

—— 一本最给力的女性职场心计指南 ——

职场 宫心计

善用心计，方能笑赢职场

陈晓艳◎著



一部白领丽人们必备的升迁宝典
全面掌握适用于你的职场攻心术！

—— 一本最给力的女性职场心计指南 ——

职场 宫心计

善用心计，方能笑赢职场

陈晓艳◎著



华中师范大学出版社

新出图证(鄂)字 10 号

图书在版编目(CIP)数据

职场宫心计 / 陈晓艳著. — 武汉: 华中师范大学出版社, 2011.12

ISBN 978-7-5622-5257-3

I. ①职… II. ①陈… III. ①职业 — 应用心理学 — 通俗读物 IV. ①C913.2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 226340 号

职场宫心计

陈晓艳 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.ccupress.com>

电子信箱: hscbs@public.wh.hb.cn

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京画中画印刷有限公司

字 数: 200 千字

开 本: 710mm × 1000mm 1/16

印 张: 16

版 次: 2012 年 1 月第 1 版

印 次: 2012 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 29.80 元

欢迎上网查询、购书

敬告读者: 欢迎举报盗版, 请打举报电话 027-67861321



前言

Preface

现代都市生活里，出现了这样一群女人，她们是社会的新宠，她们被人尊称为职场上的“白骨精”。白领，骨干，精英——谓白骨精也！在如今的高压生活中，不知是哪位高人首创出“白骨精”的概念，聚焦职场生活中的这群尖峰女性群体，忙碌于事业的同时，面对人生的岔路选择，她们更为向往心灵的归宿，以及取得众人瞩目的非凡成就……

职场如战场，成功对于任何人来说都不是件容易的事情，女人闯荡社会，要有非凡的智慧以及“雕虫小技”，才能让自己更加顺利。读懂人心的奸诈、掌握与人沟通的“机关”、练就立身处世的“独家绝技”，这样的职场女性才会玩转职场，这样的女人在人际交往中才会左右逢源。拥有未雨绸缪的社交智慧，能够与各种人友好相处，不为自己树敌，善于处世的女人往往人见人爱，受人欢迎，成为最受好运青睐的人。

女人有了心计与手腕，就能出人头地，造就幸福人生；女人有了心计与手腕，就能横行职场，看透人心；女人有了心计与手腕，就能舌绽莲花，赢得人气；女人有了心计与手腕，就能灵活公关，

与人为善；女人有了心计与手腕，就能借助贵人，直上青云；女人有了心计与手腕，就能恩威并重，御人服众；女人有了心计与手腕，就能翻云覆雨，掌控全局；女人有了心计与手腕，就能温柔贤淑，以德感人。

有心计的女人懂得为自己编织一张广泛的人际网。她们明白好的人际关系才是个人成功的保障。她们会千方百计地不断更新自我，不断与比自己更加优秀的人交往。当然，她们更深知“授人玫瑰，手留余香”的道理，因此，她们总能在交际场中如飞鸟在天、如鱼游弋于水。

有心计的女人明白理财的重要性。她们能够克制自己不加入“购物狂”，不成为“月光族”。她们会把存款作为一种习惯，会把记账作为一种乐趣，会把省钱作为一种策略，会把开源作为一种妙招。所以，“最佳财女”的称号也往往被她们摘得。

有心计的女人，懂得用心来经营事业，不会莫名其妙地放弃，而是选择做一个聪明的职场“白骨精”。有心计的女人明白为人处世的哲学。她们知道哪些事情该做，怎样去做。所以她们总能处事不惊，游刃有余。

《职场宫心计》从女性的视角出发，以轻松睿智的笔触进行层层分析，是一本全面、实用、精致的女性社交能力提升读本，可以帮助女人修炼为人的心计、社交的心理和做事的智慧，助其成就灿烂的事业。

