

<<上班这点事>>

图书基本信息

书名：<<上班这点事>>

13位ISBN编号：9787507530742

10位ISBN编号：7507530744

出版时间：2010-4

出版时间：华文出版社

作者：《上班这点事》栏目组

页数：311

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>

<<上班这点事>>

前言

别把工作当“杯具”你觉得你目前的工作状态是什么？

每天没完没了的会议，老板没完没了的唠叨；莫名其妙的同事，抠门到死的客户；起不来的床，回不了的家；只有加班，从未加薪？

你觉得你目前最大的梦想是什么？

钱多事少离家近，加薪，加薪，还是加薪？

或许你也可能说，如果没有很多很多的钱，那么就让我拥有很好很好的老板，如果没有很好很好的老板，那么就让我拥有很融洽很融洽的同事，如果没有很融洽很融洽的同事，那么，最低需求，请给我一个我无限热爱的工作。

如果这些都没有，那我的人生一定是一个“杯具”。

在大千职场里，大多数人都希望做快乐的猪，却又有太多人不自觉地充当着痛苦的哲学家。

于是，在《上班这点事》里，我们看到太多的怀才不遇、办公室牢骚，他们抱怨自己的工作环境，遭遇的不公平境遇，冒着被老板fire的危险，也要争先报名上节目一吐为快；我们也同样看到办公室里的乐观派、自信派，他们可能炒老板的速度比坐火箭的速度还快，可能比职场老鸟还要更理性、更豁达，也不知道他们哪里来的自信，反正在他们眼里，没有过不了的桥，只有直不起的腰。

《上班这点事》用两年半的时间记录着城市里小白领、小人物的喜怒哀乐，他们亲述职场经历，痛诉不平琐事，分享快乐生活。

你听到的不是故事改编，而是亲身经历；你看到的不是情景剧演员，而是真实案例的现身说法。

在《上班这点事》里，上班族们体会到了“下班我最大”的畅快宣泄，如同正在看这本书的你，一定也能同样获得如此的切身体会。

在你眼里，幸福是什么？

不能说上海是一个最不具幸福感的城市，但如果要评选最具幸福感的城市，上海一定排不上名。

在我们看来，和“既然男人都是骗子，干吗不找个帅的来骗？”

理论一样，我们三分之一的人生都摆脱不了工作，既然明天睁开眼还是得面对工作，我们干吗不能快乐地工作？

请相信，我们不是坐着说话不腰疼的“伪快乐一族”，我们是真的这么想，这么传递，也这么快乐。

《上班这点事》里著名的“牛总”、“万万峰”就是这样的快乐元素，由导演们自编自导自演，有些自娱自乐，却也相信作为看客的你是真的发自内心地乐了。

我们从不正襟危坐地教导你职场的法则与禁忌，我们要与你分享的只是一种生活态度。

如同我们的主持人在《你是工作狂吗》节目中说的，人一生当中所有重要的事，绝大多数都没有完成，到走的那一天才发现，没陪家人吃饭，承诺的旅游计划没执行，承诺的美梦没实现。

所以说啊，上班，不过就这点事，别太当回事。

如果你能学习从《上班这点事》一夜成名的非著名职场红人温喜庆的自我欺骗精神，每天早晨起来告诉自己，我非常愿意这么早起床，非常愿意这么早去工作，我很享受这份工作。

你一定会过得比现在快乐许多。

有些事情，假着假着，就真了。

套用一句最近流行的网络语言：人生就像浴缸，你可以把它看成“杯具”，也可以看成“洗具”。

如果你一直将电视版《上班这点事》当作你的“安睡奶”，那么，你也可以将这本书当作你的精神食粮，每当你不快乐了，每当你又烦恼了，从床头的角落里拎出这本书翻上几页，如果能让你重拾些许快乐，将是我们最快乐的事。

《上班这点事》栏目组

2010年01月27日

<<上班这点事>>

内容概要

本书是由上海第一财经频道和唯众传播联合打造的国内第一档轻喜剧风格的职场脱口秀节目，轻松的脱口秀氛围、睿智的嘉宾、幽默机智的主持人、真实的话题体验者、与上班族最贴近的话题，这诸多元素使得《上班这点事》在全国获得了巨大的影响力。

