

职场急诊室

刘同 著

——谁没一点病



每年都给身体做体检的你，有想过给自己的职业做个体检吗？

含100份各行业职场疑难杂症，
首份职场全病历，
加薪不再有隐患。

切记 | 千万不要让你的同事看到你有这本书，
否则下一个加薪的人不再会是你。



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

职场急诊室

——谁没一点病

刘同 著



人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (CIP) 数据

职场急诊室：谁没一点病 / 刘同著. — 北京：人民邮电出版社，2012.4
ISBN 978-7-115-27966-8

I. ①职… II. ①刘… 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(2012)第064760号

内 容 提 要

大头症、红眼病、四体不勤、五谷不分、王子病、被害妄想症、口不对心以及严重的拖延症……

本书搜集了近百位初入职场以及已经在职场奋斗过多年却缓慢前进的同学案例。通过对这些案例的分析，只想和大家分享一个道理：职场无医生，谁都有一身职场病，人人也能久病成良医。

如果你能做到时时刻刻用正确的标准去衡量自己，时刻反省自己工作的初衷与结果，你的收获将是惊人的。

职场急诊室——谁没一点病

-
- ◆ 著 刘 同
责任编辑 张慧芳 王建军
策 划 @阳阳得意的笑 @昭阳 @皮皮童鞋 @姚乐阳
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街14号
邮编 100061 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京天宇星印刷厂印刷
 - ◆ 开本：880×1230 1/32
印张：8 2012年4月第1版
字数：177千字 2012年4月北京第1次印刷

ISBN 978-7-115-27966-8

定价：32.00 元

读者服务热线：(010)67119329 印装质量热线：(010)67129223

反盗版热线：(010)67171154

广告经营许可证：京崇工商广字第0021号

前言



每年都会给身体做体检的我们，有想过给自己的职业也做做体检吗？

有些工作方式你认为是你特有的，也许这个“特有的工作方式”在外人看来就是阻碍你升职的障碍。

有些你认为长久以来都必须这么干的那些事，也许“必须这么干”正是你迟迟得不到老板重视的原因。

还有一些与工作无关、却与性格有关的习惯。这些习惯没有人会告诉你“如果你改正，你将成为一个趋于完美的人”。因为你改正了，只对你有好处，对他们任何人都是压迫——职场有时候也不如你想象中那么美好。

入行这些年，我得到过好多人的帮助，我非常感谢他们。但沉下心来你会发现，真正需要感谢的人还有你自己。

同事一个不屑的眼神，你便能读懂对方对自己的不满；

老板一个欲言又止的神情，你便能知道自己考虑得欠妥；



客户一个惯用理由的推脱，你便能捕捉到事情失败的真正原因。

这些都必须是你自己的察觉，而不是外人每天拿个小本子帮你记录，时刻提醒你就能做到的。

试想一下，如果你能做到时时刻刻用正确的标准去衡量自己，时刻反省自己工作的初衷与结果，你的收获将是惊人的。

靠外界的评价，也许你一个月能进步两三个台阶。然而靠自己的自省，却能够每天进步一个台阶。

这本书叫《职场急诊室——谁没一点病》，搜集了近百位初入职场以及已经在职场奋斗过多年却缓慢前进的同学案例。

看的时候，你们千万不要指着病例嘲笑他们：“哈哈，我有个同事就是这样”或者“这个道理我上初一时就懂了。”

我想说，这里面所有的病例，起码我本人都曾或多或少地患过，只是患病时间长短不同而已。

大头症、红眼病、四体不勤、五谷不分、王子病、被害妄想症、口不对心以及严重的拖延症。

通过这些案例的分析，只想和大家分享一个道理：职场无医生，谁都有一身职场病，人人也能久病成良医。此刻，当你拿起这本书读到这段话，就是我们自我诊疗的第一步。

只要出发，便能到达。

写这本书还有一个初衷。

日本有一个很有趣的节目叫做《怪癖大调查》，每个参加节目的嘉宾都要说出自以为不可告人的怪癖，然后节目组经过调研，最后得出拥有此怪癖的百分比人数。结果往往出乎意料，每位嘉宾都以为自己的怪癖独一无二，害怕公开，最后发现，原来和自己一样的人有那么多。这个节目告诉大家一个道理——别以为自己的毛病独一无二，自卑尴尬，其实所有人都一样。

职场也一样。《职来职往》播出之后，大家给了我一个知心大姐的身份，可我又做不到知心大姐那么温暖那么体恤那么循循善诱，而同事说比起知心大姐来我更像是隔壁开餐厅的王阿姨，语速快，说话直，人来人往都是客，兴致好了免个单，兴致不好打个折，不允许客人做过多的停留，每天都赶着翻桌接客……

