

快乐白领法则

郑颖蕾摇余睿菲摇摇编著

汉语大词典出版社

目录

OFFICE 求职法则

用求职信抓住未来老板的心	2	◀
新鲜人就业提示	5	
做一匹伯乐喜欢的良驹	9	
在上海找份工作	12	
面试时的自我包装	21	
面试时你的眼	24	◀
面试十六条	26	
面试话题 15 禁	29	
面试问题解码	32	
和面试官周旋到底	37	
在集体面试中鹤立鸡群	40	◀
应聘外企:把握情报占先机	42	
外企面试有胜券	44	
面试时,报个合理的“身价”	49	
当求职遇到高薪	52	◀
近距离观察:AC 技术人才评鉴技术	54	
就业难,自己创业	57	

OFFICE 生存法则

处世之术

新鲜人,好印象	62	
你的领导是哪一型?	65	

▶	领导下属, 为官有方	68
	马屁, 是一门学问	71
	这样的 OL, 最受欢迎	75
	30 岁的职业压力	78
▶	人际之通	
	和同事做朋友	81
	我的老板是魔鬼	85
	我的上司是女人	88
▶	在刀光剑影中求生存	91
	办公室的 8 类危险人物	96
	当同事变成爱人	99
▶	加薪之法	
	积极赚钱, 快乐无穷	101
	老板, 我想加薪	104
	赢得高薪不是梦	107
▶	升迁之道	
	做一个高效的工作者	110
	做一个八面玲珑的办公室宠儿	112
	怎样赢得老板器重	114
▶	为什么升迁的不是我	116
	新官上任, 当心烧火上身	120
	跳槽之说	
▶	轻易不跳槽	123
	该跳槽时就跳槽	125
	上司跳槽, 我跟吗	127
	带着资源去跳槽	129
▶	辞职, 有些沉重	131

当新老板要我从旧公司挖客户时 ...134 ◀

充电正时尚

热门考证之“最”136

在职考研:在夹缝中生存141

读 MBA 值不值144 ◀

留学让你左右为难吗150

手持驾照走四方156

OFFICE 仪态法则

各国礼仪全掌握162 ◀

掌握西餐礼仪164

会议场合,装扮手册169

办公室着装 ABC172

OFFICE 基本礼仪175 ◀

OFFICE 禁忌178

做一个仪态万千的 OL180

OM,怎样仪表堂堂.....184

OFFICE 健康法则

身体健康法则

别让领带毁了你的视力188

网虫必修课189

电子病,你得了吗191 ◀

我的手机我做主.....193

心理健康法则

“工作狂”VS“工作热爱者”196

摆脱强迫症的困扰199 ◀

▶	健身法则	
	私人健身教练:定制属于你的个性	
	计划.....	202
	时尚运动,你参加了吗	205
	开始自助旅游吧.....	210
▶	美容 1 + 1	
	做一个瘦脸美女.....	212
	美腿是怎样炼成的.....	215
▶	用吃喝来 KEEP FIT	217
	男性白领减肥不容缓.....	221
	爱上精油没商量.....	223
▶	OFFICE 理财法则	
	家庭理财	
	“月光族”攻略.....	230
	家庭资产流失.....	234
▶	双薪家庭如何理财.....	237
	出国旅行“省金”招.....	239
	留学也有省钱法.....	241
▶	个人投资	
	树立你的个人理财观.....	244
	2004 个人投资指南	247
	在职老板的“双城记”.....	252
▶	投资炒房须谨慎.....	254
	个人投资商铺 123	257
	车房计划	
▶	年轻白领该买什么房.....	260

目 录

汽车信贷,你动心了吗263
汽车省油出新招266

求职法则

韵云赋求职法则

★ 用求职信抓住未来老板的心

写求职信有什么难的？上网一搜索，下载个标准版本，一五一十把个人资料填全了，然后再用些“花言巧语”一润色，不就搞定了？！

如果你抱有这样的想法，那么“恭喜”你，把求职信发出去后，你就在家慢慢地等着吧，记住，是慢慢地等……

你想呀，老板面前有一大堆求职信，和你一样大本毕业，有三年工作经验的大好青年随手一抓一大把，所有的求职信如出一辙，搞不好你们下载的还是同一个版本的标准格式，你说老板除了在这些信里抓阄外，还有没有其他更好的挑选方法？这种简历发出去，等到面试的机会就和彩票中奖的机会一样高，你说我是不是要劝你慢慢地等着去呢！

