



一品人生

手段

攻防兼备的 88种职场攻略

许秋石 © 著



海天出版社

许秋石 © 著

手段

攻防兼备的
88 种职场攻略

海天出版社

图书在版编目(CIP)数据

手段: 攻防兼备的88种职场攻略/许秋石著. —深圳:
海天出版社, 2005

(一品人生系列)

ISBN 7-80697-634-5

I.手... II.许... III.办公室—人际关系学—通俗读物
IV.C912.1—49

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第122899号

海天出版社出版发行

(深圳市彩田南路海天大厦 518033)

<http://www.htph.com.cn>

责任编辑: 廖译(choately@sohu.com)

封面设计: 谭韦伟 责任技编: 卢志贵

责任校对: 陈敏宜 邮购电话: 0755-83460397

深圳市希望印刷有限公司印刷 海天出版社经销

2006年1月第1版 2006年1月第1次印刷

开本: 787mm×1092mm 1/32 印张: 13.75

字数: 150千 印数: 1-6000册

定价: 19.00元

海天版图书版权所有, 侵权必究。

海天版图书凡有印装质量问题, 请随时向承印厂调换。

前言

经过近百天的努力，《一品人生系列》之《手段——攻防兼备的88种职场攻略》终于和你见面了。

这是一本职场生存必备的速查手册。

这是一本实用、好用的职场参考书。

本书中出现的每一个主角很有可能就是你身边的某位同事，他们每一个和你一样经历了从读书到进入社会，从普通小职员到中层管理的艰辛过程。他们有的人已经拥有长达十年甚至更久的丰富工作经验。他们在不同的国企、外企和私企的重要部门担任不同的职务，因而接触过不同类型的上司和同事，他们和你一样得到过支持和帮助，也曾经被人陷害过；有的人咽下委屈，也有的人奋起反击；他们笑过，也哭过。本书正是从不同的人经历过的不同教训中总结出很多有益的经验，然后汇集成这一本书，希望对仍然处在水深火热的职场中的你有所帮助和启发。

在开始撰写这本书以前，作者查阅和收集了大量的相关资料，并且开展了多次办公室小隔间访谈，访谈的对象涉及外企高



级白领、国企中高层管理人员和普通打工者等大约 2 千人次，从中获得了不少灵感和新的领悟，当然最宝贵的资料应该是作者本人的工作日记，满满六大本酸甜苦辣，真实记载了近十年的职场生涯。经过近百天的整理归纳之后，终于向大家呈现出了这一本书，希望能在处理人际关系及激励斗志等方面使你有所收获。

本书全部采用最亲切随意的称呼，例如“小李”、“小陈”、“阿波”或“阿莲”等。向你讲述一个个发生在“职场小人物”的身上，发生在办公室小隔间里的琐碎小事、点滴苦恼和起伏情绪。激烈残酷的竞争机制、游走边缘的男女关系、上司下属的分寸拿捏、微秒境遇的敏锐嗅觉、突发状况的应急措施、拖欠薪水的合理索赔、重压心理的缓解释放等等。这是一本倾心为“职场小人物”奉献的职场生存 88 计。当然，也适合一些已经奋斗成功的人士温故知新，感叹过往奋斗岁月的蹉跎与甜酸苦辣。

目 录

第一章 心理舒畅日日新

1. 拿什么来骄傲和自满 2
2. 有点压力也不坏 5
3. 抱怨让你损失了什么 8
4. 患得患失是一种病 11
5. 得与失只在一念之间 14
6. 别做成了欲望的奴隶 17
7. 不要凡事一知半解 20
8. 想成功就不怕吃亏 22
9. 不希望只是花瓶 25
10. 不要自以为是 27
11. 别做不懂装懂的“草包” 29
12. 摒弃剽窃贴金 31
13. 小心变成别人的笑料 34





14. 状态决定工作效率	36
15. 不要成为同事眼中的恶男	39
16. 做一个出色的职场女性	42
17. 自行创业前的思考	45
18. 甘心扮演猪八戒	48

第二章 激励早操天天做

19. 机会一直都有	52
20. 蓄势待发的必要性	55
21. 心胸开阔才能走得更远	58
22. 用工作来舒畅自我身心	61
23. 工作中少说废话	64
24. 事无巨细，认真做足	66
25. 利益当前，忍者无敌	68
26. 办公室不相信眼泪	70
27. 别给自己找借口	73
28. 一技傍身底气足	76
29. 起步才是好的开始	78
30. 保留实力才可以全力冲刺	80
31. 脚踏实地与不切实际	82
32. 是人才，还怕没人欣赏	85
33. 得到一样比什么都得不到好	88

34. 做一个用心的抄袭者	91
35. 成功与三心二意的人无缘	94
36. 面试也是一种机会	97
37. 别急着对小公司失望	100
38. 保持年轻的心参与竞争	103

