



最省时、省事的职场沟通秘籍

99%的职场新人， 都说不好 的35句话

郝言言 著



初入职场，摸不着头脑？升职加薪，找不到门路？
学会这35句话，练就职场金钟罩，从此不怕没人罩。



35个职场经验，告诉你升迁差距就在这些不起眼的小地方。



时代出版传媒股份有限公司
北京时代华文书局

99%的职场新人，
都说不好
的
35句话

郝言言 著



时代出版传媒股份有限公司
北京时代华文书局

图书在版编目 (CIP) 数据

99% 的职场新人, 都说不好的 35 句话 / 郝言言著.

-- 北京: 北京时代华文书局, 2014.7

ISBN 978-7-80769-746-6

I. ① 9… II. ①郝… III. ①成功心理—通俗读物 IV. ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 158132 号

99% 的职场新人, 都说不好的 35 句话

著 者 | 郝言言

出 版 人 | 田海明 朱智润

策划监制 | 林少波

责任编辑 | 张彦翔

装帧设计 | 壹品堂 王艾迪

责任印制 | 菅 敬

出版发行 | 时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>

北京时代华文书局 <http://www.bjsdsj.com.cn>

北京市东城区安定门外大街 136 号皇城国际大厦 A 座 8 楼

邮编: 100011 电话: 010-64267120 64267397

印 刷 | 三河市南阳印刷有限公司 0316-3654999

(如发现印装质量问题, 请与印刷厂联系调换)

开 本 | 710×1000mm 1/16

印 张 | 16.5

字 数 | 242 千字

版 次 | 2014 年 10 月第 1 版 2014 年 10 月第 1 次印刷

书 号 | ISBN 978-7-80769-746-6

定 价 | 35.00 元

版权所有, 侵权必究



有个故事讲到，在酒足饭饱后，国王问大臣：“你们都说说看，世界上什么最难？”众位大臣面面相觑，一个稍年长的大臣起身回答道：“世界上，说话最难。”国王笑了笑，继续问道：“那什么时候说话最难？”大臣想了想说道：“就是当下！”

故事中，大臣口中所说的“当下”，就是和同僚及国王相处时的场合。同理，在职场中，与同事和上司相处时，沟通就是一件至关重要的事，也是一件不可避免的事！要在恰当的时机，对恰当的人，说出恰当的话，需要的不单是一份聪明，更需要一种智慧。

然而，对于初涉职场的新人来说，几乎很难将这一点理解透彻。不少新人在刚踏入职场时，会觉得工作不快乐。事实上，这种情绪的产生，并不是因为无法胜任工作，或是工作不合自己胃口。更多的不快乐，则是源于与周围同事或者领导在沟通上存在障碍。

之所以会出现这样的情况，主要就是职场新人无法适应新环境，或者说无法很快融入到新的工作环境中；同时，也是一种职场新人不能正确处理人际关系的体现。对于沟通上的困惑，职场新人一定要引起重视，并及时解决，否则不仅难以将工作做得持久，还会使自己慢慢变得孤僻和不自信。

要正确地理解职场沟通，诸如“你好！”、“再见！”这种寒暄，这是最基本的，但却不是最重要的。真正适用于职场中的沟通，是以解决问

题为前提的，我们可以称它为交流。新人存在沟通不畅的问题，原因可能有以下几种：环境障碍、习惯差异、文化障碍等。这些是可以通过自身努力进行克服的。但要记住的是，职场上的沟通必然是人与人之间的行为，互相之间保持尊重，就一定会给沟通带来便捷。

职场是一个充满竞争和合作的地方，人际关系显得尤为重要。为人真诚有时能让你赢得赞赏；但能说话、会说话，舌灿莲花、八面玲珑的人更能如鱼得水。这种人，往往令人尊敬，受人爱戴，得人拥护。另外，正是因为他们拥有良好的口才，所以才学才能得到充分施展，也才能在工作中事半功倍。