本书按时间顺序进行，从没有进入职场开始，毕业后如何打算到艰辛的求职历程、雷人的面试经历、实习期的困惑、初入职场的苦恼……浓缩节目精华，贯穿踏入职场生活的每一步，手把手教你正确的求职方法、在同侪中脱颖而出的途径、化解职业瓶颈的智慧，让你在轻松、调侃、幽默中成为悠游于职场的“达人”。

<<上班这点事>>

作者简介

《上班这点事》(Work Stuff) 国内第一档轻松喜剧风格的原创日播职场脱口秀，入围2008“中国电视榜年度最佳脱口秀节目榜单”，主持人入围2008“中国电视榜年度最佳脱口秀节目主持人榜单”，2008年5月获“中国传媒百强栏目创新贡献奖”提名

2008年7月获中国广播电视协会、电视经济委员会评选的栏目类创优二等奖，《上班这点事》是由上海第一财经频道和唯众传播联合打造的国内第一档轻喜剧风格的职场脱口秀节目，在节目的立意、内容、调性、表达方式和包装等方面都实现了大的突破和创新。

它有与上班族最贴近的话题，有最2.0的互联网特色包装，《上班这点事》的出现为中国职场脱口秀节目的创新和突破提供了新范本。

《上班这点事》始终站在员工的立场与角度说话，主张“你的节目你做主”，充分体现了TV2.0精神。

节目中五百余位嘉宾与话题体验者均由白领自己毛遂自荐，让更多对职场有体会的白领站到了这个舞台上，把工作中的牢骚、烦恼拿到这里来发泄，把生活中的快乐拿到这里来分享。

节目以轻松诙谐的方式充分融入上班族这个当下都市中最活跃的群体，成功打造出温喜庆、简昉、薛莉、老孙、“500强”这样的白领明星，他们都拥有了属于自己的“喜糖”、“方糖”、“栗子”、“钢丝”、“强粉”。

这其中，尤以温喜庆的粉丝为盛。

“喜糖会”悄然在白领中成立，喜糖会会长自发建立的“温喜庆官方论坛”注册人数上万。

<<上班这点事>>

书籍目录

PART ONE 面对毕业, 我该何去何从…… 毕业了, 考研还是就业 毕业了, 就业还是创业 招聘会, 可怕吗 先择业还是先就业PART TWO 求职, 你准备好了吗 看我“七十二变”——花样简历 “摸爬滚打”出来的求职信 长相的优势有多大 求职花费知多少PART THREE 应聘, 这事儿怎么就这么难 招聘也歧视 找工作, 实力还是人脉? 欲哭无泪 天才还是鬼才? 强势盘点个性求职 职场“拒”无“罢”——求职被拒之后 番外: 我是竞聘者PART FOUR 面试, 你招架得住吗 面试过招知多少 四两拨千斤的开场白——自我介绍 面试, 你还敢说实话吗 面试, 薪水到底该怎么谈 我的500强面试记 番外: 委屈的招聘官PART FIVE 我就是一只菜、菜、菜鸟…… 我的实习生活 实习路上的“拦路虎”——打杂 人家说这是试用期的感觉PART SIX “中级职称”的概念 我的第一份工作 你喜欢你的工作吗 当你的性格不适合你的工作时, 该怎么办 痛并快乐着: 白领升职记 一招险棋, 你为什么不敢提加薪 你会写辞职信吗 炒焦了的鱿鱼: 你被解雇了PART SEVEN 高处不胜寒 敢对职场骚扰说不 入职两年之痒 做鸡头还是做凤尾 离职遭遇老板挽留 初到新东方, 请客吃饭也得过五关 想说转行不容易 跳错槽了怎么办

<<上班这点事>>

章节摘录

PART ONE 面对毕业，我该何去何从……毕业了，考研还是就业我是一个坚定的考研族，为此还舍弃了不错的就业机会。

人嘛，有所失就有所得，如果说有保送的机会而不去，我认为我会后悔的。

当然，大部分同学选择了毕业之后直接就业，有人还为此放弃了保研，在我看来，这就是人各有志了。

那么毕业之后，究竟是读研好还是就业好，老实说我心里也没有底……职场体验者：小宫（男，同济大学大四学生）一头保研的猪 简昉：有许多年轻的朋友，他们碰到的问题是毕业后是考研还是就业，这个问题比较大，我们先来问问体验者。

