

<<你能行>>

图书基本信息

书名：<<你能行>>

13位ISBN编号：9787561351222

10位ISBN编号：7561351224

出版时间：2010年6月

出版时间：陕西师范大学出版社

作者：老可

页数：254

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>

## &lt;&lt;你能行&gt;&gt;

## 内容概要

《你能行?微软精英的职场心里话》是一部职场励志读物，是微软精英老可写给千千万万即将奔三的80后的职场心里话。

也是第一本抛弃职场常规经验传授，用自己的亲身经历讲述职场生存法则的“亲历宝典”。

这本书在MSN职场频道连载以来，获得了千万网友的关注，很多人如此说，如果早五年看到这些经验，现在的自己一定会更好。

这本书从社会热点“蜗居”和“蚁族”讲起，抓住即将毕业的大学生及进入职场时间不长的职场人士心中的困惑与迷茫，通过提出“你是谁，你究竟要什么”这样的问题，引导读者发现自己的兴趣，认清自己的需要，确定自己的奋斗方向。

在奋斗途中，通过解决十种不良状态，让读者摆脱情绪困扰，轻装上阵。

在具体工作中，通过“跳出盒子想问题”、“永远牢记目标”的方法“做个靠谱的员工”。

在此基础上，教会读者“穿上马甲”、“抓住机会”、“修炼领导力”，以便飞得更高。

在事业有成之时，着重于提高自己的工作境界，懂得为自己工作，学会管理自己，做自己的老板！

此外，这本书还精心设置了24天全面提振训练、5项自我性格测试及22个最真实的职场经验问答等环节，边看边提高，边看边感悟，可以说是一本好看、实用、全面提高的职场励志读本。

\* 《你能行》是第一本写给即将奔三的80后一代的求职、上班读本 80后的生存状态是社会热点话题：“蚁族”、“蜗居”是他们的代名词，他们心怀梦想却举步维艰，他们一腔热情却屡受挫折，他们从大学就开始规划自己的工作，却发现工作离自己的想象十万八千里，应了那句话：理想很丰满，现实很残酷。

《你能行》是一本写给即将毕业或者刚刚在职场打拼的年轻人看的，它不是死板的说教，更不是毫无个性的常规职场手册，它真实、鲜活、情感真挚，就像这本书的定位一样，是一本微软精英的职场心里话。

这些话，更贴近读者的心态，也更容易让他们感同身受，因此，这是一本你拿起来就再也放不下的励志好书。

\* 《你能行》是职场精英老可的心里话，而不是空话、废话 老可本名可会明，名校研究生毕业后加盟微软MSN中文网，工作的前三年，他和普通的80后一样迷茫，不知道方向。

即使已经有了在别人看来不错的外企工作，但是，苛刻的等级制度和简单乏味的白领工作，让老可看不到未来，他同样“蜗居”在职场。

他发现，自己看了很多职场励志和工作方法的书，但这些书都有一个问题，大同小异，有些更是故弄玄虚、言之无物。

很少有书能知道大学生如何选择职业、是否留在大城市、入职后怎么调整心态、如何尽快融入集体、何如改变自己的惰性、如何让上司赏识…… 他发现，80后更需要一本属于自己的，从自我身上找原因的职场成长手册。

于是，在MSN中文网办公室社区，他开始连载“致初入职场的兄弟姐妹”一帖，此帖一出，顿时引起轰动，网络转载数万次，点击高达千万级，网友惊呼，如果早五年看到这个帖子，现在的自己会更好！

老可认为，《不抱怨的世界》是国外版权书，它的叙述模式是美国化的，宗旨虽然是让人放弃抱怨，正视现实，但却有一定的水土不服之弊，更缺乏当下年轻人最需要的指导作用，他想用一本本土精英的肺腑之言，去给那些仍在黑暗中摸索的兄弟姐妹一点指引，哪怕是某一句话感动了内心，某一段字句启发了智慧。

这里，没有空话、废话，没有无聊的说教，只有设身处地的经验分享。

老可的老板说，程式化的职场生存法则早已泛滥无聊，个人化的经验分享显得异常宝贵。

\* 《你能行》是本土精英的职场策略，比国外舶来品更适合中国职场环境 随着职场培训的日益专业化以及寻找一份工作的难度的增加，越来越多的年轻人注重职业素养的培训，但是，很多职业培训教材和心理励志读本都来自国外，很少有真正适合中国职场的本土化作品，《你能行》在这方面可以说是开先河式的作品。

## <<你能行>>

前几年流行的《水煮三国》，虽然是所谓的职场提升类图书，但大部分都是厚黑学和权谋论，不适合八十年代出生的人的职场环境，近年来的《不抱怨的世界》是心灵励志的畅销书，但是却完全美国化叙事，和大陆人所面对的生存环境完全不同，水土很不相符。

