

练就职场功夫熊猫

申晨 著

只要出发，就会到达。

这是一本武林秘籍，申晨用自己的十年磨砺告诉每一个职场新人——如何从卖面条的熊猫阿宝变身职场神龙大侠。告诉你这一路的陷阱如何绕过，也告诉你最美的风景在何方。职场出发，永远不晚。因为，只要出发，就会到达。



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

练就职场功夫熊猫

申晨 著



人民邮电出版社

北 京

图书在版编目 (C I P) 数据

练就职场功夫熊猫 / 申晨著. -- 北京 : 人民邮电出版社, 2012.9
ISBN 978-7-115-29112-7

I. ①练… II. ①申… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第169473号

内 容 提 要

积小步，成千里；“微”梦想，“博”未来！

职来职往天然呆、自然萌、最厚道、最温柔的职场达人申晨来了！他用宽厚的肩膀为你搭起一座桥，用自己的十年磨砺告诉每一个初涉职场的人——从学校走向社会，面对铺天盖地而来的各种“挤压”，你要扛得动、担得起、经得住、吃得消，才能从一个被人呼来喝去的熊猫阿宝变身职场功夫熊猫！看申晨走过的足迹，选对路、找对点、用对心，你也可以！

练就职场功夫熊猫

◆ 著 申 晨

责任编辑 张慧芳

特约策划 薛木子

◆ 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：700×1000 1/16

彩插：2

印张：12.5

2012年9月第1版

字数：156千字

2012年9月北京第1次印刷

ISBN 978-7-115-29112-7

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

18087467

只要出发，就能到达

嘿，胖子！

在大街上，如果我的身边有人这么喊，我一定会回头，因为我知道自己，是个胖子。但是如果大街上有人喊“嘿，帅哥！”我一定也会回头，因为我认为自己，是胖子里的帅哥。

作为一个资深胖子，我拥有比别人更沉的体重和更大的肚量，但我也觉得我比别人有更多的经历、更深的思考和更好的心态。一直想把我肚子里面这些故事拿出来和大家分享。有同学说，你经历的那些故事我为什么要看？来，先回答我一个问题：

有三种人，一种用自己的失败做别人的成功之母；一种用自己的失败做自己的成功之母；还有一种用别人的失败做自己的成功之母。第一种人善于找借口，第二种人善于找原因，第三种人善于找共性；第一种人会推卸退缩，第二种人会跌倒再来，第三种人会触类旁通。你要做哪一种？

是不是还是第三种人比较划算？那么如何做到呢？答案是：学以致用。如果大雨中你看到在你前面猛骑车的人突然消失了，你一定知道马上刹车绕行，因为前面有水沟！你看，你用沟里人的失败做了自己的成功之母。

当你积累了越来越多这些先烈或惨痛或悲摧或欢乐或高效的经验后，你也就成了一只胖子，一只填满了知识和经验的胖子。

当然，市面上关于职场的美食真的太多了，吃的太多太杂没准还没吃成胖子就先拉肚子了。书跟食物是一样的，不仅要有营养还要好吃。所以，我做了一顿营养丰富又美味的大餐给大家。很多书都告诉我们该如何成功，而一看那些加薪秘籍啊晋升法则啊人脉金条啊什么的名字听着就透着那么点阴险和现实。而我想告诉你的是除了积小步成千里地走向成功之外，还想告诉你怎么让这个过程变得更快乐一点。

总听到身边一些朋友抱怨：为什么我活得这么累？一直不快乐！其实要活成什么样都是自己决定的。你也可以不那么玩命工作，过平静和安逸的生活。但是，一旦你决定要干出点样子，你就必须更加拼命，所以也就更加辛苦和劳累，获得也才会更多。所以，在劳累中坚持的人们，你们正在成功的路上。自己选的路，跪着也要走完。不过即便跪着，也可以做一个“跪得容易”让自己很快乐。成功很重要，如果能快乐地成功不是更好么？

要做一个快乐的职场人，先从做一个“胖子”开始吧。肚子里要有足够的知识储备，要有丰富的生活情趣，要有专业的职业素养，要有豁达的人生态度，要有积极的竞争心态，还要有十足的幽默细胞和充裕的分享精神。你把这些都塞进去了，你就是一个有魅力的“胖子”，一个玩转职场的“胖子”，一个脱离了低级趣味的“胖子”。当然，“胖子”不是一顿饭就能塞成的，所以你要持续地吃，不断地吃、接连地吃。直到从阿宝便成“功夫熊猫”。

