

<<这样上班就对了>>

图书基本信息

书名：<<这样上班就对了>>

13位ISBN编号：9787538737097

10位ISBN编号：753873709X

出版时间：2012-4

出版时间：时代文艺出版社

作者：薛莉

页数：264

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>

<<这样上班就对了>>

前言

MSN上的一位同行名字改为“病假一周”，打电话过去慰问，电话那头却传来一阵坏笑声：没什么病，就是不想去上班。

原来是“上班病”发作了。

这种慢性疾病几乎潜藏在每个职业人的神经系统里，一旦发作，就会强烈地刺激浑身的神经末梢，让人无法抑制地怀疑办公桌上那一堆堆永远做不完的事究竟有什么意义。

之后是一连串的行为反应：眼看着有一堆电话要打，几个报告要交，下午还有个商务约会，你的手却突然拿起鼠标点开网站上在线观看的无厘头连续剧《武林外传》，戴上耳机后，那一堆堆破事好像不再和你有任何关系。

再刚强的人也会有这样的时刻。

记得有天下午，我们那位平时神经像铜管一样粗的女老板突然变得疯疯癫癫起来：来来来，我请大家喝一杯去。

时值下午三点，很多酒吧还没有开门。

打出租车到一个看得到上海外滩全景的餐厅，被人家礼貌地拒绝：对不起，我们下午不提供酒类。

咖啡有吗？

咖啡也没有，柠檬水要吗？

不要。

由于上班病急性发作的时机不太对头，居然找不到酒精来发泄，最后只能在一家咖啡馆里狂灌了几杯含威士忌的爱尔兰咖啡，权作安慰。

但这一次的疯癫行为并没有改变我对这位老板神经粗细的认识。

因为那个下午本来就没什么重要的事，而且是一个项目已经结束，另一个项目尚未开始的空隙里的快乐时光。

也就是说，她即使是在发泄自己的“上班病”时，也挑选时机和方式。

如果说一个任性的职业人宁可置报告的最后期限于不顾，而一味沉溺在怠惰的情绪中时，那么一个相对更成熟的职业人则会选择把这种怠惰的情绪留到一个合适的时机和地点来发作。

这大概就是成功的人和不那么成功的人的区别。

最近碰到一个在家里闲了两年的老朋友，在我对他的生活状态表示了高度羡慕之后，他却一声长叹：现在人人都羡慕我这种闲在家里的状态，可是我看到你们忙忙碌碌地打电话、赶报告的样子，却羡慕得要死。

