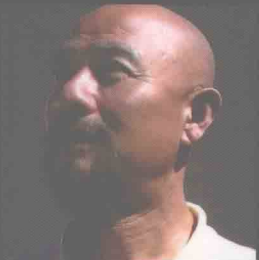


【优米网在路上系列图书】



职场,名人说

优米网图书项目组 © 编著



中国民主法制出版社

【优米网在路上系列图书】



职场,名人说

优米网图书项目组 © 编著

中国民主法制出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

职场, 名人说/《优米网》项目组编著. —北京: 中国民主法制出版社, 2011. 3

(优米网《在路上》系列)

ISBN 978-7-80219-779-4

I. ①职... II. ①优... III. ①职业选择—通俗读物
IV. ①C913.2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 036681 号

图书出品人: 肖启明

文案统筹: 刘海涛

责任编辑: 逯卫光 翟琰萍

书名/ 职场, 名人说

ZHICHANG, MINGRENSHUO

作者/ 优米网图书项目组 编著

出版·发行/ 中国民主法制出版社

地址/ 北京市丰台区玉林里7号 (100069)

电话/ (010) 63292534 63057714 (发行部) 63055903 (法律室)

传真/ (010) 63056975 63292520

E-mail: MZFZ@263.net

经销/ 新华书店

开本/ 32开 910毫米×1230毫米

印张/ 6.75 字数/ 147千字

版本/ 2011年6月第1版 2011年6月第1次印刷

印刷/ 北京佳顺印务有限公司

书号/ ISBN 978-7-80219-779-4

定价/ 22.00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)

序：《在路上》——年轻人的社会大学

“在路上”原本是《赢在中国》的主题歌的名字。当初我写歌词时，脑中闪现的形象只是创业者，后来发现《赢在中国》并不只是在这个特定人群中得到了共鸣，所有那些心中有梦的人听到“在路上”这首歌的旋律后，内心总是有所动，面容也为之改变。在我看来“在路上”这三个字是一个能让人有所改变的字眼，为此，“优米网”把每个工作日直播的一个半小时节目取名为《在路上》。

“在路上”是一个特别好的意象。但凡旅行走在路上的人，首先要知道去哪里，然后选择走哪条路，决定带什么装备、与谁同行。其实面对人生的路，道理也是这样的。但是我们发现在人生这条道上，有许多人并不知道去哪里，当然也就不知道走哪条路、要带什么行李、与什么样的人同行。

一般来说，十几到二十几岁的年轻人大部分不太清楚上述几个问题，有些人三十多岁也仍然茫然，这其实是每一个国家年轻人的共性，但对于

中国这样一个社会急速变化、主流价值观不甚明了的发展中国家，年轻人的路走起来更难选择。有什么办法可以帮助他们呢？图书馆和大学中其实不乏人生的经验和智慧，但已过世的人物或伟人离年轻人的生活有着时间、空间的间隔，也存在着“不可学”的间隔。间隔越大就越难接近内心，当然也就起不到应有的作用。为此我想找到这样一些人来演播室：他们就在身边、他们已做成一两件有意义的事情、他们愿意把带着现实泥土和身体温度的人生经验和智慧传递给年轻人，让更多人能从他们的做人做事中找到抓手。

大家不要误会，《在路上》并不是要教导年轻人如何如何，而是让社会已做成事的人来演播室与年轻人面对面以及网上在线交流，交流的是人生的经验和处理问题的方法。大家会问，难道知道了上一代人或同代人的经验就会不犯错误吗？不是的。根据我的经验教训，我认为人生的弯路该走的都要走，不要以为学习了很多他人的经验和智慧后，会让你不走弯路，该犯的错误还得犯。那么大家一定会问，我们学习那些能成事的人的经验还有什么用？

