



这不是教你诈，只是告诉你学校不会教、实际很需要的职场生存学

超值白金版

29.80

人在职场，怎能不懂职场；身在职场，不能用眼，而要用心
与其削尖脑袋换工作，费尽心思炒老板，处心积虑防同事，不如读懂职场学

每天学点 职场学

大全集

宇琦 编著



成功的人为什么成功？只是因为他们勤奋、努力、执著？但是看看我们的周围，这样的人还少吗？为什么他们并未都能春风得意？那是因为：成功靠的不只是技能，更重要的是智慧。如果摆不平、用不活职场规则，你只能在职场上进退维谷、举步维艰。相反，如果你能掌握、精通、活用职场智慧，你将会进退有据、左右逢源。

中国华侨出版社

让你少奋斗10年的职场生存学

每天学点 职场学 大全集

宇琦 编著



中國華僑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

每天学点职场学大全集 / 宇琦编著. —北京: 中国华侨出版社, 2012.1
ISBN 978-7-5113-1975-3

I. ①每… II. ①宇… III. ①职业选择—通俗读物 IV. ① C913.2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 249420 号

每天学点职场学大全集

编 著: 宇 琦

出 版 人: 方 鸣

责任编辑: 文 玦

封面设计: 李艾红

文字编辑: 李翠香

美术编辑: 张军莲

经 销: 新华书店

开 本: 1020mm×1200mm 1/10 印张: 44 字数: 780 千字

印 刷: 北京中创彩色印刷有限公司

版 次: 2012 年 1 月第 1 版 2012 年 4 月第 2 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-1975-3

定 价: 29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦三层 邮编: 100028

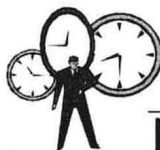
法律顾问: 陈鹰律师事务所

发 行 部: (010) 58815875 传 真: (010) 58815857

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

如果发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换



PREFACE

前言

朱德庸说过这样的一句话，深刻地反映了当代人的生活：你可以不上学，你可以不上网，你可以不上当，你就是不能不上班！的确，在漫长的人生中，每个人的大部分时间都是在工作中度过的。可以说，工作是我们主要的人生舞台，工作的成败很大程度上就是我们人生的成败。而职场是一个神奇的存在，在这里，你可以看到合作双赢和皆大欢喜，也可以看到尔虞我诈和两败俱伤。人类的种种美德在这里熠熠发光，人们所知晓的各种兵法计策与谋略也在这里发扬光大。

面对如此严峻而复杂的生存环境，如何才能获得自己向往的工作？如何得到老板赏识？如何受到同事欢迎？如何才能让部属卖命工作？如何参透同事所思所想，让他们主动配合工作？面对与同事的激烈竞争时，该何去何从？是迎接挑战，还是退避三舍？是主动出击，还是被动防守？如何才能不被职场人际纷争所困扰？如何才能顺利晋升？如何才能摆脱重重压力、轻松地工作……这些都是我们每一个身在职场中的人所关心的问题。其实，要解决这些问题并不难，只要懂得职场规则，懂得运用职场智慧。

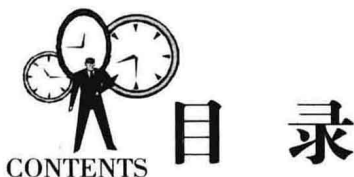
在职场中，你会遇到不同的人物，他们性格或开朗活泼或沉默寡言，人品或好或坏，能力或弱或强，职位或高或低。他们可能是你的上司，可能是你的同事，也可能是你的下属。不论是什么人，你都须好好处理与他们的关系，要学会保护自己。因为，你的上司可以助你一臂之力，做你成功的“助推器”，也同样可能成为你最大的“绊脚石”；你的同事今天可能是你的团队成员，明天也许就会跟你争权夺利；你的下属可能表面服从你，暗地里却阳奉阴违，盼着你早早下台……在职场中，你也会遇到困惑：明明自视才高，但踏入职场奋斗多年，却依旧平凡如初，前景黯淡；而有些人能力平平，却在职场上一帆风顺、步步高升。其实，并不是因为你不够努力，也不是你缺乏能力，最大的问题就在于你不懂得职场学。懂点职场学，才能一眼看透上司、同事、下属的心，从而赢得上司的欢心，时刻与上司保持良好的关系；与同事注重团队合作，携手共赢；掌控下属的心理，让下属更好地为团队共同目标服务。