这本书为女人揭开了职场地表深处的潜规则，以上、中、下三篇的形式配以多角度多层次的贴近生活的案例进行阐述，为女性解读读心、沟通和处世的方法与诀窍。本书没有枯燥乏味的理论，也没有陈词滥调的说教，有的只是生活中一个个生动真实的小故事，通过一个个平凡的小故事来启迪一个女人应该如何从菜鸟逐步走向

职场的最高峰。

本书不仅从理论上，更多地从实战角度，引入大量故事性很强的案例，帮助读者解决职场各个阶段遇到的种种问题，提供了许多具有普遍意义的方法和技巧，堪称一本职场女性人手必备的“职场晋级实用指南”！



目录

Contents

菜鸟篇 以最优雅的姿态迈入职场

- 品貌计：做好面子工程，让人“一见倾心” / 003
- 卖乖计：时刻铭记工作第一 / 007
- 贴金计：把握机会，秀出独特的你 / 011
- 沾光计：找个靠山，大树底下好乘凉 / 015
- 施恩计：让同事“爱”上你的招术 / 021
- 强人计：最好的工作就是你正在干的工作 / 028
- 自知计：没有坏上司，只有坏心态 / 034
- 乐天计：在加班的鸟笼里快乐歌唱 / 038
- 遮羞计：别让自己的无知绊住了老板的脚步 / 043
- 弱肉强食计：不做食物链上的最后一环 / 050
- 隔岸观火计：办公室里的闲言碎语 / 056
- 远交近攻计：如何在众多“老大”中如鱼得水 / 062
- 美人计：“宫心”为上，巧妙摆脱那双色眯眯的眼睛 / 068
- 声东击西计：远离是非，独善其身 / 072

独树一帜计：敢于发出自己的声音，别做职场“沉默的羔羊” / 078

以逸待劳计：枪打“出头鸟”，做好分内的事 / 085

奋斗篇 潜伏在办公室的杜拉拉

洞察计：做老板的 CEO / 093

擒贼擒王计：找借口不如找突破口 / 100

欲擒故纵计：要加薪？拿功劳来 / 107

变幻莫测计：就事论事，做理智的职场人 / 113

隐喻自嘲计：隐忍哲学，容纳误解的策略 / 119

拔刀亮剑计：做个厉害的“粉”角色 / 125

顺手牵羊计：家庭与事业，我都不放弃 / 130

恭维计：不拍马屁你怎么赢 / 136

圆场计：弯下腰给上司一个台阶 / 142

抛砖引玉计：杜绝职场中的被动式 / 148

达人篇 跟最成功的女人学用计

抗压计：金圣珠 / 155

弄拙成巧计：玫琳凯·艾施 / 162

自强计：筱原良子 / 168

险中求胜计：当娜泰拉 / 175

勇敢抉择计：卡莉·菲奥莉娜 / 181

反讽计：吴仪 / 187

接球计：卡罗尔·巴茨 / 191

经营圈子计：靳羽西 / 197
奇思妙想计：崔拉·夏普 / 204
海纳百川计：英德拉·努伊 / 210
亲民温和计：米切尔·巴切莱特 / 216
恐吓计：奥莉娅娜·法拉奇 / 222
欲拒还迎计：康多莉扎·赖斯 / 229
百战不殆计：J·K·罗琳 / 235
大张旗鼓计：索尼娅·甘地 / 241

CAINIAOPIAN

菜鸟篇

以最优雅的姿态迈入职场

YI ZUI YOUYA DE ZITAI

MAIRU ZHICHANG



zhichang gongxinji



品貌计：做好面子工程，让人“一见倾心”

在心理学中，有一个定律就是首因效应，也叫“第一印象”效应。第一印象，是在短时间内以片面的资料为依据形成的印象。心理学研究发现，与一个人初次会面，45秒钟内就能产生第一印象。这一最先的印象对他人的社会知觉产生较强的影响，并且在对方的头脑中形成并占据着主导地位。

烽火猎聘资深顾问就曾经指出：“保持和复现，在很大程度上依赖于有关的心理活动第一次出现时注意和兴趣的强度。”并且这种先入为主的第一印象是人的普遍的主观性倾向，会直接影响到以后的一系列行为。

