

工作压力大？负面情绪多？工作方法不得当？.....

这些都是小白领在职场找不到幸福的原因。

本书由EAP人本经营模式国内创始人和图形思维专家合著而成。

首部用故事加漫画的形式，生动演绎EAP心理导师如何激励一位小白领从低谷到脱颖而出的心路历程的小说。

小白领的 职场幸福树

黄剑峰 钟震玲 著



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phel.com.cn>

小白领的 职场幸福树

黄剑峰 钟震玲 著

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京•BEIJING

内 容 简 介

本书以一个工会副主席与EAP培训老师对话讲故事的形式,描写一个“80后”职场女性心灵成长的过程,主人公小米是一个平凡的女孩,专业能力较弱,面临职场压力大,通过员工心理支援的帮助,获得心理上的安慰,解除了不必要的负面压力,开发了自己拥有的图形思维潜能,从职场上的弱女子一跃成为优秀的白领丽人,且以内外兼修的方式使美貌源自于自信,从失意者变成了心想事成的成功女性。

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有,侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

小白领的职场幸福树 / 黄剑峰, 钟震玲著. —北京: 电子工业出版社, 2012.2
ISBN 978-7-121-15503-1

I. ①小… II. ①黄… ②钟… III. ①长篇小说—中国—当代 IV. ①I247.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第266462号

策划编辑: 张慧敏

责任编辑: 徐津平

文字编辑: 王 静

印 刷: 中国电影出版社印刷厂

装 订:

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编: 100036

开 本: 889×1194 1/40 印张: 6 字数: 173千字

印 次: 2012年3月第2次印刷

定 价: 28.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题, 请向购买书店调换。若书店售缺, 请与本社发行部联系, 联系及邮购电话: (010) 88254888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线: (010) 88258888。



引子

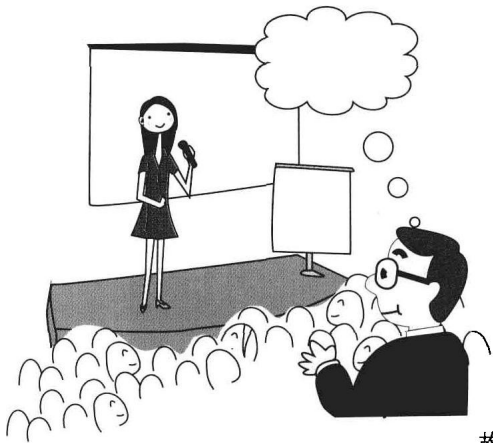
“哗啦啦——”一阵掌声，打断了我的回忆，钟震玲老师精彩的报告结束了。学员们陆陆续续离场，而我，打算找一下钟震玲老师，关于她在报告中讲到的一个故事，勾起了我一段回忆，一直萦绕着一个悬念，我想问问她，她讲的那个女孩，是否就是我以前炒掉的那个员工。

几年前，我在M公司当营运部总监，有一个女下属与钟震玲故事中的小米十分相似，她是一所普通的本科大学毕业，外表平庸、性格内向，工作能力实是不敢恭维，经常出一些小错，也不太懂办公室生存法则，公司换了总经理后，她不够敏锐，还照常漫不经心地做事，结果把新总经理的机票搞错了，这下，新总经理来势汹汹地要拿她来“杀鸡儆猴”，我这个老猴子好说歹说都无济于事，只好把她炒了，随后她杳无音讯。想起她眼泪汪汪地离开公司的情景，



我心里一直有点儿过意不去，不知道她出去后是否找到了好工作？工作是否进步了？是否成家了？这种内疚成为我的一个小小的心病。

后来，我在公司退居二线，当了一个工会副主席的闲差，准备混到退休。不料，社会形势发生变化，F公司发生了员工接连跳楼事件，工会这个摆设突然变得重要起来了，想混到退休都不成，上头要求我们做好员工的心理辅导工作。如今，“80”后、“90”后的年轻人心理承受力普遍不强，安慰、辅导、激励工作确实很重要。因此我们特地请了专业心理辅导的培训老师钟震玲老师，来给我们举办了EAP的讲座，讲座时间不多，我还想知道一些详细的知识，于是请钟老师一起吃晚饭，顺便打探一下那个故事中女孩的情况。



故事里的人是我认识的那个女孩吗？

晚饭安排在我们公司下属的高尔夫会所，环境比较优雅，餐厅设施也比较名贵，从餐厅靠窗的座位能看到高尔夫球场的全景，钟老师的气质与打扮似乎更适合这个场所，她看上去蕙质兰心，温文尔雅，与这样的知性女性共进晚餐是一种不可多得的机会，这样的风景，这样的才女，我怀着珍惜的心态，与钟老师开始了会谈。

服务员将法国红酒倒在硕大的酒杯中，干杯后，我在最合适的时机对钟老师课程来了一个赞美：“钟老师，你讲的课真好！尤其是那个故事，非常生动，学员们印象深刻。”

钟老师听到赞美后，满脸喜悦，看来，这古老的攻心计在任何时候在任何人身上都是有效的，其幸福感远比美酒佳肴来得高，钟老师不仅吃下我放出的“诱饵”，还自动“上钩”了。“一当然，我以前是讲《故事销售》这门课的，讲故事是我的看家本领。”



