

◎ 王树文 编著

突破 职场樊篱

Tupo Zhichang Fanli

- 一位资深白领的成长感悟
- 一个突破职场的成长模型
- 一部砥砺心智的成长读本

华南理工大学出版社

● 王树文 编著

突破

职场樊篱

- 一位资深白领的成长感悟
- 一个突破职场的成长模型
- 一部砥砺心智的成长读本

华南理工大学出版社
· 广州 ·

内 容 简 介

本书由绪论、品质决定人生、行动创造结果和结语组成。绪论部分阐述了模型开发的背景和模型的含义；品质决定人生包含一章，对责任、感恩和谦和三大核心品质进行了详细的阐述；行动创造结果包含六章，对职场呼唤怎样的行为以及我们需要如何作为进行了深入的剖析；结语部分以散文的笔触，主要诠释了人在旅途和明天会更好，试图构筑出希望的明天和明天的希望。

本书适合所有已经步入职场和将要步入职场的朋友使用，也适合广大管理者和教师使用。

图书在版编目(CIP)数据

突破职场樊篱/王树文编著. —广州：华南理工大学出版社，2011.5
ISBN 978-7-5623-2935-0

I. ①突… II. ①王… III. ①职业道德—通俗读物 IV. ①B822.9-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 067939 号

总 发 行：华南理工大学出版社（广州五山华南理工大学 17 号楼，邮编 510640）

营销部电话：020-87113487 87111048（传真） 87110964

E-mail: scutcl3@scut.edu.cn http: //www. scutpress. com. cn

策划编辑：何丽云

责任编辑：朱彩翩

印 刷 者：广州市穗彩印厂

开 本：787mm×960mm 1/16 印张：11.75 字数：158 千

版 次：2011 年 5 月第 1 版 2011 年 5 月第 1 次印刷

印 数：1～4 500 册

定 价：28.00 元

版权所有 盗版必究

前言

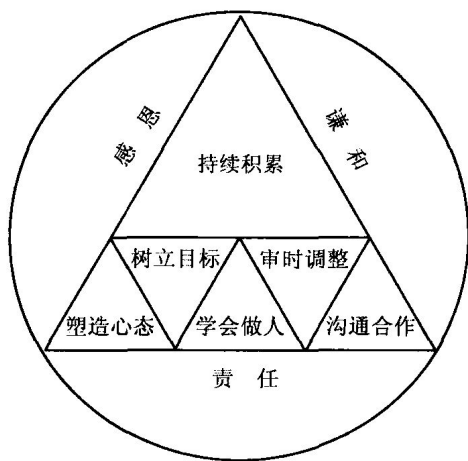
在十多年的职场生涯中，笔者犹豫过、彷徨过。十多年不懈努力和奋斗后的今天，虽然取得的成绩还微不足道，但却有了不少“粉丝”。

在平时的工作过程中，有不少同事向我倾诉职场的迷惘；我服务过的一些学员，也经常和我探讨，希望我作为过来人能给他们指点突破职场樊篱的“迷津”。这些同事和朋友，在这方面向我“请教”得多了，促使我萌生了写作这样一本书的念头，也想试图通过本书，让更多的认识和不认识我的朋友受益。

在笔者十多年职场历练的基础上，经过两年多时间对若干案例的整理、分析和研究，总结出了突破职场樊篱的成长模型，并以右图模型为依托，写就了本书。

书中没有什么高深的理论，有的只是笔者的一些认识和感悟，通过笔者收集的大量故事和案例并辅佐以具体的做法，娓娓道来，发人深省。

本书由绪论、品质决定人生、行动创造结果和结语组成。绪论



部分阐述了模型开发的背景和模型的含义；品质决定人生包含一章，对责任、感恩和谦和三大核心品质进行了详细的阐述；行动创造结果包含六章，对职场呼唤怎样的行为以及我们需要如何作为进行了深入的剖析，这六章的主题分别是：“塑造心态，成就人生”、“学会做人，畅游职场”、“沟通合作，互利双赢”、“树立目标，开创未来”、“审时调整，正确前行”和“持续积累，收获成功”；结语部分以散文的笔触，主要诠释了人在旅途和明天会更好，试图构筑出希望的明天和明天的希望，是本书的收篇之笔。

本书适合所有已经步入职场和将要步入职场的朋友。已经步入职场的朋友，可以从本书中找到您所面临的职场困惑的答案；在校大学生朋友，可以从本书中得到借鉴，避免以后职场上的碰壁和弯路。当然，此书也可作为已经成功的广大管理者（和教师）的读物，因为它将对您如何启发和引导下属（和学生）走上成功提供“锦囊”。