因此，要在“求职信”这一关打个漂亮的大胜仗，不学点小技巧怎么行？

技巧一：个人资料懂得扬长避短

填写个人资料，名字、联系地址、联系电话一定记住规规矩矩写在最前头。你别以为搞得花里胡哨地能吸引人的注意，如果你把名字“别出心裁”地签在简历最后或夹杂在整个简历当中某个不起眼的角落，对不起，你能得到面试资格的机会接近无限不可能，因为你根本就没有诚意让对方方便地与你联系。

个人资料要写得巧妙，最重要的是懂得扬长避短。比如应聘外企，你的英语口语其实不错，但在大学时代只考出个“英语四级”，那么在写简历时，你可以写成：英语水平良好，口语尤其流利。千万不要学标准模式那样中规中矩地写“英语四级”。要知道和你一起竞争职位的人中，英语六级的有一大把，说不定还有个把“英语专业八级优秀”的，老板单看简历，你说谁占便宜？反正只要过了“求职信”这一关，真正坐到老板面前时，你再凭真本领用流利的口语去让他相信有没有证书并不是问题。

技巧二：基本经历懂得“对症下药”

写基本经历时，很多人会犯“事无巨细，我皆报告”的毛病。有的甚至连大学里参加过话剧团，在《日出》里扮演过配角的经历也一股脑地往求职信上倒。拜托，你以为几十条经历就是资本？老板又不是笨蛋，哪些经历如同废话他心里没数？搞不好还认为你这些年来工作毫无建树，只能拿大学里的陈年小事来充数。

如果你在工作中的确取得过不少大成绩，那么更不需要多写上几十条小成绩，要知道，这些小成绩非但无法起到衬托的作用，反而会使得老板因为不耐烦看那么多条款，而疏忽了那些真正的成绩。

当然，最重要的是，要尽量写与自己所应聘的单位、职位相关联的经历。你若去应聘当快速消费品的销售经理，经历却是曾经在“给排水工程”方面得过设计大奖，这哪和哪的事儿呀，这样牛头不对马嘴的经历，写得越多越显得你对于应聘单位来说不专业，谁还会来请你呀。

技巧三：针对性陈述要精短

除了简历和经历，一段简短但精妙的陈述是一份成功求职信不可缺少的部分。

这一部分内容，是你完全针对所应聘的公司而发表的感想。其中可以包括你对应聘公司的了解，你对所应聘职位的想法，甚至可以包括你认为自己如果成功应聘的话，可以为公司所做的贡献或带来的利益。

这年头，谁都想要“感觉”，应聘单位自然也不例外。老板收到这样的求职信，自然明白这不是一份可以重复投一百家公司的求职信，而是完全针对自己公司而发出的信，这种被尊重、被重视的感觉绝对让老板对你有第一好感。

当然，如果你对即将应聘的公司毫无了解，就不要胡乱发表意见，更不能写上一堆小道消息。还有要记住，即使你在应聘公司有“内线”，也不要再在求职信中流露出一副“我很了解你底细”的样子，要知道，老板们最忌讳的就是“奸细”和“内贼”，你若摆出个对公司内部秘密都了如指掌的姿态，应聘是一定落空，搞不好还连累上你的“内线”，你可犯不着做这“偷鸡不成蚀把米”的蠢事。

★ 新鲜人就业提示

“就业难，难于上青天。”这是不少大学毕业生找工作时的感叹。每年的 远苑月，一批一批的社会新鲜人即将走出象牙塔，自力更生以求丰衣足食。从实习起，他们就开始为工作担忧。找工作时，有的方向明确，有的则没有方向，此时成为他们涉世之初的首个岔路口。

方向明确，或者在实习时便有了清晰意向，于是干脆付诸行动，到自己想去的单位、公司谋个短职，开门见山地表达求职的意愿；或者有家业根基、广泛而良好的交际圈，工作的事自有家人铺路开道；或者爽气大方，以为不过是找工作，随手拈来，众人皆慌我不忙，且玩两个月再作打算；或者犹犹豫豫，不知该从事什么样的工作，于是一拖再拖；又或者逃避现实，不愿踏入纷纷扰扰的社会，于是在考研和寻找工作之间犹豫徘徊迷失了方向。