说话是一门艺术，同时也是一门技巧。即使你平时能言善辩，也要注意在职场中规范自己的言语，收敛过于张扬的行为，避免因说错话、说太多话而招来不必要的麻烦。事实上，光会说话还远远不够，还要会听话，真正听明白别人在说什么、想说什么，这才是最重要的。职场语言大有玄机，话中话、话外音、潜台词。只说不听，是自说自话；只听不说，与哑巴无异。

说话的最高境界，是既要会说，说得到位，说得得体，说得恰如其分；又要会听，听出真意，听出玄机，听出弦外之音。在职场练就不仅会说话，还会听话的本领，才能在职场中进退自如、游刃有余。

所以，说还是不说？什么时候说？怎样说？什么该说，什么不该说？这是非常有学问的。在职场中，有时候为了避免不必要的麻烦，我们应该掌握一些职场说话的技巧。就拿说话的时机而言，有三大准则：成事不说、遂事不谏、既往不咎。

成事不说，就是公司里上司或领导已经决定的事情，原则上就不要再评价、不要再去提建议和想法；哪怕你认为你那些所谓的建议和观点对公司有很大的好处。要知道，既然上司或是领导都已经决定了的事情，就一定是经过他们多方考虑之后的。因此，这个时候提想法，先不说观点想

法合不合理，就已经显示出一种对上司的不尊重了。所以，出于对公司的忠诚，这一点一定要引起重视。

遂事不谏，是说公司里已经正在做的事情，就不要去劝谏；哪怕它本身就是错的（也未必就是错的），也不能干涉，而应该等到最后出结果之后，再来总结和检讨。毕竟很多时候事物的对错都是相对的，先不说你所认为的对错是否就一定合理。就算是错的，没准上司和领导是有意而为呢？这一点也体现出了一团团队观念，公司作为一个团队，首先就要具备这样一种互信的意识，既然已经决定这么做了，就要坚持下去，而不是中途反悔。

既往不咎，是已经发生的事情，就不要再去追究和议论。一方面，我们要适度地追究责任。不是什么事情都要追究到最后的责任人，才罢休。有些小事情，过分地追究，可能伤害别人的面子和积极性，以后的事情就难做了。另一方面，事情都已经结束了，再去评价不就有马后炮的感觉了吗？

另外，在公司里，要避免过多地谈论私事。不要过多地谈论自己，更不要私下里议论别人。谈论自己，往往会给人一个自大虚伪的形象，在名不副实中迷失自己；议论别人，往往会使自己陷入鸡毛蒜皮的是非口舌中。这一点，在职场中显得尤为重要。因为人都有自尊，无视他人的自尊只会自取其辱、自惹麻烦。

对于一个职场新人来说，能否快速融入到公司这个团队中去，直接决定着未来职场的命运。要知道，公司缺少的并不是能干活的人，缺的是会干活的人。一个能够勤奋干活的员工，我们不能说他不好；但一个只会低头干活，而不懂得沟通的员工，我们一定会说他笨！所以，作为职场上打拼的人士，不仅要会做事，更要会说话。这样，才能真正在职场上走得更远、更好、更稳。

本书从多个角度深入解说了职场上最常说到也是最说不好的35句话，

结合古今案例进行再度剖析；并针对职场新人心理，从多个层面做出论述，希望能够助你一臂之力。

常言道：职场就是战场。而作为一个职场人士，•打拼的战场就是职场，这是无可厚非的。所以，要想在职场上有所作为，是离不开和职场上人士进行沟通交流的。尤其是针对职场新人，如果不能深谙这其中的真谛，那你的职场生涯要想有所突破就无异于痴人说梦。