让我知道那个女孩的情况吧，故事也行



我也正需要钟老师那个故事，于是我看见鱼上了钩，就收线了，我说：“钟老师，你讲的那个故事，里面那个女孩很像我以前炒掉的那个下属，我想问问故事的原型是否是她？”

钟老师顿时收起眉梢上喜悦，露出警惕的样子，对我钓鱼的诡计一下识破了，露出了才女精于心计的本相，她狡黠地笑了笑，说：“你能保守秘密吗？”

我刚想回答说能，看到她脸上有一丝得意坏笑的表情，我也马上也警觉起来，原来钟老师这句话是一个美式连环计，如果我说能，她一定会说：“米兔”（ME TOO 我也会），这样我套不出她的故事了，不行，我不能跳到这个圈子里，干脆说：“不能。”

这是一个逻辑陷阱，我说出口就笑了，钟老师也得意地笑笑说：“你没有保密的义务，我可是有啊，如果把客户的信息透露出去了，就会造成两次伤害，说不定人家还因为透露的秘密真的绝望了。”

这样一说，还真不能说什么，空气有点儿凝重，我沉默了一会儿，拿起来酒杯，还是用最古老的方法打破僵局：“请喝酒，不要浪费了这么好的美味佳肴。”

两人觥筹交错、一阵闲谈，气氛又融洽起来，我一计不成，又生一计，提议说：“钟老师，你的讲故事学销售，真的不错，能否虚构一个故事，这样，我们可以避免保密条约的限制？”

