

孙颢◎编著

看似平静的职场，其实也蕴藏着激烈的竞逐。

成功上班族 必懂的生存定律

一部职场不败的生存指导书

想做职场的“不倒翁”并不难，首先，心平气和地面对现实，然后静下心来找方法、找对策。心态摆正，方法对头，所有的细节都做到位了，成功也就指日可待。



中國華僑出版社



成功上班族必懂的 生存定律

孙 颢◎编著

中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

成功上班族必懂的生存定律/孙颢编著. —北京: 中国华侨出版社,
2010. 11

ISBN 978 - 7 - 5113 - 0860 - 3

I. ①成… II. ①孙… III. ①成功心理学—通俗读物
IV. ①B848. 4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 215782 号

●成功上班族必懂的生存定律

编 著/孙 颢

责任编辑/尹 影

封面设计/纸衣裳书装

经 销/新华书店

开 本/710 × 1000 毫米 1/16 印张 18 字数 220 千字

印 刷/北京溢漾印刷有限公司

版 次/2010 年 12 月第 1 版 2010 年 12 月第 1 次印刷

书 号/ISBN 978 - 7 - 5113 - 0860 - 3

定 价/32.00 元

中国华侨出版社 北京朝阳区静安里 26 号 邮编 100029

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: 64439708

网 址: www.oveaschin.com

e-mail: oveaschin@sina.com

前言 Preface

职场，永远是一个竞争激烈的地方，在职场中获得成功是每一个人的梦想。只有成为众人的亮点、让老板记住你、成为办公室中不可替代的人，你才能更好、更快地发展，才能得到大家的关注；只有受到更多的关注，才能得到更多的机会。但事实证明，凭借勇敢和努力还是远远不够的，最重要的还是头脑和智慧。

为什么那些埋头苦干、努力工作的人，即使公司有更高的职位空缺，却宁愿聘请外援，也不作内部擢升，让他获得这份成功的赏赐呢？为什么他的薪酬比同级的同事低？为什么老板的红包经常会送给别人，而他却很少得到？为什么他所期待的升职加薪总是不能如愿以偿？

出现这么多的“为什么”绝非偶然，当中必然出现了问题，积极的人会抽丝剥茧找出原因，再决定下一步该怎么做，而消极的人却只懂得埋怨、怠工和频繁地更换工作，问题却永远得不到解决。

看似平静的职场，其实也蕴藏着激烈的竞逐。“物竞天择，适者生存，”自然界的法则同样适用于职场。怎样才能在职场中立于不败之地？这其中有着较深的学问——《成功上班族必懂的职场生存定律》。



看完《成功上班族必懂的职场生存定律》后，想做职场的“不倒翁”就不难了。首先，心平气和地面对现实，然后静下心来找方法、找对策。心态摆正了，方法对了，所有的细节都做到位了，那么，成功也就指日可待了。

本书没有好看的修饰，没有精巧的包装，唯一的出发点就是：实用。从现实中来，再回到现实中去，把解决问题奉为硬道理。世间好书，大抵如此。

目录 Contents

一、态度比任务更重要

人与人之间的差异其实很小，可就是这很小的差异往往造成了人生的巨大反差，这个细小的差异就是积极认真的态度。一个好的态度可以让自己开心地工作，也可以让自己开心地生活。因此，一个人的工作态度非常重要，它虽不是走向辉煌、走向成功的唯一条件，但的确是获得成功的重要前提。以积极认真的态度对待工作，并为之付诸 100% 的努力，就能令自己对工作充满自信。态度决定了主观的一切，培养积极的工作态度，兢兢业业、一丝不苟，不论是读书、求职、为官、做人，都会有精彩的篇章、完美的结局。