前言 / 001

第一章 热爱工作，把公司的事当成自己的事来做

“虽然这件事不是我负责，但是有需要我可以帮忙” / 003

“这是我分内的事情，不说我也会干” / 010

“要么不做，要做就做到最好” / 017

“这件事我一定能做好” / 024

“完成这项任务，这是我近期的目标” / 031

第二章 忠于公司，任何时候都不做公司的叛徒

“公司利益就是我的利益” / 041

“想从我嘴里知道公司秘密，不可能” / 047

“我忠诚于我的公司，背叛这种事不要找我” / 054

“这是别人的私事，我可不知道” / 060

“上司交代的事情，我会毫无借口地执行” / 066

第三章 保持尊重，时刻表现出自己良好的素养

“请允许我补充一下” / 075

“谢谢你提出的建议，我很乐意接受” / 082

“我真的很受不了你” / 089

“你算什么，凭什么给我提意见” / 095

“我时刻谨记，我是领导手下的一名员工” / 102

第四章 团队合作，一个拳头远比一根手指有力量

“你的感受我知道，如果我是你也会这么做” / 111

“我们是一个团队的，有福同享有难同当” / 118

“我来帮助你吧” / 124

“这件事是大家的功劳，不是我一个人的” / 131

“我个人的事小，集体的事大” / 137

第五章 勇于担当，做人要做得顶天立地

“虽然那天我休假，但这个事我有责任” / 147

“你们先走吧，我要把今天的事做完” / 154

“虽然从没试过，但我想挑战一下” / 161

“即便大家都这么说，但我还是坚持自己的看法” / 168

“我也没办法，这件事我已经尽力了” / 176

第六章 职场铁律，游刃于其间而浑然不觉累

“在正式开始之前，我会做足充分准备的” / 185

“这是别人的私事，我不能妄下结论” / 192

“即便这件事情看起来太简单，我还是会认真对待” / 199

“我觉得拥有一个良好的习惯是关键” / 206

“我已经忍无可忍了！” / 213

第七章 超强行动力，在行动中展现自身的价值

“工作，昨天我就已经做完了” / 223

“我始终坚信，有付出就一定有回报” / 229

“想到就做，我是不会犹豫的” / 236

“我会坚持到底，绝不轻言放弃” / 242

“不管老板在不在，我都不会偷懒” / 248



热爱工作， 把公司的事当成自己的事来做

对于一个想成为优秀员工，或是想在职场上有所作为的人来讲，必须具备的一条素质就是热爱自己的工作。热爱工作，最直接的体现就在于，不管是分内还是分外的事，都要积极主动地去做，并将它做到最好。像算盘珠子一样拨一下动一下，是永远也不可能受到上司青睐或是欣赏的。所以，工作中的一些事，不必等到上司安排，要主动去做、积极去做、马上去做才行。换言之，就是要将公司的事当成自己的事来做才行。





“虽然这件事不是我负责，但是有需要我可以帮忙”

企业是老板的，亦是员工的；不要认为自己仅仅是在为老板打工，其实你也是在为自己的未来打拼。所以，敬业一点，努力一点，有责任心一点，这样才能在职场上走得更远。就算这件事不是你负责，可如果公司有需要，一样挺身而出，这是一种热爱工作的体现。

现实工作中，其实很多人都不能做到热爱自己的工作，或是没有将其放在心底并付诸行动。鉴于此，我们从以下几点来作分析：

老板和员工同在同一条船上

人们常用“同甘共苦”来形容夫妻之间美满的婚姻生活，何谓同甘共苦？简单来说就是有福一起享受，有难一起承担。同样，这个成语也适用于公司中的员工和老板。但是，无论是运用在哪个方面，“同甘”的前提必须是“共苦”。

只有经历共患难，才能共享受。这是不争的事实，也是职场的生存之道。如果你能在职场中，和你的老板或是上司共同经历磨难，能和他们同坐一条船；一旦公司渡过难关，或是老板东山再起，你必然会得到相应的回报。而这种回报，除了职位的提升以及丰厚的薪水以外，更多的是心灵