“好啊，那故事一定是纯属虚构，一定要记住。”钟老师有所折中。

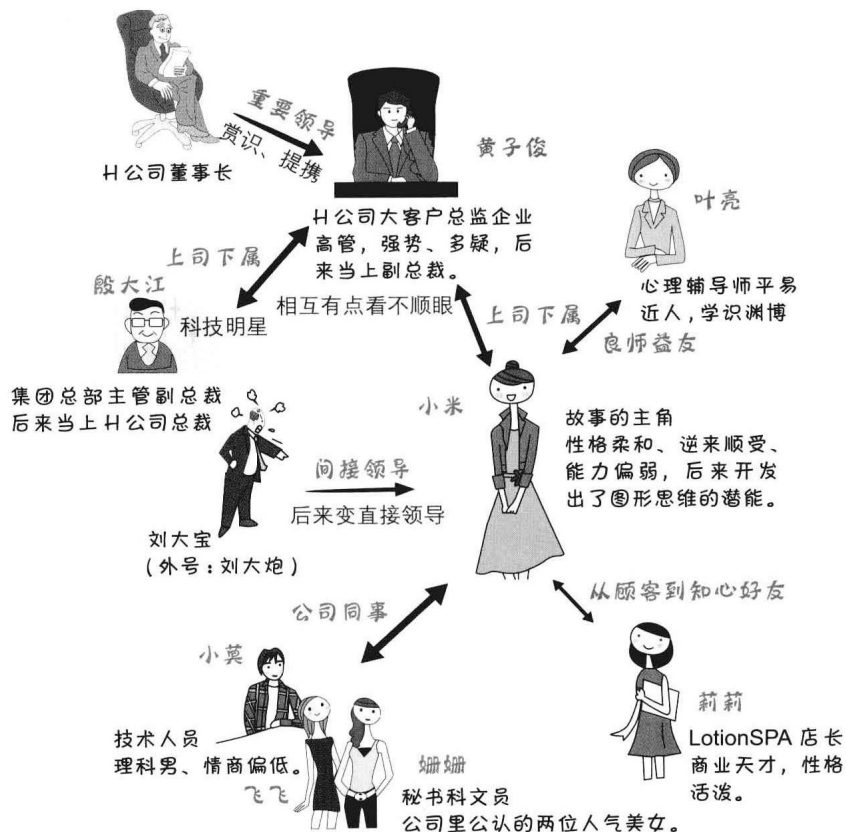


“那当然，一定是虚构，如有雷同，纯属巧合！”我拍拍胸脯。

“好，成交！”两人碰杯。

就这样，钟老师在我们公司开展了为期半个月的调查咨询，这段时间她给我讲了一个虚构的故事，故事的主人公化名为小米，接下来的内容就是钟老师的故事，让我们一起来看看吧。





目录



第一章 突如其来的乌云 / 1



故事主人公小米失恋、失业，找工作困难，绝望时遇到一家化妆品店店员莉莉的心理援助。



第二章 被石头压着的树苗 / 19

心理援助的引导师叶亮帮助小米解压。



第三章 倒数第一的唯一 / 33

小米急中生智，画出了行程图，以创新获得入职考试成功。



第四章 小树初长嫩芽 / 49

小米在新公司清新低调的形象设计成功。





第五章 画一棵小树 / 63

小米在叶亮辅导下，用视觉思维的方式解除学习压力，尽快理解知识。



第六章 枝繁叶茂 / 79

小米图形思维的方法被领导发现，引起公司的流程改革，小米初次获得提拔。



第七章 种子的内心深处 / 101

小米初露锋芒后遭遇公司非议，再次进行解压，叶亮解读早期种子的障碍，使其恢复自然生长。



第八章 独木不成林 / 117

在团队修炼成长的方式中，小米学会了相处的艺术，也学会和谐关系的处理。



第九章 隐形的翅膀 / 133

小米学会了团队合作后，绘画的潜能被团队放大，形成了一个管理创新。



第十章 树欲静而风不止 / 147

小米所在团队的管理创新，引发公司的业务重组，引起官场权力斗争。小米的上司卷入纷争，职场风谲云诡。



第十一章 尽情地成长为自己 / 165

小米的上司得到心理援助，忠实于内心行事，这样官场的压力巨大，小米的团队在共同修炼寻求本真。



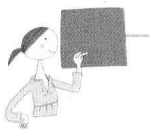
第十二章 风雨助我成长 / 185

职场的风风雨雨被当做浮云，纷争与合作中出现戏剧性的变化，是非成败转头空。



第十三章 以终为始 / 205

小米与大家一起重新认识人际关系，一种新的视角使得人生充满意义。大家开始了一种新事业。



第十四章 一个小白领的故事 / 219

小米在企业学院进行“小白领的职场幸福树”演讲期间再画了一棵树，讲述职场女性的心灵成长模型，祝愿千万个小白领心想事成。



第一章

突如其来的乌云

那是在七八年前的一个故事，这个故事的主人公小米不是一个绝色美女，她长相平庸，平民家庭出身，毕业于一所普通的大学，学的还是中国人都懂的中文专业。小米在沿海S市的一家地产公司找到一个文秘工作。那时没有“民工荒”这类概念，内地的人才还是单向东南飞，僧多粥少，在这个大城里，小米这样的女孩真像一粒尘埃那样微不足道，每天坐在狭窄、背光的格子间里，定时上下班，努力地工作，但还是经常挨经理批评，每月挣一点点钱，但挣的钱却永远赶不上房价、物价的涨幅。



一个平庸的职场女子——小米
每天复印很多文件，接很多电话……



小米虽然平庸，但还有梦想，她还有一起从老家过来的男友，两人在S市一同打拼，男友并不是大款，也是工薪阶层，虽然日子清苦还算有一丝归宿感。即使这样，命运还是没有怜悯她，相处两年的男友与她还没走到婚姻的殿堂，就移情别恋了。

男友离去的那段日子，小米很伤心，很长一段时间都情绪低落，工作没有干劲。



小米失恋后，工作毫无干劲

小米在工作上本来就不出色，她唯一的“优点”就是逆来顺受，领导也不指望她能提出什么有价值的意见、想法、方案。慢慢地，小米也就顺应了现状、在公司做一些琐碎杂事，她知道升职加薪的机会离她越来越远，不过对她这样的小员工来讲，升职本来就是一桩虚无缥缈的事情。

而最近小米所在公司的董事会撤换了一个总经理，人事的变动使得员工们特别紧张敏感。大家议论纷纷，小米却缺乏敏锐性，她还照常给领导泡咖啡、排行程，



心情低落的小米完全注意不到周围同事的异样



与往常一样上班。突然电话铃响了——新来总经理张总的电话。



张总经理

小米啊，我17日去北京参加展览会，还要做一些重要的事情。我要邀请S市政府的朱局长一起到北京公关，搞定批文，而市场那头要叫上营销总部的陆总一起去，因为朱局长是我邀请的，所以，我们帮他们买好机票订好宾馆，至于具体的？

小米，更改一下，18日我还要与经销商谈事，19日我改去香港。

啊？张总交代的事情一定要去，尽管我们营销总部很忙，还是跑一趟，你17日晚上安排我与张总一个宾馆，我要向他汇报工作。18日，我去找经销商。搞定合同后，我去考察。



陆总

哦，好久没有见张总了，17日一同去北京，第二天上午我去政府找熟人把事情办了，下午也去参观一下展览，第三天，我与陆总说好了一同去香港玩玩。



朱局长

小米正忙着为张总、陆总、朱局长确定行程，订机票



小米接到了张总的电话，按照张总的吩咐，与其他几位领导打电话联系，然后，把各位领导的话记录在本子上，小米按照她的理解帮这些领导们订了去北京、上海、香港的飞机票，订好以后，她把飞机票和电话记录给张总确认，张总也没有仔细看，与陆总与朱局通了电话，拿了机票就去机场会合。



小米把信息搞混了，让三位领导各自飞往目的地

三位领导到了机场，才知道小米帮他们买错了机票，小米把电话中记录的人、地方、时间搞混了，三位领导本来是需要一同去北京，然后各自飞不同的地方，小米订的飞机票居然让他们各自飞往目的地，好在张总通过机场贵宾服务临时改签了，但是，张总一肚子火，对着小米的上司——行政经理小李在电话中一顿狂吼。

什么素质，你们部门的员工订机票都不会？公司要严肃整顿一下！！



张总经理一肚子火，对着电话指责小米的上司管理不力