

《纽约时报》、《华盛顿邮报》、《哈佛商业评论》、《纽约每日新闻报》鼎力推荐!!

金融危机是大灾难，还是大机遇？

如何让找工作变成工作找你!!

全球最顶尖的猎头公司CEO向你揭露职场潜规则!!!

一生能有

The 5 Patterns of Extraordinary Careers

5大法则，决定你的职业生涯

几次工作？

[美]詹姆斯·西特林 理查德·史密斯◎著
李旭大◎译

全球最权威的职业生涯管理大师巅峰之作！亚马逊读者一致好评！！

美国证券交易委员会主席、星巴克总裁、雅虎董事长兼执行总裁、
思科人力资源副总监、沃顿商学院最知名的经济学教授、
柯达董事长兼执行总裁、耶鲁大学管理学院副院长
等数十位成功人士高度评价!!!

荣膺

《华尔街日报》
畅销书榜首

《纽约时报》、《华盛顿邮报》、《哈佛商业评论》、《纽约每日新闻报》一致推荐!!

荣膺
《华尔街日报》
畅销书榜首

一生能有

The 5 Patterns of Extraordinary Careers

大法则，决定你的职业生涯

几次工作？

[美]詹姆斯·西特林 理查德·史密斯◎著
李旭大◎译

金融危机是大灾难，还是大机遇？

如何让找工作变成工作找你！！

全球最顶尖的猎头公司CEO向你揭露职场潜规则!!!

不论你是刚毕业的大学生，还是职场老手，
本书都将改变你的职业生涯，帮助你走向真正的成功!!!

中国传媒大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

一生能有几次工作 / (美) 西特林, (美) 史密斯著; 李旭大译. —北京: 中国传媒大学出版社, 2009.12

ISBN 978-7-81127-818-7

I. 一… II. ①西…②史…③李… 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221236号

This translation published by arrangement
with Crown Business, an imprint of Random House, Inc.

本书简体中文版专有出版权由 Crown Business 授予中国传媒大学出版社, 在中国大陆地区销售 (不包括香港、台湾、澳门地区)。未经出版者书面许可, 不得以任何形式抄袭、复制或节录本书中的任何部分。

北京市版权局著作权合同登记图字: 01-2009-5489号

一生能有几次工作——5大法则, 决定你的职业生涯

著 者 【美】詹姆斯·西特林 理查德·史密斯

译 者 李旭大

责任编辑 欧丽娜 余 雨

责任印制 曹 辉

封面设计 立 春

出 版 人 蔡 翔

出版发行 中国传媒大学出版社 (原北京广播学院出版社)

地址: 北京市朝阳区定福庄东街1号

邮编: 100024

电话: 86-10-65450532 65450528

传真: 65779405

<http://www.cucp.com.cn>

经 销 全国新华书店

印 刷 北京旺银永泰印刷有限公司印刷

开 本 880×1230mm 1/32 印张/7.25

版 次 2010年1月第1版 2010年1月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-81127-818-7/B · 818

定 价: 22.00元

版权所有

翻印必究

印装错误

负责调换

谨以本书献给

我的弟弟杰弗瑞·西特林、姐姐南希·莱恩和他们美满的家庭。

——詹姆斯·西特林

本书献给我的家人

洛里、阿登、亚当以及莱恩·史密斯，

感谢他们无私的爱和我写作本书的鼎力支持！

——理查德·史密斯

媒体及名人推荐

它勾画了卓有成效的工作与升迁到权力更大、薪水更多的高级职位之间的幸福结合点。

——《哈佛商业评论》

这是一本关于职业生涯的权威经典著作，它讲述的是美国所有顶尖的CEO们身上总结出来的人生课程和职业课程。

——《早安美国》

詹姆斯·西特林和理查德·史密斯鼓励你深入了解自己的真正价值，并借助可让你脱颖而出的创新观念，告诉你如何在没有工作经历的情况下找到工作。同时，他们还帮助你确定哪些工作最适合你，如何创造一种确保你得到升迁的环境，以及一旦你进入高层之后如何保住自己的位置。