小宫：三个月之前我作出了一个让我周围很多朋友非常惊讶的决定，就是我选择做一头“猪”，因为我保研了，而且我放弃了两个比较知名的跨国公司提前给我的offer。

简昉：这是一头要考研的“猪”。

那么我们就来访问一下体验者，小宫——看来只能叫你小宫了。

你年纪大了怎么办？

因为我们都得要称呼你为——“老公”了。

点评：无论选择考研还是就业，都会有不同价值观的人告诉你：你是一头猪，你做了错误的选择。

一个普遍的观点认为，选择考研可以提升自己的就业筹码，而如果已经遇到一个很不错的岗位了，选择就业能早日进入社会。

人生是有限的，如何在有限的生命中活出高质量，才是这个命题的难点所在。

考研是一场博弈 简昉：你这个选择是拒绝了很多比较好的工作机会，然后坚定地朝着考研的方向走。

能跟我们分享一下你的心路历程吗？

小宫：说坚定现在是非常坚定，可是三年前我所坚持的是另外一个方向。

三年前我进入会计系，因为会计是比较实用的一个专业，那我想毕业后去会计师事务所或者五百强企业的财务部工作。

我的想法是到大三才改变的，其中一个原因是觉得自己虽然学习也不是太努力，但是成绩好像还不错。

既然我的成绩挨得上，又有一些排名在我前面的同学放弃了，那么我就顺理成章地保研了。

我想既然有这个机会，我为什么要放弃呢？

我可以在读研究生的两年半时间里，更深入地了解财会专业，包括其他一些管理领域的知识，找到最适合自己的职业发展方向，以避免以后出现所谓的两年之痒或三年之痒。

简昉：我们来看看真实的世界里面，毕业生是如何选择的。

上海招聘网做了一个关于“毕业了考研还是就业”的调查，共有5427名高校大四学生参与。

其中毕业后打算死心塌地找工作的，有2676人，占调查人数的49.3%，接近一半；一颗红心两手准备，给我机会我就考研，如果有好的offer，我就去工作，这样的人有2062人，占到调查人数的37.99%，那也是一个比较高的数字；一心一意考研的，有480人，这个数字听上去好像特别低，占到调查人数的8.84%；最后是选择出国留学及其他的，有209人，占到调查人数的3.85%。

