

BY THE AGE OF 25  
YOU MUST KNOW HOW TO PROMOTE TO A HIGHER OFFICE



跳出蚁族  
系列

# 25岁前 一定要知道的 职场 晋升经

周俊宏◎编著

最全面、最“吐槽”的职场说明书

专治各种面试不达症，工作困惑、迷茫症，  
办公室恐惧症

**适用人群：**

应届毕业生、抑郁白领、想跳槽者、  
职场打拼多年无成绩者……



25岁前  
一定要知道的  
**职场  
晋升经**

周俊宏◎编著

**新出图证(鄂)字 10 号**

**图书在版编目(CIP)数据**

25 岁前一定要知道的职场晋升经 / 周俊宏编著. —武汉: 华中师范大学出版社, 2011.10

(跳出蚁族系列)

ISBN 978-7-5622-5164-4

I. ①2… II. ①周… III. ①成功心理 - 青年读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 150117 号

## 25 岁前一定要知道的职场晋升经

周俊宏 编著

---

总 策 划: 段仁国

责任编辑: 胡 维 郑 光

责任校对: 孙尔春

编 辑 室: 对外合作部

电 话: 027-67867370

出版发行:  华中师范大学出版社

选题策划: 北京快乐共享文化发展有限公司

电 话: 010-63703893

社 址: 湖北省武汉市珞喻路 152 号

邮 编: 430079

电 话: 027-67863040 (发行)

传 真: 027-67863291

网 址: <http://www.ccnupress.com>

电子信箱: [hscbs@public.wh.bb.cn](mailto:hscbs@public.wh.bb.cn)

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京画中画印刷有限公司

字 数: 150 千字

开 本: 880mm × 1230mm 1/32

印 张: 7.375

版 次: 2011 年 10 月第 1 版

印 次: 2011 年 10 月第 1 次印刷

定 价: 22.80 元

欢迎上网查询、购书

---

敬告读者: 欢迎举报盗版, 请拨打举报电话 027-67861321

# 序言



细数蚁族的成长历程，就像在翻看一本旧的相册，虽然年代并不久远，但是颜色却有些发黄了。小学的时候，我们在土坷垃里面没心没肺地摸爬滚打，那时候很天真，只是觉得好玩而已；初中的时候开始被灌输土坷垃的外面还有另外一番天地，山的那一边不再是山，而是拔地而起的高楼大厦；终于来到了高中，爹妈、老师都耳提面命地告诉我们必须离开生你养你的这片不太肥沃的土地去寻找更大的发展空间，考上了大学之后就能一飞冲天，熬过了这三年就能光宗耀祖……三年过后，我们赶上了大学扩招，于是这些一直被灌输着大学生就相当于“父母官”的小小蚂蚁就这样被扩招的大潮冲进了大学的校门。没想到大学的校园生活竟然比传说中的还要美好，美女如云、校草满地，于是我们在这个色彩斑斓的世界里拼命地品尝花前月下的浪漫和风花雪月的柔情，而如果你在大学校园里面提及学习、上课之类的字眼儿，可

能会被一些人笑掉大牙吧——老土！大学校园，一个温度刚刚好，湿度也适宜的世界，就像一个培养皿，把我们身上的懒惰因子无限地发扬光大了。直到大家真正体会到“时光飞逝，岁月如梭”这句老掉牙的名言的含义时，学校已经悄悄地帮我们打开了大门。

毕业了？毕业了！对，我们毕业了。站在学校的门口，我们开始第一次认真思考自己的人生，我们开始第一次问自己该何去何从。考研？看看身体已经没有那么硬朗的爹妈还要赚钱供自己读书，我们于心不忍。结婚？除非自己能够傍一个“款儿”，否则就得陪着自己的另一半过“流浪”的日子。工作？好像也只有这一条路行得通了，可是当我们决定彻底告别校园走进社会的时候又不得不感慨，这找工作的大军真是猛如“洪水野兽”啊。我们一没有关系，二没有金钱，有的只是自己的一腔热情和“两袖清风”。论能力，大学生还只算是“半成品”。然而，学校又说对不负责这批“半成品”的回炉重造，那么我们就只能削尖了脑袋往社会里面挤了。这年头我们靠人不如靠己，还是自己塑造自己比较实际一些。

要想在职场中把自己塑造成“精品”，你需要一个“说明书”。本书就是站在蚁族的立场上，根据客观条件为蚁族量身制定的奋斗宝典。只要你已经走出了学校的大门，这本书就会帮助你在社会上一步一步站稳脚跟。书中的内容包括怎样进行人生职业规划、怎样制作简历为自己打广告、怎样在面试的时候把自己成功地推销出去、怎样安全度过试用期、怎样应对复