本书倾注了笔者很多心血。聪明和智慧的您，如果有职场的任何困惑，不妨拿起本书一读，我深深相信本书一定会给您带来富有价值的启迪！

感谢华南理工大学出版社的支持；感谢我的夫人彭灿女士，她为支持我编写此书，承担了几乎全部的家庭事务，并一直鼓励我；感谢我的

女儿王韵宁小朋友，她给我的创作注入了动力；同时，我还要感谢对本书的出版寄予厚望并提供帮助的所有朋友。正是因为这么多人的大力支持和辛勤付出，本书才得以顺利出版。最后，我要深深地感谢阅读本书的您，是您成就了这本书的价值！

职场如战场，“是英雄就总在路上”，灿烂的明天在向我们招手，愿我们挽臂同行，朝着胜利的方向前进！

王树文
2011年4月于广州

contents 目录

绪 论	1
一 职场迷惘已成常态	1
二 拨开云雾见青天	1
三 走出职场樊篱的成长模型	2
第一部分 品质决定人生	
第一章 品质铸就品牌	7
第一节 做一个有责任心和勇于担当的人	7
第二节 感恩到永远	15
第三节 让谦和相伴一生	21
第四节 品质决定人生的高度	25
第二部分 行动创造结果	
第二章 塑造心态，成就人生	29
第一节 阳光心态，灿烂人生	29
第二节 压力其实不是负担	36
第三节 挫折使人生更美丽	39
第四节 建立恰如其分的自信心	40
第五节 不要让嫉妒羁绊身心	43
第六节 如何培养阳光心态	46

目录 contents

2

第三章 学会做人，畅游职场	48
第一节 先做人，后做事	49
第二节 诚信让你左右逢源	53
第三节 正确对待自己 and 他人	58
第四节 学会改变自己	67
第五节 助人就是助己	70
第六节 做一个有智慧的人	71
 第四章 沟通合作，互利双赢	 75
第一节 沟通是合作的基础	75
第二节 沟通多一点，问题少一点	77
第三节 沟通从打开心扉开始	80
第四节 尊重是沟通的前提	82
第五节 注意沟通方式	83
第六节 学会倾听	92
第七节 合作创造共赢	95
第八节 依靠他人的力量	98

第五章 树立目标，开创未来	101
第一节 成功是一种认识	101
第二节 职业需要规划	102
第三节 没有目标就没有成功	108
第四节 目标需要分解	111
第五节 先计划，后行动	114
第六节 我的人生我做主	115
第六章 审时调整，正确前行	124
第一节 目标和计划需要调整	124
第二节 舍与得的辩证法	125
第三节 换一种思路解决问题	126
第四节 在反思中进步	129
第七章 持续积累，收获成功	131
第一节 行动，把目标变成现实	131
第二节 付出之后才有收获	134
第三节 积累，实现量变到质变	136
第四节 坚持是一种力量	139
第五节 学无止境	142

目录 contents

4

第六节 专注者兴起	149
第七节 要放眼长远	152
第八节 把工作当事业	159
第九节 不要安于现状	162
第十节 使时间效率最大化	165
第十一节 关注细节	170
结 语	173
一、人生感悟之“一”到“十”	173
二、人在旅途	174
三、明天会更好	176
参考文献	178

绪 论

一 职场迷惘已成常态

当今社会，职业迷惘已经成为了一种非常普遍的现象。在校学生对未来的职业感到迷惘；刚刚步入社会投身工作不久的人士对职业感到迷惘；有些工作了十几年甚至更长时间的人，对自己的职业生涯仍然感到迷惘。这是为什么？

不少人，在大学校园中曾是春风得意、风光无限的天之骄子，可进入社会，发现自己不再左右逢源，在职场中总是跌跌撞撞，好像前进的道路上有很多绊脚石，每走一步都会摔跤；又好像自己在走迷宫，总也找不到出口。这又是为什么？

可以说，职场迷惘已经成为当前社会的一种常态，也成为亟须解决的社会问题。很多迷失在职场中的人士，期望自己能尽快走出职场的迷宫，可是费了九牛二虎之力，仍然找不到解决问题的方法，最终遗憾地让自己迷失在职场的丛林中，消失在竞争的漩涡里。

为什么会这样？

面对如上的种种问题，有些人说在当前物欲横流的社会里人变得越来越浮躁了，有些人说是当今社会竞争压力太大了，有些人说是自己对自己没有明确的职业规划，有些人说是情商不够，也有些人说是人品出现了问题。然而更多的人则是茫然不知道问题何在，更不知道如何去解决这一问题，所以一直彷徨不前，任年华似水流，多年以后发现自己依然是一事无成。

二 拨开云雾见青天

上面的问题原因何在？有没有解决方案？有没有办法拨开职场



的迷雾，走出职场的迷宫？

答案当然是肯定的。因为虽然有很多人在职场中一筹莫展，但也有不少人在职场的海洋中搏击得风生水起，他们总能左右逢源、逢凶化吉、从胜利走向胜利。这些“成功”人士，不是他们从来没有遇到过职场的迷雾，而是他们有方法能让自己走出职场迷雾。

