

中国第一本系统阐述与解决职场矛盾和冲突的书

李红◎编著

职场最棘手的问题

THE MOST TOUGH PROBLEM IN THE WORKPLACE

挑事

STIR UP
TROUBLES

中国顶尖职场专家亲自推荐

ZHONGGUO DINGJIAN ZHICHANG ZHUANJIA QINZI TUIJIAN

爱挑事的人，不可能获得成功

不爱挑事的人，也不可能获得成功。



外文出版社
FOREIGN LANGUAGES PRESS

图书在版编目(CIP)数据

挑事 / 李红编著.

—北京: 外文出版社, 2010

ISBN 978-7-119-06690-5

I. ①挑… II. ①李… III. ①成功心理学—通俗读物

IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第185465号

策 划: 丁 离

责任编辑: 杨春燕 郑祥玲

装帧设计: 天下书装

印刷监制: 冯 浩

挑事

李红 / 编著

©2010外文出版社

出版发行: 外文出版社

地 址: 中国北京西城区百万庄大街24号 邮政编码: 100037

网 址: <http://www.flp.com.cn>

电 话: (010) 68320579/68996067 (总编室)

(010) 68995844/68995852 (发行部)

(010) 68327750/68996164 (版权部)

制 版: 三河市航远印刷有限公司

印 制: 三河市航远印刷有限公司

经 销: 新华书店 / 外文书店

开 本: 720mm×1000mm 1/16

印 张: 14.75

字 数: 150千字

装 别: 平

版 次: 2011年2月第1版第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-119-06690-5

定 价: 28.00元

建议上架: 职场社交

版权所有 侵权必究 如有印装问题本社负责调换 (电话: 010-68995852)

第一章 防不胜防的挑事

在职场中，同事之间既是合作者又是竞争者。大家在一个单位上班，难免会因为这样那样的问题而出现一些矛盾，尤其是在面临利益分配的时候，如加薪、升职、评奖金等等情况，同事们常常会因为一己之私而互相倾轧，蓄意挑事。当我们面对这些防不胜防的挑事时，我们需要保持自己的冷静和克制，不要让自己掉进职场是非的漩涡。

流言蜚语型的挑事 / 004

争权夺利型的挑事 / 007

暗箭伤人型的挑事 / 010

拉帮结派型的挑事 / 013

居心叵测型的挑事 / 016

搬弄是非型的挑事 / 020

自私自利型的挑事 / 024

第二章 面对各种类型的同事

要想在职场上获得成功，离不开良好的人际关系。对职场一族来说，同事关系的好坏与否，几乎可以决定一个人的前程、命运。但身在职场，喜欢挑事的同事却非常多。尽管你想避免卷入事端，却常常事与愿违，不得不面对各种挑事的同事。“兵来将挡，水来土掩”只有直面各种类型挑事的同事，才能正确处理好同事关系，使自己在工作中如鱼得水。



如何应对忌妒心强的同事 / 030

如何应对城府深的同事 / 035

如何应对功利性强的同事 / 038

如何应对虚伪高傲的同事 / 040

如何应对反对你的同事 / 044

如何应对独断专行的同事 / 048

如何应对神经质型的同事 / 050

如何应对抱怨不休的同事 / 054

如何应对拉帮结派的同事 / 057

第三章 退——“休息”是为了走更远的路

佛家讲，忍一时风平浪静，退一步海阔天空。世上没有无缘无故的爱，也没有无缘无故的恨，更没有永远化不开的恩怨，没有永远解不开的仇恨。在职场中，面对各种各样的挑事，主动退一步，化干戈为玉帛，是一种大智慧。大多数职场中的挑事，是对利益的争夺、对面子的维护。退一步，谦让一点，满足了对方的私心和虚荣感，就能化解很多误会和矛盾，赢得好人缘、好口碑，对于事业发展大有裨益。

以厚积挽回劣势 / 062

以忍耐消除嫉妒 / 065

以退让换取胜利 / 070

以糊涂掩饰较真 / 074

以仁德化解私嫌 / 079

以双赢规避风险 / 083

以宽容代替仇怨 / 087

以平和消解对抗 / 091

第四章 和——职场需要温暖

古人云：“以和为贵”，世界需要和平，人与人之间相处需要和睦。在职场里，同事之间也要和平相处。虽然同事之间存在一定的竞争，但是竞争并不妨碍彼此之间的和睦。在面对来自同事的竞争，以及一些挑事时，有时采取“和”的策略，以德报怨，不失为一个好办法。人心都是肉长的，你对同事的好，同事也会看到，最终一定能感化同事，化干戈为玉帛。

