

启发年轻学子、社会新人、职场老将诚实面对自己
找出职业生涯的定位与方向



张国洋
姚诗豪
著

职场指南

搞定简历、突

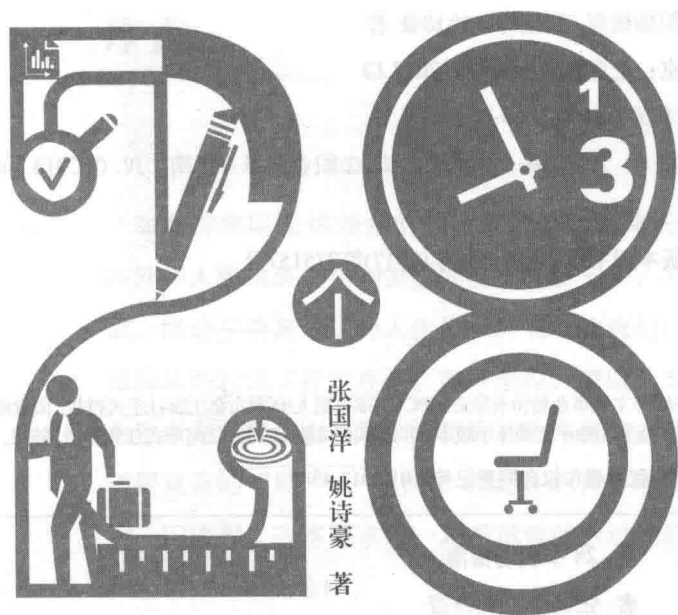
顺利升职

跳出职场怪圈，重新定义自我价值



企业管理出版社

ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE



张国洋 姚诗豪 著

职场指南



企业管理出版社

ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

28个职场指南 / 张国洋, 姚诗豪 著

—北京: 企业管理出版社, 2017.12

ISBN 978-7-5164-1615-0

I. ①2… II. ①张… ②姚… III. ①职业选择—指南 IV. ①C913.2-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第275157号

本书经城邦文化事业股份有限公司PCUSER电脑人/创意市集出版社正式授权, 同意由企业管理出版社出版中文简体字版本。非经书面同意, 不得以任何形式任意重制、转载。

北京市版权局著作权合同登记号: 01-2017-4545

书 名: 28 个职场指南

作 者: 张国洋 姚诗豪

责任编辑: 于湘怡

书 号: ISBN 978-7-5164-1615-0

出版发行: 企业管理出版社

地 址: 北京市海淀区紫竹院南路 17 号 邮编: 100048

网 址: <http://www.emph.cn>

电 话: 编辑部 (010) 68701661 发行部 (010) 68701816

电子信箱: 1502219688@qq.com

印 刷: 三河市书文印刷有限公司

经 销: 新华书店

规 格: 889 毫米 × 1194 毫米 32 开本 6.25 印张 120 千字

版 次: 2017 年 12 月 第 1 版 2017 年 12 月 第 1 次印刷

定 价: 32.00 元

序言

在传统以应试为主的教育体制下，两岸三地，包括国外华人圈的孩子在20岁前的经历都差不多：不断读书考试，以追求更高学历为人生目标。当年的我们，也是在父母师长的敦促下亦步亦趋。离开学校，原以为无需考试的人生会充满着自由惬意，没想到前面等着的，是个比学校还要复杂的“局”——职场。而过往的青春时期，没有任何一门课程，一本课本或一场考试曾经教过我们，该如何做出正确的职业选择。

职场，是一段为期至少40年，没有导师，没有标准答案，也没有退路的人生考验。

我们担任工程师与咨询顾问的期间，几乎天天要利用“逻辑分析”来解决企业的问题。从规划纽约市政府的工程管理制度，到向上海的饰品公司提出流程改善建议，或是帮台湾的科技业制订绩效指标……2007年，我们成立了Project Up网站，记录我们解决企业问题的经验。商业问题千丝万缕，没有一体适用的方法，共通点是需要尽快解决，这与人生的闯荡其实很像。我们突发奇想，如果逻辑分析能够解决企业的困扰，那么用来解决人生路途上的问题是不是一样有用？

