



影响全球亿万员工自动自发工作的畅销书

上班族的心态



SHANG BAN ZU DE XIN TAI

在中国，老板买来送给员工
领导买来送给公务员
将军买来送给士兵
五百强企业买来送给客户

中国国际广播出版社

全球所有公务员、公司职员职业圣经
一部造就丰硕伟绩的最佳畅销书

上班族的 心态

SHANG BAN ZU DE XIN TAI

◇ 红日 编著 ◇

中国国际广播出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

上班族的心态/红日 编著. —北京: 中国国际广播出版社, 2005. 1

ISBN 7-5078-2467-5

I. 上.... II. 红... 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 (2004) 第 132062 号

上班族的心态

编 著 者: 红日

责任编辑: 何宗思

版式设计: 红日创作室

出版发行: 中国国际广播出版社 (68036519 68053304 [传真])

社 址: 北京市复兴门外大街 2 号 (国家广电总局内)

邮 编: 100866

经 销: 新华书店

印 刷: 中国电影出版社印刷厂

开 本: 880×1230 1/32

印 张: 11.5

字 数: 280 千字

版 次: 2005 年 5 月 北京第 1 版

印 次: 2005 年 5 月 第 1 版

书 号: ISBN 7-5078-2467-5/C·149

定 价: 25.80 元

国际广播图书版权所有 盗版必究
(如果发现印装质量问题, 本社负责调换)

前 言

在当今这个瞬息多变、日新月异的经济社会中，激烈的竞争和强大的压力无处不在。

上班族们要想在职场中稳操胜券，使自己立于不败之地，确实需要掌握一定的职场生存的竞争法则和应变手段。于是我们编写了《上班族的心态》，诚恳地向你分析如何在职场中求生存，如何谋发展，如何攀登职场高峰；从各个角度告诉你如何韬光养晦、卧薪尝胆，如何进行自我修炼，累积实力，如何总体谋划、精心布局，为你的出征做好准备；教你如何审时度势，从“知彼”的角度揭示上司和同事的本质，分析上司和同事的类型以及如何与上司和同事相处等招数。

本书是上班族的高参，它能使你纵横职场、旗开得胜、马到成功、飞黄腾达、平步青云，最终让你在社会上找到名誉，在政治上找到地位，在经济上找到财富，在事业上找到成功，拥有辉煌的人生！

目 录

第一章 选择职业的心态

- ◎ 新世纪最有威望的职业 /3
- ◎ 三类人能得到高薪 /3
- ◎ 哪些人不受职场欢迎 /4
- ◎ 老板寻找的是哪五类人 /5
- ◎ 蓝、白、粉、金领的定义 /9
- ◎ 以个人心理特点择业 /10
- ◎ 以性格择业的心态 /12
- ◎ 以气质选择职业的心态 /15
- ◎ 你真的适合在家里工作吗 /16
- ◎ 求职成功的七大步骤 /18
- ◎ 找准真正属于自己的行业 /21
- ◎ 职业是人的使命所在 /22
- ◎ 融入新工作环境的八大招术 /24
- ◎ 珍惜自己的第一份工作 /26
- ◎ 不要刻意寻找上班族的天堂 /28
- ◎ 理想中的工作生活 /31
- ◎ 新上班族的心态 /32

第二章 出人头地的心态

- ◎ 经过包装的政客 /37
- ◎ 晋升是爬不完的梯子 /38
- ◎ 位子越高越好吗 /39
- ◎ 备受青睐的升职人 /43
- ◎ 与晋升无缘的职员 /45
- ◎ 具备当官的“料” /47
- ◎ 在升职竞争中如何获胜 /49
- ◎ 加班与升职的心态 /50
- ◎ 寻求有利于晋升的地位 /51
- ◎ 踏踏实实地往上爬 /55
- ◎ 增加晋升机会的诀窍 /57
- ◎ 晋升的锦囊妙计 /59
- ◎ 职位晋升不只靠业绩 /63
- ◎ 向上司要求升职加薪 /68
- ◎ 不要急于升迁的心态 /70
- ◎ 晋升之前了解同事的心态 /72
- ◎ 每位员工都能晋升到不胜任的阶层 /73
- ◎ 不要轻易让出自己的权力 /75
- ◎ 官员制造更多的官员 /76
- ◎ 淘汰优秀卓越的员工 /79
- ◎ 解雇超级不胜任的员工 /80
- ◎ 世袭晋升的最有效方式 /81
- ◎ 职位步步高升的奥秘 /83

- ◎ 从部属到领导的晋升秘诀 /85

第三章 自动自发工作的心态

- ◎ 自动自发的心态 /89
- ◎ 你属于哪一种员工 /91
- ◎ 不为薪水而工作 /94
- ◎ 比薪水更重要的是工作 /95
- ◎ 薪水自动提高的奥秘 /97
- ◎ 做你最感兴趣的工作 /99
- ◎ 以最佳的精神状态投入工作 /102
- ◎ 做最优秀的员工 /104
- ◎ 自动自发地工作 /106
- ◎ 不要让借口成为工作习惯 /108
- ◎ 工作让我们用生命去做 /110
- ◎ 让潜意识成为工作的好助手 /113
- ◎ 为你的上司有效地工作 /115
- ◎ 和你的员工一起有效地工作 /116
- ◎ 和你的同事努力协作 /117
- ◎ 如何灵活安排工作 /119
- ◎ 带着热情去工作 /121
- ◎ 做工作的主人 /123
- ◎ 如何增强敬业精神 /125
- ◎ 快速提高办公效率 /127
- ◎ 柜台工作者应注意应对 /129
- ◎ 努力担当起工作 /130

