

<<说说办公室那点儿事>>

图书基本信息

书名：<<说说办公室那点儿事>>

13位ISBN编号：9787510435058

10位ISBN编号：7510435056

出版时间：2013-1

出版时间：付简帆 新世界出版社 (2013-01出版)

作者：付简帆

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<说说办公室那点事儿>>

### 前言

不管你是在繁华的大都市，还是在舒适的小城市，上班已经成为了生活的主旋律。不管你是私企的小职员，还是世界五百强的骨干精英，穿梭于高楼之间，坐在办公桌前，似乎已经是生活常态，并无异样。

初涉职场的你，是不是害怕在明枪暗箭同样难防的职场中生存，是不是对日复一日的重复着小心翼翼的如履薄冰的辛苦日子，感到厌倦？

是不是对办公室的生存技巧和一些“潜规则”还不甚了解？

职场如战场，工作在狭小封闭、人群集中的办公室里的人们每天都在没有硝烟的战场上斗智斗勇，围绕着利益、地位及所谓的尊严展现着一幕幕人性的写真。

在职场中打拼几年的你，有没有觉得，职场中人心叵测，每个都像戴着面具在生存；有时候是不是觉得前途一片暗淡，看不到自己的未来发展方向？

是不是在为加薪升职的事儿烦恼。

是不是为和周围人的关系处不好烦心。

是不是整天都在埋头苦干却得不到重用，是不是想要学得更多却找不到能够帮自己一把的人？

办公室人士的24小时可以这样诠释：睡觉，8小时；吃饭，2小时；交通，2小时；工作，12小时。当职业人士每天用12个小时在工作上拼杀的时候。

办公室虽然仍然称不上是生活的全部，也成了生活的重中之重。

因而，保持心情舒畅，成为了重中之重。

如果你还在为上面说到的那些事情烦恼，别把责任推给运气、命运什么的。

这是因为你还没有掌握职场中的生存法则，没有学会办公室的生存技巧。

心理学家说，只要办公室存在，你就无法逃避办公室政治。

在办公室中，有政治行为是常态，没有政治活动才奇怪。

如果你闭上眼睛漠视办公室政治的存在，就如同关上电视拒看台风来袭动态般的不智，因为你迟早会被卷入其中，有所准备，才有存活机会。

放下所有的不屑和无奈，学会办公室的生存技巧，享受办公室政治，这才是最高明的想法。

试着调整好你的心态，你马上就能开荒破冰，绝对可以有风骨有格调地把办公室政治经营成一个优雅的艺术；可以让你足够愉快地生活在办公室里，生活在自己的私人空间里，也能够创建属于你自己的职场新领地！