在这个过程中，很多同学给我写信发邮件问问题，他们有的上大四，有的已经进入公司工作，也不乏大公司微博认证的同学，谢谢你们对我的信任。虽然我的主业不是包办婚姻包找工作包指方向，但是在研读了所有来信之后，我还是很努力地完成了这本书。

我最大的感触就是，写这本书比以前写小说难多了。

目录



- Part 1 我不貌美如花，所以你也不沉鱼落雁 /1
- Part 2 我会唱戏，京剧豫剧韩剧都唱得不错 /5
- Part 3 和平年代，不用你为理想而死 /11
- Part 4 我今年48岁，现在的理想是当一名科学家 /15
- Part 5 我比林志玲头发长，我当然会更红 /21
- Part 6 工作就像TVB，最要紧的是开心 /26
- Part 7 做不了公关那就先做公关 /32
- Part 8 我们招的是空姐，你胡子再帅也不行 /36
- Part 9 获奖经历：再来一瓶；到岗时间：地铁1小时 /40
- Part 10 你花了千年修炼和我相见，居然不梳头就来了！ /45



Part 11 你喜欢流水线，是做流水线的产品还是工人啊 /52

Part 12 我的特长是睡觉特香，绕梁三日十里飘香 /57

Part 13 闹洞房是他们的事，你是和尚别凑热闹 /62

Part 14 我比别人更会刺绣，是因为我刺绣是R&B那个流派的 /67

Part 15 说得多做得多错得多，你真是嫁入豪门深似海 /74

Part 16 全世界不都是你妈，你用不着都孝顺 /78

Part 17 我们公司哪款雪糕最好吃？答：麻酱味的 /82

Part 18 一步错步步错，柳暗花明又一村 /87

Part 19 请别在影帝面前飙演技 /92

Part 20 你才是国宝，请不要给别人喂竹子 /96

Part 21 服务做得再好也只是一个好奴婢，成不了皇后娘娘 /101

Part 22 谈判时不要打电话向话梅超人求救！ /105

Part 23 爱情不是婚姻，婚姻不是幸福，长命百岁也叫老不死 /108

Part 24 报告！我也是个人！ /112

Part 25 我又不是交警，不负责给你的人生放指示牌 /117

- Part 26 皇上！行行好！！那时奴婢还年轻…… /125
- Part 27 皇上，皇太子是我接生的，也是我生的…… /129
- Part 28 师太生日快乐，老衲送你个梳子 /134
- Part 29 前台没有后台也能登上舞台 /138
- Part 30 做人要眼黑心红，别搞反了 /143
- Part 31 虽然你是有主儿的人，但也是有主的人 /148
- Part 32 奥特曼偶尔也会Outman /151
- Part 33 你不是愤怒的小鸟，别和猪较劲 /155
- Part 34 满足感=现实/期望值 /161
- Part 35 不想当销售的编导不是好摄像 /165
- Part 36 小姐您的鱿鱼已炒至七分熟 /169
- Part 37 就算男女平等，他也不能上女厕所 /174
- Part 38 老板，来杯奶昔，加点薪 /179
- Part 39 会生活，才会更好地干活儿 /183
- Part 40 没头脑的往往不高兴 /186