——纽约《每日新闻》

本书结构紧凑、文笔流畅且蕴含智慧。作者用大量生动贴切的实例来阐述道理，让读者丝毫不会产生枯燥无味之感。

——《华盛顿邮报》

这是一本阅读性极强的书。它摒弃了其他一些书籍专为迎合社会上的现实需要而炮制的“如何取得职业成功”的秘诀等空洞教条，提醒读者去发掘自己的潜能，获得成功。甚至连经验最为丰富的职场老手也能从平凡之人一跃成为公司骨干的故事中受益匪浅。

——美国证券交易委员会前主席 阿瑟·李维特

本书披露的成功法则可指导你在职场获得成功。它确实是一本催人奋进的书，它明确指出如果你有眼光、有志向、有勇气，你就可以取得非凡的成就。

——星巴克咖啡公司总裁 霍华德·舒尔茨

这本书富有逻辑地解释并阐述了存在于非凡的工作成就中的一致性及可以借鉴的模式。文风清新，例证丰富，任何一位有兴趣追求特殊职业经历的人都应该阅读它。

——雅虎公司董事长兼执行总裁 特里·塞梅尔

这本书摒弃了有些人不对职业进行调查就胡乱做出的猜想，作者并没有用一些陈词滥调来标榜这本书如何能给人们以指导。相反，作者在书中郑重提出了许多重要的人生问题，并利用群众调查、广泛采访等多种途径，经过一番深入研究找到了这些问题的答案。同样能给人一种清新之感的是，本书并没提供过分单一化而又试图包治百病的处方，而是提供了有用的工具及比较客观的设想，每个人借助它都能够勾画出具有鲜明个人特点的职业蓝图。这一蓝图既考虑到内在的自我评估，又兼顾外部的机会评

估。作者以一种新颖独到的方式，去触及一些最令人望而生畏且很少被人探讨的职业障碍。作者的这种努力必将激励着读者勇敢地迎接人生的挑战，当然也激励着你满怀信心地去战胜这些挑战。

——耶鲁大学管理学院副院长 杰弗里·索恩菲尔德

职业阶梯的日子已经一去不复返。在这个充满挑战、纷繁复杂的时代里，本书就职业成功提出了许多独到的见解，具有很强的启发意义，是白领、经理和执行总裁学习的良好教材。让我无法想象的是，阅读此书可以启发人们制订出许多新策略。它可以说出版得太及时了，而且堪称经典作品。

——盖普公司CEO 保罗·普里斯勒

詹姆斯·西特林和理查德·史密斯给读者提供的并非只是职场的建议。规章制度很健全的公司领导艺术是作者所讲述的一部分重要内容，掌握了这种领导艺术的人能够在工作中取得卓越的业绩。在广泛研究的基础上，本书旨在让我们更好地理解个人和机构如何去发掘他们最伟大的潜能。

——柯达公司CEO 丹尼尔·卡普

就职场而言，我们是自己的最佳向导，而有了这本书作指导手册，我们便如虎添翼。詹姆斯·西特林和理查德·史密斯很好地把个人奋斗与职场法则结合起来，以便明确我们可以采取的步骤，从而推动自己优秀到卓越。

——沃顿商学院最知名的经济学教授 米歇尔·尤希姆

本书以事实，而非意见为基础。它为选择职业提供了一条具有突破意义的渠道。无论是对专业人士，还是对公司老板，这都是一本极其重要的著作。

——康卡斯特公司执行总裁 史蒂夫·伯克

无论是对主管们来说，还是对任何想收获充实人生和成功事业的人来说，这都是一本必读的书。作者通过对优秀的主管及其业绩进行评估，从而提出了可给任何虚心学习、追求成功的人以启迪的真知灼见。

——思科公司人力资源副总监 凯特·德坎普

当我们谈到开创事业时，把“实践出真知”这句格言拿来形容尤为贴切。詹姆斯·西特林和理查德·史密斯提取出了将职业成功最大化的精髓。树立远大抱负的经理人即使花上数年时间靠经验来积累的知识，还不如花上3个小时的时间阅读本书获得的知识多。有了这本书，如同有了一个出类拔萃的贤明顾问。