## <<说说办公室那点儿事>>

### 内容概要

《说说办公室那点儿事》主要讲述了，办公室人士的24小时可以这样诠释：睡觉，8小时；吃饭，2小时；交通，2小时；工作，12小时。

当职业人士每天用12个小时在职场拼杀的时候，办公室虽然仍然称不上是生活的全部，也成了生活的重中之重。

如何把办公室的生活变得趣味，如何在各种压力下应付自如，如何捋顺复杂的人际关系呢？

办公室政治没那么恐怖，职场的生存法则没那么玄妙。

不管你是初涉职场的新人，还是在职场中打拼多年的老将，你总能够在这本书里找到你需要的内容。

《说说办公室那点儿事》是一本职场秘籍书籍。

<<说说办公室那点儿事>>

作者简介

畅销书作者。  
著有《测一测你有多聪明》《测一测你有多好运》等

## &lt;&lt;说说办公室那点事儿&gt;&gt;

## 书籍目录

预备篇 第一章心理调适——进驻办公室第一步 / 2 胜己者强——认识你自己 / 3 人生而不平等，办公室没有公平秤 / 5 工作态度左右你的职场命运 / 9 怨天尤人只会成全你的对手 / 12 忍者远智——生气不如争气 / 16 越挫越勇——不信邪 / 19 上司拥有无可置辩的决定权 / 23 提升软实力，OFFICE硬道理 / 26 第二章雷池禁越——办公室八片雷区 / 31 雷区之一：办公室之恋——注定是错爱 / 33 雷区之二：拿同事当挚友——当友谊遇到利益 / 37 雷区之三：和领导称兄道弟——不把上司当干部 / 40 雷区之四：把办公室当自己家——不拿自己当外人 / 45 雷区之五：拉帮结派——领导的大患 / 48 雷区之六：树敌太多——朋友多了不一定是好事，但敌人多了一定不是好事 / 51 雷区之七：过于能干——善于藏拙才不会成为众矢之的 / 55 雷区之八：高调做人，低调做事——哥们。你弄反了 / 57 生存篇 第三章生存必备——办公室十条玉律 / 64 玉律一：未做事。先做人 / 64 玉律二：适应转换：快速进入自己的角色 / 67 玉律三：领导的评价，决定你的业绩 / 70 玉律四：服从：底层职员的生存之道 / 73 玉律五：办公室就是江湖 / 76 玉律六：分清敌友：职位相近的人多为“敌”人 / 79 玉律七：办公室中没有永远的敌人 / 83 玉律八：办公室的潜伏之道 / 85 玉律九：结交异性，支撑人脉半边天 / 89 玉律十：严于律己，别让流言蜚语毁了你的前程 / 92 第四章办公室人缘圣经——你值得拥有（上） / 95 人脉存折：建立自己的人脉关系网 / 95 入乡随俗：融八集体，让自己去适应环境 / 99 低调内敛：低调做人也低调做事 / 102 逢敌亮剑：刚柔并济才是王道 / 104 提防小人：小心阴沟里翻船 / 107 见贤思齐：不跟臭棋篓子下棋 / 110 主动交往：形成人脉资源，聚敛助你成功的无形财富 / 113 频繁交流：掌握人脉信息。收集事业发展不可或缺的情报 / 116 提升人气：让自己成为职场中的常青树 / 120 深度合作：发挥最大合力——1+1>2 / 124 第五章办公室人缘圣经——你，值得拥有（下） / 127 将心比心：领导也是人 / 127 保持中立：办公室明哲保身之道 / 131 多夸同事：领导希望看到有团队精神的下属 / 135 “面子”哲学：懂得维护上司的尊严 / 138 知己知彼：与形形色色的上司融洽相处 / 141 勇于承担：即使犯错，敢作敢当一样能赢得尊重 / 145 察言观色：及时应对上司的“黑色”情绪 / 148 以迂为直：避免与上司正面冲突 / 151 发展篇 第六章办公室里的“甜言蜜语” / 156 甜言蜜语：嘴巴甜总会受到更多的欢迎 / 157 新潮语言：为日常交谈加点料 / 160 幽他一默：沟通能力的重要体现 / 163 恰当称谓：瞬间拉近距离 / 167 不逞口舌之能：言语上占上风当饭吃否 / 171 收起锋芒：和炫耀说分手 / 175 顺序出牌：轮到你时再说话 / 178 恩威并施：在对比中突显自己的好 / 183 第七章办公室升职完全攻略十步走 / 186 步步为赢：一切为目标服务 / 186 藏而不露：不动声色往上爬 / 189 懂得合作：依靠团队办大事 / 192 升职利器：关系是第一生产力 / 195 提升实力：能力才是王道 / 198 整合资源：成功绝非一种原因所致 / 201 把握机会：下手要快、要稳、更要狠 / 204 要有金刚钻：机会是把双刃剑 / 207 功劳上交：晋职加薪在等你 / 210 面对现实：把握现在，脚踏实地 / 213 冲刺篇 第八章决胜办公室 / 218 沟通法则：努力寻求情感上的契合点 / 218 合作法则：与同事携手共创双赢局面 / 222 情感法则：办公室里无性别 / 226 谋略法则：在办公室里和睦相处 / 229 进退法则：知进退才能趋利避害 / 233 竞争法则：弱肉强食的天演论 / 237 厚黑法则：黑白通吃才能畅游“江湖” / 241 必胜法则：适度忍耐与据理力争相结合的博弈 / 244

## &lt;&lt;说说办公室那点事儿&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：第一章心理调适——进驻办公室第一步 进驻办公室，不可不了解的就是“办公室政治”，很多人听到这个词，避之唯恐不及，不愿意卷入到办公室的尔虞我诈里，然而，很遗憾，他并没有意识到，自己已经和其他人身在同一条船上了。

