

年轻人
成长自助
书系

超实用的有效经验 / 课堂外的成长真知

年轻人要多懂点 工作情商

榎藤子 / 著

提高工作EQ，让你在职场竞争中游刃有余的实用宝典



情商是影响工作业绩的主要因素，职位越高，情商越重要



年轻人要多懂点 工作情商

榎藤子 / 著

天地出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

年轻人要多懂点工作情商 / 榭藤子著. —成都:

天地出版社, 2016.2

ISBN 978-7-5455-1589-3

I. ①年… II. ①榭… III. ①工作方法—青年读物

IV. ①B026-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第215233号

年轻人要多懂点工作情商

著 者 榭藤子

责任编辑 郭 森 孟令爽

封面图片 壹 图

封面设计 思想工社

电脑制作 思想工社

责任印制 李 昆

出版发行 天地出版社

(成都市槐树街2号 邮政编码: 610014)

网 址 <http://www.tiandiph.com>

<http://www.天地出版社.com>

电子邮箱 tiandicbs@vip.163.com

经 销 新华文轩出版传媒股份有限公司

印 刷 三河市华业印务有限公司

版 次 2016年2月第1版

印 次 2016年2月第1次印刷

成品尺寸 165mm×235mm 1/16

印 张 16

字 数 230千

定 价 32.00元

书 号 ISBN 978-7-5455-1589-3

版权所有◆违者必究

咨询电话: (028) 87734639 (总编室)

购书热线: (010) 67692522 (市场部)

本版图书凡印刷、装订错误,可及时向我社发行部调换

工作要好，情商很重要

每天我们起早贪黑，朝九晚五，甚至还要加班加点地工作，为了什么？《杜拉拉升职记》中，杜拉拉的一句话，可以说触及到了每一个人的心坎。

DB要举行一年一度的销售代表晋升高级销售代表和小区经理晋升高级小区经理的评估，杜拉拉所在的HR部门也是评估中心的组成部分。

为了评估的需要，杜拉拉决定让HR的人员进行一次必要的培训，可是下属周亮却不赞成拉拉的想法。于是，杜拉拉一针见血地指出：“培训是为了评估作准备，而评估关系到销售团队每一名员工的晋升和加薪，而晋升和加薪恰恰是员工最重视、最关心的事情。”

对年轻人来说，每天辛苦工作，都希望能步步高升，希望自己所做的工作能够得到认可。在现实生活中，多懂点工作情商，就可以让我们更容易获得晋升、加薪的机会。

在竞争日趋激烈的社会，一个人要想在职场上步步高升并非易事。打量一下周围的亲朋好友，似乎很多人对自己的现状并不满意，那么究竟是什么阻碍了我们的晋升，又是谁动了你我的“工资奶酪”呢？

其实，要想让自己获得更高的工资，更满意的职位，就要掌握一定的方法和技巧，这样才可以很快地帮助我们达到自己想要的目标。

《年轻人要多懂点工作情商》一书全面地讲述了职场晋升所需要的懂得的工作情商：从规划到发展，从心态到能力，从规则到需求……如果你按照适合自己的方法努力工作，便会练就一身别人无法复制的职场优势。

这是一个竞争异常激烈的时代，虽然一个人左右不了时代，但可以左右自己。用在职场也是如此，虽然你无法决定年龄、性别、出身，但你可以左右经验、心态、形象，努力让自己变得更好，左右自己所能左右的一切，全方位提高工作情商，最大限度地扫清发展障碍，掌管好职场命运之舵。

