

找份工作去 恋爱

张持 李锋◎著

学会用对待**爱人**的方式对待**工作**，职场将不再冷漠，
学会了与工作“**谈恋爱**”，我们追求**事业**的过程将充满力量和**快乐**。
加油吧，**亲爱的**！

找份工作 去 恋爱

张持 李锋◎著

中国财富出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

找份工作去恋爱 / 张持, 李锋著. —北京: 中国财富出版社, 2013. 4
ISBN 978 - 7 - 5047 - 4622 - 1

I. ①找… II. ①张… ②李… III. ①职业—应用心理学—通俗读物
IV. ①C913. 2 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 049529 号

策划编辑 黄 华

责任印制 方朋远

责任编辑 丰 虹

责任校对 梁 凡

出版发行 中国财富出版社 (原中国物资出版社)

社 址 北京市丰台区南四环西路 188 号 5 区 20 楼 邮政编码 100070

电 话 010 - 52227568 (发行部) 010 - 52227588 转 307 (总编室)

010 - 68589540 (读者服务部) 010 - 52227588 转 305 (质检部)

网 址 [http: //www. cfpress. com. cn](http://www.cfpress.com.cn)

经 销 新华书店

印 刷 北京京都六环印刷厂

书 号 ISBN 978 - 7 - 5047 - 4622 - 1/C · 0155

开 本 710mm × 1000mm 1/16 版 次 2013 年 4 月第 1 版

印 张 15. 25 印 次 2013 年 4 月第 1 次印刷

字 数 257 千字 定 价 29. 80 元

版权所有 · 侵权必究 · 印装差错 · 负责调换

前言

像恋爱一样去工作吧

人这一辈子要找对两个人，一个是老板，一个是老伴儿。因为太阳升起之后你和老板在一起，日落西山之后你和老伴儿在一起。这两个人带给我们最多的快乐，也带给我们最多的困惑。我们希望工作的过程是快乐的，因为只有快乐的心情才会让我们的工作更高效，工作的目的也是为了生活幸福，所以我们要有能力处理好工作中的人和事，用正确的心态和方法面对工作中的选择和自己。

合适的才是最好的，幸福的才是正确的！

当我们开始追寻人生，开始寻找合适自己的方向时，工作像爱情一样“扑面而来”，面对心仪的“她”，你是否有足够的勇气表白？面对理想的工作，你是否已经准备好接受各种挑战？我们好似天生就会“恋爱”，看到他（她），我们会心潮澎湃，会想方设法与他（她）接近，会制造无数个浪漫的“桥段”，总而言之，看到他（她），我们会尽可能对他（她）好，这是没有原因的，只是因为心中有爱。

这就是爱情的力量，而在工作中，你是否具备这种力量？

当你去找寻适合自己职业发展工作时，从职业分析、锁定目标、求职准备到进入职场，在此期间你会发现，我们要提高的方面还有很多，毕竟，深厚感情的形成不是一朝一夕的事情，丰富的职场经验需要花很多时间来积累。

但是，我们更希望自己在最短的时间里适应职场生活，同时将工作变成一件幸福的事情，如同恋爱般令人充满力量，学会与工作“谈恋爱”，找到最甜蜜的职场发展之道。

我希望这本书就是创造这个梦想的画笔！把恋爱的过程与工作中的点滴结合起来，告诉你如何构筑科学合理的职业分析规划图，像幻想将来的

爱人一般，为自己找一条适合的道路；同时还规划了求职前的准备工作，帮你打好一场有准备的战役；想要找到合适的“爱人”，得在了解彼此的前提下，勇敢说出心中的想法，在企业面前，我们更要坚定守护心中的想法；书中还介绍了如何收集信息，并且运用到面试中，不妨从字里行间找到开启企业大门的“钥匙”；良好的心态给予我们面对困难的勇气，同时让自己变得更加成熟。

写这本书我刻意避开了职业规划方面的专业术语与理论，而是把我这些年与几百个企业高层和人资经理交流的认知与节目中听到的近两万个真实的故事结合起来，用我们都熟知的恋爱来诠释职场的问题。每一个案例都是源自节目中和演讲现场遇到的真实故事，我不是在讲述道理，而是希望能通过一些故事让我们理清思路，看清在职场中的自己。我没有去渲染激情澎湃的成功氛围，我只想去描述一个常人最真实的工作和生活，我们应该还原朴实的心态。轻松的、幸福的生活才是我们追求的根本，工作是为了生活，找工作就是找自己。