好心情成就高效率	2
不要把情绪带到工作中	5
享受工作、享受生活	8
从最简单的工作做起	12
做好备忘，有备无患	15



自我调节，心理减压	20
成功的几率和对工作的兴趣指数成正比	25
身体是本钱，不做工作狂	30
喜欢你的工作	32
把敬业变成一种习惯	37

二、方法比想法更重要

每一位领导都是 100% “心急” 的人，他们恨不得把一分钟分成八瓣。按他们的速率预算，罗马城三日建成也算慢。要让领导白花时间等你的工作结果，比浪费金钱更让他心痛。职场上，没有哪个不讲效率的员工能获得升迁，也没有哪个领导能长期容忍办事拖沓的员工。你要想在职场中一路顺风、炙手可热，最实际的方法，就是满足领导的愿望，让自己的工作以最快的速度“消化”。要清楚完善工作方法的目的就是让我们的生活和工作更有序、更高效，从而缓和我们的节奏、调整自身的方法，以求达到从容不迫、心静如水的境界。

要想法，更要方法	40
如果不能改变自己，就改变做事的方式	43
做正确的事比正确地做事更重要	47
要善于思考，全身心投入工作	50
想人所不能想到的，做人所不能做到的	53
选择你所爱的，爱你所选择的	57

如果障碍难以逾越，就改变行进的路径	60
投入工作，化繁为简	64
凡事都要做到尽善尽美	68
认真思考每一步骤，精心策划每个行动	73
工作不在多少，关键在效果	76
养成井然有序的工作习惯	79
分清轻重缓急，设计优先顺序	82

三、干事比说事更重要

单位里有了事情往往是看的多、说的多、等的多，而这最为老板所头痛。你要做的是踏踏实实把自己分内的事、该干的事做好。同时还要把单位的事（包括上司关心的公事，私事）当做自己的事，当一名实实在在的“干”将。

现在不做相当于永远不做	88
简单的行动比复杂的思想更有用	90
别做那个怀才不遇的“牢骚王”	93
要想被人爱，手脚多勤快	95
做事不在乎大小	98
做错了比没有做要好 100 倍	99
把复杂的工作简单化	104
做时间的主人	108
对于同事的工作，该帮忙的要帮忙	111



四、前途比钱途更重要

在工作时若过于计较薪水的多寡，缺乏长远的目光，最终受损的可能就是自己。“计较报酬”会让你失去宝贵的经验、难得的训练、发展的机会，甚至关系到你的前途。这一切都较之金钱更有价值。

把自己当成老板，不为薪水而工作	114
工作不是我们为谋生才去做的事，而是用生命去做的事 ...	117
不要成为金钱的奴隶	120
比金钱更重要的	123
现在放弃是为了将来的获得	125
工作中不要把眼睛盯在钱上	127
寻找工作的乐趣	129
快乐比高薪更重要	132

五、合作比独斗更重要

在现代职场中，有很多人信仰个人英雄主义，自认为凭借一己之力就可以打拼天下，就可以撑起一片蓝天。尤其是那些刚刚步入职场的人们，他们往往忽视应有的合作精神，而专心致志地开拓自己的成功之道。但是，现实却往往令他们很失望，他们非但没有取得令人钦慕的成绩，相反却被公司炒鱿鱼，因为“独行侠”的时代

已经一去不复返了。或许你也存在着“独行侠”的意识，接到顶头上司交给你的工作后喜欢单独干，从不和其他同事进行沟通交流。如果是这样，那么你的前途必定是一片黯淡。因此，你要想获得成功，就必须培养合作意识，学会与他人合作。

优秀不是被聘用的唯一原因	138
团队作战，永远不能少	140
摒弃“独行侠”的思想	142
提高团队合作精神	147
融洽同事关系，虚心请教问题	148
善于合作的都是聪明人	151
做不了老虎，就做好一只猴子	154
人生的原则在于要做就做最好	158
信赖是团队合作的核心	161
沟通是一项重要的工作能力	164
把自己的工作纳入全局	166

六、忠诚比专业更重要

在一项对世界著名企业家的调查中，当问到“您认为员工应具备的品质是什么”时，他们几乎无一例外地选择了“忠诚”。忠诚是职场中最应值得重视的美德，因为每个企业的发展和壮大都是靠员工的忠诚来维持的，如果所有的员工对公司都不忠诚，那这个公司的结局就是破产，那些不忠诚的员工也自然会失业。只有所有的