于是，结合过往的经验，加上咨询顾问的理性分析，我们开始以“理工生”的思维来谈人生的种种挑战与解决之道，内容涉及职场、感情、理财、学习与人际关系。与读者的互动中我们发现，添加理性思考的元素，竟能帮助许多人看清楚问题的症结与行动方向；虽然我们从没在文章里给出答案，但读者往往能在系统化的思考中，自己厘清了方向与道路。2015年，我们把这些与人生抉择相关的文章独立出来，并且成立“大人学”网站，而这本书，就是其中跟职场相关文章的结集。

一本受欢迎的职场书籍，通常有两个基本元素：一是激励，二是疗愈。“激励”能让读者充满斗志，“疗愈”则让读者重拾信心。然而本书“两者皆抛”！我们把每一个人都当成是一家企业；将职业生涯发展的疑问，看成是企业经营的问题。当企业遇到困境时，需要的并不是激励或疗愈的“鸡汤”，而是需要通过逻辑分析，找到解决问题的思路，这正是本书希望带来的价值。

期待这本“职场指南”能帮助各位成为自己的职场顾问，为自己累积筹码，找到职业生涯的新方向！

张国洋 姚诗豪

2017年秋

目录

作者序

自我分析工具<1> 你的职场现况分析图

I 厘清几个基本概念

- | | |
|------------------------|----|
| 1-1 把自己视为独立事业体来经营，就是创业 | 2 |
| 1-2 维持现状，反而才是最难实现的愿望 | 8 |
| 1-3 仅把工作视为赚钱手段，有点可惜了 | 12 |
| 1-4 找到自己的关键词 | 17 |

II 了解职场规则

- | | |
|------------------|----|
| 2-1 让自己具备升职的条件 | 24 |
| 2-2 如何面对升职这件事 | 29 |
| 2-3 升职到管理岗位的几个忠告 | 39 |
| 2-4 功劳与苦劳的价值表 | 47 |
| 2-5 如何选择合适的行业 | 51 |
| 2-6 35岁前别急着当第一名 | 56 |

III 提升自我，增加筹码

3-1 给“社会新鲜人”的几个建议	64
3-2 第一份工作“出头”的快捷方式	71
3-3 向上管理的五个原则	77
3-4 新手主管该知道的五件事	82
3-5 影响领导其实超简单	88
3-6 “扒手”与职场求生术	95
3-7 上班族也该培养阅读习惯	101

IV 正向工作心态

4-1 开心上班必备的三个做法	108
4-2 解决问题与摆脱困境的五个态度	113
4-3 要收获就别灌溉杂草	118
4-4 中层主管的责任与矛盾	124
4-5 冲出“离职—求职—抱怨—离职”的漩涡	129

V 提升求职胜率

- | | |
|------------------------|-----|
| 5-1 如何写好自我介绍 | 136 |
| 5-2 面试难题 TOP 10 | 143 |
| 5-3 求职要胜出，先问自己两个问题 | 151 |
| 5-4 三个圈，画出你的领域 | 156 |
| 5-5 求职时该做与不该做的十件事 | 163 |
| 5-6 年度职业生涯“体检”——关于简历更新 | 173 |

自我分析工具<2> 你的职场核心能力分析表

自我分析工具<3> 你的职场生命力检测表

I 厘清几个基本概念

理想主义者是不可救药的：如果他被扔出了他的天堂，他会再制造出一个理想的地狱。

——尼采

1.1 把自己视为独立事业体来经营，就是创业

有次在博客的读友聚会上，被问起创业的历程，我简单交代了当年和伙伴创业的经过，对方又问了一个有趣的问题“你是什么时候开始兴起创业理想的呢？”

创业的理想？嗯，记得我从小学开始就有出国留学的理想；上研究生时就对成为管理顾问充满理想；在美国取得管理学位后，便一直期待能参与国外大公司的大型项目，这当然也是理想！但创业这件事对我来说，与其说是理想，还不如说是一种体悟。这得从某天我出门上班的过程说起。

那年，我从一间小公司跳槽到知名的大型企业。记得早上上班常遇到一位邻居，他是事业有成的建筑师，穿着很有品味，表情却很严肃。每次和他共乘电梯下楼，我都会主动和他打招呼，但他顶多严肃地点个头，不发一语，也没有微笑。