“职场并非是战场” / 098

“爱你的敌人” / 102

“双赢才是赢” / 106

“团结就是力量” / 111

“不要事先有成见” / 115

“给同事送上一桶蜜” 119

第五章 打——有理、有利、有节

在职场中，竞争无处不在，无论是升职还是加薪，同事之间都是竞争的关系。在面对这种竞争的时候，我们难免遇到明枪或者暗箭。面对同事的挑事，有时我们需要忍让，毕竟同在一个屋檐下工作。但是，有时我们需要适时地予以反击，用言行告诉对你挑事的同事，让他们明白，你并不是一只任人宰割的羔羊，你也会有发怒的时候。

- 敢于对别人说“不” / 126
- 敢于争取你的利益 / 131
- 敢于反击精神骚扰 / 135
- 敢于对付各种挑事小人 / 139
- 敢于对同事的爱说不 / 142
- 敢于获取你的权力 / 147
- 敢于露出你的刺 / 151
- 敢于对症下药 / 154

第六章 挑事的心态控制

同样一件事，有的人做起来不费吹灰之力，而有的人却要费掉九牛二虎之力，为什么差别会这么大呢？除了能力外，这还跟一个人的心态密切相关，心态好的人做起事来自然游刃有余，而心态差的人则处处遭到阻碍。面对挑事，同样需要以好的心态作为支撑，我们只有不断地培养自己良好的心态，控制自己的心态，有效的抑制挑事行为的发生，才能使我们在成功的道路上走得更稳。

- 学会了解对方的心理 / 162
- 学会控制自己的行为 / 167
- 学会克服情绪化 / 172
- 学会让自己镇定自若 / 178
- 学会克服攀比之心 / 182
- 学会用宽容克制挑事 / 185
- 学会让谎言远离自己 / 189

第七章 预防挑事

挑事的现象在我们的日常生活中很常见，遇见了之后我们要么和，要么退，要么打，但不管怎样都要费一番周折，浪费许多精力，与其被动地应对挑事的行为，我们不如主动出击，采取以防为主的策略来预防挑事行为的发生，把挑事扼杀在萌芽状态，防患于未然。

一心多用：多个心眼看同事 / 194

慧眼识人：佞贤亲疏在心中 / 200

低调做人：棱角不可太分明 / 205

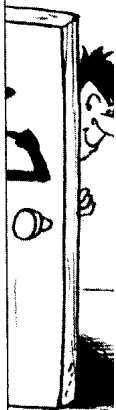
大智若愚：聪明的人会装傻 / 209

沉着冷静：预防挑事有绝招 / 212

自我完善：克服弱点有方法 / 218

谨言慎行：危险同事要警惕 / 222

不徇私情：预防挑事讲原则 / 225



在职场中，同事之间既是合作者又是竞争者。大家在一个单位上班，难免会因为这样那样的问题而出现一些矛盾，尤其是在面临利益分配的时候，如加薪、升职、评奖金等等情况，同事们常常会因为一己之私而互相倾轧，蓄意挑事。当我们面对这些防不胜防的挑事时，我们需要保持自己的冷静和克制，不要让自己掉进职场是非的漩涡。



流言蜚语型的挑事

有这样一句话：“没有永远的朋友，只有永远的利益。”在激烈的职场竞争中，这句话的内涵可谓体现得淋漓尽致。同事们常常因为升职、加薪等问题相互倾轧，含沙射影，制造一些流言蜚语，中伤他人。

一家荷兰人力资源公司对美国 2429 名员工进行了一项调查，结果显示：60% 的人认为职场中的流言蜚语是让人最难以忍受的。相信所有上班族对职场上流言蜚语的厌恶程度绝不亚于这些美国人。

琳琳一直以来都是大家公认的美女，从上大学开始，身边的追求者就没断过。大家都认为，她应该是同学中最早结婚的，但 29 岁的琳琳至今仍是独身。这倒不是她有多高的物质要求，而是她想找到一个适合自己的人。然而，没有想到的是，琳琳这种情况为她带来了不少的流言蜚语。