虽然销量很大，但能给人的借鉴却寥寥无几。

《你能行》打破了这种两极倾向，他涉及到中国大陆特有的职场环境中的微妙关系，也指明了一般职场环境下的生存法则，更重要的是，这是一篇诚恳的文章，老可把自己的切身感受都掏出来和大家分享，激情、真诚、直指人心。

这样的作品，要比十场空洞无物的职业规划演讲更能给人力量，和指导，它更实用，更能给中国的年轻人以职业指导！

## <<你能行>>

### 作者简介

老可 本名可会明，供职于微软MSN中文网。

2009年7月，以网名“老可”在MSN中文网办公室社区发表《致初入职场的兄弟姐妹》，引发网络讨论热潮，无数公司将其打印作为新员工培训教材。

2009年11月，创办MSN《职场人生》访谈节目，节目宗旨“用他们的经验，成就你的人生”。

迄今做客节目的嘉宾有：北大纵横创始人王璞、科锐国际创始人高勇、Manpower华北区总监孙倩，以及著名艺人李玉刚、李健、张咪等。

2010年6月，老可融汇多年职场经验，推出第一本80后职场成长提振励志书《你能行》！



## 章节摘录

## Part1 你究竟要什么？

——一切迷茫的根源现在，“蚁族”已经成了一个热门词汇，它指的是大学生低收入聚居群体。他们为了梦想在大城市打拼，但是前途并不明朗，生活也很窘迫，有人曾用“无处安放青春”来形容这段时光。

但是我发现，与微薄的收入和沉重的生活压力相比，更让人内心充满煎熬的是，大批的年轻人并不清楚自己内心真正要什么。

他们不知道将来要做什么，不知道自己要走向何方，也不知道在哪里需要坚持，哪里需要放弃。

本书的第一章就从这种迷茫的状态写起，因为迷茫几乎是每一个年轻人融入社会都必然经历的一个阶段，希望我们能找到一些走出迷茫的捷径。

我很喜欢汪峰的《怒放的生命》，每当听到这首歌，我都会觉得热血沸腾。

我相信每个年轻的生命都有相同的期待，虽然我们甚至还不确定自己要走向何方，但我们总是相信自己那怒放的生命，期盼有一天自己能飞向那片更高的天空……“蜗居”与“蚁族”“1997年过去了，我很怀念它……”这是电影《甲方乙方》中的最后一句台词。

从那以后，这个句式就成了经典，每到辞旧迎新的时候，它总是显得意味深长，甚至有一点点淡淡的伤感……对于最早的一代“80后”来说，这句台词更能勾起一个时代的“群体记忆”。

10年前，他们刚刚步入大学校园，开始了梦幻般的生活。

那个时候，冯小刚的贺岁电影正在风靡，给无数校园恋人们带来了美好的回忆。

那是一个空气中都充满了浪漫的年代，他们很少考虑自己今后要面对什么。

10年后，也就是2010年，他们将集体走向“三十而立”。

当再一次面对这个句式的时候，不由得令人百感交集。

10年后的今天，80后们在哪里呢？

他们过得还好吗？

我们无法弄清楚每个人的情况，但是就像当年我们看冯小刚的电影一样，我们可以通过寻找一些“群体记忆”来体会这一代人的生存状态。

我们不妨回想一下已经过去的2009年，这一年发生了很多事情，我们且不说振奋人心的国庆60周年大阅兵，只看看与“80后”群体相关的热点，有两个词你一定深有印象——“蜗居”与“蚁族”。

电视剧《蜗居》的播出，促使人们第一次公开反思眼下城市里的人的生存压力。

正如剧中郭海藻所说——“每天一睁开眼，就有一串数字蹦出脑海：房贷六千，吃穿用度两千五，冉冉（郭海藻的女儿）上幼儿园一千五，人情往来六百，交通费五百八，物业管理三四百，手机电话费两百五，还有煤气水电费两百。”

也就是说，从我苏醒的第一个呼吸起，我每天要至少进账四百，至少……这就是我活在这个城市的成本。

这些数字逼得我一天都不敢懈怠，根本来不及细想未来十年。

“蜗居”的出现，使“房奴”的形象在人们头脑中清晰起来，然而“蜗居”又不仅仅局限于像蜗牛壳一样的房子上面，它已经成为一种社会现象。

抛开房子，其他地方就没有“蜗居”吗？

不妨想想如下的工作场景：一个大厅被间隔成密密麻麻的小格子，这些小格子就是很多人每天工作的场所，远远望去，大格子中塞满了黑压压的脑袋，像是一个偌大的蜂巢——这是很形似的职场中的“蜗居”。

如果我们思考得再深入一点儿，就会发现很多人每天上班就被“钉”到格子中，机械地重复着熟练的工作，赚着微薄的收入，年复一年……他们很想突破，但却不知道从何处着手；他们很想晋级加薪，甚至成就自己的事业，但是现实的天花板却压得他们喘不过气来。