杂的办公室政治，以及在工作中应该具备的工作方法和心态，等等。如果你已经有了一份属于自己的工作，但是自己却并不很满意，那么这本书还将教会你怎样跳槽才会越跳越高。

总之，奋斗是蚁族的关键词，出人头地是蚁族的终极目标。但是想要在职场上混出个样儿来也不是一件轻而易举的事情，所以你一定会需要这个智慧锦囊的。

# 目录



## PART1 未雨绸缪——蚁族的职业人生规划

攻敌先知己——蚂蚁进攻前的资本清查 / 003

确定目标——吹响进攻的号角 / 010

确定目标的细节——了解冲锋号的曲调 / 012

规划的步骤——每一步都走得有价值 / 017

## PART2 百发百中——让简历帮蚁族敲开职场的大门

简历的设计——这是一种小投资的广告 / 027

撰写简历的关键——小心成为“标题党” / 032

网络简历——数码时代的新生儿 / 042

## PART3 自我包装——蚁族这样抓住面试的机会

神采奕奕——面试时注意自己的精神 / 051

常见的面试问题——自己心里要有本账 / 058

遭遇雷人问题——里面可能暗藏玄机 / 064

细小动作——出卖你的人就是你自己 / 067

小组面试——掌握技巧可以让你脱颖而出 / 069

反客为主——巧妙展示自己的才华 / 072

抓住铁饭碗——公务员面试有绝招 / 076

#### **PART4 跻身职场——让蚁族在职场扎根**

翻开劳动法——了解什么是试用期 / 083

拿出一把标尺——了解试用期的考核标准 / 085

职场新面孔——如何融入新团队 / 087

职场攻略——怎样度过试用期 / 092

绽放光芒——这样的新人最受宠 / 099

#### **PART5 站稳脚步——蚁族自我展示的策略**

放低姿态——在工作中要循序渐进 / 109

守愚藏锋——让别人觉得比你高明 / 111

摆正心态——你不是被埋没的千里马 / 114

服从第一——执行力才是硬道理 / 116

立刻行动——做事不要拖沓延误 / 119

穿衣戴帽——与上司的着装风格一致 / 122

主动出击——在领导面前展示你的风采 / 124

精神焕发——职场不接受脱水蔬菜 / 126

善于补位——多做一些分外之事 / 129

#### **PART6 恪尽职守——蚁族须知的工作方法**

珍惜时间——每天都只有 24 小时 / 135

勤奋好学——不进步只能被淘汰 / 138

工作专注——执着可以创造奇迹 / 142

时刻备战——机遇眷顾有准备的人 / 144



自我约束——职场不接纳任性的小孩 / 146

治疗健忘——在工作中使用备忘录 / 149

## **PART7 碧血丹心——蚁族必备的工作心态**

激情——点燃创造力的火焰 / 153

认真——打造通往成功的阶梯 / 156

坚韧——向前方再挺进一步 / 160

乐观——植入暗夜的阳光 / 162

自信——你不需要给自己设限 / 165

宽容——蚂蚁心中的海洋 / 168

勇敢——向工作中的难题发起冲击 / 170

自强——战胜逆境，你就是强者 / 172

## **PART8 明争暗斗——蚁族须知的办公室哲学**

入门——开发你的情商 / 177

败笔——不成功的几种性格 / 181

策略——办公室生存有道 / 186

升级——抓住身边的贵人 / 191

界限——办公室里哪些事情说不得 / 195

实战——同事和你争功怎么办 / 197