只有能力，你未必能得到重用；只有忠诚，你未必能获得信任；只有苦干，你未必能得到肯定。因为成功靠的不只是技能，更重要的是职场智慧。摆不平、用不活职场规则，你将进退维谷、左右为难；精通、活用职场智慧，你将进退有据、左右逢源。

本书分为 33 个章节，从职场沟通、相处法则、识相学、人脉学、圈子学、潜伏术、作秀学、低调学、施恩学、捧场学、心理操控学、合作学、竞争学、避险学、借力学、糊涂学、翻身术、加薪学、升职学、识人学、服心学、跳槽学等各个方面入手，通过大量生动有趣的案例，总结出职场中可能会遇到的各种问题，并通过浅显易懂的表达方式，为你献上丰富实用且行之有效的职场攻心技巧和方法，让你在轻松阅读中把握职场生存的最有效准则，从而在职场中处处掌握主动权，为实现职业目标增添一臂之力！

不论你是职场菜鸟，还是职场老手，不论你是公司职员，还是高层主管，不论你是外企白领，还是国企领导，都可以从本书中找到适合你的最佳职场生存智慧，使你在真正面对职场突发状况时，能够信心百倍，从容应对。





第一章 行走江湖的职场学：不知道这些道理你就危险了	1
职场混得好不好，技能与才干不是关键	2
聪明过头并非明智之举	3
认清升职加薪的充分条件	4
不要渴盼碰到伯乐，职场只能靠自己	5
意识不到危险是最大的危险	6
你也可以“利用”雇主	8
年龄歧视是活生生的现实	11
成就只代表昨天，到新环境就要从零开始	13
 第二章 不漏破绽的职场沟通术：开口说话前一定要过大脑	15
祸从口出，不要成为别人小心防范的人	16
对不同的人说不同的话	17
漫谈拉近关系，巧妙创造新话题	18
就算被人误会，也不要急着立刻反驳	20
有时候人们并不喜欢“真实”	21
撒点善意的谎，等于送上一束鲜花	22
巧妙地让对方答“是”	23
与人交流多留一些余地	24
及时转移话题，解除尴尬危机	26
 第三章 职场动物相处法则：如鱼得水应付同事关系	29
别让同事以为你总在“装”	30
和比你强的同事一起吃午饭	31
小心背后的那只眼睛	33
正确应对同事的排挤	34
别抢不属于你的骨头	35
给同事最犀利的一刀就是微笑	37
不要设立职场“假想敌”	38
一定不要得罪“最懒”的同事	39

不当炮灰，也不过度防卫	40
-------------------	----

第四章 职场必学的识相学：万事不会也不能不会识相 43

务必牢记“先识相，后做事”之理	44
老板的“裙带关系”动不得	45
看清办公室里的三类奉承族	46
识别办公室里的五类“恶人”	48
你看不见，你听不见	50
不同性格的同事，采取各个击破法	51
避免先入为主的臆断	53
人人都有好奇心里透露出的秘密	53

第五章 精研身边人脉学：怎样经营好职场人脉 55

破解吸引力的法则与秘诀	56
君子之交淡如水，结交真正的朋友	57
人生而平等，尊重是人脉交往的第一原则	58
维护好人脉账户，绝不有事才登三宝殿	60
海纳百川成其大，宽容是永恒的交际真理	61
用一个细节行动标示出你的“品牌”	63
善于倾听，因为每个人最在意的是自己	64

第六章 畅行职场圈子学：“混圈子”不是选择是必须 67

别让自己显得过于与众不同	68
初到一个新环境时要锋芒内敛	69
朋友圈里“圈”出的人脉库	70
饭局是人际关系润滑剂	72
交朋友要重视他背后的“圈子”	73
人脉的精髓在于经营	75