出发吧，胖子，以及即将成为胖子的准胖子。因为：

只要出发，就会到达。



2012. 8

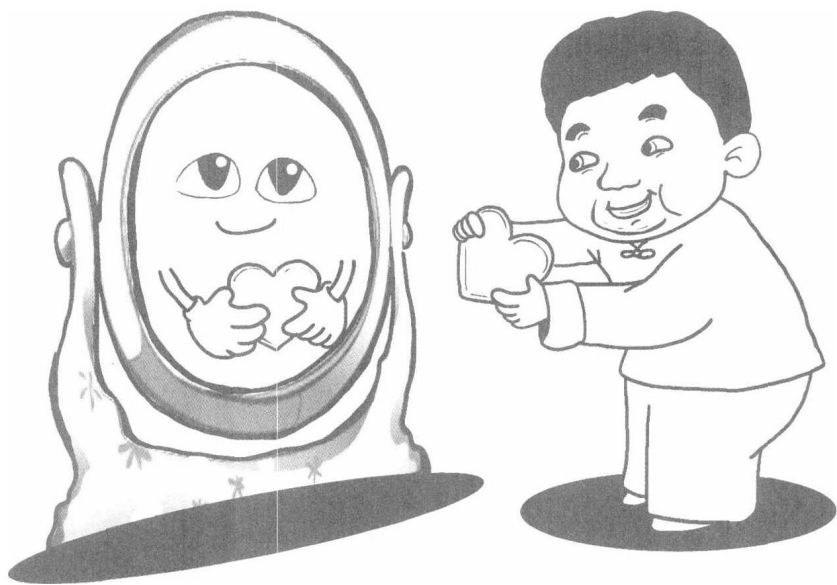
说句心里话——

有三种人，一种用自己的失败做别人的成功之母，一种用自己的失败做自己的成功之母，还有一种用别人的失败做自己的成功之母。第一种人善于找借口，第二种人善于找原因，第三种人善于找共性；第一种人会推卸退缩，第二种人会跌倒再来，第三种人会学以致用。你要做哪一种？



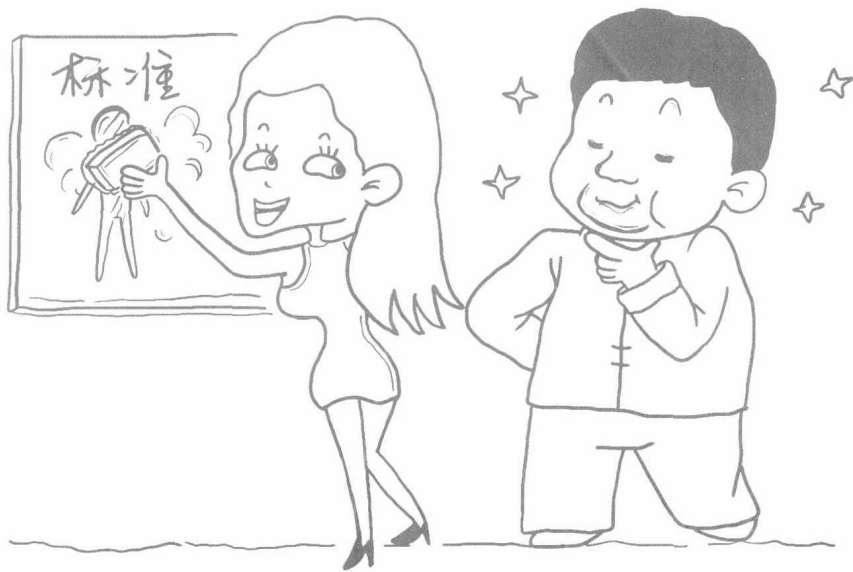
人生就是用大把时间彷徨，只用几个瞬间来成长。考学、就业、结婚、生子，这是我们能把握的四个瞬间，把握好前四个瞬间，不要对自己失望。等待最后的成长瞬间，不要让爱自己的人失望。面对瞬间别怕，是他们让我们成长。

职场就像一面镜子，你想得到信任，就要先给别人信任。你想得到温暖，就先要给别人温暖。张牙舞爪，受伤的是自己。猜忌算计，孤立的还是自己。今天的温暖，从对你身边的同事问声好，从给他们一个赞许开始吧。



雷明老师说“碰到一个符合你择偶标准的异性或许并不意味着一场爱情的到来，而促使你改变自己择偶标准的人才会是你最终的归宿。”我觉得说的特别对。@薛木子同学说，是我改变了她对胖子的看