工作职位升高了，
技术能力和认知能力的重要性就会递减，
而情商的重要性则会递增。
优秀员工的工作业绩中，
情商要素所占的比重高达三分之二。



第一章

重塑自我，提高工作情商

保持良好的职业形象 _002

丰富你的学识，不断成长 _004

要懂得必要的礼仪 _006

“说”出你的职场好前程 _008

在磨难中发掘向上的力量 _010

第二章

打造金牌团队合作力

秉承团队精神，合作才能共赢 _014

学会与职场规则合作 _017

合作需要耐受力 _020

走向和谐竞争 _023

第三章

提升个人品牌影响力

把自己当作一个品牌来经营 _028

学会适时展现自己的优势 _031

在变化中调控个人品牌 _034

做大自己的人生格局 _036

建立自己独特的品牌个性 _039

有效的沟通才有利于事情的发展 _042

拒绝暴力式的沟通 _044

冲动一次，后悔一生 _046

学会做一个倾听者 _048

用别人的思维说自己的话 _050

积极地与领导沟通工作 _052

掌握电话沟通细节 _055

以勇于担当的精神去工作 _060

责任越大，晋升机会越大 _064

敢想，更要敢做 _067

拥有责任心，做透每件事 _069

以“做成事”为最终目的 _072

态度要端正，工作精益求精 _075

把问题变为晋升路上的考题 _078

主动做好公司需要的事 _080

要“眼低手高”，先把小事做好 _086

站在全局的高度，做好分内的小事 _090

注意细节，但不纠结于细节 _093

努力演好自己的小角色 _097

专注做事，百事可为 _101

在正确的目标引领下做事 _104

行动起来，脚踏实地去做事 _107

第七章

高效做事，强化执行力

根据轻重缓急程度去做事 _112

把每天要完成的任务写下来 _114

主动调整自己的“生物钟” _116

保持办公桌的整齐和整洁 _120

避免冗繁，简单就是力量 _123

双管齐下，统筹安排 _126

高效落实，避免拖延 _129

第八章

忙到点上，找准行进线路图

提前作好长期职业规划 _134

集中精力做重要的事 _137

定期检查人生的前进方向 _140

学会舍弃，享受自由 _142

第九章

尽心敬业，命运自会有转折

敬业的态度，是成功的基础 _146

做好工作时间里的每一分钟 _150

不要只为了薪水而工作 _153

遇到问题时多想一步 _156

做到当日事当日清 _160

第十章

熟悉规则，提升竞争软实力

建立与上司的一致性 _164

严守公司的秘密 _166

让老板看到你在卖力工作 _168

以平和的态度争取应得的权益 _171

不要越俎代庖 _173

第十一章

建立声誉，增强做事凝聚力

打好群众基础 _176

保持谦虚的工作态度 _178

聪明中入，糊涂中出 _180

重视身边的每一个同事 _182

第十二章

提高素养，工作也要拼人品

德行比才能更重要 _186

态度改变，一切都会改变 _189

忠诚，一种帮你晋升的力量 _193

去除私心，赢得信任 _196

不可贪小利，前程最重要 _199
积极奉献，受益的也有自己 _201
诚信，一种无形的力量 _204

第十三章

自我革命，发展需靠内需力

跨越职业停滞期 _208
莫以抱怨的状态工作 _211
培养几分约束自我的能力 _213
上班时间，做到“公私分明” _215
以最佳的精神状态出现在办公室 _217
抓住一切可以晋升的机会 _220

第十四章

锐意进取，突破自身工作力

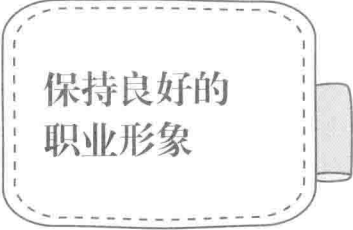
做工作要脚踏实地 _224
边干，边想，边总结 _227
没有最好，只有更好 _229
补齐能力上的“短板” _232
让自己变得不可替代 _235
保持适度的职业危机感 _238
积极进取，保有一些冒险精神 _240

第一章



重塑自我， 提高工作情商

每个人都想提高工作情商，但是很多人都未能如愿。年龄、性别、学历、工作经验、外貌、知识、性格等，这些都是影响工作情商高低的因素。虽然世间没有完美，但你可以努力让自己变得更好。



保持良好的 职业形象

高工作情商几乎是每个年轻人都追求的梦想。但是，职场好运不会落在每一个人身上，只有那些做好了充分准备的人才能获得更多的晋升机会。而这其中，职业形象就是很关键的一环。

玛丽是摩根银行的一名业务员，她每天都打扮得很时髦，出入写字楼或工作时常常能吸引众多人的目光，为此，她自己甚是得意。

可是5年过去了，当初和她一起进公司的安妮都升任主管了，她却依然停留在刚进公司时的岗位上。当然，玛丽对自己的工作能力是很有信心的，但是她不明白自己为什么得不到提拔。

终于有一天，她鼓足勇气请一位前辈吃饭，席间，她说出了自己的困惑。这位前辈听完后意味深长地说：“你是不是很满意自己的穿着打扮啊？”

“是啊。”

“但是你时髦又性感的日常妆容与我们的职业无关。你的打扮太夺目，让同事不能安心工作，而且上司不相信这样的你能够胜任更高层的工作……”

玛丽终于意识到自己的问题所在，从此以后，她穿着打扮大方得体，俨然一位高级白领。一年后，玛丽被提拔为部门主管。

职业形象，是关系一个人事业发展的重要组成部分，对于我们的日常工作也是非常重要的。在日常工作中，同等能力的情况下，那些被领导看好的、能够得到晋升的人，大多是注重自己的职业形象的人。

有一位世界著名企业的老板要下一批订单，竞争订单的两家公司，实力、产品价格、质量、售后服务都不相上下，但他很快就作出了选择。有人问他为什么作出这种选择，这位老板回答说：“是因为司机的工作服。”

原来，这两个公司都派了司机接送这位老板，其中一位司机的工作服显然已经很久没洗了，连领口都发黑了，而另一位司机的工作服却干净整洁。这位老板说：“如果连一个司机都知道时时保持整洁，那么这个公司的效率一定非常高，管理也一定非常好！”