第七章 藏龙卧虎潜伏术：韬光养晦，然后一鸣惊人 77

迅速掌握单位这个“小江湖”	78
12种动物的工作精神，你值得学习	79
你熟悉这里的“游戏规则”吗	80
当心，别让对手戳中你的软肋	82
明白职场饭局背后的那些事儿	84
清楚中国式会议法则	85

第八章 八面玲珑“作秀”学：想升职加薪就要“秀”出自己	87
“推销”自己是一生都要做的事情	88
“发光”要趁早，至少要让别人以为你行	89
不仅要会做事，还要会“作秀”	90
千万不要总是觉得“不好意思”	91
尽量让更多的人关注自己	93
善于让自己进入领导的视野	94
汇报是展示自己的重要途径	96
主动做别人不愿意做的“苦差事”	97
热情地公开拥抱你的竞争对手	98
以良好的名声赢得“群众基础”	100
展现出的特长要为主司所重视	102
第九章 摒弃张扬低调学：成非凡之人，先做平凡之事	103
踏实做事是搭建工作高楼的根基	104
好高骛远会在职场上一事无成	106
做好小事才有机会做成大事	107
每个人都有表现欲，千万别跟上司抢镜头	108
姜是老的辣，千万别在前辈面前猖狂	110
绝不可居功自傲，强者也当以弱示人	112
聪明会被聪明误，巧装糊涂才能从容不迫	113
第十章 职场结盟施恩学：今日布施点滴恩，明日会有高回报	115
帮助别人也是帮助自己	116
雪中送炭，别人有难处再去帮忙	116
滴水之恩，每次施恩都是留给未来的后路	118
坦然施恩，让别人感到舒服地接受施恩	119
低调施恩，别让恩惠变成明显的交易	120
重视长远，天下没有“一次性”恩情	122
第十一章 讨喜上司捧场学：上司得满心欢喜，你得实在利益	123
头功一定要“让”给头等人	124
领导得奖状，你才能分奖品	125
不要比老板表现得更加内行	126
公众场合要维护上司的尊严	127
绝不要当领导身旁的“利爪”	129
牢记：老板娘是更大的老板	130

知己知彼，才能与领导融洽相处	131
----------------------	-----

第十二章 办公室心理操控学：老板同事都对你点头说“YES” **133**

服人先服己，先对自己说“YES”	134
先引起对方好奇心，再施“催眠术”	135
人各有“嗜”，你要投其所好	136
学会巧妙地说“No”	138
给坏消息裹一层糖衣	139
没有十足把握，不要“以退为进”	140
不要太过标榜自己的“个性”	141

第十三章 胸怀大度合作学：能力再强的人也抵不过合作的厉害 **143**

不要做孤芳自赏的职场穷人	144
拆别人的台就是挖自己的坑	144
求同存异，和气生财	146
竞争与合作并不相悖	147
不要让自己变成团队进步的阻力	148
职场上的“独行侠”注定没有好结果	149

第十四章 脱颖而出竞争学：如何把千万同僚甩在你身后 **151**

所有人都曾感叹怀才不遇	152
投资自己，精英也要更新知识结构	153
入职时的“蜜月期”，趁热打铁	155
职场的“倦怠期”，以不变应万变	157
不喜欢现在的工作，那就学着“竞走”	158
旁敲侧击，有技巧的抱怨更有效	159

第十五章 同僚相处禁语法则：说对一句话可以少奋斗 10 年 **161**

刀只有一刃，舌却有百刃	162
不要奢望在职场中寻觅知己	163
处世难，人心莫测	164
与同事聊天不能信口开河	165
别说让自己后悔的话	166
没有不透风的墙，别在人后说人	168
慎“收声”，适时“出声”	170
不该说话时就闭上嘴	171