既然有方法，那这个方法到底是什么？如何才能走出职场的樊篱？怎样才能找到职场迷宫的出口？

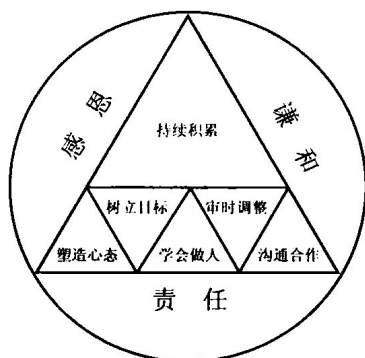
从迷雾中走出，需要勇气，更需要智慧。笔者经过十多年的职场历练，在自己亲身体验的基础之上，经过对若干案例的分析研究，总结出了走出职场樊篱的成长模型，通过本书向广大读者展示出来。

这本书将教您如何拨开云雾见青天，如何走出职场的樊篱。它是广大陷入职场迷宫的读者朋友一场不可多得的及时春雨，贵如油。

三 走出职场樊篱的成长模型

如何走出职场的樊篱，笔者总结和开发了如下图所示的模型。

该模型向我们展示出，右图圆圈中三个圆弧区域所包含的三个方面：“责任”、“感恩”和“谦和”，属于人的最核心的品格方面，是人能否走出职场樊篱的基础和保障；“塑造心态”、“学会做人”和“沟通合作”，属于人的自控力和情商方面，是人能否走出职场樊篱的必备条件；“树立目标”和“审时调整”，属于人的自我定位方面，是人能否走出职场樊篱所必须执行的行动规划；“持续积累”属于人的行动力方面，则是人能否走出职场樊篱的武器。



否走出职场樊篱的必备条件；“树立目标”和“审时调整”，属于人的自我定位方面，是人能否走出职场樊篱所必须执行的行动规划；“持续积累”属于人的行动力方面，则是人能否走出职场樊篱的武器。

该模型中，“责任”放在模型的最下面，是基础；“感恩”和“谦和”放在模型的两侧，它们为您的职业生涯一路保驾护航；“塑

造心态”放在六个基本行为的首位，因为“心态决定命运”；“学会做人”放在六个基本行为的第二位，证明它非常重要，因为“人做不好，事一定也做不好”；“沟通合作”与“塑造心态”、“学会做人”放在同一水平层次上，因为不懂合作的人，不会有大成就；“目标”是职场的方向指引，没有目标就没有一切；“审时调整”是一种智慧，让人生之舟总能航行在正确的航道上，从而“事半功倍”；“持续积累”放在最顶端，表明只有通过自己不断努力和积累，才能最终达到人生职业生涯的顶点。

该模型中，笔者把“塑造心态”、“学会做人”、“沟通合作”、“树立目标”、“审时调整”和“持续积累”设计为三角形，然后把它们又组织成一个更大的三角形，因为三角形的稳定性最高，如此努力下去职业生涯一定坚如磐石；然后把“责任”、“感恩”和“谦和”无缝整合进模型最终形成一个圆，寓意是只有满足了如上模型的种种要求，人生的职业生涯才可能圆满。

笔者将在以下的章节详细解读该模型。



第一部分

品质决定人生



产品要能畅销不衰，其质量必须过硬；产品质量不过硬，即使一时被人们追捧，那也必然会落得昙花一现的命运。同样，一个人要想畅游职场，得到身边领导、同事、朋友的赞许和认可，其人品必须过硬；一个人品不佳的人，或许会被人们称许一时（在他低劣的品质没有被人识破之前），但一定很快被人们疏远。

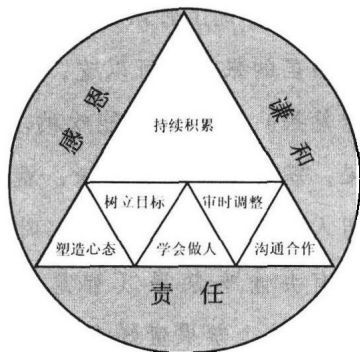


第一章 品质铸就品牌

品质铸就品牌，对于产品是这样，对于人来说，也是这样。

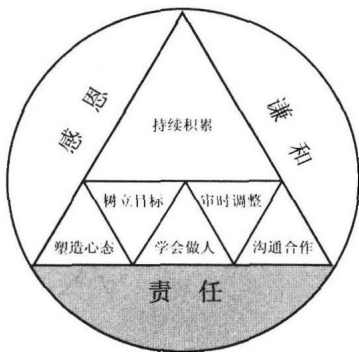
人的品质有很多方面，笔者认为，勇于承担责任、常怀感恩之心和永葆谦和之品质，是影响职场成败最为核心的品质。

一个缺乏责任意识，不能担当的人，无法被委以重任；一个缺乏感恩他人的人，会因为没有良师益友，无法在职场中走得太远；一个不懂谦和的人，会因为失去别人的帮助、批评和教育，最终业绩平平，难登“大雅之堂”。



第一节

做一个有责任心和勇于担当的人



—— 责任是一个载体，责任可以将你的能力价值最大化，故而责任胜于能力。