



ZhiChangJinGangJing

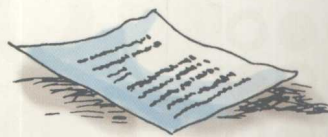
这里没有比尔·盖茨，却有未来的比尔·盖茨——
值得珍藏与学习的职场成长心经

张 玎/著

职场 金刚经

职场快速成功真人秀——
一本来自点滴实践的、练就职场金刚之躯的
完全行动手册

Zhichang Jingangjing





ZhiChangJinGangJing

这里没有比尔·盖茨，却有未来的比尔·盖茨——
值得珍藏与学习的职场成长心经

张 玎/著

职场 金刚经

江苏工业学院图书馆
藏书章

职场快速成功真人秀——
一本来自点滴实践的、练就职场金刚之躯的
完全行动手册

Zhichang Jingangjing

中国工人出版社
北京



图书在版编目(CIP)数据

职场金刚经 / 张玓著. —北京:中国工人出版社, 2009. 1
ISBN 978 - 7 - 5008 - 4285 - 9

I. 职… II. 张… III. 成功心理学—通俗读物
IV. B848.4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 189157 号

出版发行: 中国工人出版社

地 址: 北京东城区鼓楼外大街 45 号

邮 编: 100120

电 话: (010)62350006(总编室) 82075964(编辑室)

发行热线: (010)62005450 62005042(传真)

网 址: <http://www.wp-china.com>

经 销: 新华书店

印 刷: 北京建泰印刷有限公司

版 次: 2009 年 3 月第 1 版 2009 年 3 月第 1 次印刷

开 本: 700 毫米 × 1000 毫米 1/16

字 数: 200 千

印 张: 16.75

定 价: 25.00 元

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换



写在前面

这本书将带给我们什么

此书献给——

希望在职场有所作为并努力奋斗的朋友；

希望改变自己、完善自己的朋友；

在职场中一直表现平平、苦于原地踏步的朋友；

即将进入职场的朋友。

我希望这本书带给我们：

更高效的工作方式；

更加积极的心态；

更受他人的欢迎；

更优秀的业绩；

更美好的前途。

当然，这只是我的希望，这本书是否能做到这点，取决于“书和我们对书的态度”。

如果您想在这本书中找到马上发财的方法，很遗憾，这书帮不了您。

静下心，您会发现，这本书真的能带给您一些难得的财富。



如何使用这本书

这是一本为普通人写的书，因为这本书的作者就是个普通得不能再普通的人。

这是一本职场内功修炼指南。书中的“招数”已经被很多人证明有效，帮助很多人渡过职场“瓶颈”。

生活就如同在擂台上搏击，你不可能掌控生活就如同你不可能控制对手一样，但是，你可以依据对手的变化来改变自己的应对策略，使用最有效的招式，而这些招式，需要自己勤奋的练习。另外，单纯的招数也许能应对一时的问题，但不能解决一世的困扰。

我希望这些职场招数不仅仅给您带来短暂的职场得意，而且能真正让您有所收获。

这本书不是一套系统的训练课程，它更像一张一张热心的小贴士。

任何一本书都不是万能的，这本书也不例外，它只是世界上书海中的一滴水。

书中的内容对您，哪怕是有一句话有所作用，使您有所收获，那将是我最大的欣慰。

书中的例子都来自于我的生活，我身边有很多的好朋友，他们为我提供了很多的灵感和素材，我感谢他们。

每个人都如同“盲人摸象”中的盲人，都有自己的“盲点”和“死角”，因此，这本书的内容可能存在片面和错误的地方。如果您有更好的职场心经，也可以跟我一起探讨。

再次感谢您选择这本书，感谢您用时间和精力辛勤地浇灌，当“秋天”到来的时候，希望您也能获得大丰收。同时，我还要感谢我的父母，他们带我来到这个世界上，把我抚养大，教会我如何做人，如何做事；感谢我的妻子，是她的支持，我才有勇气写这本书；感谢为这本书作出贡献的人，他们默默地支持这本书，没有留下姓名；最后，我要感谢我身边的每个人，他们给了我很多灵感，这些灵感化作文字融入这本书的字里行间。

让我们本着一颗诚挚之心，真正开始人生的修炼。



目 录

写在前面	1
这本书将带给我们什么	1
如何使用这本书	2
第 1 招:杜绝“不小心”	1
第 2 招:使用反馈系统	4
第 3 招:别为自己设限	7
第 4 招:额外付出	10
第 5 招:一日三省	13
第 6 招:不打无准备之仗	17
第 7 招:适用白板战术、运用白板战术	20
第 8 招:不搬弄是非	23
第 9 招:勤请示	26
第 10 招:明礼、慎行	29
第 11 招:适应环境	32
第 12 招:引导他人自发行动	35
第 13 招:赞美是强力兴奋剂	38
第 14 招:幽默是味精	41
第 15 招:聪明人下笨工夫	44
第 16 招:将工作规范化、流程化	47
第 17 招:从微笑开始	50