第十六章 职业江湖避险学：避开陷阱才能吃到馅饼	173
尽量不要跟同事有债务关系	174
认清完美的陷阱，不要过分苛求	175
当心卷入公司内斗，拒绝小圈圈	176
如何躲避专横型危险人物的攻击	177
办公室不该是你的浪漫小屋	178
别把隐私带到办公室	179
小心行事，别当替罪羊	180
你在以领导的理想为理想吗	181
不要成为办公室绯闻的主角	183
第十七章 老板面前卖乖学：表现忠诚的员工最可爱	185
忠诚是永不过时的职场王牌	186
与老板同舟共济，与公司荣辱与共	187
有时候忠诚胜于能力	189
急上司之所急，忧上司之所忧	190
让领导对你“一见倾心”的妙招	192
奉承话，你可以轻视但绝不能忽视	194
好几个领导，该听谁的	195
第十八章 八方支援借力学：借个肩膀，你会爬得更高	197
篱笆立靠桩，人立要靠帮	198
争取到自己的职场“贵人”	199
借“贵人”给自己打个背景光	200
大树底下好乘凉	202
借力使力，立稳职场	203
第十九章 职场自我安慰术：扫掉心理阴霾，明天会更好	205
悲伤和郁闷不是什么职场美德	206
压力会拖着你进入心理地狱	207
不要在嫉妒的“哈哈镜”里沦入可悲境地	209
不可在自卑的放大镜里堕入无底深渊	211
摒弃那团能烧掉一切的愤怒之火	213
自恋让你走上职场自毁之路	215
报复心理让你陷入无法自拔的小巷	217
忧郁的深蓝把你塑成一块寒冰	219

猜忌让你无朋，多疑使你无友	221
每天保持快乐心情，旁人也会因你而改变	223
第二十章 上班多点糊涂学：多做少想，可以爬得最高	225
睁一只眼闭一只眼，这样更能瞄准靶心	226
不当挨射的出头鸟	227
有大智慧的人懂得收敛锋芒	229
既不聪明也没脾气的人更能真正成功	230
得意不忘形，职场走得稳	232
第二十一章 职场咸鱼翻身术：巧把职业危机化险为夷	235
遭遇尴尬，巧用幽默来化解	236
当你遭遇办公室“冷暴力”	237
发生误解，置换角度寻找澄清切入点	238
巧妙沟通，消除别人对你的敌视	239
对敏感的朋友，不可开攻击性太强的玩笑	241
职场择新不怀旧	241
小心新官上任之火烧到自己	242
第二十二章 想晋升要懂斗争学：不怀害人之心，但也不能被人害	245
要有靠山，更有“金牌简历”	246
“公司栽培，个人表现”的背后	246
能力有限时，责任就是支撑你的得力武器	247
表现自己，适当“露脸”能为你添加资本	249
老板是决定你能否升职的掌控者	251
笼络老板，也不要忽略他的身边人	253
升职有如意算盘：不妨从“代理”做起	254
晋升之途，找好“旅伴”才上路	255
必要时刻，给对手“一记响亮的耳光”	256
第二十三章 自助上位贴金学：让别人看到你的“亮眼”处	257
职场中的“看人下菜碟”	258
“吹”出你的锦绣前程	259
神秘感，使你更富吸引力	260
自我“贴金”，隐形自夸话语技巧	261
关键时刻，上司面前“露一手”	262

扬长避短，你会更显光彩	263
到最容易出成绩的岗位上去工作	264
职场中的攀龙附凤与“近墨者黑”	265

第二十四章 获得实利加薪学：让梦想真的照进现实 267

薪水观影响着你的职业价值	268
了解你的薪水是怎样被“偷走”的	269
薪水是挣来的，也是谈来的	271
职场上的利益全靠自己争取	273
年终奖的禁区是什么	274
别被上司“愿景”的幌子忽悠了	276
别被以虚代实，只给名头不给钱	277

第二十五章 关键职位抢位学：巧妙坐上你想坐的位置 279

不怕事情难，就怕不耐烦	280
钻入关键岗位，升迁机会多多	281
不做“老黄牛”，做会干巧干的“老狐狸”	282
欲谋其位，先谋其事	283
以不争为争，莫能与之争	285
借贵人相助，搭梯上青云	286
躲开有碍你升职的硬伤	287
与上司出差时埋下升职胚芽	289
让自己具备独当一面的能力	291

第二十六章 平步青云升职学：扫清晋升路上的迷障 293

不学拍马溜须，也能一路高升	294
用表现自己职业素养的方式吸引上司注意	295
明修栈道，设法取得上司的信赖	296
远离带“钩”的“蚯蚓”	298
收敛个性，不羞不怯不偏激	299
别在上司面前做不懂装懂的“纸老虎”	300
不做唯唯诺诺的奴隶	302
忍辱负重，“忍者”无敌	304
没有空位，就为自己创造一个吧	305
有一种升职是为了炒你	307