琳琳在一家经济效益不错的私企上班，工作积极努力，领导对她颇为赏识，但苦恼的是，她却得不到大家的认可，尤其是同在一个部门的两个女孩总是对她有意见。她们常常在背后说她的坏话，说琳琳工作积极是故意在老板面前卖乖，想借此升职。说琳琳这么努力工作，是想当公司的“老板娘”，有时还会编出琳琳跟公司的老总约会的“一箩筐私情”。

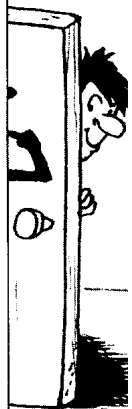
琳琳听到这些议论，起初并不在意，认为过段时间自然就好了，可是她们并不知收敛，反而对她的议论变本加厉，而且胆子也越来越大，即使被琳琳听到，也毫不避讳，照说不误。

面对这种事情，琳琳想还以颜色，但最终为了顾及同事关系没有那样做。到现在，琳琳还常常因为她们的流言蜚语而苦恼。

面对流言蜚语、含沙射影的挑事，有的人暴跳如雷，大吵大闹，或一味为自己辩解，这未必是一种明智的做法，反倒越描越黑，给人留下浮躁的印象。保持冷静是最重要的，切不可被流言蜚语所左右，最聪明的做法是让自己永远远离“是非”，这样才能使自己免遭伤害。

面对别人的流言蜚语，人们常常迷失方向，不能正确地认识自己。他们总是消极地认为“别人说我行，我就行；别人说我不行，我就不行”。假如他们将流言作为评价自己的标准，那么他们自然会变得不自信，不利于自己的发展。

诗人郭小川说：“对恶意的诽谤，只能使人腰杆挺拔、头脑清醒。”这句话，可以为那些被流言蜚语所困惑的人提供一些启示：面对心怀不轨、流言蜚语、含沙射影的挑事，我们应该行得正、做得直。这样，才能让“清者自清、浊者自浊”。另外，还有些流言蜚语也许是无意的，你正好借此时机反省自己，看看自己是不



是有哪些地方做得不好，并及时改正。

亚马逊河是南美洲委内瑞拉的一条古老河流，联合国把这里作为国际特种兵的训练中心，创办了代号为“猎人学校”的训练基地。中国两名年轻的中尉参加了“猎人学校”的反游击训练，在经历了残酷的考验后，出色地完成了38个科目的训练任务，最终荣获了“国际反游击战队员”荣誉勋章。电影《冲出亚马逊》演绎的就是这个故事。

在现实生活中，我们同样面临着“亚马逊”，尤其面对职场这个充满了流言蜚语的“集中营”，在这里，有人懊恼，有人愤怒，有人苦闷，有人哀怨。事实上，只要我们保持足够的镇定，冷静地处理职场中各种挑事，最终一定能克服磨难，冲出职场的“亚马逊”。

争权夺利型的挑事

生存是人的第一需要，发展是最高需要。当它们还没有满足时，总会有人去想办法争取，此时难免会产生争权夺利的现象。

在职场中这种情况很常见，同事之间虽然平时都是和和气气的，但是一涉及到利益的问题，就不会那么和气了。同事之间永远存在着竞争，当面临升职、加薪、评优等问题时，常常会明争暗斗、相互拆台。

小刚大学毕业时 22 岁，经过层层面试后，进入了一家知名的外企，做人力资源的主管，主要负责招聘、培训和一些后勤管理工作。那时候 HR 部门还有另一名主管和一名经理助理。那位 HR 主管主要负责公司人力资源的薪酬核算和绩效考核工作；而经理助理主要是协助经理做一些日常的管理工作。

一年以后，因为公司的改革，小刚的上司，也就是 HR 部门的王经理提升为



集团公司的 HR 总监了，于是公司就空缺了一个 HR 经理的职位，王经理表示这个 HR 经理会在他们三人之间产生。

在确定人选的前期，王经理分别找小刚和那位主管进行了一次谈话，就是谈如果做 HR 经理，工作该如何安排之类等等。王经理问小刚，如果选择让另外的主管做 HR 经理会有什么想法，小刚表明了自己的态度，表示支持他的工作，但同时也指出了一些问题。

王经理在找另外主管谈话的时候就把小刚的建议告诉了他，那位主管就认为是小刚在针对他，于是在工作中跟他非常不配合，甚至在公司搞篮球联赛时，也和小刚作对。

他们之间的矛盾被王经理看出来了，于是王经理又找他们谈话，并明确地告诉小刚 HR 经理的位子将会由那位主管做。对于这样的结果，小刚并没有感到意外，他只是担心以后那位主管成了自己的上司，工作方面将会有一些沟通的障碍，他建议把自己调整为 HR 总监助理，否则只能辞职，王经理否定了小刚的建议，于是小刚只能离开了公司。