他们只能疲于应对，不敢奢望自己的任何理想，就像郭海藻一样，根本不敢细想未来十年——这是更为神似的职场中的“蜗居”。

相比于“蜗居”，“蚁族”这个词语更具有群体性。

## &lt;&lt;你能行&gt;&gt;

“蚁族”并不是一种昆虫族群，它的出现源自《蚁族》一书，指的是“80后”的一个庞大群体——“大学毕业生低收入聚居群体”。

从鲜为人知到备受关注，他们的命运成为了一个具有时代意义的话题。

颇为耐人寻味的是，这本书的作者也是一位“80后”，他叫廉思，1980年6月生人，北京大学博士后。这本书是他在对北京小月河、唐家岭等“蚁族”聚居村的实地考察和调研的基础上写出来的。

调查显示，“蚁族”多从事保险推销、电子器材销售和餐饮服务等低层次、临时性的工作，绝大多数没有“三险”和劳动合同，有的甚至处于失业、半失业状态，收入低且不稳定。

他们生活条件差、缺乏社会保障、思想情绪波动较大，挫折感、焦虑感等心理问题较为严重，且普遍不愿意与家人说明真实境况，与外界的交往主要靠互联网，并以此宣泄情绪。

作者廉思在接受采访的时候说，他们为什么聚居，是因为他们还有梦。

但是如果我们追问一句，他们知道那个梦是什么吗？

答案很可能是否定的。

书中的被访者邓锟在给该书作序的时候，引用了《基督山伯爵》中的一句话：“永远不要忘记，在上帝揭露人的未来以前，人类的一切智慧是包含在这四个字里面的：‘等待’和‘希望’。”

他们对未来充满希望，但需要等待时间来甄别梦的含义，并且找到实现梦想的途径……“苍蝇人”——更普遍的状态“蜗居”主要讲的是房奴，“蚁族”主要讲的是大学生低收入群体的聚居状态。

这两个词显然不能概括“80后”的全部，很多人说自己不属于“蚁族”，也不住在“蜗居”，比如说，你是一个外企白领，每月拿着上万元的月薪，也幸运地在房价飙升的早期买好了房子，那么，你就一定活得开心吗，你就会无忧无虑吗？

真的不一定！

当我从2009年7月份开始开始在MSN办公室社区连载《致初入职场的兄弟姐妹》的时候，很多朋友给我留言讲述他工作中的苦闷，其中甚至有很多是工作了八年、十年的“老人”，他们已经衣食无忧了，但是他们依然不开心。

后来我发现，与微薄的收入和沉重的生活压力相比，更让人内心充满煎熬的是，大批的年轻人并不清楚自己内心真正要什么。

他们不知道将来要做什么，不知道自己要走向何方，不知道自己在哪里需要坚持，哪里需要放弃。

他们甚至还不知道自己喜欢什么、讨厌什么……这是一种更为普遍的状态，是在摆脱了“蚁族”状态之后，仍然可能面临的一种状态。

当我着手写这本书的时候，我想用一个词语来概括当下年轻人的这种心态，最好是遵循流行语的思路——既然我们已经习惯了用动物的某些特性来描述目前的社会现象，那我要找的词语最好也与动物相关。

可是，用哪种动物呢？

这个问题让我一时不得其解，直到某一天看到一位朋友的MSN签名，我才豁然开朗——“我就像一只趴在玻璃板上的苍蝇，前途一片光明，但却找不到出路……”我更加确信，这分明就是一个典型的群体性特征——他们坚定地相信前途是光明的，但却苦于找不到方向；他们很年轻，精力充沛，愿意为梦想去燃烧生命，但他们或者还没有清晰地意识到自己的梦想是什么，或者还不知道实现梦想的途径；他们空有一腔激情，却在现实中无精打采，他们身上最大的问题就是——迷茫！

于是，我决定用“苍蝇人”一词来指代这种状态，且没有半点不敬的意思，只因这个词与当下年轻人的心态是如此吻合。

这个“踏破铁鞋无觅处，得来全不费工夫”的概念，让我感到这真的不是个案，它是一种普遍的社会心态，你甚至可以不经意地在周围的朋友身上找到它。

## <<你能行>>

### 媒体关注与评论

怒放的生命往往来自于追随自己内心的梦想，不懈地努力和坚持。

你，能行！

——微软公司全球资深副总裁 张亚勤 《你能行》是一本很诚恳的书，作者老可很用心，也很用情，因此，年轻人从中读到的不仅有技巧，更充满斗志和激情。

对于大学生和职场人士而言，《你能行》无疑是一部信念与行动之书。

——凤凰卫视执行董事 崔强 做一份喜欢的工作就是很好的创业。

——阿里巴巴董事局主席兼CEO 马云

<<你能行>>

编辑推荐

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>