- ◎ 勇于挑战“不可能完成”的工作 /132
- ◎ 让工作成为一件乐事 /134
- ◎ 积极主动承担分外的工作 /136
- ◎ 提高工作和办事效率的秘诀 /138
- ◎ 别把私人情绪带到工作上 /140
- ◎ 积极主动地发挥自己的专长 /141
- ◎ 让我们勤奋工作 /143
- ◎ 做全公司最赚钱的员工 /144

第四章 职场交往的心态

- ◎ 识别十种类型的上司 /149
- ◎ 多请示多汇报 /151
- ◎ 为上司提供信息 /153
- ◎ 做上司的第三条腿 /154
- ◎ 把见解移植到上司的头脑中 /155
- ◎ 宾主关系求融洽 /159
- ◎ 心领神会善解上司 /160
- ◎ 多加询问与上司沟通 /160
- ◎ 接受上司任务要有勇气 /161
- ◎ 发挥才能让上司赏识 /162
- ◎ 据理力争作风务实 /163
- ◎ 聆听上司讲话要明智反应 /164
- ◎ 登门拜访上司不露痕迹 /165
- ◎ 培养能力获取好评 /166
- ◎ 影响同事关系的十二个言行 /166

- ◎ 一视同仁赢得信赖 /171
- ◎ 尽量少打私人电话 /172
- ◎ 乐于助人定有收获 /172
- ◎ 与同事保持最美的距离 /173
- ◎ 别在同事面前吹牛 /174
- ◎ 敢于承认自己的错误 /176
- ◎ 学会处理与同事之间的合作关系 /178
- ◎ 对付各种打小报告的同事方略 /180
- ◎ 对付同事排挤的技巧 /183
- ◎ 对付同事办事拖拉的方法 /185
- ◎ 对付同事争功的对策 /186
- ◎ 关系紧张先查自己 /188
- ◎ 抑制同事的嫉妒心 /189
- ◎ 彻底化解同事之间的矛盾 /189
- ◎ 防止被人伤害自己的心态 /191
- ◎ 小心同事设下的圈套 /193

第五章 对待老板忠诚的心态

- ◎ 恭敬不如从命 /197
- ◎ 服从即忠诚 /198
- ◎ 以老板的利益为重 /200
- ◎ 老板和员工并不是对立的 /203
- ◎ 与老板相处的六大关键点 /205
- ◎ 学会领悟老板的意图 /207
- ◎ 向你的老板推荐远程工作计划 /209

- ◎ 如果老板说错了话 /211
- ◎ 向老板邀功的技巧 /213
- ◎ 消除老板对你的误解 /216
- ◎ 给老板以同情和理解 /219
- ◎ 满怀感恩之情 /220
- ◎ 欣赏和赞美自己的老板 /223
- ◎ 以老板的心态对待公司 /226
- ◎ 轻视公司就是轻视自己 /227
- ◎ 忠诚使你迈向成功 /229
- ◎ 莫泄漏公司的机密 /233
- ◎ 忠诚可以加薪的秘诀 /233

第六章 职场生存的心态

- ◎ 读懂新工作单位 /237
- ◎ 影响日后事业失败五个方面 /240
- ◎ 一心一意工作 /241
- ◎ 上司生存的二十条守则 /243
- ◎ 成功主管须知 /247
- ◎ 职场新人的生存守则 /248
- ◎ 下属生存的守则 /252
- ◎ 展示你最优秀的一面 /254
- ◎ 让别人对你产生好感 /256
- ◎ 使自己成为必不可少的人 /258
- ◎ 上班族要有计划的能力 /260
- ◎ 用心制订工作计划 /263

- ◎ 不可超越职责范围 /265
- ◎ 上班族要有深厚的涵养 /265
- ◎ 摆脱“星期一症候群” /267
- ◎ 在别人嫉妒中的三种快乐生存术 /270
- ◎ 人事变动前的“热身”活动 /272
- ◎ 改变你人生命运的五个瞬间 /274
- ◎ 遵守职场的黄金定律 /276
- ◎ 应用职场的七种武器 /278
- ◎ 不碰职场的十大雷区 /281
- ◎ 不应该犯的职场错误 /284
- ◎ 办公室里的无形禁忌 /287
- ◎ 办公室里忍无可忍的时候 /290
- ◎ 形成自己的工作方式 /291
- ◎ 有效利用现代化的通讯技术 /293
- ◎ 有选择地告诉他人你的邮箱地址 /296
- ◎ 摆脱“洪水”文件的困扰 /298
- ◎ 有条不紊地组织工作 /300
- ◎ 善用互联网 /303
- ◎ 快速作出正确决断 /304
- ◎ 增长你不被解雇的技能 /307