后来这话传到了那家公司领导的耳朵里，那个注意自己形象的司机被破格升为人事部经理。

在任何时间、任何场合，员工的形象都代表了这个企业的形象。一般人也许不会注意到这一点，但优秀的人会非常注重自己的职业形象，因为他们知道，这不仅可以展现出一个人的精神风貌，更会影响到自己职业的发展。

良好的职业形象是走向成功的第一步，年轻人必须了解这一点。

EQ
早知道

形象是外在和内在的结合，它不仅反应在别人的视线中，同时也是对自己的一种激励和鞭策。形象彰显的是一种生活态度，积极的向上的姿态总能吸引别人，所以每一个年轻人都应该注重个人形象，别让它成为职场前进路上的绊脚石。

丰富你的学识，
不断成长

极具智慧的犹太人对知识特别重视，他们认为，无知的人不可以做商人。他们在做生意时，也愿意同学识渊博的人达成交易。

一个做钻石买卖的犹太人同时面临几个国外的合作方，因为对合作方不是太熟悉，无法从具体方面去考量，所以犹太人就问了这样一个问题：

“你们谁能告诉我大西洋底部有多少种鱼类？”

合作方都感到很奇怪：“他为什么要问这样的问题，这和做钻石生意没有什么必然的联系嘛。”正当大家在议论纷纷的时候，一位日本商人回答了犹太人的问题。最终，这个犹太人选择了与日本商人合作。

原来，在犹太人看来，如果对方连大西洋有哪些鱼类都了如指掌，那么可见他的知识是多么的渊博，而他肯定也熟悉钻石这个行业，和这样的人合作肯定可以赢利。

知识就是力量，是成功的力量，是晋升的力量。尤其在这个知识与科技发展日新月异的时代，作为一名职场人士，你必须不断地丰富自己的学识，不断地学习成长，才能使自己在事业上站稳，然后步步高升。

大学毕业生小张和小杜同时被聘到某物流公司。小张按部就班，认认

真真地完成经理交代的每项工作，没出过什么差错，他自己也比较满意。但小杜并不满足，在工作中，他不断地学习运输行业的有关知识，充分提高了自己解决问题的能力。在对客户的分析中，他发现华北地区的货物运输常有滞期现象，经分析发现，多是由于修路原因造成的。于是，他通过电脑交通网络，对北京周边地区各交通干线的路况进行了一系列的调查摸底，并于每天列出一份动态的路况交通图送给经理参阅。就是这份动态的路况图，对公司的货物运输起到了重要的疏导作用，不但缩短了有效运输时间，而且减少了因堵车、绕行产生的运输费用。小杜因此受到了公司领导的重视和奖励。半年之后，公司提拔了善于不断学习、能力不断提高的小杜。

近些年来，知识总量在以爆炸式的速度急剧增长，知识就像产品一样频繁地更新换代。而人们眼前所知是有限的，单凭从学校里学来的东西，很快就会落后于社会的发展。

“流水不腐，户枢不蠹。”人的智力增长也处于这种状态。荀子在《劝学》中写道：“学不可以已。”意思是说，学习是一件永远也不能停止的事情。现在的社会是人外有人、山外有山的社会，你比我强，他比你强，可谓“强中自有强中手”。只有不断地学习，才能获取新知识，跟上时代步伐，不被社会淘汰。然而，在生活中，有些人不懂得充实自己，不懂得与时俱进，所以他们一辈子都处在平庸的职位上，浑浑噩噩地过活。

知识能改变人一生的命运，拥有丰富的知识做后盾，才可以更好地获得事业上的提升。

EQ
早知道

知识就是力量，是成功的力量，是晋升的力量。尤其在这个知识与科技发展日新月异的时代，一个人必须不断地学习成长，增强实力，才不会被淘汰。

要懂得 必要的礼仪

小张是一家贸易公司的职员。有一次，他在忙得不可开交时，接到一个客户的电话。小张在听了对方一番长长的问题后，只作了简单的回答就挂了电话。客户还没来得及说再见，便听到小张这边“咔嚓”一声挂了电话，客户一下子就愣住了，心中十分不快。

后来这个客户与小张的上司一起聊天时，说到了这件事，小张的上司觉得小张的行为有损公司形象，于是回去就把小张狠狠批评了一顿。从此以后，小张的升职梦变得遥遥无期。

因为无意间的言行影响了自己前途，多么可惜。年轻不代表可以为所欲为，必要的礼仪还是要懂得的，这里我们就几个常见但容易被大家忽视的礼节性问题作些阐释：

1. 握手礼仪

握手是一种使用率最高的社交礼仪，年轻人不可不知。不同的国家有不同的风俗习惯，俄罗斯人对于握手的礼仪非常讲究，在遇到上级或长辈时，不能先伸手。握手时要脱手套，站直，保持一步左右的距离，不能用力摇对方的手。一般与不熟悉的人握手，只能轻轻地握，用力握手表示亲近的关系。遇到女性朋友时，也要等对方先伸手。一般不与初次见面的女性朋友握手，而是鞠躬。