有人说，办公室政治的真相是：一批贪婪、神经质、以自我为中心、除此而外一切都很正常的人们凑合在一起。

那么，这样一些人要试图完成什么的时候，勾心斗角便是不可避免的副作用。

很多人抱着明哲保身的心态，去看待办公室的政治，以为独善其身就能够远离是非，但实际情况是，办公室风暴不长眼睛，有的人躺着也中枪。

世界上没有真正的中立国，办公室里也没有可以明哲保身的人，因而，只要你处在办公室中，远离是非圈是不可能的事情。

你可以不去惹事，但是必须保持消息灵通，做到随机应变。

说一千，道一万，上班族初入职场，要调整好自己的心态，正确面对职场一些好的和不好的情况。

认清自己，更要认清办公室的生存规则。

胜己者强——认识你自己几千年前，古希腊有一座著名的建筑，门楣上写道：“认识你自己”，提醒人们，最难认识的就是自己；这句睿智的话直到现在，还留在那里，成为警醒世人的一句著名箴言。

古希腊哲学家苏格拉底曾对这句话进行过论证和解说。

这句箴言也成为古希腊哲学里面一个重要的命题，深深影响了人类两千多年来的思辨和认识。

我们姑且不去讨论这句话里高深莫测的哲学意义，但是能够正确地“认识你自己”，正视自己的缺点和优点，认识自己的兴趣、能力、欲望、压力以及好恶和理想，并且把对自己的认识灌输到在职场的追求和奋斗之中，无疑能够对你的职场生涯起到重要的决定作用。

只有正确认识自己，才能够带着对自己能力和兴趣的认识，投入到职场的竞争中，在这个永不熄火的竞技场上，争夺属于自己人生成功的金牌。

而认识自己的基本前提是，对自己有一个正确的定位。

这对于今日职场人而言是人生稳固的根基，是生活滋润的水源，是实现自我价值的前提，是获得成功的坐标。

中国的职业市场在变化，对人才的需求和衡量标准也在不断地发生变化。

变化产生迷茫，很多人在十年寒窗之后正准备享受荣耀时，却发现他们原先精心准备的那些神圣的人生目标，突然间变成了错误的靶子，成为了失败的标志。

佛教中有这样一个故事：一块巨大的花岗岩分别被雕琢成佛像和条石，每天有无数的人踏着条石铺成的台阶去礼拜佛像，条石很不服气，对佛像说：“我们是同一块石头，为什么我被人踩在脚下，你却被人供奉？”

佛像说：“你从石块变成条石，只经历了‘四刀’，而我从石头成为佛像却经历了‘千刀万凿’。”