员工对企业忠诚，才能发挥出团队力量，才能凝成一股绳，劲儿往一处使，推动企业走向成功。同样，一个职员也只有具备了忠诚的品质，他才能取得事业的成功。

忠诚，做人之本	172
忠诚是个无价宝	174
从公司和上司的角度出发	179
我为公司，公司为我	181
像老板一样积极主动	182
以老板的心态对待公司，把公司当成自己的家	185
轻视公司就是轻视你自己	187
频繁跳槽是缺乏忠诚的表现	189
忠诚必须落实在行动上	190
忠诚的最直接表现就是执行	195

七、细节比结果更重要

事业的成功源于“细节”，天下大事，必做于细，细节不是小事，它是一种创造、一种功力、一种征兆。作为员工，只有将细节、小节、小事做到极致，才算做好了本职工作。优秀的员工与大多数人的区别就在于他能够抓住那些常常被忽略的细节，并且能够乘势而上，因为多数员工只是做一些具体的事、琐碎的事、单调的事，然而越是这些再简单平凡不过的工作，越需要持之以恒地细心对待。因此，每一位员工都应当修炼细致的工作作风。

小的细节往往决定大的结果	202
轻视细节必遭惩罚	206
有规必行，有禁必止	207
工作之中无小事	211
秩序是第一法则	215
该做的事一样不能少	219
工作习惯决定业绩	224
小问题会导致大纰漏	228
改掉令人讨厌的小习惯	230

八、责任比财富更重要

责任，从工作的意义上说，是一种自然而然、毋庸置疑的使命，它伴随着每一个生命的始终。事实上，只有那些心存责任、勇于承担的人，才有机会被赋予更多的使命，才有资格获得更多的荣誉。因此，优秀员工要具备责任意识，不要去找种种的借口来推卸责任，也只有这样，才能为自己赢得更广阔的发展空间，才能成为受同事爱戴、受领导欢迎的优秀员工。

要多想想我能给企业做什么	236
寻找借口是缺乏责任心的表现	238
责任是什么	242
正视自己的责任	244



做一个有责任感的员工	246
责任感让你赢得更轻松	248
多一份责任，多一笔财富	251
面对失误，莫谈借口	254
责任不允许拖延	257
遇困难，多找办法，别找借口	260
承担责任是一种快乐	263
全心全意，尽职尽责	266
不推卸自己的责任	271

一、态度比任务更重要

人与人之间的差异其实很小,可就是这很小的差异往往造成了人生的巨大反差,这个细小的差异就是积极认真的态度。一个好的态度可以让自己开心地工作,也可以让自己开心地生活。因此,一个人的工作态度非常重要,它虽不是走向辉煌、走向成功的唯一条件,但的确是获得成功的重要前提。以积极认真的态度对待工作,并为之付诸 100% 的努力,就能令自己对工作充满自信。态度决定了主观的一切,培养积极的工作态度,兢兢业业、一丝不苟,不论是读书、求职、为官、做人,都会有精彩的篇章、完美的结局。





好心情成就高效率

如果你没有去过西雅图，那我们就一起去那里看看吧。那里有一个举世闻名的鱼摊，那里有洋溢着好心情的“飞鱼”表演，那里是快乐的天堂！

顺着西雅图市区像阶梯的街道一层一层地向海边走，你就会看到那个有名的派克市场。走进市场，蔬菜、水果、海鲜排了一摊接一摊，花花绿绿的，与一般开放式的传统市场差不多，既看不出什么特别之处，也感觉不出它已经有近百年的历史。