学会用对待爱人的方式对待工作，职场将不再冷漠，学会了与工作“谈恋爱”，我们追求事业的过程将充满力量和快乐。加油吧，亲爱的！

作 者

2013 年 1 月于西安

目 录

第一步 职业分析	1
恋爱与工作	3
恋爱流程与求职流程同理分析	6
人这一辈子要找对两个人	10
都说找工作残酷，我看爱更无情	13
人要学会“脚踏两只船”	17
是什么决定了你的未来	21
第二步 求职准备	29
你是谁？去哪里？干什么	31
你是否了解企业	34
你是否爱这个企业	38
你能给企业什么	41
那个期限是一万年吗	45
如何让企业找到心动的你	49
检视兴趣、性格、能力，定位你的职业	52
第三步 精准定位	59
爱人没有最好，只有适不适合	61
心仪的企业是否真正存在于你深深的脑海里	64
永远知道自己要什么	69
“屌丝”有资格仰望“白富美”吗	72
如何知道自己与企业是否般配	74

第四步 收集信息	81
企业到底要什么	83
爱的感觉让你更想知道她的背景	86
信息归类整理，了解持续升温	90
评估收集到的信息，看人不能看表面	93
去伪存真，客观看待你的梦中情人	96
利用你掌握的信息尝试去“约会”	100
第五步 面试技巧	105
第一次见面前的思考：外表、言、行是否过关	107
不懂说话之道的面试者芳心难俘	109
面试因失去信心而变得困难	113
企业对你有没有好感只需 5 秒就够了	116
想进一步和企业拍拖要禁得住考验	118
5 分钟打动 HR 的秘密	121
和企业签约后不应表现出失去森林的感伤	125
第六步 心态塑造	131
因为得来不易，所以更要珍惜	133
每一天都给自己幸福的理由	136
坏事当做正常，好事当做福气	140
用积极和感恩的心态积攒正能量	144
优秀职业人应具备的心态	147
想提高价格，先提高你的使用价值	151
工资，让人欢喜让人忧	154
压力一半源自生存，一半源自比较	157
第七步 恋爱之道	165
怎样“恋爱”才快乐	167
工作中遇到这些问题怎么办	170
快乐同事，高效做事	174

五个“子”让你在恋爱中慢慢成长	178
一个人：梦想、行动、坚持	183
一个团队：简单、听话、照做	186
当你遇到这五种人	190
不触碰道德底线，对工作负责就是对人生负责	193
 第八步 爱的练习	 199
先低头做事，再抬头做人	201
让人看得见的只有结果	205
要么抱怨，要么适应	208
能力越强，责任就越大	211
关系良好，工作顺利	214
批评是这个世界上最美丽的声音	217
平台比能力更重要	220
机会永远留给表现最好的人	222
人生共需工作 36000 小时	225

第一步 职业分析

画一幅恋爱求职同理流程图

人这一辈子要找对两个人：一个是你的老板，一个是你的老伴儿。太阳升起之后你和你的老板在一起，太阳落山之后你和你的老伴儿在一起。你要做的就是像听老板的话一样听老伴儿的话，像爱老伴儿一样爱老板！

——腾讯微博@1011 张持

恋爱与工作

像爱恋人一样热爱你的工作，会获得意想不到的快乐；像对待工作一样为恋人负责，会收获人生最大的幸福。

——爱的职场宣言



人生最幸福的事情，莫过于和相爱的恋人一起度过美好时光，但是无法做到一天24小时都与恋人腻在一起，你还有丢不掉的工作。说起工作，我听到很多人的抱怨：“我一点也不想上班。”问及原因，不外乎“太辛苦”“枯燥乏味”“无法与上司沟通”“没办法处理与同事的关系”等，如果负面情绪过多，你很难在工作中积累正能量，就像你既讨厌对方的外貌，又不喜欢对方的性格，你还能和他成为幸福的恋人吗？不论回答哪个