上的一种满足。

任何一个公司或是企业，在发展的过程中都有可能陷入困境，止步不前甚至濒临倒闭；另外，公司在成长的过程中，必定也会经历诸多的坎坷和挫折。而当这个时候，绝大多数员工都会抱着“树倒猢猻散”的心理，想着赶紧“闪人”，以免“惹祸上身”或是“偷鸡不成蚀把米”。

事实上，但凡拥有这种心理的人，肯定不能在自己的工作中干得特别出色，因为他们不懂得同甘共苦的道理。换句话说，就是不热爱自己的工作、不敬业；不知道和老板共渡难关，没有与老板共患难的意识。而正是这样，也就决定着他们不大可能分享到胜利的果实。

从另一个角度来看，你在最危难的时刻，毅然选择离开你的老板，你就能保证你的再一个“下家”会一帆风顺吗？而当你再次面对“下家”面临危机时，难道你还是选择再次逃避？所以，必须要懂得和自己的老板同甘共苦的道理。说直白一点，就是要明白自己和老板乘的是同一条船。

作为一个职场人士，在踏入职场之前，都应该做好应有的职场规划，而和老板共患难，本就是职业生涯规划中不可缺少的一部分。你所选择的公司，可能会在某个时期或是某一段时间内陷入困境；而此时，所有的员工，都会产生不一样的心理，继而做出不一样的反应。有的选择立马甩手走人，也有的选择留下坚守。而你要做的，就是坚持住，用自己的行动，帮助你的老板渡过难关。

然而，很多初涉职场的新人，当他们所在的公司或是企业陷入困境的时候，他们总是自以为聪明地选择跳槽，认为这是明哲保身之道。当自己的“老东家”出现危机后，他们首先考虑的，是自己的利益或是价值是否会受到损害或是质疑，一旦他们的利益受到影响、价值受到质疑，他们就会不惜一切代价，跳槽寻找新的“下家”。其实，这样做不但不是明智之举，反而是目光短浅的表现，说他们鼠目寸光毫不为过。

但是这种人往往并不知道，他们忽略了一个问题，一个大问题！那

就是当他们寻找到新的“下家”以后，他们只会被新的公司或是用人单位当成一个新人来看待。要知道，你一年换十二份工作，自以为学到了很多，其实每样都只是学了个皮毛，这和没学其实没多大区别。因为当下是一个讲究效率的时代，会做和做得快、做得好完全是两码事！而且学到点皮毛是不可能有创新的，没有创新也就不可能有突破，或者说，就是在原地踏步！

刘东明在一家效益还不错的建材公司工作。按理来说，在这样的企业找到这样一份工作，刘东明应当加倍地努力，为所在的公司创造更多的效益。可是，刘东明并不是这么想的，也不是这么做的。他虽然每天都按时上下班，但在工作的时候，他总是抱着一种“混日子”的思想在打发时间：刚上班就想着是不是快吃饭了，吃着饭就想着一会儿找个角落休息一下，下午上班就盼着晚上下班……对于一些工作职责之外的事情，他更是漠不关心，从不会主动去做。不仅如此，就是自己的本职工作，他也总是拖拖延延，到了快下班就赶紧眉毛胡须一把抓，只要搞定就可以了。对于他来说，上班最高兴的一天，可能就是发工资的那天，其他时候，就好比行尸走肉一般。

后来，他所在的企业不幸出现了危机，经济效益急剧滑坡，这样一来，导致了员工的工资大幅下跌，并且还不能按时支付奖金。

在开始的时候，刘东明倒是觉得这也没什么，因为他从来就没有拿过什么奖金，就这样混着也不错，虽然工资是比以前低了点，但现在外面都在传工资更低。但后来，工资又一次大幅下降，这时候，刘东明就开始出现抱怨情绪了，觉得自己已经在这里待不下去了。于是，他向上司提出了辞职申请。