第 18 招:控制好情绪	53
第 19 招:求同存异	56
第 20 招:守时	59
第 21 招:高效精确的控制时间	62
第 22 招:自律	65
第 23 招:行为举止稳重大方	68
第 24 招:不找借口	70
第 25 招:成倍提高会议效率的通知	73
第 26 招:用录音增强我们声音的力量	76
第 27 招:用录影改善我们在别人眼中的形象	79
第 28 招:找出真正的问题所在	82
第 29 招:交对朋友跟对人	85
第 30 招:将任务划分为明确的目标	88
第 31 招:乐于助人	93
第 32 招:形式内容并重	96
第 33 招:终身学习	100
第 34 招:为自己树立个人品牌	105
第 35 招:行使拒绝的权力	109
第 36 招:倾听助我们成功	113
第 37 招:承认自己无知	118
第 38 招:学会协作	122
第 39 招:忠诚是成功的根本	127
第 40 招:敬业是成功的基石	132
第 41 招:听取逆耳忠言	136
第 42 招:远离越权	140
第 43 招:忠心做下属	145
第 44 招:避免脱口而出的伤人话	150
第 45 招:别让电脑毁了我们的形象	154
第 46 招:有始有终	158



第 47 招:忍耐是成功的基本功	163
第 48 招:每天进步一点点	168
第 49 招:劳逸结合	172
第 50 招:发挥模仿的力量	176
第 51 招:先感谢后致歉	181
第 52 招:实事求是	185
第 53 招:不要比别人更聪明	189
第 54 招:太极拳的智慧	194
第 55 招:提高我们的时间利用率	198
第 56 招:修行在个人	203
第 57 招:认识肢体语言的神秘力量	207
第 58 招:合理选择沟通方式和形式	213
第 59 招:重视地盘效应	218
第 60 招:及时主动的感谢	222
第 61 招:关注人脉	227
第 62 招:规划职业生涯	231
第 63 招:放大积极心态	236
第 64 招:激情是动力之源	241
第 65 招:将目标分解细化	246
第 66 招:杜绝浮躁	250
第 67 招:健康是财富	254
第 68 招:心怀感恩	257
祝愿	260



第1招：杜绝“不小心”

粗枝大叶毁英明，一不小心葬前程；
细节之处分胜败，事半功倍自然成。

这是当年我在做程序员工作时候的事情：

高峰是我的同事，也是我的好朋友，我们共同工作了两年，我入职的时候他已经在公司工作了四年，是个不算新手的程序员。他编写代码的速度超快，当时他一小时提交的代码，估计我3到4个小时都弄不出来。

那时我们共同完成一个软件程序编写的项目。

当项目执行了7个月，快要交给用户使用的时候，我们发现在高峰几十万行的代码中暗藏了很多类似“多写了一位数值”，在写入前忘记检查“正确性”之类的低级错误。

老板最后重新召集了4个人，决定突击“重写所有高峰原来编写的代码”。

最终我们失去了这个几十万元的项目，高峰也被迫离开了我们。

我当然无法感受到高峰当时的心情，但是，这真正地让我了解到“不小心”带来的危害。

其实，我原来也犯过不小心的错误。

我在刚刚接触嵌入式开发的时候，负责调试电视机顶盒。一次，拆开电视机顶盒的机箱进行调试。机箱打开，有一部分没有加保护的电源就暴



露出来。我胸前挂的胸牌的金属部分不小心碰到了电源部分，一个大火球，接着是烧焦的味道，整台机顶盒都报销了。当时，我心里猛地一缩，很长时间都没有缓过神来。心想，机顶盒坏了是小事情，万一身体触电受伤，可就麻烦了。从那次以后，凡事我都更加认真仔细，虽然表面上速度慢了些，但是质量提高了。而且，整体效率不降反升，避免了很多返工。原来要做很多遍才完成的事情，一遍就可以做好。慢慢的，我高质量的工作信誉在公司和客户里面都有口皆碑。

似乎每天“抱歉，我没注意”、“对不起，我不小心”之类的话在耳边响起。

是的，一次的失误可能发于偶然，两次的失误可以理解和原谅，而这经常的“不小心”，表示了什么呢？是否这“不小心”，体现了我们“责任感”的缺失，还是体现了我们“心猿意马”的态度？