第一，寻找能成事的人的共性。据我与那些成功人士打交道的经验，每一个人的成功都是无法复制的，因为每一个人所处的外在条件和内在的自己都是不同的，但是成事是有规律可寻的，这些规律就是我们需要学习的东西。掌握了这个规律性的东西后，要与我们人生中两个变量相结合，一个是我们的时代，一个是不断变化的自我。这些普遍性的东西还必须与你本人生长和发展的环境相结合，在结合之后才能找出属于你自己的路。这个“结合”二字看起来容易，实践中却是难之又难，结合时要对我们的时代和自己本人有个较清晰的认识，而在与这些人交流时，认识对方的过程也是了解自己和时代的过程。如果不与那些能成事的人交流，在寻找你的人生路时，你对自己和他人的了解就会少一些，那么，人生的变量就不止是两个，而是三个，多出来的一个是做成事的规律性的东西。这样，

变量越多也就越难掌握，你也会犯更多的错误。所以，《在路上》实际上是在总结那些能做事情的人所具备的共同特征。

第二，《在路上》的交流是人与人的交流，当看一个人在说话时，所传达的信息量远大于文字的内容，他的表情、手势及其他部位的身体语言都在诉说着他的内心。所以这种获取是最真实的。所以今天看《在路上》一书的人，如果你对某人感兴趣一定要去优米网上把这个人的视频找出来看一下，你对他的某段话的理解也就更加立体了。

第三，《在路上》的嘉宾谈的问题都不是什么大话题，而是我们每一个人生活中遇到的困惑或纠结，我们所请的嘉宾也是对这个问题有所思考的人。有思考和没思考真的不一样，有思考的人会对某些事情进行规律性的探索，一旦掌握规律性的东西，我们就会从容得多。即使嘉宾的认识没有上升到规律性的层面，他们处理问题的方法以及对时代和自我的判断方法也是可以借鉴的。

一个快速发展中的国家，但凡与发展有关的东西都会变得为社会所急需，而在我看来，快速变化中对年轻人成长关注的精神产品也是社会急需品，它在实际生活中不像物质的需求那样明显，所以也常常会被忽略。值得欣慰的是优米网自创办以来已邀请了一百多位和我同样关注这个问题并且能成事的人，他们开始是希望给我创业以支持，后来发现这是一个与年轻人交流的好平台，了解年轻人的好窗口时，他们就会多次前来。企业家冯仑就曾来过八次，他第一次来后，告诉我他在这里讲得很爽，这里的年轻人也都很上进。

其实，了解年轻人就等于了解社会趋势和这个国家的未来。这对于已经成事的人来说在作决策时极为重要，从某种意义上讲，对他们也是一种成长。在一个科技进步快如飞的年代，我越来越觉得需要成长的不只是年轻人，成长是一辈子的事情。所以，“优米网”的口号是“与年轻人一同成长”，成事的人不是高高在上，而是相互成长。

在《在路上》结集出版之际，我诚挚感谢走进“优米网”《在路上》直播间的每一位嘉宾和观众，是他们在成就这个节目和“优米网”。

王利芬
2011年3月

前 言

每个人都会梦想自己有成功的一天，但是成功又是什么？成功本身有着太多的定义，财富、别人的认可、自我价值的体现等等。仿佛所有人都在用别人的价值观衡量自己成功与否。但是，其实人生就像是一个旅程，每个人的终点都是一样。无论你活了多少岁，都只是一个旅程。

随着学习生活的结束，我们人生的道路进入了职场工作的阶段。这时候摆在你面前的往往是一条不知道通向哪里路。前路迷茫，你如何才能保持头脑清醒，选择正确的方向？怎样才能不被各种职场陷阱所欺骗，不被眼前利益所蒙蔽？年轻人如何找到自己前进的路？职场风云变幻，我们如何提升自己的竞争资本？特别是刚刚离开象牙塔的庇护，曾经被誉为“天之骄子”的大学生们是否已经准备好面对现实社会的残酷？大学四年的学习所得，是否足够支撑你们的事业打拼？你是否做好了有关就业、择业、择偶、职业发展、人际关系处理、跳槽等等职业问题的规划？