小宫：我们图书馆里的座位都坐不满了，就整体上来说考研的人是越来越少。

点评：对于很多大学生来说，考研存在着很大的风险。

考不上怎么办？

一直考下去？

考上了毕业了，没有找到理想的工作怎么办？

有许多不可预见的因素。

所以，近年来考研的比例越来越低。

似乎已经形成了一种规律，就业形势严峻的时候，大批学生积极考研，但是随着经济回暖，考研的比例又有所下降。

我们不禁要问，难道考研就是变相的就业不成的出路吗？

<<上班这点事>>

它本该是更高一层的治学境界。

工资与学历没有必然的挂钩 孙虹钢：我就问你两个实在的问题，今年你们班三分之二的人已经签了offer是吧？

小宫：这是以前从来没有过的现象。

孙虹钢：这些人的起薪最高是多少？

小宫：在我们学院，工资最高的是一个去咨询公司的人，月薪有1万1到1万2。

简昉：我能来你们学校重读吗，你们接受超过三十岁的研究生吗？

孙虹钢：那毕业的研究生，他们的起薪是多少？

小宫：最高的话有年薪三十万的。

赵雨润：这就是我之前谈到的一个论点，年薪不低于年龄！

他们已经轻松地实现了。

孙虹钢：我可以告诉你一个实际情况，在大多数情况下，研究生毕业和本科生毕业，起薪没有什么特别大的差距。

但是有一点，本科毕业两年以后，工资的增长幅度会远远超过研究生毕业时候的起薪。

简昉：所以，孙老师的意见是毕业生还是尽量去就业好。

孙虹钢：我没有提意见。

因为我觉得它是一个个人选择，主要是看这么做的目的是什么。

赵雨润：他的意思是说研究生在这两年当中，实际上已经失去了很多的机会成本。

点评：学历的高低有时确实会与工资挂钩，甚至职称评定的机会等也会偏向高学历的人。

但是从普遍意义上来讲，两者没有必然的联系，学历所包含的价值正在逐渐降低，而对于能力的价值预期正逐渐提升。

考研反对派：金钱与经验的断层 简昉：那么雨润，我想问问你的看法是什么？

你给年轻人什么建议？

赵雨润：当时我毕业的时候，就觉得读了那么多年的书，跟其他没有考上大学的同学一比，我们囊中羞涩，还是赶快去工作吧！

简昉：所以你工作最重要的目的就是让自己的荷包鼓起来。

赵雨润：我觉得工作能让你从男孩变成男人，男人是有power（力量）的。

简昉：power（力量）就是你口袋里的工资？

赵雨润：最重要的是经验值，因为很多时候在大学里面学到的一些东西，与实际情况是有断层的，还不如工作之后再读书会比较好。

简昉：如果学不能致用的话，光读一些学院派的理论，基础反而更不扎实。

雨润是这个观点对吧？

点评：如果不是有强烈的愿望，希望在所学的研究领域有所建树，只是为了逃避目前的就业压力、抱着不确定的心态去考研，可能遭遇到金钱与经验的断层。

考研考上的概率并不比找到好工作的概率要高，特别是当一次考研不成功时，面对的压力更大，进退的选择更难。

擦亮眼睛，看清利弊 简昉：现在我们来讨论一下考研和就业，它们的利弊分别是什么。

我们先问一下体验者，你现在决定考研，那么你觉得你考研以后的利和弊，各在哪里？

小宫：我觉得读研究生不是为了读而读，你可以在读的同时去实习，体验社会，然后找到最适合自己的工作岗位，这一点非常重要。

如果本科毕业直接工作，可能工作岗位并不适合自己，一两年之后，就会发生很多问题。

赵雨润：的确，对于很多公司，特别是五百强这样的公司来说，你的简历上面如果有研究生学历这个漂亮的一笔就不一样了。

简昉：学历好像是一块敲门砖，但是如果你做的是操作、执行层面上的基础工作，而你的学历过高的话，会让一些管理者对你有看法。

还有一点，我觉得很多同学对于如何把握好读研的时光，准备得不是很充分，有点像blind date（陌生人约会），自己盲目地选择、盲目地去撞。

<<上班这点事>>

孙老师，你对这个问题怎么看？

孙虹钢：读研还是就业，这要看自己的喜好，没有什么绝对的好或者是不好，毕竟这个社会上有这么多的研究生的位置存在，说明社会就是有需求。

简昉：存在即合理。

点评：考研还是就业，两者各有利弊，学历是某些大企业的入场券，而工作机会又是可遇不可求的。看似两难，其实不难，大学生一旦确定了自己的人生目标，这个选择就容易得多。

未来本来就是不可预测的，与其在这个问题上过多地踌躇，不如追求过程的乐趣。

考研需要理由吗 简昉：小宫，两位老师已经说得很清楚，他们认为学历在就业当中其实已经越来越不重要了，你是不是也认同这样的说法？

小宫：我不认同。

因为简老师您前面提到一点，虽然可能用人单位招人的时候，没有明确提出要本科生还是研究生，但其实这个岗位的要求放在那里，只有研究生才能达得到。

赵雨润：学历还是有一些作用的。

对一个beginner（初学者）来说，它是一块敲门砖。

你的学历高一点的话，那这个响声也会比较大一点。

简昉：就是说研究生多花了三年在读书上面，也许进职场的第一年，他和本科生的差距不是很大。

但是只要这个研究生是货真价实的研究生，我相信他未来发展的潜力是非常大的。

无论我们怎样选择，关键就是要了解自己，同时知道社会是怎么回事，然后才能作出一个正确的决定，下一步我们来细谈这一点。

点评：知识的积累是一个相当长的过程。

并不是说读研在当今社会就没有用，如果考研是为了追求治学梦想的话，那么就应该坚持下去。

此外，研究生在某些科研岗位上发挥的作用的确要比本科生大得多，潜力也更大。

这种潜力不能用薪酬来衡量，也不是一时一日能体现出来的。

在人生的长线上描点 简昉：人最难的其实就是认识自己，面对那么大的一个世界，到底怎么去选择。雨润，你有什么技巧？

赵雨润：我觉得在战略上和战术上我们都要对它进行重视。

战略上重视就像刚才简老师提到的希腊神殿上的铭文“认识你自己”。

如果要在考研和就业之间作一个选择，你不妨列一个表格，你觉得你有多少特质是可以去考研的，你有多少优势是适合去就业的，这很重要。

在战术上重视，就是指你觉得你在过去四年中到底学了专业知识，在实习当中，有多少素质能够应用其中，这一点也是很重要的，因为所有的公司都喜欢这种functional（实用）的人。