第三章 上司下属心相应

39. 舍得与人分享	106
40. 信念让你坚持到底	109
41. 公平正直才能服众	111
42. 人尽其能才有干劲	114
43. 换位思考营造和谐氛围	117
44. 与上司保持适度的距离	120
45. 懂得了解上司的好处	123
46. 拍马屁的技术含量	125
47. 上司喜欢讲信用的人	128
48. 用心聆听方能沉着镇定	130
49. 完成一份满意的报告	132
50. 更快获得上司的批准	135
51. 用会议解决问题	138
52. 遇到外行上司	141
53. 谁帮老板承担错误	144

第四章 斗智斗勇天天乐

- 54. 该出手时就出手 148
- 55. 短时记住别人名字技巧 151
- 56. 名片不是纸牌 154
- 57. 好的意见能否转个弯来说 157
- 58. 老板，我要求加薪 160
- 59. 拉帮结派不可取 163
- 60. 让别人的嫉妒成为你的动力 166
- 61. 警惕别有用心的人 168
- 62. 必不可少的应酬 171
- 63. 说吧，说出你的想法 174
- 64. 投其所好让沟通更有效 177
- 65. 争执不是沟通的方式 179
- 66. 面对欠薪，勇敢说不 182
- 67. 勤交友，不如少树敌 184
- 68. 与人交往，因人而异 186
- 69. 如何结束讨厌的交谈 189
- 70. 算来算去算自己 191
- 71. 最可能背叛你的人 194
- 72. 把中伤变成能量 197
- 73. 警惕有不满情绪的人 199

74. 谁是主子谁是奴才	201
75. 职场的心都硬起来	204
76. 如果你是老实人	206
77. 不要滥用你的信任	208
78. 微笑不语是另一种挑衅	210

第五章 铿锵男女对对碰

79. 办公室玩不起暧昧	214
80. 分清崇拜和爱	217
81. 嫁给男上司之深思熟虑	220
82. 何以在家呼风唤雨	223
83. 一时冲动有可能毁掉你	226
84. 深藏不露的恋爱高手	228
85. 保持女性应有的矜持	231
86. 办公室的野花别乱采	233
87. 情人面前守住机密	235
88. 对性骚扰说不	238
后 记	241

第一章



心理舒畅日日新

不管你信不信，态度有时候可以决定一切，尤其是在职场上，竞争压力和困难阻碍压得你随时都可以找借口松懈和放弃，只有随时保持良好的心态，才可以让每一天都活得轻松自如，才可以在挑战和困难面前，不会败下阵来。

1.



拿什么来骄傲和自满

我想起一个朋友 Jenny，大学本科学历，主修英语，她在读大学的时候已经获得英语专业八级证书，她对于自己的英语能力可以说是相当自负。有一次，她去一家德资刀具专卖店面试店长助理一职。在临去之前，她自信满满地说，不过是一家专卖店而已，我的英语水平足以应付了。可是当她结束面试以后，再也没有这样的感觉了，从此以后她再也不因为自己英语八级的能力而自负了，她开始保持一种谦虚的态度，积极地学习其他外语，希望可以获得更多竞争的资本。于是我好奇地问她为什么？她感叹道，那一天同时面试的还有三个女孩子，一个是德语和英语双语流利听说写能力，一个是德语、英语和法语三语流利交流能力，还有一个是应届硕士研究生，和她们一比，我这个英语八级显得一点优越性都没有。

不知道你是否有过这样的经历，招聘广告上要求大专学历，你想着你的本科学历应该很有优势了，可是当你去面试时你才发现原来有一群本科学历等着和你竞争，甚至还有几个硕士。因为这个社会就

是这样现实，僧多粥少，很多人对于机会的嗅觉都同样灵敏，只要发现一个机会谁也不会轻易错过。面对这样的情况，那些用人单位在有了更多的挑选余地之后，也开始将用人条件越定越高，因为他们不愁找不到人，所以他们有足够的耐心来挑选一个最优秀的人才。

我们一直在鼓励大家要有自信，这是一个成功的基本条件，但也总是在强调别因为自信满满而停滞不前。既然我们都知道生命是有限的，知识是无限的，为什么还要为了一时的懒惰，一时的优越感而自满呢？要知道没有进步就意味着在退步，当你为了一点成绩而骄傲自满，沾沾自喜的同时，其他曾经比你条件差的人都在继续努力，他们迟早会取代你和超越你。你知道这个世界上最不缺乏的是什么呢？人才。更何况你的那一点儿成绩和骄傲在这个人才济济的时代里又算得了什么？连博士毕业都可能找不到工作，更何况你呢？你虽然已经拥有了一份工作，可是你敢保证你不会失业吗？这是一个竞争激烈的年代，这个年代不再有铁饭碗，连公务员都要年



年参加绩效考核；社区居委会的义务工作都要竞争上岗，连殡仪馆的工作都有数以千计的大学生去竞争，你还是觉得自己已经满足于现状了吗？退一万步说，你不准备继续升级加薪，可是你还要保住这个饭碗啊，竞争何其多呢，你还能够悠然自得地享受过往的那么一点小成果吗？

找一份好工作，除了你自身的资本以外，还需要一点运气；走一条稳步发展的事业之路，则需要你一直坚持不懈地努力进步，只有不断进取的人才可以一路坚持走到目的地。你的优越性只是在你所处的小范围以内，如果你换了环境，如果你面对的是更多比你更优秀的人才，你还能拿什么来骄傲和自满？

- 有竞争优势是好事，有沾沾自喜的资本也是好事，只是别忘了，兔子的优势比乌龟可是强多了，不是照样输给了乌龟？
- 都说笨鸟先飞，笨鸟正是因为没有那些引以为傲的资本，所以才不会沾染上骄傲和自满的习气，才会越飞越高。

2.