Part 41 不是所有青蛙被吻都会变成王子 /190

Part 42 报告老板，我是诺贝尔和平奖候选人 /194

Part 43 职场上，仇人就是春药，没了他你也活不爽 /199

Part 44 我们是S·H·E，不是凤凰传奇 /204

Part 45 他是大陆男演员，不是大肚腩演员 /209

Part 46 九阳神功要练30年，葵花宝典只需一剪 /214

Part 47 吃茶叶下不了茶叶蛋 /218

花絮——“同”病相“连”的足迹

不要在你上坡的时候欺负人，因为你下坡的时候会遇见他们 /224

不要怕被人利用，因为我们每个人的价值就是被利用的价值 /226

每一段现在的凄苦都能成为一枚未来吹嘘的勋章 /230

标准是人建立的，你就是可以建立标准的人 /233

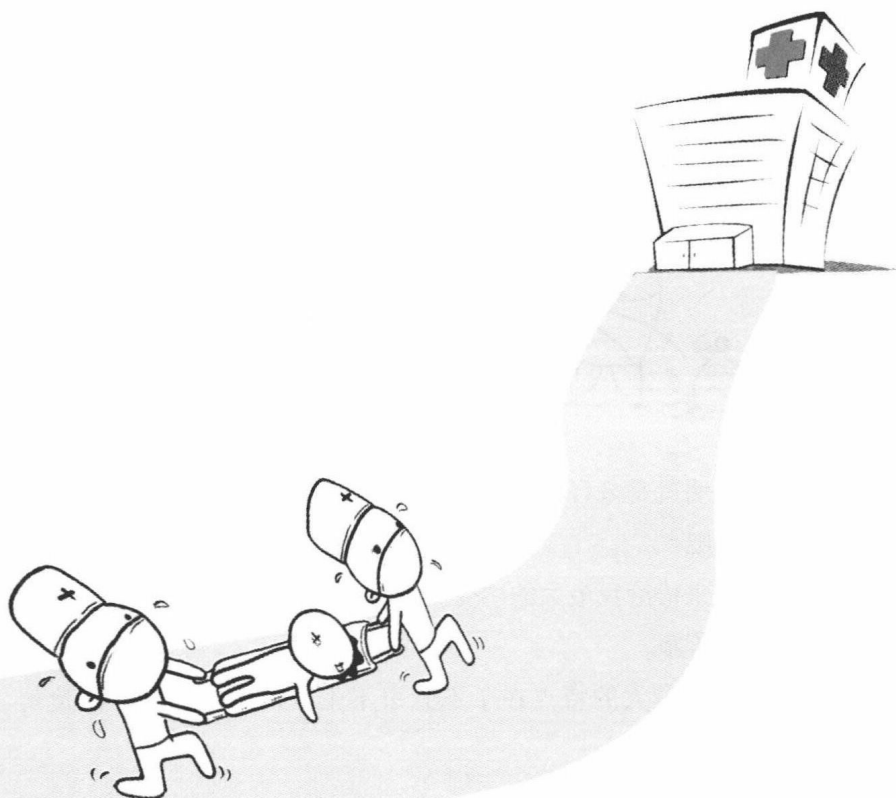
立定跳是没法晋升的，只能迈出一步，再迈一步 /236

演戏前，请先找到围观群众 /240

总在一个地方受伤，那是你自己活该 /243

Part 1

我不貌美如花，
所以你也不沉鱼落雁





首先我想表达，我对你是有好感的，但是你在台上太招摇了，有点像猴子，不庄重啊！好了说我自己的事情吧：我是一名毕业一年的IT产品助理，我觉得现在的工作环境挺让我无语的。我身边的同事都特差劲，我觉得和他们在一起根本无法成长，做的活儿差就算了，也不会做人，平时打个照面连招呼都不打！也好，反正我也不愿意理他们，层次太低了！我觉得我之所以也做得不怎么样，全是被他们影响的。你说，我该不该换一个工作环境？



你明明就是来咨询的，何必上来就给我难堪呢？好了还是说你的事情吧。

你的来信给我最大的感受就是标题：我不貌美如花，所以你不沉鱼落雁。

这种人最大的特点在于不惹事不生非，个性独立，态度鲜

明，知道自己哪儿不足，也很少对同事颐指气使。但他们最大的问题在于，他们习惯用自己见识过的高标准去要求别人，而非要求自己。说得直白一点就是：虽然自己不行，但别人也不咋地。

以前有调查公司对职场进行“最讨厌打交道的职场同事类型”调查，以下几种人令人十万里远就想回避。一种是自己觉得自己哪儿都牛，什么都装大尾巴狼。对付这种人最好的方法就是逮住机会猛打击他两次，他的气焰就不会那么嚣张；还有一种人不仅让您想回避，还想绕行。这种人就是自己很清楚自己不怎么样，但永远也瞧不上别人。别人在他们心目中就是四个字“什么玩意”，还带个儿话音。

第一种人说得太多，不说了。说说第二种人。

第二种人有一个典型的代表，陶晶莹。

据说当初的陶晶莹一张毒嘴特损人，一眼就能看出别人的缺点，然后一针见血不留情面，导致很多人很怕她。后来前辈小燕姐告诉陶晶莹：“既然你一眼就能看出对方的缺点，你肯定也能一眼就看出对方的优点，你不如试试以后少说缺点，多夸优点。”陶子照做了，然后，到了今天。

能看出别人不足的人，心里是有审美观的人。换言之，他们对于工作都是有标准的，他们知道什么是好，什么是不好。这类人大多数都是聪明人，只是他们把过多的精力放在了别人身上，而鲜于告诉自己应该如何改进。

光线有位主持人叫柳岩，出道时很多人与之竞争，拿她做比较。一开始她非常困扰，后来她说：与其我花时间像其他人一样找我的问题，然后攻击我，不如我把时间花在自己身上提高自己，专注做自己这一件事情，也许我心情会好得多。无论一路有