其实佛像无须感到尊贵，只是石头上倾注了佛的生命；条石也不必感到卑微，没有一块块条石铺就的阶梯，人们也很难朝拜佛像。

相同的花岗岩被赋予了新的定位，只是价值体现的方式不同，并没有本质的不同。

经“四刀”而成条石，粗糙的生命略显默默无闻，但条石在攀登时的作用是不可忽视的；“千刀万凿”的佛像，传递出的是佛的神韵而显示辉煌，但“佛像”不可误认自己就是佛了。

这个故事告诉我们，对自己有一个合理的定位，正确认识自己是很重要的。

同样，在办公室也一样，不要身居要位就以为自己是“佛”，也不要因为自己的地位较低，就自贬自损。

有句话说“你决定成为什么样的人，你就注定会成为什么样的人”。

因而，你给自己什么样的定位，就会有怎样的未来。

在职场中也是同样的道理，如果你现在的工作不适合你的个性、价值观或技能而考虑职场上的改变，那就不要被你的职衔捆绑而犹豫再三。



## <<说说办公室那点事儿>>

从你所拥有的天赋和兴趣开始思考，将自己各方面的长处列举出来，你会发现自己既拥有具体的专业技巧，同时也有可跨领域发挥的能力。

重视兴趣和能力的交汇点，专注于你有兴趣运用的技巧，并找出你能够运用它们的领域。

人的生命是短暂的，时间和精力也是有限的。

如果，长期在人生道路上徘徊、迷茫，消耗的时间越多，生命消耗得就越快，为梦想和目标奋斗的时间、精力就越少。

一个没有自我定位的人，就如同没有头的苍蝇，找不到方向，自然飞翔也是徒劳。

因此，对自己认识得越透彻越好，明确地了解自己想要什么，想成为什么样的人才能够为之奋斗。

如果连自己想要的是什么都不知道，还谈何奋斗，还奢求得到什么呢？

生活就是奋斗和收获，人生是短暂的，生活应该丰富多彩。

应该是：不断的求索，不断的追求，不断的奋斗。

尽管前进的路上有汗水，可能还有眼泪，但一定会在成功中获得快乐和享受。

人生而不平等，办公室没有公平秤 阳光公平地洒向大地，却还是有地方被阴影覆盖，公平是相对存在的，过于苛求公平只能自寻烦恼。

“如果你想成为一个职场的成功者，那么，请永远不要为职场的不公平而抱怨。

”这是哈佛商学院教材上的一句话。

在办公室里，你是不是时常觉得自己付出了很多，却得不到领导的赏识，而某些人一顿“溜须拍马”，轻而易举地就升职加薪了？

在办公室里，你是不是觉得自己很辛苦很累地工作，却总是在背后默默地付出，为别人做嫁衣裳？

如果是这样，不要去抱怨生活的不公。

世界上本来就没有公平的理想国，人生而不平等。

职场更是如此，作为一个成熟的职场人，要时时刻刻明白这一点，以平常心、进取心来改变自己的生活和工作，通向成功的彼岸。

赵平自从到这家单位工作以来，就一直非常努力地工作。

可不知道为什么上司总是不给她好脸色看。

一次，她和另外两个同事一起做好了一个项目，可是到了每周例会时，上司只表扬了那两个同事而单漏了她。

虽然她并不指望得到什么，但是心里还是感到不痛快。

到了年终，虽然她的业务成绩一直都名列前茅，但是照例评不上先进工作者，最后她终于忍不住去问老板是如何评选先进工作者，老板说：“这要看综合实力，不是只看业务成绩。

”对于老板不痛不痒的回答，赵平无话可说。

但她实在想不明白，为什么上司对待员工会如此的不公平？

其实，赵平遇到的就是办公室里很常见的不公平的现象。

老板不喜欢赵平，或许是因为她的性格，或许是因为她的能力有“功高盖主”之势，或许是有人在上司面前煽风点火，也或许只是因为老板单纯地看她不顺眼……然而，身处职场，不能够要求绝对的公平，过于执著只会让自己心里承受巨大的压力。

在职场中，不公平的事情随处可见。

可是面对这些不公平，我们不可以抱怨，但是也不是除了无可奈何就什么都做不了。

我们能够做的还有很多。

正确面对不公平 世界上没有绝对的公平，公平只是相对存在的。

做人做事不能过分追求公平，否则你会活得很累。

有位哲人说，人生的不幸不是得到的少，而是计较的多。

不公平的待遇，对于消极者来说，这是失败的最好借口。

而对于积极的人来讲，这是成功的推动力。

苦难是最好的教育，自古英雄多磨难，成功的人之所以能够成功，是因为他们能够经受住生活给予的压力。

人生本来就有太多的不公平，所以才会有贫富差距，也许刚开始，你付出十分的努力却只得到一分的

## <<说说办公室那点儿事>>

回报，但是坚持到最后，一分的付出却能够换回十分回报。

不要奢求只有收获而不付出。

人生的成功与否，幸福与否要遵循一定的因果关系。

面对办公室的不公平，不要去抱怨，好好去打手中的牌，抱怨只会让你变得更无能。

有时候，在职场中，“追求真理”的正义使者很容易讨人嫌。

有时候，你看到不公平的表象，不一定能够成为申诉的证据或者理由，对此你不必愤愤不平。

当你觉得你付出很多却没有得到相应的回报时，为何不从自己身上找找原因呢？

为何不换个角度去想想，为什么自己会遇到不公平？

发现原因，再去改变它，要比整日怨天尤人好很多吧？

所以，作为一个成熟的职场人，面对办公室的不公平，应该持有这样的态度：坦然面对它，努力适应它，并且力争改变它。



## <<说说办公室那点儿事>>

### 编辑推荐

《说说办公室那点儿事》写到，做心机职场人，规避办公室“雷区”，不复制成功，但要站在巨人的肩膀上，不抱怨生活，不抱怨工作，接受不能改变的，改变你能改变的，“先做人，后做事”是职场成功者最推崇的成事法，幽默是职场中的润滑剂，关于升职，你需要了解更多，在职场的博弈和竞争中求胜。

<<说说办公室那点儿事>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>