法。让她的审美产生了漂移。所以有时候，当我们没达到标准，也许可以通过自身的其他优势改变制定标准的人。



每个职业的职场人士都应该有自己的气场。这气场不是来自权力来自外在的张扬，而是要有自己的想法，专业且坚持。当别人就你的专业和你讨论或求助时，你应该有自己独到的专业见解并能向他们分析说明。一味地听从别人的建议，只会让求助者觉得你不够专业。当然这要建立在你有足够的专业水准的基础上。

人的目标要定多高？我觉得应该是跳一跳手指头能碰到的高度。若目标过于远大，很可能全力以赴，结果仍是失败，这对自信是很大的打击。但是如果目标太简单，往往也缺乏奋斗的动力。目标只有跳起来能够够得着，才能让你在自信和努力中一步步靠近它。



交朋友的秘诀：若别人帮助了你，一定时常想起；若你帮助了别人，一定尽快忘记。很多时候我们常常忘记别人对我们的恩惠，却时时记着我们对他人的帮助。所以才会有种种不平衡的心态。人生要学会，牢记和忘记才好。

职场中，我们每个人都在寻找“职业安全感”。外在安全感在于户口、薪资、工作、企业，内在的安全感在于自身能力、职业技能和良好心态。外在的安全感可能随时没有，但内在的却是任何人都夺不走的。外在安全感很容易让你失去对内在安全感的追寻，这是危险的。所以，职业安全感，要外在更要注重内在。

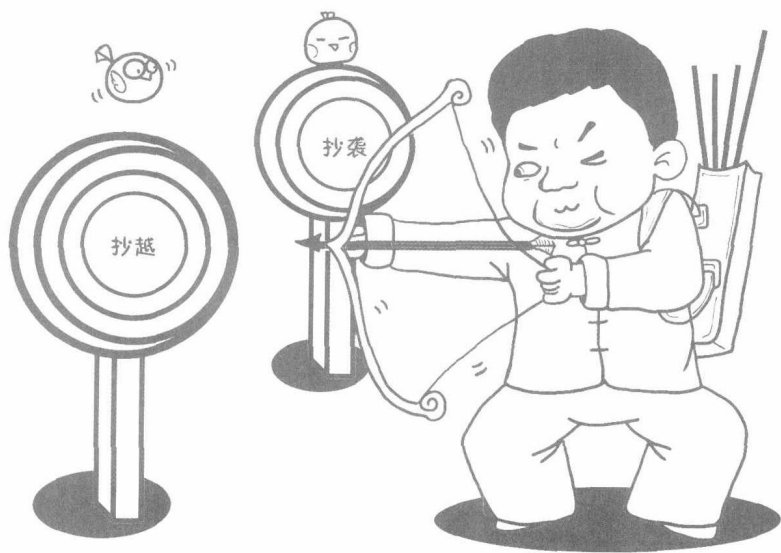
不要经常带着一堆问题去找你的领导，因为这些本应该是你考虑的问题。领导希望看到问题和你提出的解决方案。这才是你的价值

所在。当然如果能有多角度考虑的几个解决方案供领导选择，他就更高兴了。



能在日常工作中找出问题就是勤于思考的好同学，但如果能提供解决方案就比只是抛出问题的人离优秀更近了一步，而做好自己工作的同时还能为别人的后续工作提供最佳便利则离卓越更近了一步。时常想一想还有哪些地方可以做得更好，如果你可以更好，那为什么不？

“抄，越”——习惯了“内事不明看百度，外事不清上谷歌，欲求真相刷微博”。刚才想做个PPT，百度谷歌微博上都没参考，一下子就慌了。习惯了直接参考现成资料，觉得自己慢慢丧失了独立思考的能力和欲望。前人智慧不可照抄，要在他们的基础上创新——抄可以，但不要抄袭，“抄越”才是真正的自我提升。



在 喜欢的企业中做自己喜欢的工作是幸福的事情。

如 果你在工作中感到劳累和艰难，那么你正在获得新的能力和经历；如果你在工作中感到迷茫和无力，那么你正在面临选择和变化；如果你在工作中总是受到挑战 and 质询，那么你正在被人注意；如果你在工作中总是轻松应对和信手拈来，那么你应该去要求更高的职位了；你现在是什么状态？

总 听到身边一些的朋友抱怨：为什么我活得这么累？！其实要活成什么样都是自己决定的。你也可以不那么玩命工作，过平静和安逸的生活。但是，一旦你决定要干出点样子，追求事业卓越的时候，你就理应更加拼命，所以也就更加的痛苦和劳累，而获得才会更多。所以，在劳累中坚持的人们，你们正在成功的路上。