问题，答案都是否定的。

不妨重新定位你的工作，把它当成你的“恋人”，从中寻找快乐的元素，并且尽快融入到工作中，不要总是觉得自己是局外人，看看工作本身能够带给你的“惊喜”，感情都是培养出来的，你会慢慢爱上这份工作。

当你正与心爱的人共谱恋曲的时候，你一定觉得全世界都是甜蜜的，甚至觉得天上的云彩都是心形的，其实，你身处的环境并没有改变，发生了变化的是心态，你因为爱上一个人，而觉得整个人生都充满意义，这就是爱赋予你的正能量。

爱可以是广博的，当你爱上工作的时候，你会觉得与它相处的8小时同恋爱一样快乐，因为工作是体现你自身价值的好机会，你有无数个让自己快乐的理由，将它们拼凑在一起，你就可以获得每一天的幸福，如果此时的你还不够自信，不妨大声对自己说出：“我永远是幸福的。”

我在主持职场节目期间，曾遇到过一位年轻的白领，他来自一个北方城市，在西安读完大学便留下来工作了，女朋友也是外地人，两个刚刚步入社会的青年，开始了“奋斗生活”。他回忆说：“起初只是在公司担任实习生，没有正式工资，每个月拿着800元的生活补贴，女朋友虽然与另一家公司签约，但是薪水也很少，由于缺乏工作经验，常会被上司训斥。职场中，同事都只盯着自己手里的活儿，哪里还能顾得上你，有时候大家都下班了，我还得继续工作到很晚。”说起之前的生活，他已经很淡然了，我问他：“你是如何克服这些的呢？”这个帅气的小伙子很轻松地说：“那时候我就想，身边这么优秀的女孩子都被我追到手了，这份工作有什么搞不定的呢？”这个不怕吃苦的小伙子，努力让自己“追上”这份工作，他还得好好地与之相处。

虽然只是实习生，但是他在一段时间后，已经可以独立处理很多工作了，公司正式与他签约。

如今，他已经和太太在西安落户了，他说：“成为优秀的设计师是我的梦想，我爱这份职业，通过工作能看到自己的价值，把工作也当成自己的爱人，24小时都是幸福的。”

没必要整天愁苦地工作，何不在其中找寻让自己快乐的理由呢？不要

将公司想象成痛苦的“监牢”，这样你永远无法与之摩擦出“幸福的小火苗”，只有真正了解你的工作，才能发掘出更深层次的东西，当然，你还需要在这个“恋人”的眼中看到更优秀的自己。

怎样才能让工作成为你的“恋人”呢？

职场“恋爱”之道



1. 坚持你的梦想，并且融入工作中，将工作变成“爱人”

当你遇到心仪的对象，一定会在心中悄悄编织起“梦想”：与对方相拥漫步，携手走过岁月。这种情愫多出现于刚刚认识对方的时候，当你第一次走进新的工作环境，也会想象将来的工作场景：努力处理好每一项业务，成为优秀员工，甚至得到晋升机会。如果你没有坚持“梦想”，或是没有让自己真正融入角色中，你就会一直生活在“幻想”里，所有事情都会变成“不切实际”，无法将工作真正变成你的“爱人”，你永远都在被动地工作，心情又怎么会好起来呢？

例如，你看上了一个漂亮的姑娘，如果不巧妙地制造相遇机会，或是找机会表现自己，她又如何能成为你的恋人呢？当然，这个过程中你也许会遇到“障碍”，如果你可以坚持梦想，把自己当成对方的伴侣，去关心人家，她才有可能被感动。

把工作当成“爱人”需要一定过程，这段时间里，你的心态也会不断发生变化，如果你因为被老板训斥或是和同事发生不愉快，而想到放弃的时候，不妨回想自己刚接手这份工作时的“梦想”，一旦遇到困难就辞职，你永远无法在工作中实现“梦想”，它们就都会变成“白日梦”。

作为一名职场人，完成工作是你的“使命”，不要觉得我把话题说得太严重了，如果你每天想着混时间等待下班，或是混一份普通的薪水，你可能无法体会工作真正能带给你的快乐，只有融入其中，你才能感受痛苦背后的欣慰。