## **PART9 步步高升——蚁族的职场三级跳**

初步认识——分析跳槽的缘由 / 203

细节须知——跳槽的注意事项 / 206

跳槽的禁忌——小心行得万年船 / 211

准备工作——离职前你需要这么做 / 214

辞职技巧——这样辞职最合理 / 217

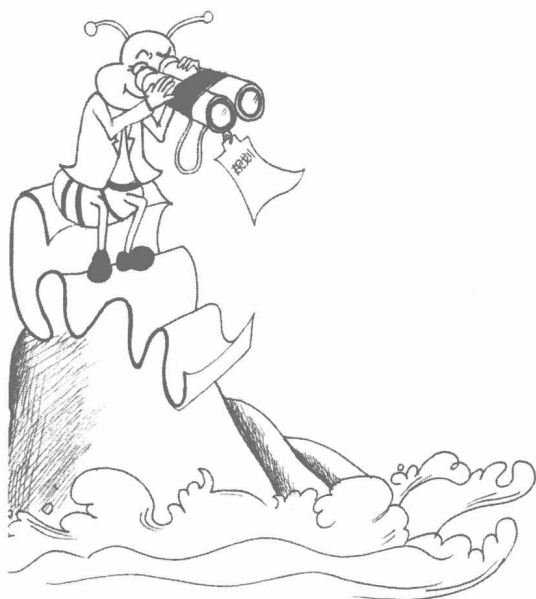
合理推销——让简历打动新雇主的心 / 221

# PART 1



未雨綢繆

——蚁族的职业人生规划



未雨綢繆——蚁族的职业人生规划

是不是一万个“零”永远也抵不过一个“一”呢？我想答案是肯定的。但是我们需要补充的一点是在这个“一”着手实现之前，它需要一个“零”做铺垫。也就是说虽然光想不做只能自己站在秃山头看着别人在树荫下乘凉，但是如果你在做事之前不仔细规划一下，没准就会把树种到高压线下面，直到你觉得自己可以享受树荫的清凉的时候，才会发现，这棵树已经“触电身亡”了。

蚁族投身职场之前的人生职业规划就是一个必不可少“零”，你需要知道自己在哪儿、出路在哪儿、你可以往哪个方向走，只有这样你才不会迷路，才不会绕弯子。都说年轻人多走一些弯路可以知道什么是生活，然后就成熟了。但是作为蚁族的成员来说，我们早在想到“毕业”这个词的时候就已经成熟了，因为那时候我们就已经亲身体会到了什么是生活，她把有钱、有势的孩子都接进了高楼大厦里面供养，然后向我们敞开一扇名叫“基层”的大门让我们自己打拼。对于眼下而言，我们既然知道了什么是生活，就要知道怎样才能在这样的生活中混一口饭吃，要知道怎样才能让自己吃饱，怎样才能挤进“高楼大厦”中和生活的亲生儿女们抢饭吃。这件事不可小觑，因为抢饭吃是需要谋略的。

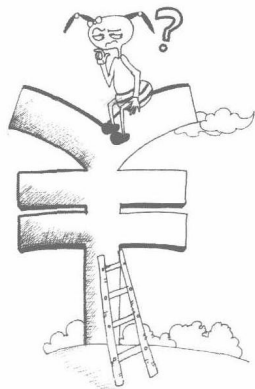
## 攻敌先知己



### ——蚂蚁进攻前的资本清查



在进行职业生涯规划之前，你首先要知道自己有几斤几两，想要在社会上占有多大的发展空间，然后你才能看清楚自己的现状与理想之间的差距，当你明白了这种差距之后才能更加有条理地减小这种差距。当然，如果你要想真正了解自己有几斤几两，不能光靠扪心自问，还需要听一听“旁观者”的声音，你要知道自己在别人眼里是怎样的一副模样。总之，你需要认识一个有亮点、有暗调的三维立体的自己。



了解自己的优劣势



## 一、了解自己的优势

即使我们只是社会中的小白丁，也仍然具有自己的优势。这种优势可能来源于我们在学习比别人稍微多一点点的努力，也可能来源于在生活中我们比别人稍微少一点点的娇生惯养，总之，我们并不是一无所有。

### ☆ 专业能力

你需要在纸上列出自己在学校里学到了什么，你掌握了哪些专业技能，对于这些专业技能你掌握了几分。如果你的专业技能掌握得不到位，这些本应该属于你的优点的东西就可能成为你最大的败笔，因为蚁族要想在社会中打赢第一场仗，首先就要有过硬的专业技能。其实有些时候我们并不是不知道自己学到的技能有“豆腐渣工程”之嫌，只是由于自己的惰根性使然，才很阿 Q 地告诉自己“众生平等”。然而事实上，在机遇面前并不是人人平等，如果你没有过硬的本事去争取机会，它就可能被生活赐给她的亲生儿女。所以如果你这项内容不合格，最好趁着自己还有时间好好恶补一下。

### ☆ 社会实践

在这里你需要了解自己在在校期间担任了哪些学生职务，你在学校组织的社会实践活动中取得了哪些成绩，你有哪些社会经验。这些条件对于初入职场的蚁族来说，就是你与别人竞争的资本。其实在求职的过程中，每一个企业都希望能够聘用到工作经验丰富的人，但是蚁族最缺乏的就是工作经