我这人有个毛病，对我越冷漠的人我越想逗他开口！有次又在电梯巧遇，心想这位大哥既然是个建筑师，跟我也算同行，不妨找个工作相关的话题试试。

“您是从事哪方面的建筑设计呢？楼房、景观还是室内设计？”我开口攀谈，他仍是一脸酷样地回答：

“都有！”然后电梯内一阵静默……本次搭讪失败，我只好从口袋里拿出新印的名片递过去：“这是我的名片，希望以后有机会合作！”

没想到邻居看到我的名片，眼睛突然一亮：“喔！原来你在XX公司上班！你负责哪些项目？你是学结构的啊！”就这样，我们出了电梯，又在电梯口聊了几分钟，相谈甚欢。从那天起，只要我们在电梯遇到，都会聊上几句，变成了好朋友！

我赫然体悟到，原来进了知名企业就像进了魔法学院，在关键时刻只要使出“魔法卡（名片）”就会收到意想不到的效果。事实上，“魔法学院”还发给我们每人一件“魔法斗篷”（你要叫它员工制服也行），只要穿着它去拜访任何合作厂商，你都可以感受到魔法带来的力量：大家都爱你，不吝惜给你更多的微笑和必要的支持！连我这个魔法学院的一年级新生都可以体验到一种愉悦的“漂浮感”，这是我过去在小公司未曾有过的感动！

进了大企业后我的薪资降低了，但这份工作带给我许多无形的福利，让我觉得非常超值，甚至连老爸老妈都与有荣焉。

上一间小公司默默无闻，尽管我职位不低，薪资也很高，但爸妈总是很难向朋友们介绍我的工作。自从有了知名企业的加持，虽然他们还是搞不清楚我在做什

么，不过爸妈的朋友看到我都会说：“喔，你就是在XX公司上班的OO嘛！优秀优秀！”有次我回家遇到老弟的同学来做客，对方看到我也说：“啊，你就是在XX公司上班的大哥！”好样的！我的称号现在竟变成“在XX公司上班的OO了”，不太习惯，但是说真的，我喜欢！

只不过，快感来得快，去得也快。

有一天和一位当牙医的同学闲聊，他开玩笑说牙医是世界上最棒的工作，因为全世界的人都有32颗牙齿，所以他不愁没生意可做（看来心脏和眼科真没搞头）。就算有天流落非洲荒野，他还是可以帮土著拔牙换鸵鸟蛋维生。想想也是，医生就算没了大医院的白袍，到哪里都还是有机会靠医术提供价值，而木匠、厨师其实要生存也不难，那我自己呢？我虽然是工程师，但却没能力从头到尾做出一个产品，或是凭一己之力解决一个问题、完成一项计划。我发现，我自己的价值其实建构在一个非常薄弱的基础上，这个基础不怎么仰仗我，我却非常依赖它。简单地说，没了名片，没了制服，没了头衔，我还真的什么都不是，简直就像缺了南瓜马车的灰姑娘，没有了机器猫的大雄。

回忆起创业的初衷，其实只有简单两个字——生存！

在这个强调“热血”，人人“追梦”的年代，年轻人总是把“创业”与“理想”紧密联结。但对我自己来

说，创业非关理想，我只是想和志同道合的朋友一起，创造出一些属于我们的“独立价值”，希望靠着这些价值，纵使没有“魔法卡片”与“魔法斗篷”的庇荫，也能在这个世界生存下去。

2013年正式宣布破产的底特律是个犯罪率与失业率都名列前茅的城市。但在20世纪初，它可是全球数一数二的工业大城，20世纪50年代全球每四辆车就有三辆是底特律制造的。后来美国的汽车工业外移，加上日本汽车业的强势竞争，这座城市渐渐从繁华走入衰败。几年前我曾经开车经过底特律市区，远看尽是壮观高耸的摩天大楼，颇有大会的气派，但开车进城后，满街尽是荒废的店面与流浪汉，原本想下车逛逛的念头也立刻打消。一座城市也好，一个国家也罢，整个产业的消失并不是不可能的，底特律的衰败，受害最深的就是那些依赖产业最深，而且最走不开的一群人。

“职场”跟“情场”是很相似的。当你过度依赖对方时，通常也是对方开始厌倦，想甩开你的时候。如果有天你变坚强独立了，往往又会散发无穷魅力，让对方忍不住靠过来。当劳方上街头抗议资方时，其实已然成为这段关系的弱者。并不是说劳方权益不该争取，我想说的是，在走到这一步之前，我们应该预备更好的策略，至少替自己累积一些筹码。当水草不再丰沛时，只