“公司这段时间是出现了危机，但是只要挺过去就会好的。你来公司也已经好一段时间了，已经算是元老了，只要过了这段时间，以后一定会

有好日子过的。”部门主管是这么安慰他的。

但刘东明不这样想，而是心底这么琢磨：企业是老板的，又不是主管的，更不是自己的。所以，刘东明毅然选择了离开。几年之后，刘东明原来所在的企业经过几年的努力发展，不仅度过了难关，而且发展成为当地最大、最有名的建材商家。而那些没有离开的员工，如今都成了公司的管理人员，当时劝说刘东明的领导更是成了生产部的总经理。就连当初部门最差劲的“抖抖手”（刘东明当时是这么叫的）也都成了小组的组长……而离开的刘东明却辗转换了好几份工作，始终没有任何起色和突破。

所以，见势不好，就赶紧“闪人”跳槽的员工，从长远的利益来说，其实是得不偿失的。同样，最令老板倾心、最容易得到老板重用的人，永远是那种能够死心塌地与公司、老板同乘一船、同舟共济的人。在工作中，挫折与困难是不可避免的，和老板并肩战斗，才是克服困难和挫折最好的方法，同时也是明智的职场之举。

英特尔前董事长安迪·格鲁夫，曾应邀对大学毕业生发表演讲。他在演讲中，提出了以下的建议：“不管你在哪里工作，都别把自己当成员工，而应该把公司看作是自己开的。自己的事业生涯，只有你自己可以掌握。不管什么时候，你和老板的合作，最终受益者也是你自己。”

所以，公司的发展也是保障个人利益和发展前途的基础。因而，我们说公司就如同一艘船，它需要所有员工全力以赴、共同配合，才能把船划向成功的彼岸；同时，这条“船”也承载着它的员工，避免他们掉入大海。其实，老板和员工都是这条“船”上的一员，只是分工不同，角色不同而已。

从这个意义上说，员工也是公司的主人，公司的兴亡，不仅和老板有关系，更和公司里每一位员工，有着直接的关系，而且还维系在公司的每一位员工身上。所以，上了公司这条船，就必须和公司共命运，必须和老

板同舟共济。也就是说，就算不是你的事，只要公司需要的时候，也一定要能勇敢地站出来，为公司，也是为了自己！

爱岗敬业，乐于奉献

所谓爱岗敬业，通俗地说，就是认真对待自己的岗位，无论在任何时候，都要尊重自己的岗位职责，认真履行自己的岗位职责。这是公司对每个员工的基本要求，更是员工应该遵守的基本职业道德规范。

事实上，爱岗与敬业，有着紧密的联系。爱岗，就是热爱自己的工作岗位，热爱自己的本职工作。敬业，就是以极端负责的态度，去对待自己工作。敬业的基本意思，就是恪尽职守，大致包括两个内容：一是敬重自己所从事的工作，并引以为豪；二是深入钻研探讨，力求精益求精。

记得看过这样一篇美文：长路奉献给远方，玫瑰奉献给爱情，我们有一份工作是幸运的，有一个岗位是光荣的，工作给予我们脑力及体力方面的锻炼，同时也满足了我们物质及精神的需求。

说得真好！在职场的大舞台上，可能没有观众，但要知道，每个人都是主角。只有珍惜工作、热爱工作、爱岗敬业、勇于奉献，才不会被社会淘汰，也才能在职场中走得更好、更高、更踏实。

随着市场经济的不断发展，各行各业的竞争意识，也随之越来越强。“今天工作不努力，明天努力找工作”，这已然成为行业中的警言。我们常说“商场如战场”，这样的处世原则，其实在商场也是通用的。在商场上，一次的失误可能并不意味着倒闭或是彻底失败，但没有任何一个老板，会喜欢或是期待这种事情一再地发生。而且，你所从事的企业，倘若发展不顺利，你的个人利益同样会受到影响。

有一位在企业做保安的安保人员小赵，他在值夜班的时候，发现有一伙人在偷取企业仓库里的铜料，于是便赶紧上前。窃贼见只有小赵一个