职场如战场，有的人能够一路走来顺顺利利，平步青云；有的人却是

步履蹒跚，跌跌撞撞。欲得赏识，先做良驹；与其等待，不如主动出击。怎样在职场中获得成功？怎么获得上司的赏识？你是否已经做好了与同事、上司合理沟通的准备？

身在职场，辛勤工作是本职，但是很多时候总感觉手头有做不完的工作。案头总是堆积着如山的文件，让我们愁眉苦脸；工作的焦虑、郁闷、忙碌，让我们没有办法快乐起来。我们要如何面对工作中的压力，让自己充满激情？高负荷的工作状态和如影随形的竞争压力，是否已经让身在职场的你身心俱疲？年轻的职场人是否必须用青春的健康和激情，换取事业的成功？生活和事业的诸多压力，职场人应该以怎样的心态面对？

本书以职场人士现身说法的形式，为您道出职场中常见常发的问题，这些职场人士来自各行各业，他们讲述的问题，是在实际生活中经常遇到的问题。您在读这本书的时候，或许会发现您的身上正发生和他们相同或相似的职场困境。而本书中解答各种问题的名人，也是来自教育、IT、金融、法律咨询、媒体等不同的行业，他们都已经获得了一定的成功，并几乎都在自己的领域身居高位，因此他们的解答也更有针对性和权威性，他们从求职应聘、职场沟通、人际关系、自我提高、职场心态、职场规划等等诸多方面给我们以最实用的职场工作指南。

掌握职场规划刻不容缓，有规划，有行动，才有未来！希望您通过这本书，能顺利解决人生正在面临的一些难题，并在职场运筹帷幄。

作者

2011年3月

目 录

序 / 1

前言 / 1

第一章 赵启光：做你爱的，爱你做的 / 1

第一节 人生要成功需要确立内在和外在目标 / 2

1. 失意人生的几种状态及表现形式 / 2

2. 针对忙、茫状态的对策 / 3

3. 把自己和大环境结合起来 / 4

第二节 目标决定现状，还是现状决定目标 / 5

1. 现状决定目标，目标也决定现状 / 6

2. 坚持走自己的路 / 7

3. 和家人沟通，作自己的选择 / 8

第三节 发现自己的兴趣和目标 / 8

1. 长期目标与短期目标没有高下之别 / 8

2. 平衡你的软硬目标 / 11
3. 不能两者兼得时，必须学会舍弃 / 13

第四节 掌握方法、调整心态，为实现自己的目标而努力 / 15

1. 如何发现自己真正喜欢并愿意为之付出一切的目标 / 15
2. 管理好自己的时间从而实现人生目标 / 17
3. 把握好坚持目标与修正的度 / 18
4. 调整心态，为实现自己的目标而努力 / 19

第二章 徐小平：羽毛跟大地结合才能飞 / 22

第一节 毕业生的出路在于明确的目标 / 23

1. 每个人都得有一个自己的人生目标 / 23
2. 在实践中发现目标 / 24
3. 用实践去承载自己的理想 / 25
4. 理想、爱好和经历三者要结合起来 / 27
5. 让自己满足社会的需要 / 28
6. 大学生要相信自己的力量，相信市场的力量 / 30

第二节 理想与地域无关 / 34

1. 其实哪里都一样 / 34
2. 要有内在的驱动力 / 35
3. 扎根自己的幸福家园 / 36

第三节 规划好自己的职业轨道 / 36

1. 在规划中要有一点点领先的意识 / 37
2. 如何面对职场中的调整 / 37
3. 不要把职场浪漫化 / 38
4. 培养自己的行业竞争力 / 40
5. 积累经验还是积累金钱 / 41

6. 整体考虑你的职业规划 / 41

第三章 王卫东：喜羊羊是个好员工 / 43

第一节 工作中态度和热情大于能力 / 43

1. 热情是成功的源泉和动力 / 44
2. 职场不欢迎没有积极性的人 / 44
3. 职场成功三要素：态度、热情、能力 / 46

第二节 工作中要勇于做出头鸟 / 47

1. 做个像喜羊羊一样聪明主动的好员工 / 47
2. 职场沟通很重要 / 48
3. 提高自我，靠能力和本事竞争 / 51

第三节 梦想是人生活和工作的灵魂 / 52

1. 用百分之百的努力证明自己 / 52
2. 不断给自己提出新的目标 / 53
3. 每天刻骨铭心地想一想自己的梦想 / 54
4. 调整自己，不要轻言放弃 / 56
5. 管好自己，学会自律 / 57