有两个选择，当游牧民逐水草而居；或是，在同样的土地上种植出自己的价值。前者是当个具有跨国工作能力的人员，后者就是创业，发展一套自己的系统，创造价值。

这就是我创业的心情。不妄想当位高权重的大领导，不敢谈风花雪月的理想，只是希望拿回一些生存的主导权，考验在没有大企业或是明星行业的光环下，我和我的伙伴们能否创造出真正的价值。

倒也不是自己开公司才叫创业，“创业”只是凸显“价值”的一种形式。如果你月薪1.5万元，市场上能取代你工作的人，月薪要价2.5万元，那么你对公司来说就有1万元的净值。我们绝对要排除“靠公司赏口饭的思维”，就和公司与公司的合作一样，你是一个独立的事业体，企业通过市场机制取得你的专业服务，就是这么简单。公司若能用同样或更低的价格找到更高水平的服务，它终究会离你而去。但相对的，你的服务在市场上若有更高的价值，你也绝对可以待价而沽。

我老弟是个3D动画师，有一次他为了让他旗下那些满口理想抱负的年轻动画师认清自己的价值，他要求团队每个人都去参加设计比赛，测试利用最少的制作时间能赚到多少奖金，这样等于评估每个人的单位时间价值。结果老弟花了四个多小时的时间拿到数万元的首



奖，而其他小朋友则全数落败。我猜这个经历给他们在何谓“理想”、何谓“价值”的问题上上了扎实的一课：如果你自以为傲的专业，在市场上其实是没有价值的，那么崇高理想又有何基础呢？

把自己视为独立事业体来经营，就是创业！我们和公司的关系，应该是一段平等对待的感情，一段互惠的合作。要是心底能够这么想，自然不会产生过度的依赖或期待，也会持续为拉高自己的价值而努力，成为公司（也是自己）的“摇钱树”，而不是“拖油瓶”。

对于有心创业却苦无资本的人，我也想说一句或许不太中听的话。有人愿意投资你的事业固然是件好事，但如果你的创业不过是基于一个天外飞来的远大理想（或赚钱点子），却自认因为筹不到足够的钱便无法开展，我认为你是误解了创业的真谛。创业是自己和伙伴们独力创造赖以生存的价值，而不是向别人借钱去满足自己达不到的梦想。有多少钱做多少事，重点是把自己现有的价值凸显出来，而非靠着一个idea，弄一笔钱，去市场赌一把！从来就没有扎实的企业是单纯靠点子成功的，如果Facebook创办人扎特伯格等到资金到位才开始写程序，我想今天社交网站之王应该另有其人。

创业非关理想，但求生存，这是我的看法。

1.2 维持现状，反而才是最难实现的愿望

最近有年轻的朋友跟我们提道：“我其实不贪心，只要有个稳定的工作，不要压力太大，薪资够用，平常可以做自己的事情，一年能出国一次，这样就够了。我的人生不求升官，也不期望大发财，甚至不想升职，只要自在过属于自己的小日子即可。这样的愿望应该很容易啊，有什么好方法能让我一直过这样平凡的人生呢？”可惜，世界上没有所谓不贪心的愿望。

稳定的小日子，反而才是最难实现的愿望。

为什么呢？

首先要讲的是，大部分人以为，只要我不贪心，平稳的生活是可以维持不变的。换句话说，很多人心中想象的生活，是类似下面这条线。只要自己不主动改变它，生活就能维持不变。

生活（大家以为的平稳生活）



但实际上，平稳并不是一种“主动”的选择；并不是我选择要不要让生活维持不变。平稳其实是很多力道

互动的结果，就像飞机能停留在天空其实是推力足够下产生了升力，而这升力抵消了地心引力的结果。

飞机的四种作用力

飞机必须以升力克服重力，以推力克服空气阻力，使飞机飞行于空中。



人生其实是类似的，更传神的比喻是小时候老师讲的谚语“学如逆水行舟”，你通常得很努力维持不被浪头冲走，最后才能勉强维持平稳不动。若什么都不做，你的优势其实是会随着时间逐渐递减的。

生活（实际的平稳生活）

