈... III. 职业选择—通俗读物
IV. C913.2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 130378 号

机械工业出版社 (北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037)

责任编辑:徐井 责任印制:杨曦

北京机工印刷厂印刷

2007 年 1 月第 1 版第 2 次印刷

145mm × 210mm · 7.625 印张 · 1 插页 · 161 千字

定价:20.00 元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

销售服务热线电话:(010) 68326294

购书热线电话:(010) 88379639 88379641 88379643

编辑热线电话:(010) 88379001

封面无防伪标均为盗版



前言

你没有更多的时间

你相信吗？有很多时候，人一生的命运往往会被短短的十分钟所决定；有很多时候，人的处境就像一篇短文中所讲的——“你只有十分钟”！

当看到了那篇名为“你只有十分钟”的短文时，我惊诧于其中的描述：一个大集团公司的人力资源部经理，招聘一个员工的时间总共不会超过十分钟！但事实的确如此。这十分钟里面，甚至还包含了应聘者走入办公室、入座、非正式简单对话的时间。也就是说，这家公司是否录用一个人的决定，将在区区十分钟的接触机会里作出。

成功或是失败，都浓缩在这短短的十分钟里。也许你会说：这不够公平，这太不负责任！但是，那位经理说得十分肯定：十分钟最公平，也最负责任！

走入他办公室的应聘者 70% 以上不会首先打招呼说声“你好”；50% 以上的应聘者衣冠不整洁；30% 的应聘者神态紧张；20% 的应聘者目光游移。那还有什么好说的？他可以选择的人很多，让这些人走吧。

的确，每个人只有十分钟，而这些应聘者在前五分钟就已经输了。



更让我回味的是文中那位教授的话，他在《公共关系学》第一节的开场白上告诉他的学生：“每个人都要学习孔雀，十分钟让整个世界记住自己的最美。”

可是，中国人的传统审美观向来不喜欢像孔雀那样，在短短的时间里展示自己的美。中国人更相信“日久见人心”和“细水长流”，或者是“只要是金子，总会发光”。

然而，在现代工业以分秒计算的社会当中，谁还能有更多的时间表现自己？

“案头上堆满应聘材料的人事经理需要在一天的时间里面试上百个人，他的八小时平均分配给每个人，你就只属于其中的十分钟。”

“流水线般的现代化工作程序要求解决每个问题都要快，你没有时间说‘容我再想想’。”

“你的表现不佳，你说你其实可以做得更好，只是没有时间。可是，整个世界的本质其实都是在赶时间。”

“你很优秀，可是你要知道，你只有很少的时间，十分钟，或者更少。”

文章很小，但却能给人留下很多的感慨。在你内心深处，是否也在为没有抓住以前的某次一瞬即逝的大好机会而悔恨不已？

今天的社会正在巨变，我们每一个人都处在一个日新月异的世界里，都处于快速和不断变化的节奏之中。在我们的个人职业生涯里，每天都会面对自己的上司、同事、客户、对手，每天都有或多或少的机会出现在你的面前：或是升职、或是跳槽、或是应聘、或是招聘、或是商机，等等。但机会往往是一闪即逝的。

过去的时光可能倒流吗？你能比昨天还年轻吗？同样的机会还

IV ●●● 你只有十分钟



会有第二次吗？你能让昨天的错误消失吗？一句说出口的话，一记挥出的拳头，一切造成的后果和影响，你能完全把它们收回吗？不能！那么，在你所能拥有的每个短暂十分钟或者更少的时间面前，你又该如何去应对和表现自己？

在生活和工作中，常常会有些人，感到时间还很多、机会还会再来；他们往往没有意识到“只有十分钟”这样的现实，会因为对时间和机遇不珍惜而导致错失良机，甚至于丧失了一生发展的大好机会。

职场沉浮是人生一个很重要的方面，一些失败的教训、成功的经验，能提升出具有指导性和可操作性的建议来为你指路。但是，不要仅仅局限于此。从这个切入点走进去，对于如何寻找并把握人生、事业、生活中各个短暂而又珍贵的机遇，你将会有更加透彻的领悟。

正确的理念和方法，不仅是为了你在短时间内迈进理想的职业圈，不至于视求职为畏途，更是为了让你不再失去人生当中任何一个一瞬即逝的机遇。看看你的身边，关注那些每天都能听到、看到的各个业界的风云沉浮，产业巨头的崛起，企业明星的陨落，一幕幕社会、人生、事业的激荡风云！我们只是希望你在风云激荡中认清现实，用最少的精力和最快的速度达到你的理想，在职场和人生的道路上获得更多的成功机会。