第二十七章 察言观色识人学：识人在先，用人在后	309
与下属面谈，了解他的性格特点	310
衣着修饰中的性格窥视	311
背后闲话能暴露真实想法	312
身体姿势反映内心世界	313
读眼术：眼神最是骗不过	314
透过言谈举止识人	316
从眉毛读懂人的情绪波动	317
从脚就知道下属信不信任你	319
说话时的“小动作”比语言更说明问题	320
从回答问题的习惯探察对方的性格	321
从语言习惯看人内心	322
第二十八章 百发百中服心学：新官到来先收服人心	325
服心是前提，然后再烧三把火	326
“绷”字当前，拒绝下属的非分要求	327
7种方法“杀”出新主管的威严	329
懂得惩罚，更要懂得奖赏	332
7种方法树立你的威信	333
与下属保持若即若离的距离	334
大张旗鼓地做“黑脸”	336
“身份”也需要适当抬出来	337
管理者应“喜怒不形于色”	338
奖赏得当，巧妙地为下属镀金	340
上司永远别随意说“一定”	341
反复提起员工的失误不是好领导	342
第二十九章 主管必有的宽心术：留个后路才有出路	343
给下属留面子，自己才会有面子	344
即使是死敌也要顾及对方尊严	344
逼迫别人认错往往适得其反	346
不懂得宽容只会使自己举步维艰	347
得理而饶人，更易赢得人心	348
千万别做“与虎谋皮”之事	349
不挡下属的发展之路	351
主管认错无碍面子	352
世上没有解不开的疙瘩	353

第三十章 新任主管解难学：管理中方法总比问题多 355

做主管与做员工真有那么大区别吗	356
下属为什么不买账	357
为何一不留神就成了“孤家寡人”	359
如何面对以前的同事变下属	360
怎么应付“刺头下属”	361
怎样对待办公时间化妆的女下属	362
遇到下属虚伪的恭维怎么办	363
遭遇团队质疑怎么办	364
小心驶得万年船	366
克服内耗，防止“窝里斗”	368
多给下属发点“精神福利”	369

第三十一章 苦练内功学：实力是职场的“防弹衣” 371

接受不完美的自己	372
把强项经营到极致就是成功	373
自信心态，助你跑赢职场	374
打造最自信的自己	375
用 20%的付出赢得 80%的收益	376
学会拒绝别人，才能让自己更专注	378
职场创新能够打造个人品牌	380
用创意创造非凡业绩	381
创新力锻造职场个人品牌	382
对优秀者抱一颗学习的心	383

第三十二章 越跳越好跳槽学：“跳”也是一把双刃剑 385

人往高处走，跳槽需谨慎	386
想清楚为什么、凭什么跳槽	387
机会适当跳槽也无妨	389
隔行如隔山，转行要慎重	391
莫把跳槽当时尚	392
跳槽不是年轻人的专利	393
骑“驴”找“马”可以，但不可以虐待“驴”	395
要跳就跳，切忌过于犹豫	396
跳槽并不一定是为了“薪”满意足	399
做好交接工作，低调离开公司	400
跳槽后不要中伤原单位	401

第三十三章 现实与理想博弈学：饭票与自由的选择	403
不是所有事情都值得坚持	404
放弃有时是最明智的选择	405
不要错过了月亮，又错过星星	406
寻找最适合的那双鞋	407
壮士断臂只为抓住大机遇	408
否定自我也是一种自我提升	409
气魄大方可成大，起点高才能至高	410
眼光决定你的职场成就	412
掌握自我，做职场主人	413
拒绝做职场“工作狂”	414
这些事虽小，却可能毁了你	416
别在工作时间做私事	417
及早丢掉职场坏习惯	418
不要轻易触碰公司的规则底线	420
自控力强的人总能笑到最后	421
设定目标是成功的开始	422