当年这位因为患上重度“上班病”而毅然辞职的老朋友，看来又快患上“下班病”了。

<<这样上班就对了>>

内容概要

职场很枯燥，但薛莉告诉每一位职场人，明白了这些，职场其实可以很好玩。

工作就是工作，就是在完成雇主要求的同时，获取食物和住房的报酬，除此之外的任何收获都应该视之为额外盈余。

尊重自己工作的人才能寻觅到更多快乐，而工作的尊严感就藏在工作的细节里。

真正需要竞争的，并不是基本的做事的能力，而是是否能把事情做得更好的潜力。

追寻你想做的事时，最好不要完全丢弃你会做的那些事，尤其是那些你能事半功倍完成的事情。当你追梦受挫时，那些“旧爱”很可能让你从谷底再度翻身。

最优秀的公司也没有完美的制度。
如果你真是遭遇了制度不公，消极一点至少可以明哲保身。

<<这样上班就对了>>

作者简介

薛莉

笔名“谁谁谁”，商务圈里的时尚人士，时尚圈里的商务人士。

现任英国《金融时报》中文网生活频道主编。

FT中文网、《Reader's

Digest-普知》专栏作家。

《大声说》、《上班这点事》、《洋泾一大帮》等电视节目嘉宾。

著有《成功是个什么玩意儿》、《白领极限生存》、《上海在失眠》、《朝九晚五》。

自2000年起，撰写《朝九晚五》专栏以来，广受上班族追捧。

<<这样上班就对了>>

书籍目录

前言 /

第一部分 职场懵懂期

第一回合：你 VS 公司

你对公司没那么重要，再大的公司也没你想的完美

第二回合：你 VS 工作

工作和事业是两码事，我们常常对工作索求太多

第三回合：你 VS 老板

老板都有不自信的时候，混混老板也是老板

第四回合：个人价值 VS 薪水职位

实习生也可以活得很有尊严，狗仔队也可以追求正义与真理

第二部分 职场油条期

第一回合：职场菜鸟 VS 专业人士

专业是可以伪装的，自信是可以修炼的

第二回合：专业人士 VS 成功人士

成功是需要演技的，竞争力是可以重组的

第三回合：服从老板 VS 驾驭老板

有时向老板示弱，有时跟老板吵架

第三部分 职场不惑期

第一回合：懂事 VS 懂人

太聪明了就是糊涂，最专业的人最会忽悠

第二回合：“潜规则” VS 没规则

限制一般人的规则，就是用来被打破的

第三回合：办公事 VS 办私事

公私兼顾是必须的，再忙的时候也可以偷闲

第四回合：生存 VS 生活

生活有N种可能性，生存与生活相互依存，又彼此独立

第五回合：办公室八卦 VS 舞台喜剧

办公室里喜剧和阴谋一样多，职场八卦比电视剧更好看

<<这样上班就对了>>

章节摘录

版权页： 你的价值真的被低估了吗？

工作中最郁闷的事情之一就是，你觉得自己才高八斗，学富五车，完全是治国领军的奇才，但在别人的心中，你也许有那么点特色，比如文笔还不错，人挺老实，名牌大学毕业等等微不足道的特色，但与你的自我评估绝对有天壤之别。

不知道你发现了没有，人们好像总是过于苛刻地看待别人的优点，又总是过于慷慨地对待自己的缺点，所谓严于律人，宽以待己是也。

因此对他人的好评存在过高期望值的人，首先应该自我检讨心理的成熟度。

但好在职场除了“好评”之外，最重要的评定标准还是薪金和职位，因此可以不断用这两个硬指标把自我评估调整到最准确。

我的观察是，对自己适当地高估一点是有益的，一是可以争取到更好的职位和薪水——至少胆子大，敢开口嘛；二是可以迅速帮助自己提高——占领了制高点后，才有机会比较出自己的不足。

但过于高估自己则是有害的，容易给人眼高手低的坏印象，搞不好还会被视为人品有问题。

事实上一些职场新人的价值的确被低估了，因为当前中国职场对工作经历的估值过高，尤其是在名牌企业的工作经历，哪怕只有一年，也可以翻几番拍卖掉。

以前我有个很能干的同事，从大学毕业起连续三年和其余同事一样每年以8%的速度加薪，结果可想而知，人家在第三年以三倍的价格被竞争对手公司挖走了。

后来我听说有的咨询公司对新招来的大学生的加薪在头两年大幅提高，这一定是因为受够了培养一个就被高薪挖走一个的痛苦之后得到的教训。

至于名牌企业工作经历被高估的现象，我也遇到过。

印象比较深的一例是，一个4A广告公司的资深广告创意人士，竟然在一个民企广告公司老板那里，拿着五万的月薪，做一本难看的杂志。

他的经历说明，在一个带着光环的公司的的工作经历和满嘴的专业英文术语，在一些本土企业家的眼里，还是挺值钱的，但真相迟早会被揭穿的。

那本杂志在诞生一年零两个月后就夭折了，被高估的价值当然也被市场打回原形。

英文能力的价值被高估了，这导致一些很有实力但英文不好的人的价值被低估了。

因为对英文没有自信，我在一些私营小企业见过好多能干的人拿着不高的薪水做着外企里至少两个人做的事。

而实际的情况是，在外企工作过的人也不见得英文就好，英文不好不见得就工作不好。

对市场行情有个准确的判断，从而给自己找个好价位的位置当然是明智的，但维系并且让自己的行情不断升值，就是另一个大系统工程了，需要用一生来探索了。

你常常忽略的工作附加值 从世界500强公司辞职后自己当老板的李先生感慨道：以前出差住的都是君悦、四季，现在好了，全部换成如家快捷。

但从他的言谈举止，你依然能够感觉到这是个见过世面的人。

毕竟他知道君悦洗手间的装修风格、哪个航空公司头等舱的红酒最好或者和欧洲总部的高层们聊些什么样的中国话题最能引起他们的兴趣。

你很难判断出，他气宇轩昂的神采，究竟是得益于他超人的智慧和能力还是世界500强公司给他的福利和待遇。

我见过两个大学里同班的人，一个是大型公司的部门经理，一个是私人公司的副总经理。

如果谈到收入，后者应该胜过前者，但有趣的是，因为享受惯了公司的福利待遇，部门经理如今自己休假都习惯性地选择五星级酒店，而副总经理则觉得五星级酒店和自己没有关系，并认定部门经理的行为完全是虚荣心作怪。

副总经理谈生意是一把好手，但一遇到来自欧美的客户就习惯性紧张，不仅仅担心自己的英文不够好，也突然开始怀疑自己的专业素质，而大型公司的部门经理因为用惯了洋文，看熟了老外，完全不觉得老外比自己更有优势，因此即使在联合国大堂也是一脸的从容。

出差究竟住五星还是如家，对睡眠和休息的影响其实并不大，但对于人的心理影响却极大。

<<这样上班就对了>>

前者很容易觉得，自己和各种肤色的商务人士并无二致，因而无论是在纽约还是东京，都容易在心理上建立五星级的自信心和优越感，而后者有时会莫名其妙地胆怯，不知道是因为住的星级不够高还是接触的肤色不够多，抑或是见过的大老板在国际富豪榜上的排名不够靠前。