——美国维珍移动公司CEO 丹尼尔·舒尔曼

无论你在心理治疗过程中，在结交友谊的过程中，在学习的过程中或者在合作的过程中，能够帮助人们获得一种支配感、一种初次经历的新感觉或一幅新的思路图，都等于你送给他们一份大礼。本书赠送给读者的大礼就是切实可行的创业模式、丰富多彩的趣闻轶事及可让人借鉴的宝贵经历。它们可以帮助读者开始懂得对自己的人生设计及事业成功至关重要的技能、态度、才智和经验的掌握。

——顶峰集团公司总裁 罗杰·弗兰西基

《一生能有几次工作》对职场成功起了很大的作用。它以前所未有的深度和广度，向人们阐释抱负与动机可激励人们取得非凡的成功。詹姆斯·西特林和理查德·史密斯是真正的职业指导大师。

——盖蒂图像公司总裁 乔纳森·凯勒

通过广泛的访谈与调查，詹姆斯·西特林和理查德·史密斯撰写了这本引人入胜的书。它讲述了获得职业成功需要做些什么，还借助生动的实例和功成名就的高管们的经验，来帮助你描绘出通向职业成功的康庄大道。

——科勒伯格·克拉维斯·罗伯茨公司的合伙人
亨利·克拉维斯

目 录

CONTENTS CONTENTS

媒体及名人推荐 4

序 言：同学为何不同命？ 14

第一章 了解你的潜力价值和经验价值

你的工作“比”的是什 么？ 24

你的价值有多少？ 25

在潜力袋被掏空前，装满经验袋 28

为何有的人飞黄腾达，有的人却走下坡路？ 31

潜能型升迁与经验型升迁 35

忠诚是加分，还是减分？ 39

掌握职业生涯的3个阶段 40

走对第一步 41

迈克尔·瑞尼的潜力价值 43

善用经验价值创造挖角机会 46

化潜能为动能的雅虎首席运营官——丹·罗森斯维格 48



- 成为炙手可热的中年人 51
- 屡创职业巅峰的李维特 53
- 集合一切经验创造你的价值 54

第二章 乐于助人，创造双赢



- 学会让其他人表演 56
- 借他人之手成功 60
- 寻找不如创造 62
- 与何种老板共事？ 66
- 加强板凳深度 70
- 凯勒赫的双赢领导 71
- 吸引最优秀的人才，发掘他们的潜力 73
- 带领、跟随、授权的哲学 74
- 培养愿意为你冲锋陷阵的人才 78

第三章 克服授权的困境



- 掌握关键经验，成就卓越人生 80
- 认识职业生涯的巨变 80
- 是大难题，还是大机遇？ 81
- 善用直接授权和暗示授权 82
- 太多主动、太少授权的危险 84
- 当“不”并非真“不” 87

获得授权的8大方法	90
成功的信心来自克服困境	101
将暗示授权转化为直接授权	107
站在最佳的战斗位置	109

第四章 善用20/80法则表现自我

赢得重要的比赛	112
做“多”不如做“精”	113
超额完成任务会使你的收益减少	118
射击前做好万全准备	119
卷起裤管，亲身体验	121
整理你的既定目标	125
PPT使人瘫痪	127
瞄准最具价值的工作	129
边缘不是坏事	131
改变别人对你的期望	132
用正确的语言降低风险	133
成为人脉达人	134
化繁为简，由难变易	139
让别人了解你想要什么	144
利用20/80法则进入高层	145

第五章 找到适合的工作

- 让长处与热情交会 148
- 别让你的职业阶梯靠错墙 150
- 从头做起，只能买一杯咖啡 156
- 同时极大化职业三角 159
- 累积薪酬潜力 161
- 以棋手的眼光管理职业生涯 162
- 成功就是创造选择 166
- 职业选择的价值 168
- 注意职业信号灯 173
- 与你喜欢和尊敬的人共事 175
- 因梦想而伟大的星巴克创建人 177
- 你可以找到喜欢的工作 179

● 成功企业的模式

- 打破假设 182
- 关键的假设 184
- 第一个需求：创造一种成功文化 186
- 第二个需求：评估和奖励业绩 189
- 第三个需求：缩小差距 203
- 有效评估的标志 205
- 结束语 206