“你无法控制别人的言行，但可以决定自己的思想和行动。”请认清社会和人生中的现实，做你自己的主人，用最短的时间，以最快的速度 and 方式，展现最美的自己！

要知道，你没有更多的时间，你只有十分钟！



目 录

前言 你没有更多的时间

I 真的只有十分钟 / 1

不是你不明白，这世界变化太快 / 4

谁还会给你更多时间 / 10

反思“路遥知马力” / 14

HR 们的效率准则 / 20

与 HR 换位思考 / 25

职场竞争无慢鱼 / 30

十分钟内输赢已定 / 35

你只有十分钟——即使你很优秀 / 40



II 把十分钟刻到心里 / 45

十分钟意味着什么 / 48

孔雀开屏与昙花一现的深刻印象 / 51

比较，就在那一刹那 / 56

以貌取人还是以“神”取人 / 60

沉思：快餐文化的蔓延 / 65





- 从元帅身上学到的 / 68
必须在第一时间去胜利 / 76
十分钟——两条道路的抉择 / 80
机会要你做百米冲刺 / 85
信念助你更胜一筹 / 90

III 在十分钟内做到最美 / 97

- 挖掘十分钟的机遇 / 100
是金子就要及时闪光 / 107
寻找表现自己的快捷方式 / 111
他们输在哪里 / 117
突破侥幸的深渊 / 124
更进一步的分析——是侥幸还是惰性 / 127
别在自以为是中徘徊不前 / 131
你有自己的卖点吗 / 135
拔出你的杀手锏 / 140
细节 VS 气度 / 145
要做就做最美的展现 / 149
自信：由你做主的十分钟 / 154
做一条聪明美丽的快鱼 / 159



IV 为十分钟的魅力而修炼 / 165

- 如何打造你的十分钟 / 168



你只有十分钟



- 台上十分钟，台下十年功 / 174
- 应对十分钟的修炼之道 / 182
- 没错，“厚积”就是要“薄发” / 188
- 给自己来一次彩排 / 191
- 像狼一样重视每次出击 / 195
- 重视不够，还要用心去做 / 199
- 人最大的敌人是自己 / 203
- 把握好人生每一次十分钟 / 208

V 突破十分钟 / 213



- 重视是为了突破 / 216
- 有了敲门砖之后 / 218
- 成功并不像你想象的那么难 / 222
- 细水长流——我的“诡辩” / 225
- 人生几多十分钟 / 228
- 从只有十分钟走向成功 / 231



I

真的只有十分钟



真的只有十分钟

- | | |
|--------------|--------------|
| 1. 不是你不明白，这 | 5. 与 HR 换位思考 |
| 世界变化太快 | 6. 职场竞争无慢鱼 |
| 2. 谁还会给你更多时间 | 7. 十分钟内输赢已定 |
| 3. 反思“路遥知马力” | 8. 你只有十分钟—— |
| 4. HR 们的效率准则 | 即使你很优秀 |

——认清面临的紧迫现实

这世界变化得太快，现代社会的高速竞争压力下，面对所需要处理的事情和解决的问题，没有人会给你太多的时间，想要胜利就必须第一时间去争取。



不是你不明白，这世界变化太快

有一句曾经流行的话，我想今天听起来仍然不会让人感觉过时——“如果要问这世界上惟一不变的是什麼，那就是变化。”

如果仔细关注一下自己身边的人与事，在关注一下这个世界的变化，我相信谁也不能否认：不变的只有“变化”。

这个世界不仅在变，而且还变得飞快。就拿日常办公来举例，过去开会做记录都还是笔抄手写，时至今日却变成了敲打键盘、电子扫描、快速复印，电子商务和网络办公就像狂风一般向你刮来。世界上每天都在出现新的事物和新的观念，面对这些，请不要说你接受不了，你只需要知道：不是你不明白，这世界变化太快！

※※ 世界天天都在变 ※※

这是一个天天都在发生着变化的世界，时间创造了变化，变化造就了万事万物。

记得在 20 世纪 80 年代的时候，照相机还不像现在这么先进和普及，市面上的产品也都还停留在机械相机的水平上。那时柯达曾举办过一个规模庞大的产品展示会，在展示会场大门口，横贯展台上方有一条巨幅的标语——“This is a changing world”，给人的感觉十分震撼！

如今，传统胶片型相机所占的市场份额逐年缩小，而作为精密



机械、精密光学和 IT 技术综合产物的数码相机，其新的产品类型如穿梭般在改变着人们对相机的印象。在二十多年后的今天，起床打开电脑，朦胧惺忪的睡眠，即刻间就会被屏幕上出现的无数精彩信息所点亮。这时不免又会让人想起那句话：“This is a changing world”。或许，在当年，人们并不能理解柯达公司为何要打出这样一条标语。但是斗转星移、桑田沧海，却也告诉人们不变的只是变化本身。

“大江东去，浪淘尽，千古风流人物……”自然在变，世界在变，社会在变，人也要变。清末维新派先锋梁启超曾说：穷则变、变则通、通则久。世界每天都在变，如何适应“变”的节奏，如何在它变中以求自变，则是一门大学问。想想看，那一句“This is a changing world”真是讲得很有道理。柯达在数不清的同类公司残酷竞争的速变时代，依旧能够保持活力、前景广阔，不就是因为它能不断地透过变化的产品这个镜头看到了一个不断变化的世界吗？

不要过份地追究这世界、社会和人生为什么会有变化，而且为什么又变化得那么快，因为在现代社会里，恐怕你没有那么多的时间去想东想西。认识变化，接受新观念，快速应对，我想，这些才是你应该去做的。