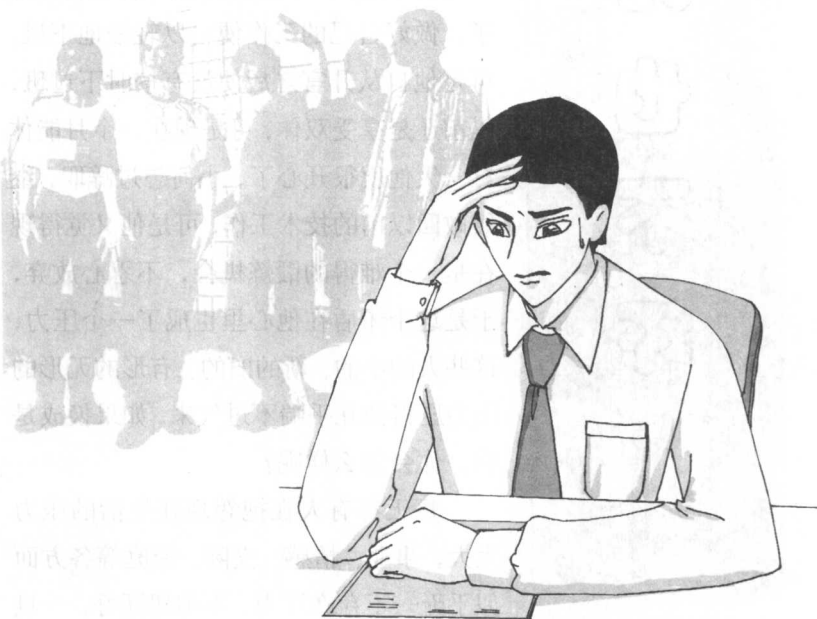
有点压力也不坏

小何以前在技术部门，工作轻松，生活随意，有很多时间休闲娱乐，也有闲情想想心事，可是随着他被提拔为部门主管，他的压力便来了。做管理怎么会少操心？眼看着月底了，业绩还是跟不上计划；手下又没有有一个得力的助手，什么事都得他亲自操心；老员工倚老卖老，不太给刚提拔的小何面子；手底下的女员工一旦被批评就红了眼眶。小何发现自己面对的压力越来越大，于是他开始怀念以前的日子，做好自己的工作便可以轻松地下班。可是他自从升官之后便没有按时下班，以前还是享受双休，可是现在一个月能休息一天他就很开心了。小何想过辞职，继续做回以前的技术工作，可是他又觉得现在是一个难得的锻炼机会，不忍心放弃，于是这个矛盾在他心里也成了一个压力，这些大的小的、新的旧的、有形的无形的压力压得他几乎喘不过气来。如果换成是你，你会怎么样呢？

每天都有人在抱怨现在生活的压力太大，事业、情感、交际、家庭等各方面似乎无一不存在压力，不抱怨还好，一旦

抱怨起来，这些压力似乎就会放大，甚至压得自己喘不过气来。其实人活在世上，谁没有压力呢？只是现代人由于对自身要求的提高，压力也难免会增多一些。其实这些压力，有的来自外界，有的是来自内心，仔细想一想，正是这些存在于不同方面的压力一直在促进着我们不断进步。

别不相信，每一个人都有好胜心的，只是强弱不同、表现不同而已。正是因为每天都要面对不同的压力，才会使神经紧绷得像是箭在弦上，不得不随时审视自己的一言一行。在公司里，上司的肯定是压力，上司的批评更是压力，上司的不闻不问一样是压力；同事的竞争是压力，同事的为难是压力，同事的升迁更是压力；完不成任务是压力，超额完成了却没有拿到应得的奖励是压力；甚至连公司里最近传得最厉害的关于降职调职或是裁员的小道消息都会成为压力。如果人成天被这些压力压着，还不累死啊？这就在于你是



如何缓解自己的情绪，如何加强自己的承受能力，如何将这些压力转换成一种动力。

我们每个人都只有一双手，不可能一次就解决所有的问题，既然如此，你为什么要同时为所有的问题而苦恼呢？其实谁都有压力，有抱怨和烦恼的时间不如一点点理清头绪，将问题一道道解决，你只要调适好了心态，便会发现其实在我们的工作、生活和感情当中，都需要存在一些压力，因为它将转换成一种动力，推动着你不断地前进，同时要保持不要急于求成的心态，按部就班，那些面对的问题自然会迎刃而解。

- 每个人都有惰性，总是让你可以随时找到各种松懈的理由，而压力则是无形的皮鞭，在你想要松懈的时候鞭策你继续向前。
- 压力是随着欲望而加强的。想想你一穷二白的时候，也没有少了压力，如今越活越滋润还不都是因为它的存在？