简昉：我们看到职场专家孙老师已经在画图了，孙老师，给我们讲讲你的建议。

孙虹钢：如果把我们的职业生涯画成一条长线，那么读研这件事，你可以放在这个地方，本科毕业以后再拿出两年时间来读，也可以把它放在其它任何一个点。

就是说，是不是要把读研放在现在来完成，你可以选择。

简昉：我们已经说了那么多，最后给毕业生们一句忠告、一句结语。

赵雨润：离开学校你是一个半成品，不妨出来品一品，这样对自己有信心。

要记住，职场出品，必属精品。

孙虹钢：考研也好，工作也好，都还是一件事情：学习。

注意，两个字：学和习。

简昉：学而时习之，怎么组合不重要，学和习，同时要做。

小宫，你也结合自己的观点，给广大毕业生朋友们说一句话。

小宫：我的心得是，大学里要好好学习，有保研的机会干吗不要，但是如果如果没有保研的机会，我还是劝大家找一份合适的工作，一步一步开始慢慢积累。

点评：人生是一条长线，考研是其中的一点，这个点可以被放在毕业后的任何阶段，比如一年后，三年后，甚至十年后。

当然单就学习规律来说，毕业后立刻考研的确是最水到渠成的做法，而工作后再考研又会有另外的一

<<上班这点事>>

番心得。

画家刘墉说：“我20多岁有了儿子，40岁的时候才有女儿，儿子的成长完全是管控式的，有女儿时，已经是我对教育大彻大悟之后，生发出新的教育模式。

“可见，做同一件事情，在人生的各个阶段会有不同的方式与感悟。

盘点：孔子说“学而时习之”，这其中的“学习”并不是光指学习书本上的知识，而是泛指吸收知识的过程。

而这个吸收知识又反复实践的过程，是令人愉快的。

考研偏向于“学”，而工作着重于“习”，但是“学”和“习”必定是相辅相成的。

选择考研的同学能在实习的单位实际运用自己的知识，而选择直接工作的毕业生又必须在工作的岗位上，努力去吸收知识。

光学不习，知识就流于表面，光习而不学，那就是人云亦云的木头人。

所以，无论考研还是就业都离不开“学习”二字。

<<上班这点事>>

后记

“上班”这些年还原真实，把小菜做成大餐。上班不过这点事儿，从替《上班这点事》取名的那一刻起，它的基调就被定下了。

当时我没想到，从北方语系里借用来的“这点事儿”会在两三年后成为一个沪上挺流行的词儿。

欲速则不达，有时，举重若轻方能泰然以对——这就是“这点事儿”想要表达的意思。

《上班这点事》是一盘职场小菜，它未必能教授你所向披靡的办公室宝典，但在这档节目里，你看到的就是自己，是每个人每一天在每间办公室里都可能遇上的大小事体。

记得是在节目开播的第一年，2008年，《上班这点事》就上了中国电视榜年度最佳脱口秀节目的榜单，当时它的播出还仅限于上海地区。

那会儿我知道了消息，有点小得意地想，这份榜单应该还挺权威的，因为评选前没有任何人和我们打过招呼。

这给了我们更大的信心，真的没走错方向。

因为贴近生活，这档主打轻松牌的职场脱口秀火了，还打造出了好几位白领明星。

就拿温喜庆来说，现在他有了“喜糖”（温喜庆的粉丝），还有了“喜糖会”，但对从没看过节目的人来说，这个一口东北音还有点小肚子的男人有什么魅力呢？

他们可能会想不明白。

但假如换个视角，转到都市白领阵营里，那份亲切和认同却往往是油然而生的。

《上班这点事》，它可以是你的安睡奶，也可以是你的心情垃圾桶。

看过了节目，情绪平复了，心里舒坦了，有种找着了同伴、找到了组织的安慰，同时还知道了一些职场小窍门——如果你的感受真是如此，那我们也就心满意足了。

因势而行，无穷无尽这是一档随性的节目。

随性，不是随随便便，而是因势而行。

节目改版前，也就是日播的时候，朋友里总有替《上班这点事》隐隐担心的，生怕哪天话题挖空、挖尽了，节目来个突然死亡。