就像你为心爱的人准备了一桌香喷喷的饭菜，虽然过程很辛苦，但是当你看到对方的笑脸，自己也会特别幸福，因为你爱这个人，你沉浸在两个人的幸福世界里。

没有哪一份工作是无须付出的，“梦想”会赋予你动力，当你融入工作本身，你就会发现，原来自己有这么大的潜力，这难道不是一件值得庆祝的事情吗？

2. 将“承诺”兑现成“行动”，与工作相依相伴

恋人之间常常会许下“相亲相爱、不离不弃”的誓言，或是出于责任，或是因为太爱对方而情不自禁表达出承诺，其实，你也会在不经意间对“工作”这么说：“我一定要处理好这个项目”“我必须好好干”等，语言永远比行动简单，无法兑现的“承诺”不仅会伤害深爱你的人，也有可能让自己砸了“饭碗”。

经常听到这样的抱怨：“你答应我的事情统统没有做到，我要和你分手！”这大概是最常见的分手理由了，你开给恋人的“空头支票”越多，对方离开你的概率就越大，只有当“承诺”兑现成“行动”的时候，两个人的关系才会长久。

工作也是你的“爱人”，它同样会因为你没有兑现“承诺”而不给你好脸色看，明明说好，你会认真对待某项业务，却迟迟不付之行动，就算有好机遇，也会被他人“捷足先登”了。

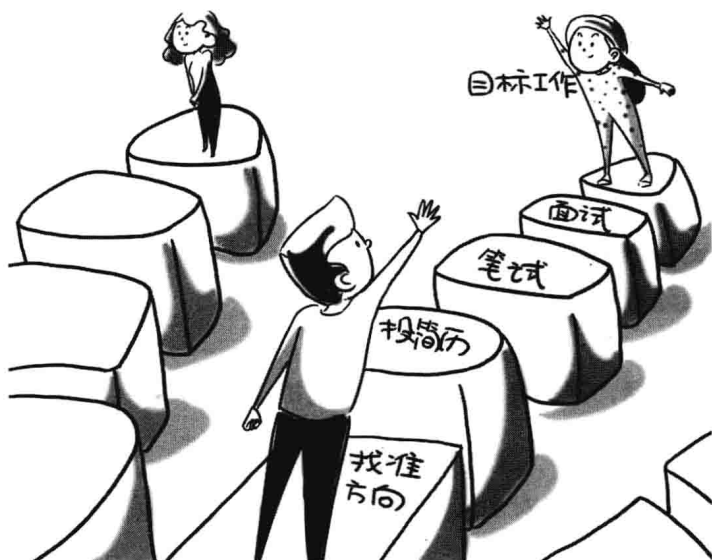
想要与工作维持良好的关系，不仅得“承诺”，还要拿出“行动”，告别你的拖延症，让大脑飞速运转起来，才能实现与工作相依相伴。

恋爱流程与求职流程同理分析

恋人与工作是你这辈子遇到的两个“爱人”，不论追求哪一位，都要遵循一定的流程，做好这方面，你就有可能实现“情场、职场两得意”。

——爱的职场宣言

相爱的人，差不多都会走相似的路：相遇、认识、相爱、挣扎、依赖……处理好每一个环节，你才能与对方携手走过人生，感情往往是脆弱的，一旦某个方面出现问题，都有可能使得两个人分道扬镳。工作亦是如此，当你寻得一份好工作，如何才能得到它？你得好好把握其中每一个步



骤：制作简历、投递、等待通知、笔试、面试、正式上班……你不能错过任何一步。

白先生是我的听众，几年前，我接到他的电话，他说自己很苦恼，和女朋友没有挣扎过“毕业季”，分手了，身边的同学纷纷穿梭于各写字楼，而自己却穿梭在各招聘会场，他觉得自己很失败，非常痛苦。聊了几下，我发现白先生有点“病急乱投医”，自己明明是学财务的，却向销售、管理、文案等工作投了不少简历，当然，他有自己的理由：“先解决生存问题再想着发展。”我并不同意他的看法，我认为：人生第一份工作同样非常重要，得清楚自己的定位。