但是，你千万不要停下脚步。

你很快就会看见在市场的尽头聚集了一群人，很远就可以听到那里传来的喧哗声。走近了，你会发现大家像是看街头表演似的，一圈又一圈地围着几个穿着亮桔色塑胶背带裤的年轻小伙子看。其中一个戴着毛线帽的小伙子从身旁的鱼摊上拿起一条鲑鱼，转身就朝柜台上丢去，同时中气十足地快速喊着“鲑鱼飞到威斯康辛”。柜台里的人敏捷地伸出右手一把接住了鱼，大声重复“鲑鱼飞到威斯康辛”，他刚喊完，鱼就包好了，顾客开心地接过吸引大家目光的“飞鱼”，围观群众一阵欢呼。尽管海风不断地吹来满摊的碎冰块，但这鱼摊总是被人潮儿与笑声围得暖烘烘的。

这就是举世闻名的派克鱼摊。派克鱼摊的故事被拍成教学录影带、翻译成 17 国语言，成为美国《财富杂志》500 家大企业的训练教材，同名书籍《如鱼得水》登上畅销书排行榜。而且只要你在摊旁一站，就会发现身旁有明尼苏达、迈阿密，甚至日本来的外地客举着相机或摄影机，等着和派克鱼摊的“招牌产品”——飞鱼表演合影。

派克鱼摊的老板约翰·横山是日裔美国人，25 岁时，因为鱼摊原来的老板不想经营了，他才盘下鱼摊开始经营。横山并不喜欢卖鱼，他只是想多赚钱，鱼摊经营得不错，于是他在市场另一边开了批发店，但是 10 个月后，批发生意就垮了，甚至拖得鱼摊也濒临破产边缘。横山就召集鱼摊的伙计开会讨论未来的鱼摊如何经营。一个小伙子提议“做举世闻名的鱼摊”。在实践中，他们发现好的心情对顾客和自己都很重要。顾客因为好的心情而喜欢来鱼摊买鱼，自己快乐则使工作更有效率，于是他们创造了“飞鱼表演”——创造了好心情！

“因为它让我有好的心情。”买了 9 对螃蟹的科斯特洛简单的一句话就点出了派克鱼摊总是热闹的秘密。科斯特洛是美国西雅图银行的副总裁，不但常来这里买海鲜，还带着银行的经理来鱼摊学习他们愉快而又有活力的工作气氛。

好心情使派克鱼摊一举成名，不断有企业向派克鱼摊取经，横山也与顾问柏奎斯特合组未来企业顾问公司，带着伙计到企业授课，当然，派克鱼摊的生意也逐渐好转，“现在的营业额比几年前多了 5 倍。”横山如是说，这分明是不愿意说出实际数字。

好的心情能激发你的思维，让你产生灵感，获得许多解决问题



的奇思妙想。工作时保持好的心情会提高你的工作效率，让你在不知不觉中就完成一件工作，从而会使你的工作质量得到迅速提高。

好心情可以使你保持愉悦的心境，减轻工作压力。一个具备好心情的人，他平时的心情往往比严肃的人要轻松得多，因为笑声把那些不顺心的事都冲淡了，能够经常保持好的心情，他的工作压力自然就小得多。

好心情还能够改善组织内的生产力与士气。在剑拔弩张的工作场所，好心情似乎是用来对付压力的最好的方式之一。而且，拥有好心情的人通常在工作表现上胜过那些心情一般或不够好的人。

马里兰大学作过的一项调查显示，在工作时间保持好的心情往往令人觉得愉快，而这种感觉直接反映到思考上，让人们更能想出有效率的解决方法，更机敏，也更敢于冒险。

查理·琼斯提醒我们：“如果你对于自己的处境都无法感到高兴的话，那么可以肯定，就算换个处境你也照样不会快乐。”换句话说，如果你现在对于自己所拥有的事物、自己所从事的工作，或是自己的定位都无法感到高兴的话，那么就算获得你想要的事物，你还是一样不快乐，一样不会有好的心情。

在充满竞争的职场里，在以成败论英雄的工作中，谁能自始至终陪伴你、鼓励你、帮助你呢？不是老板、不是同事、不是下属，也不是朋友，他们都不能做到这一点。唯有你才能激励自己更好地迎接每一次挑战。

总之，每天用好心情去迎接工作的挑战，以最佳的精神状态去发挥自己的才能，就能充分发掘自己的潜能。你的内心同时也会变