但正如一位美食鉴赏家讲的，懂不懂鉴赏美食是一回事，有没有吃过是另外一回事。

言下之意是，你可以不在乎五星级酒店的种种设施，你也大可以说如今的经济型酒店一点不比君悦差，但前提是两个酒店你都体验过才行。

工作可以帮助你不用花费自己的钱就能得到这种体验。

事实上，工作所带来的附加值绝对不限于五星级酒店的体验。

<<这样上班就对了>>

媒体关注与评论

薛莉(谁谁谁)是我FT中文网的同事。

我是她专栏的粉丝。

她写办公室的事，写白领生存。

她很像我的另一位女同事，FT专栏作家凯拉韦，有女人的智慧犀利，不求政治正确，调侃中带些刺，直击人性痛处。

——英国《金融时报》副主编、FT中文网总编辑 张力奋 “在当今社会，工作与事业对谁来说都意味着许多，但怎样平衡这两者的位置，却不是谁都能拿捏到位的。

本书作者以丰富、贴切、生动、现代的语言成功地为我们揭开了职场人的不同面纱以及他们的形形色色。

让我们快乐地工作吧，因为退休也许会让你寂寞……” ——欧莱雅(中国)副总裁 兰珍珍 这本书告诉我一个道理：我们需要解放自己。

同时，这本书教授我一个方法：我们应该如何解放自己。

——著名主持人 刘仪伟 职场就像一条高速公路，只要上了路，走错一步就可能会绕很大的弯路，只有在合适的时候加速、超车、并道，你才能在职场上一路畅行。

作为《上班这点事》的资深嘉宾、FT专栏作家，薛莉用心写作的这本书对于职场生态有着犀利的洞察，独到的解读和细腻的笔触，称得上是一本职场畅行宝典，非常值得推荐给职场新鲜人，作为他们进入真实世界的指南；更为难得的是，本书对于那些已经打拼多年的职场老鸟，同样具有丰富的营养价值。

——资深媒体人、唯众传媒总裁 杨晖

<<这样上班就对了>>

编辑推荐

《这样上班就对了》介绍了上班这件事儿，说难不难，却一点儿也不简单。升职、加薪，需要付出汗水和努力，更需要聪明头脑加之源源不断的职场荷尔蒙。但谁说职场一定要厚黑？深刻的书一定不好读？

《这样上班就对了》跳脱office之外看职场，每一件小事都是决定职场生存与进化的巅峰对决。且听薛莉告诉你如何以四两拨千斤之从容姿态hold住职场最重要的小事，笑傲职场。

《这样上班就对了》作者薛莉，因FT中文网专栏“朝九晚五”享誉白领圈，文风幽默犀利睿智，更多温情。

善于发现枯燥职场生活中的小确幸，堪称职场治愈系教母。

《这样上班就对了》汇集了当红节目主持人刘仪伟、英国金融时报中文网副总编张力奋、欧莱雅（中国）有限公司副总裁兰珍珍及《波士堂》《中国职场好榜样》电视金牌制作人杨晖，联合温暖推荐，正是新人上班族的成长加油站，职场老人的心灵减压舱。

<<这样上班就对了>>

名人推荐

薛莉（谁谁谁）是我FT中文网的同事。

我是她专栏的粉丝。

她写办公室的事，写白领生存。

她很像我的另一位女同事，FT专栏作家凯拉韦，有女人的智慧犀利，不求政治正确，调侃中带些刺，直击人性痛处。

——英国《金融时报》副主编、FT中文网总编辑 张力奋 在当今社会，工作与事业对谁来说都意味着许多，但怎样平衡这两者的位置，却不是谁都能拿捏到位的。

本书作者以丰富、贴切、生动、现代的语言成功地为我们揭开了职场人的不同面纱以及他们的形形色色。

让我们快乐地工作吧，因为退休也许会让你寂寞…… ——欧莱雅（中国）副总裁 兰珍珍 这本书告诉我一个道理：我们需要解放自己。

同时，这本书教授我一个方法：我们应该如何解放自己。

——著名主持人 刘仪伟 职场就像一条高速公路，只要上了路，走错一步就可能会绕很大的弯路，只有在合适的时候加速、超车、并道，你才能在职场上一路畅行。

作为《上班这点事》的资深嘉宾、FT专栏作家，薛莉用心写作的这本书对于职场生态有着犀利的洞察，独到的解读和细腻的笔触，称得上是一本职场畅行宝典，非常值得推荐给职场新鲜人，作为他们进入真实世界的指南；更为难得的是，本书对于那些已经打拼多年的职场老鸟，同样具有丰富的营养价值。

——资深媒体人、唯众传媒总裁 杨晖

<<这样上班就对了>>

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>