我开始帮他分析，从自身实际情况出发，再详谈职业目标和发展方向，渐渐的，我们有了共识，他决定好好整理思路，看准目标再出击。

半个月后，他告诉我，自己拿到了某品牌公司的入职电话，是一份与专业对口的工作。如今，与我一直保持联系的白先生已经成为所在小组的组长，还交往了一位优秀的女孩子，两人正朝着幸福生活奋斗呢。

找工作和追求爱人一样，心急都是吃不了热豆腐的，得慢慢地瞄准你的目标，当然，你首先要做好自我定位，两者缺一不可，当“万事俱备”，就得借一借“东风”了，我可不是说你得凭运气，而是你抓住时机表现自己，将最好的你呈现在恋人和 HR 面前，对方当然会心动不已。

现在，我们就一起来分析恋爱与求职的流程吧。

职场“恋爱”之道



1. 明确目标，寻找合适工作的基本前提

所谓“一见钟情”，往往是充分准备之后的结果，因为产生这种情愫的双方会将彼此看成“对的人”，那么，在相遇前，他们一定早已在心中勾勒出对方的样子。

求职前，你需要有明确的目标，“我是谁”，在没有充分了解自己之前，这个问题并不好回答，却非常重要，因为给自己合理的定位，是寻找适合工作的前提，人可以驾驭工作，人永远是主体。想要找寻心仪的对象，你得充分了解自己的内心，你越渴望，越容易将对方追到手。

通过哪些途径找工作呢？这是需要思考的第二个问题，在大街上漫无目的地走，不会令你找到工作，有人说：“那我就去人才招聘会、上网找工作、看报纸上的招聘信息……”这些都是有效途径，但要考虑是否适合你，如果你还在站着“最后一班岗”，就得考虑时间要素，免得“竹篮打水一场空”。

就像寻找心仪的对象，可以通过朋友介绍、上相亲网站或是偶然认识等，如果你太宅了，认识异性的机会不多，就得努力通过前两种方式，不然你有可能变成“光棍”。

最重要的是，当你面对心爱的人，你得知道自己是来干什么的，才能把最好的一面表现出来，例如，你和一位姑娘，以结婚为目的，两人坐在一起聊天，通过这种传统的相亲方式，向对方展示你的优点，明白了来干什么，你就会注意自己的言行，是为了完成相亲成功的目标。

当你来到人才招聘市场，得明白自己的求职方向，不能向每一份工作

投简历，适合你的工作才是最好的，大街上，俊男靓女有很多，你却不能向所有人“抛媚眼”，因为其中只有少数人适合你。

2. 定位你的职业，到底什么才是“好工作”

当你充分了解自己后，还得观察你的对象，老人常说“门当户对”，如果双方的人品、学历、脾气、性格相差甚远，可能难以获得幸福。选择工作也需要注意相关方面，例如，眼前的这份工作可以带给你非常丰厚的薪水，或是可以为你提供广阔的发展平台，但是要求员工经常出差，至少有休息日，如果你觉得可以接受，这份工作对你来说就是合适的。

两个人在接触的过程中，会考虑双方的兴趣和性格，有句话说得好，“酒逢知己千杯少，话不投机半句多”，如果你与对方少有共同语言，即便以后成为恋人，也会经常争吵，这并不是理想的选择。

不要以为工作这位“爱人”不会与你争执，其实她也会在你不经意的时候，对你耍脾气，为了避免日后出现不愉快的场景，当你还在选择工作的时候，就得考虑清楚这些问题：

第一，我对这份工作是否感兴趣？

第二，这份工作我能否胜任？

第三，我的性格是否吻合工作的性质？

第四，这份工作能否发挥我的特长？

第五，这份工作是否符合我的长远发展目标？

选择工作的时候，千万不能着急，每个问题都非常重要。只有经过深思熟虑，你才能做出最终的行动。或许有人说对于这五点都不是很清楚，那就退一步，想做什么就做什么，做什么就要想什么，能做什么就做什么，做什么就要做成什么，在做的过程中逐渐了解自己。其实，找工作就是找自己。

3. 提升你的形象，工作才会对你满意

你很喜欢对方，又希望对方能够中意你，当然要考虑提升自己的形象，谁都不喜欢穿着邋遢、出口成“脏”的人，当你表现出沉稳的气质和良好的品格，自然令对方倾心。