每次遇上这样的对话，我就会纳闷，职场里的事啊，每天都有新的困扰、新的压力冒出来，哪这么容易就有个穷尽。

我们的体验者都很聪明，拍砖而起的困扰往往来自于“上一间公司”、“上一个老板”。

这很好，我们的宗旨就是不勉强，体验者可以畅所欲言，甚至改变一期节目的选题。

打个比方，我们请一位体验者来做办公室里的“一山难容二虎”，但他心不在此，反倒是近期被开会那点事压得透不过气，那OK啊，就换个话题做。

所以说真的，《上班这点事》开播三年多来，我们没有为话题的枯竭而操过心。

从没给《上班这点事》庆祝过生日，但1月8日这个开播纪念日却是一直在我心里。

《波士堂》会办BOSS们的派对，《谁来一起午餐》也有了行业领袖论坛，唯独对《上班这点事》这个“孩子”，我觉得是小有亏欠的。

不过，也许，上班就是这么一件常态化的事，没有过山车似的跌宕，日复一日，持之以恒，细水长流，这才是它的真滋味。

《上班这点事》，就是这么一盘家常小菜。

期待“回来”的那一天去年5月，《上班这点事》变脸了，那些刚刚或即将踏出校园的“预备役”走进了录影棚。

为什么变？

为什么选在这个时间点上变？

类似的问题我被问过不少次。

2009年是个危机的年份，在这一大前提下，只要不事关裁员，办公室里的小恩小怨小忧愁似乎都不是道了。

与此同时，在职场的门槛外，却是拥堵着超过800万的应届毕业生。

两相对比下，我觉得让《上班这点事》调转方向，做些上班前传的事儿，同样很有意义。

<<上班这点事>>

从日播变成了周播，这是改版后的又一大变动。

可能有人觉得，播出频率降下来，制作团队会轻松些，但事实却恰恰相反。

改版后的《上班这点事》，“搞大”的不仅是录影棚的规模，还得每期都找权威的教练团和求贤的伯乐团。

制作团队扑在上面的时间和精力其实是更多了。

先有《星球大战》，后才有了《星球大战前传》，这样的事不稀奇。

节目改版了，播出了，上轨了，不过对变脸前的《上班这点事》，不少老观众还是想念得紧。

以后有没有可能再变回来？

我想说：当然。

当我们陪着这群职场新人迈过那道门槛后，当他们成为办公室里的正式一员后，到时候，《上班这点事》再回过头来做他们遇上的困扰、压力，岂不是更真实地见证了一段成长？

期待“回来”的那一天，并衷心感谢所有参与和陪伴了这档节目成长的人，感谢合作方第一财经频道，感谢主持人曹启泰、刘仪伟，感谢所有嘉宾，感谢栏目组的导演们，感谢观众。

《上班这点事》，不是谁家的私事儿，这里头有我，有你，有更多和我们一样生活在这片天空下的人

。

上海唯众影视传播有限公司总裁 杨晖

<<上班这点事>>

媒体关注与评论

刘仪伟（《上班这点事》主持人）：可以当一本闲书，可以做一面镜子，可以作为一种指南，这就是《上班这点事》。

曹启泰（《上班这点事》《波士堂》前主持人）：上班本无事，白领皆人才；后来有点事，到处惹尘埃；现在谈这事，于是书拿来。

人才，尘埃，看书，明白。

温喜庆（《第一财经日报》广告部行业总监）：看了《上班这点事》，上班变成幸福的事。

孙虹钢（北京博士德管理顾问公司资深顾问、职场专家）：生活是本，工作是末。

我们千方百计帮您找工作的乐子，是希望成为您快乐生活的引子。

上班这点事嘛，差不多就得了。

简昉（IMOGA 业务总经理）：不装，不端，不假。

《上班这点事》只有提纲，没有剧本；只有感言，没有台词。

有设计，有安排，有表演。

《上班这点事》不只是清谈，有笑话，有情景演绎，有主持人的张弛有度，有编导亲身出演的小品剧。

真切的内容+趣味的形式，成就一档成功的节目。

薛莉（英国《金融时报》中文网编辑、专栏作家）：工作中所有的烦恼和不快，换一种幽默的眼光来看，都可以让人哈哈一笑，这也是我参与录制《上班这点事》的最大享受。