● 结 论：挥动人生的斧头 207

● 附 录：职场生存指南

第一阶段：制订计划 219

第二阶段：采取行动 222

第三阶段：为新工作做好准备 226

第四阶段：到任新职，好的开始是成功的一半 227

● 致 谢 229

序 言：同学为何不同命？



你不会事事顺利。无论是友谊还是机遇，都是一步步建立起来的。

——芭芭拉·布什（美国前第一夫人）

我们要相信运气，否则便无法解释我们讨厌的人竟然成功了。

——尚·考克顿（法国作家和电影制作人）

《一生能有几次工作》揭示了决定职业成功与否的微妙因素：为何有的人能够一路高升、飞黄腾达，而另一些人虽有才华却永远也无法出人头地？蒂莫西·雷诺兹就非常担心这种命运会降临到他头上。蒂莫西绝对有理由认为自己已经达到了成功的职业道路。他似乎拥有了一切——美丽的妻子、3个聪明可爱的孩子、一栋位于芝加哥郊区的豪宅，以及一份在一家著名的消费品公司担任销售副总监的好工作，而这一切都是他在40岁之前就实现了的。但在一个春暖花开的日子里，蒂莫西参加了一次纪念大学毕业15周年的同学聚会以后，他开始感到了一丝不安。

这毫不奇怪，同学聚会总是让人缺乏自信，尤其是当你看到昔日同窗如今已擢升为各行业的管理者时，这种不安就会更加明显。其实，蒂莫西并不是一个“这山望着那山高”的人，相反，他是一个让人敬佩并且被许多人视为成功的人。但就在这次聚会之后，他感到有必要重新审视自己在生活、事业中所扮演的角色以及成就。

在初入职场的时候，蒂莫西就是公司管理层的明日之星。他很快就得到了提拔，承担起越来越大的责任。在前12年的工作中，他积极主动、乐观自信、精力充沛，深信自己将会不断取得成功。如今，他不再像以前那样信心十足了。公司先后进行了两次大裁员，他都有幸留了下来，然而裁员计划还会持续下去。在一个经济不太景气的时期被迫找新工作，这成了困扰蒂莫西的一个严峻问题。

更让蒂莫西烦恼不安的是，他发觉自己走错了路。他以前甚

至从未意识到这一点，他毕竟有了一份很有前途的工作，而且薪水丰厚。他曾梦想成为驻外大使、大学教授或者是公务员。可这些梦想何时能实现呢？

蒂莫西一直抑制着内心的这些感觉，而现在他却想要放飞梦想，对未来的失控感让他不安。他甚至不想升职，担心升职后会让他远离他最在乎的事情——家庭，社会正义，工作热情，提升能力。

在聚会那天，当蒂莫西见到阔别多年的朋友和同学时，压抑在他内心深处的这种焦虑便倾泻而出。在随后校友会组织了一个“事业成功”座谈会，邀请班上成功的同学上台分享心得。在众星云集的座谈会上，蒂莫西得知以下事情：

* 约翰经营一档叫好又叫座的电视节目 5 年之后，获派出任某家重要媒体的电视集团总裁的机会。约翰原来是律师，后来进入了娱乐界，曾在好莱坞做过演员、导演及作家。

* 玛莎在常春藤联盟大学担任法律与历史教授，专门从事财产、宗教及历史领域的研究工作。担任大学教授之前，她曾在华盛顿的一家律师事务所工作，随后转到美国上诉法院担任职员。

* 史蒂芬是美国证券业协会的副总裁，负责制订方案、提供服务以及技术革新，对证券市场有极大的影响力。1999 年，史蒂芬曾与朋友共同创办了一家科技公司，但由于资金短缺而倒闭，随后他便进入了证券行业。

* 陶德是芝加哥某餐厅的创始人，目前已经有 7 家分店，而且每家都获利甚丰。以前他创办了一家天然食品超市，并且在 7 年的时间里发展了 20 家连锁店，后来卖给了另一家大公司。在进入食品行业之前，他在华尔街一家大型经济公司担任会计主管。