第七章 上班族跳槽的心态

- ◎ 跳槽最充分的七大理由 /311
- ◎ 跳槽要看清六个危险信号 /314
- ◎ 跳槽前必须考虑的五件事 /315

- ◎ 发展型跳槽者的心态 /318
- ◎ 换种活法的跳槽者心态 /320
- ◎ 改正失误的跳槽者心态 /325
- ◎ 跟着兴趣走的跳槽者心态 /326
- ◎ 稳扎稳打型跳槽者的心态 /329
- ◎ 紧跟热门型跳槽者的心态 /329
- ◎ 热衷名牌型跳槽者的心态 /330
- ◎ 要投奔赏识自己的上司 /331
- ◎ 如何选择起跳的时机 /333
- ◎ 档案千万不要放弃 /337
- ◎ 跳来跳去不可取 /338
- ◎ 跳槽对工作经验的积累不利 /340
- ◎ 跳槽对个人能力的提高不利 /341
- ◎ 跳槽对用人单位不利 /342
- ◎ 瞄准跳跃方向 /345
- ◎ 辨别好老板与坏老板 /347
- ◎ 跳槽不要中伤原单位 /349
- ◎ 离职协议要慎签 /350
- ◎ 七种恶招万万使不得 /351
- ◎ 辞职技巧 /353

上班族的心态

第一章

选择职业的心态

新世纪最有威望的职业

近年，中国人民大学社会学系向社会发布了在北京地区进行的百种职业声望调查结果显示，最有声望的职业前十名分别是：

等级顺序	职 业	声望分值
1	科 学 家	88.95
2	大学教授	86.37
3	工 程 师	82.97
4	物理学家	81.94
5	医 生	79.98
6	经济学家	79.23
7	社会学家	78.57
8	法 官	78.35
9	飞 行 员	76.84
10	检 察 官	76.82

此次调查发现，明星职业声望未必就高，比如收入颇丰的时装模特、流行歌星等，人们对其职业地位的评价不算高，分居第66位和第85位。

三类人能得到高薪

追求工作条件好、高工资是很多求职者的愿望，但这不是每

个人都能得到的。这要看有没有真本领。那么，哪些人才能拿到高工资呢？

目前，人才、劳务市场上有三大类职业是属于高薪的：一类是高新技术领域中技术含量较高的职位，如网络工程师、生化研究工程师、电子和通信工程师等；第二类是传统的高附加值领域中需要个人的经验、智慧参与成分较多的职位，如某些领域中的经验丰富的销售总监、财务经理等。他们有着丰富的实践经验与智慧，有很强的创新精神和意识；第三类是劳动密集型领域中的重要特殊职位，如制鞋厂、制衣厂的设计师，饭店的大厨师等。这些职位要有丰富的实践经验，只有通过高薪才能吸纳这类人才，不过这类高薪较前两类来说稍逊一点儿。

因此，要得到高薪的职位，首先要求所掌握的知识与技能在市场上是领先的、超前的、高水平的；其次是市场存量偏少而又需求颇急的人才，这样的人即使技术含量不是很高，也能获得高薪；第三是需要个人参与的知识与经验比较丰富的人。

另外，特拉维夫大学的大卫·帕西格教授及美国、德国的未来学家们预言，15年后，银行职员将消失——代之以电脑；20年后，电脑操作员将丢掉饭碗——电脑将自动编程；25年后，外科医生前途黯淡——机器人将代替他们主刀；50年后，薪水最高、最受人尊敬的将是护士和教师——机器人难以替代的职业！

哪些人不受职场欢迎

我粗略地归纳了一下，大约有七种类型的人在工作中很招人烦：

1. 鲨鱼型

自以为是，自我感觉良好；不愿与人合作。这样的人如果继

续一意孤行，势必被倡导团队精神的职业社会所抛弃。

2. 古董型

墨守成规，不愿意甚至拒绝任何新鲜事物。这种不能主动适应变化着的时代的人只有死路一条。

3. 机器型

发个指令，揿动按钮才会动一动，缺少积极主动的精神。想一想瞬息万变的社会愿意要这样的人吗？

4. 喇叭型

呜哩哇啦，只喊不做，或雷声大雨点小，同那些少说多做的实干家相比，在竞争中更容易失去机会。

5. 狐狸型

未来社会需要真正的实干家而非阴谋家。智慧与品德的结合，才会天下无敌。

6. 迟缓型

在市场竞争中，那些动作迟缓、办事效率低下的人，将毫无疑问地被竞争大潮所淹没。

7. 多病型

弄坏身体既是自己的损失，也会给集体添麻烦。

老板寻找的是哪五类人

世界每天在变，“谁是最可爱的员工”这个被无数老板重复无数遍的话题，其“内涵”也随着时代不断被延伸、升华，发生着质的变化。在新经济时代，昔日的“听命行事”不再是“最可爱的员工”模式，今天的老板，根据时下所需，对“最可爱的员工”模式重新设计，铸造出“不必老板交代，积极主动做事”的一代新人。