——《上班这点事》终身荣誉嘉宾薛莉（嘿嘿）韩笑（奇虎360公司市场总监）：遇到同事偷拍怎么办？

怎么让老板加薪？

办公室恋情如何处理？

迟到又该如何处理？

百度可以给你N种回答，谷歌可以提供N种答案，但风趣、幽默、灵机一动、智慧、调侃、浑然一体的却没有，上班族的“孙子兵法”，老板级的“资治通鉴”。

快乐上班族至理名言：咱们上的是班，不是班上了咱们！

陈葵（微软中国有限公司华东区总经理）：以前从来没有想到“上班”有那么多“事”可谈，看过“上班这点事”后，恍然大悟，原来上班就是生活！所有的喜怒哀乐之后，陡然升华。

你也上班吗？那一起来吧！赵雨润（盛大网络发展有限公司游戏娱乐制作人）：公司是个大秀场，你方唱罢他登场。

新人乍现眼茫茫，恐难应对心慌慌。

幸得此书新篇章，驰骋职场有方向。

从此天地更宽广，人人都是“五百强”！

杨凌（shine18设计师珠宝执行董事）：实用、幽默、麻辣，有效治疗职场生活各类疑难杂症的打气鸡汤！

<<上班这点事>>

编辑推荐

《上班这点事(第1季)》是国内第一本以电视访谈集结而成的职场攻略！
年度最佳职场电视脱口秀！
迄今最受大众肯定的快乐求职法则！
上班这点事，让上班变成容易的事！
20个高频场景——轻松模拟求职状态！
37位体验者真实讲述——告知你上班族的种种辛酸苦辣！
重量级嘉宾剖析实质——传授应对突发事件的100个技巧！
300万观众翘首企盼——最受大众肯定的快乐求职法则！
让刘仪伟、曹启泰、温喜庆、简昉.....陪你一起欢乐上班！

<<上班这点事>>

名人推荐

继《非常娱乐》之后，终于又出现了一个我非常喜欢的四人谈话类节目——《上班这点事》。

对于曹启泰的初次认识，应该是在《波士堂》。

当时就挺喜欢他的主持风格的，很幽默，也很能激发嘉宾和观察员的谈话热情，更何况每次观察员的人选都很完美，节目始终都会出现让我感到佩服的问答和影响深刻的启示。

现在的《上班这点事》更是让我爱不释眼了，尤其是每次两位和曹启泰共同谈论的嘉宾，总是会让我从他们的身上得到很多的启示，学到很多，更重要的是认识的升华。

真不愧是职场中的精英和高手！

虽然现在还只是个学生，但有些东西还是早点了解早点学的好！

每次的体验者也很厉害，观点毫不逊色于嘉宾。

更重要的是每次的话题都很贴近上班的日常事务，很真实，也感觉很实用，而且说的人也直言不讳，在脱口秀节目中这点也让我感觉很好。

所以真得很喜欢！

——xl看了《上班这点事》，许多观点精辟到位，某句话会让你有点到穴位的感觉！

——joycehuang其实上班也就那回事，《上班这点事》非常有意思，把很多零零碎碎的事情拉出来咀嚼。

——斌斌有礼《上班这点事》是给上班族和准上班族看的，教上班族如何应对老板，也让老板了解员工的想法。

——我就是爱小猫猫幽默风趣的脱口秀，馒头式的搞怪片断，你说有了这样的节目还看台湾综艺做什么？

——心灵的回收站谈话内容真实有趣又实际实用，一针见血但不是鲜血淋漓，有时候又有些温情脉脉。

——Linda 我是“上班这点事”的痴迷者，每天只要有空必看，这栏节目真的很不错，涵盖了职场中可能发生的很多事情，还有成功人士现场指点一二。

——苏幕遮我最喜欢看第一财经《上班这点事》里面小孩子的对话,搞笑到死。

——池畔听海作为一个即将入职的新人，看着过来人在那边闲言碎语，偶尔搞搞笑，是件很舒服的事情。

主题囊括上班的林林总总，反正就是上班那点事儿。

总有人说上班无聊，但听这他们讲来，却也多姿多彩。

——浩杰

<<上班这点事>>

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>