验，所以你就需要丰富自己的社会实践经验，至少要让自己在同龄人里面显得更加出类拔萃一些。

### ☆你的成果

所谓的成果就是在你做过的事情中，有哪些是可以称之为成功的，你是怎样做到的。经过分析之后，你就会发现自己的过人之处了，可能是较强的组织能力，也可能是圆滑的处事方式，或者是超群的智慧。总之，你要抓住这个着力点向更深层次挖掘自己的闪光点。这些闪光点就会成为你职业规划的支撑点。

## 二、了解自己的弱势

很多成功的人士都会总结自己成功的经验，再把这些经验复制到自己今后的工作当中，然后他们就会像滚雪球那样越来越成功。这些成功人士之所以不用总结失败的教训是因为他们可以保证自己不会在同一条河沟里面跌倒两次，但是我们只是小蚂蚁，我们没有办法保证自己不会犯相同的错误，所以我们就需要认识到自己的缺点。

### ☆性格上的缺点

每个人的性格都会有缺陷，这些缺陷会为你今后的成功埋下安全隐患。蚁族的成员中有一部分人的性格会有一些自卑，因为自己没有显赫的家世或者没有出众的外表；也有一部分人会有一些激进，看见一部分同龄人可以凭借某种力量平步青云便觉得忿忿不平；还有一部分人比较悲观，总觉得成功的希望比较渺茫，等等。无论你有哪种性格缺陷，都要



对自己进行一番客观的评价之后慢慢改正，否则，你的缺点就会成为你致命的漏洞，会在某个关键时刻放“黑客”进来黑掉你的成果。



### ☆ 经验上的欠缺

经验欠缺并不是你的致命缺陷，年轻人总会有经验不足之处，但是最可怕的就是你不懂装懂，意识不到自己的不足。这个时候你需要找一些“顾问”，了解一下别人眼中的你，把自己的不足之处补足。

## 三、自我分析

社会已经按照不同的版块划分好了，如果你想知道自己应该去哪一个版块发展，就需要知道自己正在社会中扮演什么样的角色，明确自己有哪些责任在身，这样你就会更加明确自己的奋斗方向了。同时，在这个奋斗的过程中，你需要知道自己已经站到了什么样的位置，你所在的位置与你的理想目标之间的差距有多大，这样你才能规划自己的奋斗步伐。

### ☆角色定位

每个人都有属于自己的角色定位，这种定位并不是单一的，而是多方面的、立体的。所以你需要列出自己所有的重要角色，如儿子、兄长、准丈夫，等等。然后你再分析在这些角色定位中哪些角色是暂时的、哪些角色是永久的，哪些角色是需要改正的，哪些角色是必须保留的。每一种角色都会对应一种责任，如果你能明确“你是谁”，你也就更加清楚自己的职责了。

### ☆所处位置

首先，你先回放一下自己人生的幻灯片，看看自己已经经历了哪几个人生阶段。然后再思考一下自己以后的人生还需要哪几个阶段，这样你就能发现自己在人生这条路上已经走出了多远，还有哪些路没有走，在今后的路中你将完成什么样的事业、将要有哪些成就，然后你才能有根有据地规划自己应该怎样走。



### ☆兴趣爱好

无论你选择什么职业，兴趣都是工作的原动力。如果你





对自己的工作感兴趣，就会取得事半功倍的效果。所以职场准新人在做人生职业规划之前可以根据自己的兴趣爱好选择求职方向，不过前提是你的兴趣爱好要有一定的社会价值，可以和社会需要结合在一起。

当我们在教育的平台中共同上升之后，每个人都是知识普及的“合格品”。然而要想突破“产品规格”的限制，就要从自己的兴趣着手。兴趣这种动力是不会衰竭的。如果你能将兴趣和职业方向有机地结合起来，就会产生  $1+1 > 2$  的效果。如果你选择了自己不喜欢的工作，那么你的能力就不能得到充分的发挥。这时，厌烦和焦躁的心理就会将原本坚定的信念一点点磨平。

#### ☆ 性格特征

根据性格选择职业，可以让自己更加轻松地驾驭工作。你要学会发现自己身上的闪光点，然后再找到它在社会中的“契合点”。这个“契合点”就是最适合你的工作。例如，理性的人逻辑思维比较强，适合做管理性和研究性的工作；感性的人内心情感比较丰富，更适合做艺术类的工作。性格内向的人，有耐心、谨慎；而外向性格的人爱好交际，善于活跃气氛。

一个机器的运转会需要很多齿轮，但是提高机器运转速度的关键不是齿轮的大小，而是齿轮之间的契合度。伊藤友八郎曾指出，适职 = 能力 × 性格，而且性格比能力更重要。如果你的性格与工作不合，再好的能力也无法发挥。世界上没有最好的工作，却有最合适的工作。