找工作真的那么让人日夜不安吗？其实，找工作不仅要有过硬的硬件设施，还必须要有充分的个人自信、平和的心理素质和一定的处事技巧。一些大学毕业生，本来应聘的单位有好的机会给他们，但由于他们的表现不到位而丧失良机，让人为之叹息。所以，在找工作之前，社会新鲜人必须做到以下几点。

了解自己

在做事情之前，了解自己的优劣势，把优点缺点在心里面罗列一下，对自己做到了如指掌，才可以有效地取长补短。

例如，我的一个学妹，师范学校政治系毕业，但她并不喜欢她所学的专业。将近毕业，有两条路摆在面前：一是专业对口的中学辅导员，一是专业不对口的公司职位。她个性活泼大方，开朗外向。起初她一心向往公司职位，她认为大学不过是素质教育，择业时专业无须对口，而公司的职位，工资比老师高很多，又能锻炼自己的处世能力，此时她是抱着试试看的心态做抉择的。而即将毕业的时候，她的想法发生了转变，原因是她认为师范专业虽然不是自己的喜好，但四年的勤奋学习让专业成为她目前的强项，先站稳脚跟是最重要的。于是，她先在南汇的一所中学里做辅

导师。在工作之余，她又找到了一份收益不错的兼职。她现在的状况是：跳槽到了市区的一家重点中学，全职兼职两手抓，两手都快乐。她觉得现在很充实，打算等有了基础，开一家咖啡屋、书店或是服装店，慢慢做大，过足老板瘾。

圆媛了解社会

社会是变化的。目前社会上，什么人才是最抢手的？什么条件是必须具备的？什么才能是可以使我立于不败之地的？这些并不需要长篇大论，不需要长时间的调查研究。社会的趋势，可以通过各种渠道来得知：同学的谈话，老师的聊天，邻座阿姨的攀比，媒体的宣传等。了解了社会的走向之后，可以有的放矢，使自己前进有明确清楚的目标。那么，哪类人才在社会上会受青睐呢？以上海为例，金融、IT与微电子、法律、物流、生物医药、汽车、房地产、现代农业、商贸旅游、服务贸易、中介咨询、现代管理等行业在上海行情上涨，而且估计在近两年也不会有较大的变化。

猿媛了解单位

圆世纪是信息时代，每个大型的企事业单位为了适应现今的时代模式，都有自己的网站。学校对电脑课程的重视，学生们对圆媛的热情，足以使每个即将加入社会的应聘者可以熟练地操作网络。那么，上网搜索招聘单位，上单位主页了解情况，并通过耘原号方式投放简历是方便有效的求职模式。

对于那些发展前景良好却没有公司主页的中小型公司，可以从公司招聘广告上的“公司简介”大致地了解它的情况，比如说注册资金、发展方向等。

面试前就应对所应聘的公司做个全方位、深入的了解：公司的优点，是你与公司领导快速消除陌生感拉近距离的桥梁；公司的漏洞，是你提出建设性意见即让对方认知你的长处的切入点。

源媛把握重点

有的应聘者，性格外向，表达能力很强，半个小时的面试时间中，天南海北高谈阔论，却对自己最闪亮的地方缺乏介绍，这会让面试官觉得他是一个缺乏实战能力的人。而另外一个人，在短短的二十多分钟时间内，仅说了一个精彩的案例，就充分

证明了自己有较强的能力。所以,应聘者介绍自己时不一定要面面俱到,但一定要打造你使人动心的“亮点”。不要顾此失彼,要把握住重点,说该说的东西,充分展示自己的优点,以最直接、最干练的方法来达到效果,这不失为明智之举。

缘 充 满 自 信

无论什么时候,都要充满自信。面试时,是自信使你可以微笑地面对,是自信让你平静解决考官的难题。虽然你不一定是最优秀的,但可以在这次面试中做到最好。相信自己,还有什么事情不能做好的呢?尤其在碰到小挫折时,考官有意为难,这时,不要当场愣在那里,以你十足的自信去想考官提这个问题的目的,不要怕自尊心受挫,也许受挫本身就是考试的一部分。不要怕考官“刁难”你,考官的“刁难”也许正是你展示自己的大好机会。对此,我要将比尔·盖茨送给大学毕业生的一句话转送给大家——

“这世界并不在乎你的自尊,他希望你自我感觉好之前有所成就。”