※※ 快变的节奏，新的观念 ※※

变化，无处不在；变化，迅雷不及掩耳！瞬息万变的时代给我们带来了快节奏的生活方式，“深圳速度”，就是一个最好的



见证。

深圳的办事效率高，生活节奏快，大街上行人走路的速度都是和香港人差不多的。深圳人的时间观念特别强，“时间就是金钱，效率就是生命”就是深圳人最先提出来的。在深圳，有句话叫做：“不是加班，就是搬家（一般是因为工作变动而搬家）”，正是有了这样一些创业者只争朝夕的敬业精神，才成就了今天深圳的辉煌。生活在深圳的人早已习惯了宠辱不惊，他们深信通过奋斗可以改变一切。在深圳，你能看到所到之处许许多多的人，他们最近在忙于参加哪种培训、学习什么课程，更新知识、接受新观念、不断充实自己早已成为他们时尚生活和工作的必需。

快速的变化，必然会产生出新的观念。

曾经在聚会时遇到一位高中时的同学，不经意间谈起他在深圳的弟弟，他很是担忧，因为他弟弟在那里的工作不是正式的。但是，其他人并不这么看，他的话还没说完就被其他人打断了：“还是内地的思维，什么正式不正式的，只要适合自己能赚到钱就行……”

感受一下这些生活的新变化，请看看有多少鲜活的新观念已经跳到人们眼前。现在，几乎每天都会有各种各样的新用语产生，几乎隔一段时间就会有一些新的观念在流行。“吃了吗？”、“下海了吗？”、“发了吗？”、“解套了吗？”、“升了吗？”、“网恋了吗？”，见面时的一个问候语，就是记录一个时代的年轮，铭刻着每个时期里最具时代特征的一段历史。

时间之所以如此伟大，就在于它始终与变化相伴。繁华喧闹的现代都市，鳞次栉比的高楼大厦，时时处处都在孕育着变化。你



是想去领导变化，还是被迫去作出变化？你是紧跟变化，还是不做变化？这就好比让你选择：是做人生剧中的编剧、导演、主演、配角，还是台下的看客。

想成为什么样的人，就看你自己的选择了。

※※ 首要的应变之道：接受新观念，训练大脑 ※※

这个社会讲求观念革命，快速变化的世界给我们带来了新的观念，快速变化的世界更反映出我们需要以变制变、以快制快，拿出最快的速度去应对。但是，最首要的应该是接受快速变化的事实，明白这种快变使我们的时间变得越来越少，越来越紧迫。更简单地说，人们需要接受这个不争的事实和全新的观念：你的时间很少，你只有十分钟！

旧的观念将被新的挤到一边，你不应该再等待，或者推托说你还没有准备好。钟情于旧的观念，必然会成为失败者；认识了新观念的人，才有可能成为赢家。

做企业的人经常讲：观念不变原地转、观念一变天地宽、观念一变大发展。商海之中的竞争瞬息万变，企业的成长和发展主要在于不断地进行创新，停留现状就是落伍。他们更加明白这样的道理：学习改变观念、观念改变思路、思路决定出路、出路决定命运。只有新颖的观念才是制胜之道，只有接受新观念和新思潮才能促成进一步的发展。

那么，如何才能让自己保持对新观念的敏锐和快速接受新观念？答案就是要每天训练自己的大脑。大家都说 21 世纪是学习的世纪，



是知识经济的时代，现代社会是学习型社会，现代企业是学习型组织。但是，在这个知识爆炸的时代，人们需要学习哪些知识？又应当怎样去学习呢？其实，你需要的不只是知识的积累，而应当是训练大脑，增长智慧。

美国总统富兰克林·罗斯福在霍尔姆斯 90 寿辰时去看望这位大法官，进屋之后，他发现老人正坐在书房的熊熊炉火之前埋首于书本之中。罗斯福就问道：“大法官先生，您在干什么呢？”霍尔姆斯看了看罗斯福：“我在训练我的大脑，总统先生。”其实，霍尔姆斯正在自学希腊语，但他不只将此看作对某种知识的学习，而把它当作是对自己大脑的训练。

今天，可以这样说：重要的不再是“学习知识”，而应该是“训练大脑”。

请看下面的表格，它有助于我们对自己大脑的训练：

训练方式	具体分析
1. 接触新事物	多接触新事物，并且对于任何新事物都先抛弃成见，不要立刻说不对、不行，也不要说这个东西我不懂、也没有兴趣，试着去了解看看
2. 接纳新信息	接纳信息不要只通过看书、读报、上网、上课，还要包括参加会议、讲座、辩论会等等。不要把报纸等等一些只提供信息而不提供思维方式的载体当作是你的重点，应当更加关注网络、讲座这样一些独特载体，因为其中从最浅到最深的信息可能都有，也容易引起你的思考，锻炼你的思维
3. 吸收与融会贯通	接触新事物和通过读书、上网、听讲座来接受新信息，关键要自己融会贯通，如果做不到这一点，那你自己还是没有达到训练大脑的目的，也就意味着还没有接受新观念