第四节 生活的意义在于不断地挑战 / 58

1. 目标要定得现实 / 58
2. 勇于挑战职场难题 / 60
3. 努力寻找双赢的机会 / 62

第四章 袁岳：做一个快乐的工作狂 / 65

第一节 快乐还是忧伤，关键在于你的心境 / 66

1. 快乐源于成就感和做事的窍门 / 66
2. 找到快乐的关键点是我们自己的爱好 / 68

第二节 工作就是忍受 30% 不喜欢的人和事 / 70

1. 找到一个能让自己很有热情的事 / 70

2. 我们要追求的目标是快乐 / 71

3. 合适的人做合适的职业 / 73

第三节 工作狂只是在真正热爱的事情上所表现出的状态 / 75

1. 找到热爱的职业、找到热爱的动向，就是双份幸福 / 75

2. 热情源于先天的潜力和后天的培养 / 76

3. 快乐工作是一种氛围 / 78

第四节 快乐和高效，一样都不能少 / 80

1. 别从工作狂变为工作奴 / 80

2. 快乐的工作狂要有超强驾驭能力 / 82

3. 你总是有用的，而且这些用处都很独特 / 85

第五章 刘江南：如何成为上司眼中的千里马 / 88

第一节 被选择了才是“千里马” / 89

1. “千里马”的定位 / 89

2. 给自己让别人认为你是“千里马”的机会 / 90

3. 突出特色，被选择的机会就会提高 / 91

4. 及时观察并适应自己的生存环境 / 92

第二节 试错是对未知的一种尝试 / 93

1. 职场新人要有“试错”的勇气 / 94

2. 在试错中发挥自己的能力 / 95

3. 试错是个渐进的过程 / 96

4. 把握好试错的“度” / 96

第三节 延长“千里马”保鲜期的秘诀 / 98

1. 乐于改变和妥协有时会给自己带来更多机会 / 98

2. 藏拙和补拙是让自己持续“千里马”姿态的核心方法 / 99

3. 创造自己的多样性，突破持续发展的瓶颈 / 100

第六章 詹文明：没有自觉的生命永远不会开始 / 102

第一节 知识型员工要终身学习 / 103

1. 知识型员工的定义 / 103
2. 学校所学知识在职场中不一定有用 / 104
3. 年轻的知识型员工看问题要有前瞻性 / 105
4. 知识型员工的优势 / 105

第二节 业务精英要有提高管理能力的自觉 / 107

1. 自觉带给我们的三个宝贝 / 107
2. 业务精英员工需要管理的自觉 / 108
3. 一个业务精英如何成长为一名好的管理者 / 110

第三节 知识型员工自我提升要有学习的专注力 / 111

1. 如何更有效地提高自己的学习能力 / 111
2. 专注力是集中爆发式高强度学习的秘诀 / 113
3. 培养专注力需要时间和足够的耐力 / 114
4. 知识型员工可以通过自我提升做更多贡献 / 115

第四节 知识型员工的成功靠自我管理来实现 / 115

1. 好的管理者应该协助一群精英变得更精英 / 115
2. 技术型知识员工如何自我提升 / 117
3. 如何带领知识型员工走上自我管理之路 / 118
4. 知识型员工的核心价值观 / 119

第七章 孙路弘：伶牙俐齿造就你的成功 / 122

第一节 与领导沟通，要给自己留后路 / 123

1. 要注意与领导的信息交换 / 123
2. 和领导沟通要注意细节 / 124
3. 与领导沟通不是想说什么就说什么 / 124
4. 与领导沟通，面子是小事 / 125

第二节 八步阶梯，学会依靠说话发挥自己的能力 / 126

1. 迅速跟陌生人拉近关系的“一活二奇三关联” / 126
2. 八步阶梯的第一步和第四步 / 127

第三节 说话就是生产力 / 129

1. 关注不同的角色以及不同角色之间的立场 / 129
2. 如何回答挑衅性的问题 / 130
3. 如何说出自己的想法又不伤彼此的感情 / 131
4. 如何面对职场中的尴尬问题 / 132
5. 如何在说话时减少对手对心理因素的影响 / 132