离开公司以后，小刚才知道，荣升 HR 经理一职的也并非那位主管，而是那位助理，其时领导当时说把经理的位子给那位主管坐也是在考验小刚，但是他没有把握机会，因为自己的意气用事而放弃了。

通过小刚这件事，我们应该明白一个道理，面对争权夺利的挑事，我们需要好好控制自己的情绪，不要輕易地就去表述自己的观点，同时应该采取更加主动的方式来进行挽救，而不是意气用事，走入了事。

“只有永远的利益，没有永远的朋友”。这句话虽然太功利，但也有一定的道理。

太相信别人，可能会伤害到自己，很多时候在名利面前友情是脆弱的。

在任何时候都要表现出自己良好的修养，不做有违良心的事情。人的一生中充满了竞争，切不可为争一日之长短而做出有失品德的事情。



暗箭伤人型的挑事

俗话说：“明枪易躲，暗箭难防”，在职业场中，同事之间存在着竞争，有的时候难免会遭遇同事的“暗箭”，有的人并非天生跟你过不去，但当你们处在竞争的位置上时，便会有意排挤你。我们不否认同事之间存在真情，那种当面一套，背面一套，口蜜腹剑的人还是大有人在的，要看清楚对方的本质。

安红是董玲的学姐，董玲毕业后进入了安红所在的公司。安红一向很照顾这个学妹，平常有什么事，她经常带着董玲一起做，教董玲许多应付难缠客人的技巧。不到三年，董玲就做到了客户部经理助理的职位，成了部里升职最快的新人。就在董玲庆幸自己运气好，遇到这样一个肯提携新人的学姐时，她意外地收到了来自安红的“礼”。

那次董玲和安红共同负责筹办一个日本客户在上海的新品发布会。事前安红

对客户提供的新品资料了解得很充分，所以她提出的方案让日本客户大加赞赏并被采纳。这时董玲感到安红似乎有些不高兴，但董玲心想安红应该能够理解。

当晚，董玲和客户详细谈了关于计划书的一些细节问题，一直谈到很晚。因为时间比较急，客户要求董玲连夜随他们去酒店布置展览馆。当得知自己不在布置展览馆的工作人员之列时，安红的脸色当场就变了，不过到底是多年的“好姐妹”，在发现董玲因为手机没电而四处找电话通知家里可能不回去时，安红又恢复了当初大姐姐的姿态，主动说：“快去吧，你家里的事我来搞定。”甚至在董玲临走前她还满脸堆笑、关心体贴地让她多加件衣服出去。天真的董玲还为有这样一个好姐妹而感动不已，直到看见老公气急败坏地冲进酒店将董玲大骂一通时，董玲才明白安红所谓的“你家里的事我来搞定”是什么意思。

原来在董玲走后，安红打电话到董玲家，紧张兮兮地问：“玲在吗？我很担心她！听同事说她晚上跟个日本客户进了酒店，难道到现在她还没回来吗？”于是就上演了她的丈夫气急败坏跑去酒店骂人的“闹剧”。后来，董玲跟客户去酒店彻夜不归，引得老公与客户争风吃醋的谣言又在办公室盛传了一个多星期才渐渐平息。虽然最后真相大白，但这事还是成了同事们茶余饭后的消遣话题。

在职场中，我们要明白，与人相处要在力所能及的范围内善待所有人，不要跟谁过分亲昵，要保持一定的距离。不去轻信他人，因为最亲近的人给予的伤害是最深的同时也是最难防的。

“暗箭难防”。当我们遭到这种喜欢放“暗箭”的人时，工作情绪难免会受到影响，这时怎么应对这种人就成了当务之急。

面对这种人，如果他是你的同事，最简单的应付方式是装作不认识他。每天



上班见面，如果他要亲近你，你就要找理由躲开他，能不一起合作，尽量避开和他一起，如果实在避不开，就要学着写日记，每天检讨自己，留下工作记录。

如果他是你的老板，你要学会装傻。他和气，你要比他更和气。他笑着和你谈事情，你就笑着猛点头，万一你感觉到他要你做的事情实在太毒了，你也不能当面拒绝或翻脸，你只能笑着推诿，誓死不接受。