第一章 ■

行走江湖的职场学： 不知道这些道理你就危险了

进入职场，你首先要明白一些基本道理：比如，努力工作是升职的必要条件，但请记住这不是第一条件。如果你不懂得适当地表现自己，那就是在堵死自己的成功之路。现代社会人才济济，竞争激烈，机遇转眼即逝，若是日日苦等“伯乐”来发现，大好时机很快就灰飞烟灭。每一个人只有大胆地做自己的伯乐，才不会被埋没。记住，职场就是利益场，那里有你不得不明白的游戏规则！

>>>>>>

职场混得好不好，技能与才干不是关键

诸多技术纯熟的雇员，似乎对于公司具有很大价值，但是每天又被公司所忽视，与之相反，获得晋升机会的职员其技术未必出类拔萃，他们只是花费了大量成本及时间，令公司认为自己远比其他入更值得信赖而已。

当然，技能与才干非常重要。但是有太多的职场人自认为自身职位安全，完全是拜技能熟练且工作努力所赐。不过，一定没有人告诉你人事部门及公司主管们早已就“技能问题”研究多年，他们并未说出有效雇用的真实用意。为什么呢？这是出于安全考虑。探讨技能是一个主观过程，如果他们对员工提出“你的技能或才干不适应公司此时的需求”，他们不会因此而起诉你。这种误导带来的严重后果是员工过于强调技能，但是技能与才干并不能完全保护你，也不是你未来职业生涯中唯一重要的因素。

即使你在公司中属于技术尖兵，但是若得不到上层信任，也会面临失业危险，你的需求同样得不到满足，你同样会走投无路。信任基于公司对于你的理解。无论公司怎样评价你，理解才是决定你的职位安全与否以及你是否具有价值的重要因素。

你感觉公司此刻会对你抱有怎样的看法呢？你的主管及高层领导会对你作出怎样的评价？如果你并未感受到自己拥有工作动力，不清楚自己处于什么位置，亦未曾得到应有待遇，那么公司对于你的看法也许远不如你想象的那般好。

若要认清公司对于自己的看法，你就必须懂得去发现其动机。这涉及你对公司的真正保护对象、奖赏及价值持有怎样的认知，在形成正确认知的同时你亦可为自己竖起一面镜子，由此随时审视自己在工作场合中的行为。

站在雇主的角度上审视自身行为：你平时的行为看上去究竟是不是一个支持公司政策、保护公司利益所应有的？你平日的言谈举止给予人的感觉究竟是对公司具有强烈归属感并充满激情，还是只关心自己工资条上的数字？在他人眼中，你的行为与真实意图之间究竟是否存在差距？外界对于你的看法决定了你的职位安全系数。

假如你正在为一家视“保护”为己任的公司效力，在一次职业课程中，你遭遇到上司的骚扰，你声称要公开此事。当然，从法律上讲你完全有权利这么做，与此同时你却触犯了公司的秘密规则，为自己醒目地贴上了“公司的叛徒”的标签。

对于公司而言，它完全可以利用合法手段处理这种情况，甚至可以依据法律规定使你仍然居于原职，但是你将永远得不到信任。在绝大多数公司，出现这种情况将意味着你的这份工作就此结束。而这件事之后，大部分公司必然会尽快将你清除。他们绝不会因为维护一个将自身利益看得比保护公司利益还要重要的雇员，而将公司置于危险境地。

然而，如果你选择私下处理此事，未使公司处于窘迫境地，亦不致令公司为之付出昂贵代价或耗费大量时间，那么你仍然可以继续安心地在这里工作。

公司的这类行为令许多人为之异常恼火，看上去也非常不公平。但换个角度思考一下，如果你是老板，也不会发表公开声明使公司陷入困境之中，除非该问题确实非常严重，没有其他的方法可以解决。同样，如果你身为既得利益者，也会采取这种做法。为什么呢？因为一旦通过烦琐的法律手段解决问题，其产生的负面作用要远远超过私下解决带来的不适感。即便绕过正式法律程序，公开解决依然需要耗费大量金钱，还会耗损高层领导的时间成本。所以你必须使自己持有这样一种认知：要关心自己公司及其收益人的利益，而不是只关注个人利益及感受，这两者之间存在重大区别。

将自身利益置于公司之上，就等于为自己贴上“叛徒”的标签。公司不会再信任你，亦