那天上午，小王赶到鸿达公司参加最后一轮应聘，主考官正是鸿达公司的谢老总。临到考试时间快要结束时，小王才满头大汗地赶到了考场。谢老总瞟了一眼坐在自己面前的小王，只见他大滴的汗珠子从额头上冒出来，满脸通红，上身一件红格子衬衣，加上满头乱糟糟的头发，给人一种疲疲塌塌的感觉。谢老总仔细地打量了他一阵，疑惑地问道：“你是研究生毕业？”似乎对他的学历表示怀疑。小王很尴尬地点头回答：“是的。”接着，心存疑虑的谢老总

向他提出了几个专业性很强的问题，小王渐渐静下心来，回答得头头是道。最终，谢老总经过再三考虑，总算决定录用小王。

第二天，当小王第一次来上班时，谢老总把小王叫到自己的办公室，对他说：“本来，在我第一眼看到你的时候，我就不打算录用你，你知道为什么吗？”小王摇摇头。谢老总接着说：“当时你的那副尊容实在让人不敢恭维，满头冒汗，头发散乱，衣着不整，特别是你那件红格子衬衫，更是显得不伦不类的，不像个研究生，倒像个自由散漫的社会小青年。你给我的第一印象太坏。要不是你后来在回答问题时很出色，你一定会被淘汰。”

小王听罢，这才红着脸说明原因：“昨天我前来赶考时，在大街上看见有人遇上车祸，我就主动协助司机把伤员抬上出租车，并且和另外一个路人把伤员送去医院。从医院里出来，我发现自己的衣服沾了血迹，于是，我就回家去换衣服。不巧我的衣服还没干，我就把我二弟的一件衬衫穿来了。又因为耽误了时间，我就拼命地赶路，所以，时间虽然赶上了，却是一副狼狈相……”

谢老总这才点点头说：“难得你有助人为乐的好品德。不过，以后与陌生人第一次见面，千万要注意自己留给别人的第一印象啊！”

小王到岗后工作一直很出色，不出半年，就被升为业务主管，深得谢老总的器重。

从以上小王求职的故事中，我们可以看到，“第一印象”相当重要。有时候，“第一印象”可以决定一个人的前程甚至命运。这种先入为主给人带来的第一印象是鲜明的、强烈的、过目难忘的。对方也最容易将你的“首因效应”存进他的大脑档案，留下难以磨灭的印象。虽然我们也知道仅凭一次见面就对对方下结论为时过早，“首因效应”并不完全可靠，甚至还有可能会出现很大的差错。但是，绝大多数的人还是会下意识地跟着“首因效应”的感觉走。所

以说，初入职场的女孩子要想在人际交往中获得别人的好感和认可，就应当给别人留下良好的第一印象。

职场用计

一般来说，“首因效应”主要体现在衣着打扮方面，其次才是言谈举止。有的女孩子生性散漫，懒得花大量时间去考虑自己的衣着打扮，感觉自己穿起来舒服或者好看就行了。随便穿着感觉喜欢的衣服就出门、上街、逛商店、会朋友甚至出席宴会。初入职场，这是大忌！要知道，一个人的服装代表着这个人的形象，别人可以通过这个人的穿戴，推断当事人的文明程度、精神状态等，所以切不可等闲视之。

方小姐就很看重自己的衣着，什么场合穿什么衣服都挺有讲究：出席朋友宴会时，她爱穿庄重的长裙；与男友约会则穿青春活泼的短裙配外套；出门旅游或上街购物爱穿干净整洁看上去精神利落的牛仔服；晴天爱穿粉红色的毛衣，阴天则穿浅绿色的女式西服……她每天都把自己打扮得明快靓丽，无论是上班还是走在大街上，她都是人们眼中一道美丽的风景。她漂亮而不妖冶，引人注目却不张扬，男女同事都喜欢和她交往。