无论上述两者中的任何一个，似乎都在我们前进的道路上是个不小的阻碍。

况且，我发现，很多因“不小心”造成的错误，当事人还在一味地为自己“争辩，解脱”。

这就将别人对我们的印象大打折扣。是否我们在说完“不小心”，或者得到别人的谅解后就万事大吉了呢？如果这样，“不小心”就会成为我们做事情的习惯，“不小心”将会悄悄地成为我们的标签。

“嘿！看到了吗？那个家伙做事情总是毛毛躁躁，可要格外警惕。”

“什么？你要将这件事交给他做吗？他那马马虎虎的样子，我劝你还是三思吧！”

“最好还是别让他做了，不然，就算做完，也要别人返工，费二遍手。”

这些话我们是否听到过？这些话，我们是否熟悉？

孔子说：“三思而后行。”

毛泽东主席说：“世界上怕就怕认真二字。”

企业都喜欢敬业的员工，老板都青睐做事仔细的下属。

别让一句“不小心”抹杀了我们的前途。



一个不小心，失掉的绝不是一句抱歉可以挽回的，何况太多的不小心。



行动手册：杜绝“不小心”

拆招：一个不小心，失掉的绝不是一句抱歉可以挽回的，何况太多的不小心。

(1) 我要从身边小事情做起，保持平稳的心态，做到仔细、认真，想好了、看好了再行动；

(2) 我遇到事情不大惊小怪，把做事情的速度放得慢些，把事情做好，一件事情做一次；

(3) 我仔细检查自己的电子邮件，确认无误后再发送；

(4) 重要电话，我会在打电话前有书面提纲，电话后有记录和总结，一次电话就是一个机会；

(5) 对于操作设备，我轻拿轻放，在检查连接无误后再进行操作；

(6) 我会将工作的执行过程记录下来，并保留一段时间，以便于需要的时候可以追溯或者参考。

我要杜绝不小心，这就是我——杜绝“不小心”的行动信条。



第2招：使用反馈系统

接到任务莫匆忙，目标规划做周详；
执行反馈勤修正，功成名就铸辉煌。

刚刚参加工作的时候，什么事情都那么陌生。眼前一片迷茫，看不清路，也看不到方向。只好自己摸索着前进。那时候，最怕领导布置工作。于是，我就一直找寻如何能把工作做好的方法。渐渐的，就有了自己的一套运转优良的系统。

确定目标，设计实现目标的方法，实现，收集状态，修正实现方法或者修正目标，再实现，如此往复。

我的大学本科学得是自动控制专业，上面是简单的反馈控制系统的通俗描述。虽然简单，但是它的确行之有效。

到现在，令我感觉惭愧的是：我所学的自动控制的理论和知识能应用到实际工作与生活中的并不多，而且，很大一部分我已经遗忘了。然而，这个反馈控制系统，让我受益匪浅，无论是对什么工作，这套系统似乎都有它的用武之地。

记得在我刚刚开始工作的时候，很多人都问我，是不是原来在哪家大公司工作过，为什么很多事情那么困难，而我可以做好，做得让老板和客户满意。当然，这里我不想讲百折不回的精神和坚毅的性格，我要讲另外一个把事情做好的原因，就是，我应用了这套反馈系统。太多时候，我们



需要做的事情是别人交代的，就是说，为我们提出目标的人不是我们自己。

是否能正确地理解我们将要达成的目标是对我们提出的第一个难题。

收到目标提出者表述的内容，但是如何判断自己理解的和对方所表述的一致呢？对，用自己的话表述出来，请对方确定，这就是反馈系统中的“明确目标”。

当我们理解了目标后，就可以设计实现目标的方法，这就是反馈系统中的“规划”。当规划完毕，我们就将开始实现目标之旅，这就是反馈系统中的“执行”。

然而，目标在不停地变动，环境在不停地变动，任何事情都不是一成不变的。

当我们走出第一步的时候，就需要为我们的行动引起的变化进行信息的收集，然后再与我们目标的提出者进行报告和讨论，这就是反馈系统中的“反馈”。

这时候，可能我们目标提出者发现自己原来的目标已经变动，或者环境促使某些事情需要改变；也可能是我们自己设计的执行的路线需要修正，或者某些我们执行中的行为引发了新的问题，这里有太多的可能。因此，就引发了反馈系统中的重要步骤——修正，这里的修正包含很多的意思，但是简而言之就是要我们更好地完成我们接到的任务。

修正之后，我们就进入了下一个“规划、执行、反馈、修正”的循环，如此反复，直至我们走完全程。

为什么要这么费神费力？嘿！忘记我们的目的了吗？把事情做好。

天上不会掉馅饼，要想把事情做好，就要脚踏实地，一步一个脚印地走。

李大钊说：“凡事都要脚踏实地去做，耽于空想，不骛于虚声，而惟以求真的态度做踏实的工夫。以此态度求学，则真理可明；以此态度做事，则功业可就。”