第四节 用语言、手势、道具提高你的临场谈话技巧 / 133

1. 真正沟通的基本功是背诵 / 134
2. 表达中可以适度加入肢体语言 / 135
3. 52 张扑克牌成就伶牙俐齿 / 135

第八章 梅燕：职场就是滚雪球 / 137

第一节 初入职场，首先要摆正自己的位置 / 138

1. 职场是人生的一个阶段 / 138
2. 先体验再决定 / 139
3. 先解决生存再谈梦想 / 140
4. 在自己选择的道路上成长 / 141
5. 摆正心态，才能找到像样的工作 / 142

第二节 要得到他人认可，先做好自己 / 143

1. 摆正心态，才能更好地进入工作环境 / 143
2. 在职场，要先让自己做好充足的准备 / 144
3. 先做好自己，才能得到他人的认可 / 145
4. 自信，使你与团队合作更容易 / 146
5. 把自己的本位工作做好才能得到他人认可 / 146

第三节 理好自己的职场人际关系 / 147

1. 师傅领进门，修行在个人 / 147
2. 享受生活的人才能更好地工作 / 149
3. 把握住与同事交往的原则并改进方法 / 150
4. 事在人为，做好自己的人生选择最重要 / 150

第四节 成功的捷径是一条很漫长的道路 / 151

1. 人生的道路是自己走出来的 / 152
2. 对自己有责任心，才有可能获得成功 / 152
3. 把自己的底蕴加深，文化沉淀 / 153
4. 责任是对自己的把握、对自己的标准 / 154
5. 真正在工作中用得上的还是自己对现实的把握和发挥 / 155
6. 人生最大的幸福莫过于找到自己想要的 / 156

第九章 王冉：适合自己的就是最好的 / 158

第一节 从跳槽谈起 / 159

1. 跳槽不宜太频繁 / 159
2. 享受工作是对自己的挑战 / 160
3. 没必要强迫自己 / 161

第二节 决定目标公司，心有所属最重要 / 162

1. 知道自己喜欢什么最重要 / 162
2. 学会调研自己的目标公司 / 163
3. 通过交流体验目标公司的文化价值 / 164

第三节 刚毕业的大学生要先做好螺丝钉的工作 / 165

1. 根据工作机会决定自己的选择 / 165
2. 选择所学专业还是自己的爱好关键看你的内心 / 167
3. 大学是为你的人生而不是工作做准备 / 167
4. 工作与价值观发生冲突时不要牺牲价值观 / 168

第四节 选择工作，要兼顾兴趣与现实 / 169

1. 工作环境的影响是对人生价值的补充 / 169
2. 不要因为户口而做自己不喜欢的工作 / 170
3. 自我约束才能达成梦想 / 171
4. 贴近现实的梦想更容易实现 / 171

第五节 学会在工作中寻找快乐 / 172

1. 不要选择没有未来的工作 / 172
2. 尝试在工作中找到新鲜感 / 173
3. 用自我塑造检验自己的成功 / 174
4. 比别人多走一步，结果可能就完全不同 / 175
5. 更高的起点也许就是回到梦开始的地方 / 176

第十章 李想：年轻积极的心让我们累并快乐着 / 178

第一节 享受解决问题的过程 / 179

1. 遇到问题就像玩游戏 / 179
2. 成长之路就是没有后路 / 180
3. 有目的有价值地做事情 / 181
4. 做自己喜欢的事情会很少感觉到累 / 182

第二节 只有行动才能获得价值 / 183

1. 上司应该明确新人的工作目标 / 183
2. 全面获取信息是判断掌握未来的重要因素 / 185
3. 并不是做的时间很长、很努力、很辛苦，就会成功 / 185

第三节 在团队中有效沟通很重要 / 187

1. 我们应该对有共同价值观和共同追求的团队负责任 / 187
2. 说服自己的东西就是说服别人最好的方法 / 188
3. 在团队中工作要有自信 / 189

第四节 用心选择，让心灵为你导航 / 190