当然，穿戴也不应当过分，要尽量大众化。所谓大众化，就是自己的穿戴不要与他人格格不入，否则，就容易使自己鹤立鸡群显得难堪。

有位丁姓的女大学生，招聘进了某公司。她第一天去上班，有点紧张，为了增添自信，她特意去商场买了一套华贵的职业装，一身光鲜，满以为这样打扮，别人就会把她当做公司里的老员工了。一上午无话。中午在公司餐厅吃午餐时，同事们微笑着问她：“你是新来的吧？穿得这么整齐！”小丁羞红了脸，她用眼睛扫了扫周围

的同事，只见别人的穿戴都很随意，只有她穿得极为隆重，仿佛要去参加什么盛宴似的。她这才感到有些后悔，过分的打扮反而使自己离群了。

因此，我们初次与别人见面时，千万要注重自己的衣着打扮，穿着要整洁，打扮应适度，言谈举止要得体，尽可能给别人留下一个美好的印象。



卖乖计：时刻铭记工作第一

常言道：“做得好不如说得好”，这句话大有颠覆职场规则的趋势。也有很多女性朋友会被这句话所迷惑，是不是女性就不用工作，只要能把上司哄得高高兴兴，把同事骗得相信你就可以了呢？是不是在工作中只需要做好表面功夫就能取得成功呢？答案是否定的。我们想要告诉你的是，女性在职场的首要任务就是努力做好自己的本职工作，而其他的职场技巧都要排在工作之后。

因为工作是你独立的标志，是你能力的展现，也是上司和同事认可你的基本条件。如果缺乏工作能力的支持，你对上司的迎合，对同事的花言巧语，只会给人一种油滑的印象，这些对你的职场生涯都非常不利。

当然，在这里，我们主张将工作排在第一位，并不是让你舍弃运用一些技术和方法，而是让你学会用乖巧的表现来维持好二者之间的平衡，学会乖巧做事，乖巧做人，让上司看到一个为公司服务乖巧的你。

如果在公司里，你总是惦记着如何哄好上司才能升职，如何算计着同事才能少干点工作，自己却从未想过如何才能专心做好本职



007

职场宫心计

工作，那样，又如何能够博取上司的信任呢？所以，我们要学会抓住工作给予你的机会成本，做一个乖巧的职场丽人。这就需要聪明的你充分运用自己的智慧，收获工作中的美丽，进而实现自己的人生价值。

❖ “油滑”的她也会为工作流血

大学毕业后，倩倩非常幸运地挤入这个城市中最大的一家外企，并在人事部任职。工作中，倩倩为人总是笑脸以待，乖巧伶俐，总是能恰到好处地干好自己的事，对上司，对同事都很尊敬。不用人催，有眼色，听话，这是大家对她的一致评价，也因为这个缘故，她在一些资深上司的眼中难免会有些过于精明的嫌疑。

一天晚上下班以后，倩倩像往常一样检查完办公室所有的东西，准备回家。经过会议室门口时，却发现音响设备还在门口放着。倩倩突然想起来，明天一早美国总部过来的人就要来公司指导工作，会议室已经布置两三天了，怎么有人如此粗心将音响放在这儿呢？

会议室的门还半开着，却没有一个人影，时间已经六点半了，看看公司已经没有一个人了，她犹豫了一下。但想想明天公司可能遇到的问题，她还是下决心先将音响放到指定的位置。

一个弱小的女性搬这么重的音响设备是吃力的，而且要移到主席台上，就在搬的过程当中，手一滑，音响的一角重重砸在了她的脚上，鲜血很快就浸湿了她的鞋子。她看了看自己的脚，又看了看空荡荡的会议室，咬着牙自己慢慢从楼上移了下来，走出电梯才遇到大楼的保安，马上将她送到医院治疗。

第二天，会议即将开始时，负责这项工作的领导才突然想起音响的事情，当他心急如焚地跑到会议室，才发现音响已经装好了，只是在地板上有几滴干涸的血迹。

事后，他才从其他人口中得知这一切都是倩倩的功劳，心中暗暗感激，也扭转了对倩倩过于“精明”的印象。