把事情做好，说简单点就是“明确目标、规划、执行、反馈、修正”如此往复的过程。



行动手册：使用反馈系统

拆招：把事情做好，说简单点就是“明确目标、规划、执行、反馈、修正”如此往复的过程。

(1) 我在做事情之前先明确要做什么、要做到什么程度、我可以利用哪些资源（人力、物力、财力、时间），有哪些条件会限制和阻碍这件事情；

(2) 我会在脑子里面将事情进行大略规划，然后将这些规划写在纸上，再继续细化；

(3) 我会控制自己的行为，依照规划执行，不受不良情绪影响；

(4) 我会将执行中的反馈信息加以总结、整理，找到各种现象的共性和个性，作为以后的经验积累起来；

(5) 我会依据反馈信息修正前期的规划，继续依照修正后的规划执行；

(6) 我将从目标、规划、执行、反馈、修正中螺旋前进！

我要将做事情的好习惯培养成自己的系统，这就是我——把事情做好的行动信条。



第3招：别为自己设限

月球虽远人能登，思想困扰步难行；
画地为牢黔驴技，勇敢坚毅伴功成。

您想知道一条普通绳子是如何束缚住一只成年大象的吗？

据说，在大象很小的时候，驯象人会将它用一条结实的绳子拴住，无论它如何挣脱都无济于事。

随着时间的推移，虽然大象已经长大，但是在它的心里，它永远无法挣脱束缚它的那条绳子。

这就是一条普通的绳子可以束缚住一只成年大象的方法。

我还听说有这样一个著名的跳蚤试验：

工作人员将一群跳蚤放在一个容器中，容器的高度跳蚤很轻松地就可以跳出。然后，工作人员将容器顶端盖上盖子，跳蚤每次用力跳跃的时候，就会撞到盖子上，发出砰砰的声音。渐渐的，砰砰的声音越来越少，所有的跳蚤都在上跳的时候都不会跳到碰到盖子的高度。最后，工作人员将盖子拿开，跳蚤也无法跃出。这又是为什么呢？因为跳蚤被自己的习惯所束缚。

这就是著名的跳蚤试验。

在我们的工作和生活中，也会遇到相似的情形。



如果我们的头脑中就认为这件事情没有办法完成，那么，它就真的没有办法完成。

我在刚刚开始做产品开发的时候，就遇到过类似的事情。

我们在开发过程中遇到了瓶颈，请教了很多经验老到的前辈，他们说，放弃吧，不可能实现的。可能因为我是个初出茅庐的新人，没有前辈那么多的经验和知识，因此，我也就没有那些条条框框的束缚。我带领团队，反复试验，一点一点地向我们的目标靠近，几经挫败，但是，我们对实现目标充满信心。终于，难点被我们的信心和汗水征服了。后来，我和我的工作伙伴们经常使用头脑风暴的方式，发散自己的思维，挖掘那些潜藏在我们心中的能量。

我们不仅仅在现有平台上开发出很多新产品，而且还为公司在半年内就贡献了5项国家专利。可能对于那些老到的团队，这些不算什么，但是，这些成绩，仅仅是几个刚刚毕业一年的职场新人做出来的。

朋友，相信自己，别在工作上为自己设限。当你认为无法做到的时候，请想一想，我们都可以把人送上太空，眼前的这些又算得了什么呢？人类，哪怕是那些震惊世界的人，也只发挥了自己潜能的百分之十，何况我们呢？

我国明代政治家、改革家张居正说：“天下无不可为之事。”

爱因斯坦说：“想象力比知识更重要，因为知识是有限的，而想象力概括着世界的一切，推动着进步，并且是知识进化的源泉。严格地说，想象力是科学研究的实在因素。”

莎士比亚说：“本来无望的事，大胆尝试，往往能成功。”

敞开我们的思想，相信自己，一定能做到！

我们能想到的决定了我们能做到的，思想的边界是我们能力的极限。



行动手册：别为自己设限

拆招：我们能想到的决定了我们能做到的，思想的边界是我们能力



的极限。

- (1) 我知道我只使用了自己很少的潜能；
- (2) 我自身就是一座无穷的宝藏；
- (3) 无论任何时候，我都相信自己有办法达到目标；
- (4) 我会时刻激励自己和自己的队友突破阻碍；
- (5) 我知道很多伟大的发明和震惊世界的事件，都是由小小的可笑的想法发展而来；
- (6) 我一定会做得更好！

我会不停发掘自己的潜能，我会做得更好，这就是我——突破自我的行动信条。