目录

Contents

第一季

职场征途，从上火车开始

亲，大学生了没？ • 002

大学，有点有线做个有实力的“杂家” • 006

熊猫不是因为会吃竹子才成了国宝 • 013

现在的漏洞，就是你未来的伤痛 • 019

考证忙？考证盲！ • 028

第二季

没有师傅之前，请先找对自己的庙门

大四，早选择的鸟儿有虫吃 • 039

做足准备，跟工作谈一场恋爱 • 043

大四，想说爱你也容易 • 046

第三季

选择，你无需代言任何人

- 幸福就是在对的企业中做自己喜欢的事 • 051
- 没有IT的本领，也要有防“挨踢”的本事 • 054

第四季

牛人的简历伤不起

- 只要你敢翻开我，我就铁定吸引你 • 061
- 瞄准目标口味调整你的简历 • 063
- 细节就是亮点！ • 064
- 挤掉水分之后的7招！ • 067
- 投递，把自己卖出去才是硬道理 • 070

第五季

面试，从看透你的面试官开始

- 坑挖得深一点，才有可能看到汨汨的泉水 • 075
- hold住情绪，面试官和你的角色定位是平等的 • 078
- 放心，面试官和你一样心里没底 • 084
- 笑在最后的从来都是淡定的面试者 • 087



第六季

新人，一场职场的三国杀

我会做蛋挞，我怕谁 • 093

职场真的不是后宫甄嬛传 • 097

关键时刻逼自己一把 • 100

在寻求领导帮助前，请先准备好自己的方案 • 103

新人也要懂得适当拒绝 • 106

用别人的失败做自己的成功之母 • 109

第七季

职场，一场不断升级的网游

轮岗是个技术活儿 • 114

跳槽就要越跳越“高” • 118

行走江湖常备“旅行充” • 122

内在修为有所为有所不为 • 125

第八季

自信，做个领导并不难

领导其实跟你想象的不一样 • 129

让士兵为自己而战 • 132

领导=保姆 • 134

多算胜，少算不胜 • 136

要学会容忍下属的失败 • 138

第九季

有个顶级职位不如有个顶级心态

真正可怕的不是压力，而是无法解决的压力 • 143

能解决的压力都不是压力 • 145

功夫熊猫10步解压法 • 147

有一种融入的心态 • 152

第十季

规划，用对每一分钱

从1元钱能干点什么开始 • 157

终极目标需要一步一步去靠近 • 162

第十一季

人脉，职场助燃剂

真正的人脉都是由内而外的 • 167

帮别人就是帮自己 • 170

第十二季

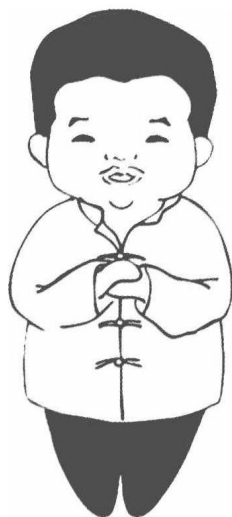
SOHO是不是你的菜

后记 来路坦去路忙 • 183



第一季

职场征途，
从上火车开始



亲，大学生了没？

走向职场，文凭是一张火车票——名校的软卧，普通学校的硬卧，专科的硬座，民办学校的站票，成教的在过道挤着……那又怎样？如果用心，沿途的风景都能尽收眼底。火车到站，大家都下车找工作，谁能看出来刚才在火车上你是站票还是软卧？下车了，火车票不那么特别重要了，因为老板其实并不太关心你是怎么来的，只关心你会干什么。企业更看重的是你的能力，而不是你获得它的过程。所以，在学校最重要的是提高自己的能力。

“亲，祝贺你哦！你被我们学校录取了！苏大哦，门口交通便捷！景色宜人；附近苏州园林，读书圣地！亲，记得9月2日报到！录取通知书明天‘发货’！有疑问电我。”

接到大学淘宝体短信录取通知书的时候，阿宝也和诸位一样，正在魔兽世界打怪练级，高考过后的疯狂，你懂的！当初玩儿命想逃离北京，离爹娘的束缚远一点、再远一点，过属于自己真正独立的生活，阿宝填报的所有志愿都距离北京千里之外。但当这一刻来临的时候，他还是有些小激动。

通知了所有亲朋好友之后，阿宝关掉网游，开始在百度的搜索框中，兴奋地搜索自己未来异彩纷呈的四年大学生活该如何在折腾中无比璀璨。

然而，“度娘”的反应并不乐观，看着前辈师兄师姐们的“悔恨迷