远 不要过分自信

经常会有这样的情况,在整个面试的过程中,你的表现都相当好。那么,此时也不要以为胜券在握就表现出过分自信的言行。我就在一次面试中吃过这样的亏。刚毕业时的一次面试,考官问我为什么要参加这场面试,之前参加过什么行业的面试。我当时参加这场公司面试只是抱着试试看的想法,其实心里挺想去前天面试过的一家报社。我想这样回答可以显得我挺抢手的。于是我如实地告诉他,我还在等着一家报社的消息。这次面试没有成功,事后,我总结经验教训,觉得我不该告诉考官这个信息。在应聘时,展示自己的自信和能力是对的,但不要刻意制造自己抢手的气氛,这样往往会带来负面影响。试想你是老板,你会接受一个对公司缺乏忠诚,过于自负的人吗?

苑 明 确 目 的

大学刚毕业的时候,我曾在一家台资公司做过一段时间。那个时候我比现在性格内向,腼腆寡言。那个职位对于我这样刚毕业的大学生来说,有些摸不着头绪,于

是再三出错。终于有一天,我的一位经理,台湾称为协理的,他语重心长地告诉我:你知道自己为什么老是出错吗?你没有企图心,没有很强的目的。你有你自己的优点,善用优点,多点积极,你一定能做得最好。这些话对我启发很大。以后的工作中,甚至在第二份工作的找寻、试用期、正式聘用的过程中,我都以“善用优点,多点积极”来警醒自己。这样,我发现其实无论什么事情,只要自己有强烈想去做的欲望,就能做好;“世上无难事,只怕有心人”。在融入社会的过程中,社会新鲜人最终会认识到这句话是个真理。

不论什么单位,想得到的都是专业而且敬业的职员,而不是做事散漫、得陇望蜀,对公司缺乏忠诚度的人。即使你够专业,但相对于别的许多又专业又重视这份工作的人,你得到这份工作的几率显而易见。所以,假如你对某公司某职位感兴趣,那么你就要在应聘的过程中努力表现出最专业的状态和最认真的态度。即使你面对的问题很轻松,也要认真对待,所谓“狮子搏兔,也用全力”,何况,这是牵涉到自己前途与命运的就业机会呢!

★ 做一匹伯乐喜欢的良驹

不被赏识?无人相中?你觉得自己才高八斗,可是在应聘时却屡遭淘汰,究竟是你做得不够好,还是这世上真的伯乐难遇呢?

其实企业究竟青睐哪种人才,是有个基本方向的,也就是,伯乐们喜欢的“良驹”有个大同小异的标准。因此,能不能得到赏识,一来取决于伯乐,二来也取决于你是否是一匹伯乐相得中的良驹。

踏 实 自 信

找工作和谈恋爱一样,讲究的是两相情愿,如果一方猴急着要和另一方确定关系,结果往往适得其反,多数以“告吹”了局。很多人在面试时会显得紧张或者急躁,他们刚和企业接触就想着最好能尽快签约,恨不得下午就到企业上班。

“只要你们接受我,工资待遇不是问题。”我随时都可以上班的,今天就可以。”“我希望你们能尽早给我回复,越早越好。”……这样的话一旦说出口,给面试官的感觉是:你已经走投无路,一心想投奔这家企业。

踏实自信的应聘者有着一种气势,他们懂得自己真正的价值,清楚企业接受自己是一个双赢的结果。自己之所以选择这家企业,既是对企业的肯定,也是对自己能力的信任,带着这种心态去面试,成功的几率就非常高。

要知道,用人单位一般不会轻易录用初次见面就愿托付终生的应聘者,因为在双方没有完全了解的情况下,应聘者的草率让人容易怀疑他的学识能力和对承诺的忠诚度。对于很多企业来说,他们非常希望应聘者能全面、均衡、踏实地考虑问题,在选择企业的时候,不要只看到一个月能拿多少钱,而要将薪酬福利、培训机会、发展目标等结合起来综合考虑。

适 应 力 强

应聘者的适应能力是用人单位最看重的。适应能力包括用所学的书本知识,适

大胆创新

很多人的求职材料中,基本上是学历、实践经历、特长及应聘职位。如果能对以前的工作做些适当的总结,对未来职位工作提出一些设想和展望,则既体现你能规划自己反省自己,又表明了你对岗位的兴趣和单位的忠诚。很多大集团在面试时都会要求应聘者阐述三五年内的职业发展目标。

有人力资源经理表示:会规划,有着大胆设想的人,在工作中才会有活力,我们迫切需要这样的人才。