怎样的评价，她一直坚持把注意力放在自己身上。直到越来越多的人认识她，真正了解她。

她是我身边最活生生的例子。我从未见过企图靠攻击别人而上位成功的例子。你靠找把柄、说坏话去攻击别人，结果最好的无非是别人表扬你一句“说得真棒”，然后那个人从他的位置上落下来了，可是顶替他位置的人也不会是你。

在职场上，从来就不缺提出意见的人，缺的是提出建议的人。

指出别人的毛病人人都行，但是如何改进这些错误，才是真正考验技术的活。

你要相信一点，如果连你一个助理都能看出来的错误，你的领导会看不出来吗？如果他能看得出来，只要你稍微暗地下一点工夫，把同事身上的缺点都给改了，然后积极上进，遇见人热情洋溢打招呼，把层次提高，你立刻就会变成黑暗中的萤火虫，浪漫而又刺眼，领导再看不见就是瞎子。

你想想，你在领导身边不停地抱怨：这个差，那个更差。

不如在这个差，那个更差的时候，自己表现得稍微好一点。我想，你应该会成为最受欢迎那一个吧。

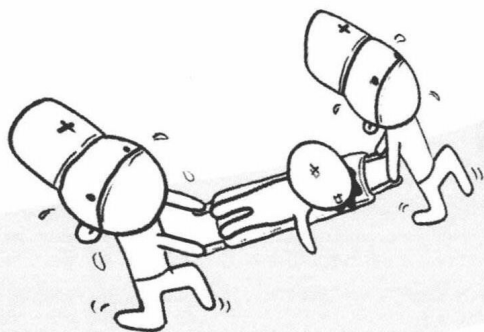


Tips

以前有种人觉得自己特高级，谁都瞧不起，觉得谁都比自己差。这种人已经不流行了。近期职场上的流行病是：知道自己不行，但对别人也不拿眼皮儿撩一下。这种人是真傻，傻得让人没脾气。病可以治，傻就没辙了。别犯傻哦！

Part 2

我会唱戏，
京剧豫剧韩剧都唱得不错





我是学工商企业管理专业的，平时爱好文艺、做事比较细致，在学校也是学生会副主席，作为一个商科生，我曾荣获全国大专辩论会的团体第四名。我觉得自己虽然不是特别优秀，但是和身边的人相比，还是不错的。可是在面试工作的时候，我却……这是一个国际性企业的专场招聘，各个部门分开招聘。我觉得我表达能力不错，就投了销售部；同时觉得自己很细心，所以也投了行政部；因为是学管理专业的，所以我也投了流程管理部……我觉得我做得没错，广撒网嘛。可是初试的时候，发现所有的部门都让我去了，并且都布置了作业，但只有两天准备时间，所以我哪个作业都做得一般，结果哪个部门都没有去叫我复试。我也曾想过专攻一个，可是我哪儿都不差啊，真的特别想多给自己一点机会。同哥我这么做错了吗？



我知道你急于想得到这份工作，所以当我们问你究竟会什么的时候，你突然就美少女战士变身成为了样样巨精通。这样的事情基本上只发生在《老友记》里，一直没什么表演机会的演员杰伊的口头禅就是：管他行不行，全说行。先定了自己演，什么骑马开车赶紧学。关键在于你也不是杰伊，我们也不是《老友记》。

刚入这一行的时候，我也犯过这样的二。出发点很简单，我一直觉得自己单枪匹马不可能杀进传媒这一行业，那时看自己一没有背景，二没有姿色，才华也略显苍白。所以当面试官（有电视台各个节目的制片人，也有广告部的领导，还有行政部的主管）都戴着有色眼镜打量你的时候，你基本上只能从他们对你的表情来判断自己进入各部门的几率有多大了。比如说电视台制作人个个都是才华横溢，性格各异，他们主要的工作不是人际关系而是拿出作品，所以制作人面试基本上你很难从他们脸上读出“如沐春风”四个字。当然，也不乏这样的制作人，只是我没有遇见过。第一次进入电视台的我，凭着自己年幼的社会经验进行误判了。一眼望过去，每个制作人脸上都泛出五味杂陈的味道，有的迷茫有的眉头紧锁有的自顾自地发笑，甚至读不出是嘲笑还是善意的鼓励，唯独广告部的领导特别真诚地打量着你，那种笑容和眼神让你觉得自己是被一个放大镜照着，你再差她都愿意在你身上找出一两个优点来，相比之下，广告部让我觉得好有安全感。所以心里进行的第一个误判是：广告部，如果我争取机会的话，很有可能进得去。

这个地方我必须强调一点了，很多人说我不稳重不淡定根本不像一个年过30岁的成熟精英范儿的睿智白领……你看，对每一个形象，人人都有一个自己的形容，然后自己就钻进那个概念