

单位里，如何修炼成一个沉稳、老练、有城府的人？

已分类

原创主任透透的职场人生

2024年07月22日09:02 山东



生哥付费圈

时政/财经/认知/热点

历史1万+付费文立即获取
请加微信：xuetang7799

体制主任说：职场上有太多太多的心口不一，表里不一、有太多太多的阳奉阴违、顺左右而言他，有的时候真的是你一不小心就落入了别人的小圈套，话语的圈套、计谋的圈套。

大家会发现，其实每年考公务员进来的年轻人，刚来的时候大家都在同一起跑线，但是经过五六年以后，有的人升迁提拔了，有的人调到上级单位核心部门去工作，有的人到领导身边当了秘书，但是有的人却郁郁不得志，还是一个普通科员，或者是在这种边缘的部门，做着打杂的工作，或者说一直待在基层，得不到重用。

我们抛开背景、关系这些不可控的因素来说，造成这些差异的最主要的原因我认为就是你做人太单纯了，没有城府。不要认为我是一个小姑娘，显得活泼可爱，领导就会提拔你。不要认为我是一个年轻小伙子，做事有朝气、阳光，领导就会重用你，其实这样领导只会把你当孩子来看待。

不管在体制内还是体制外，一个尔虞我诈的成年人聚集的社会里，一个充满竞争的职场里，你是否成熟，是否稳重，是否有主见，才是别人能够高看你一眼的根本所在。

尤其是体制内的工作性质决定了处理好人与人之间的关系非常重要，没有城府太单纯你就容易犯错误，就容易得罪人。

尤其在职场中你犯错误了，得罪领导了，很多东西需要你自己去猜，如果是心地不那么善良的人，他们不光不会告诉你，甚至还喜欢看你出丑，喜欢看你得罪人，喜欢看你掉到坑里面去，没有人愿意去提醒你的，等自己碰的头破血流之后，为时已晚。

那么如何把自己修炼的更加沉稳、老练、有城府，以下给出具体的方法论和解决办法，全文共6000余字，纯干货！

一、有城府最好，没城府你也要学会装，可以少说话，甚至不说话，但一定不要乱说话，防套话。

没有城府的人都是随时可以被其他同事拿捏住的，甚至是可以把玩的，那究竟该怎么办？我认为首先你在办公室里要成为一个起码是看上去有城府的人。

要保持一个70%的神秘感，这个神秘感会让人感到敬畏，也让人感到有点拘束，这就是宇宙的一个定律，如果你的底牌被人家知道了，超过了70%，他一定不会再次害怕你，甚至他就会开始拿捏你，因此你要注意保护自己的隐私，不要让超过30%的信息泄露出去。

很多人比较单纯，别人问什么就说什么，有的人刚迈入单位，不知道什么该说，什么不该说，不知道什么该做，什么不该做，生怕得罪别人，于是该说的不该说的都说了，该做的不该做的都做了，其实这是非常不成熟和稚嫩的表现，我们一定要渐渐的学会装，你要渐渐的善于把自己的这种真实想法都藏在心里。不要让那些办公室的那些同事一瞅就能看穿你对某一件事情的态度，也不能一眼就看穿你此刻是高兴还是沮丧。

比如同事们坐在一起聊天了，你能不说话就不说话，自己多听。如果有同事问你，小王，咱们科长分配任务是不是太不公平？这样当领导，欺软怕硬，早晚都不愿意跟着他干了，简直就是混蛋。

这个时候你怎么回答？如果你确实想不起来高明的回答，既不当着这么多人附和着说领导是混蛋，也不想拂了同事的面子，那你就嘿嘿一笑，小幅度地点点头就是了，即便你内心深处也是这样想的，但是你别让他们知道你到底对这件事是什么态度。总之，和同事打交道，你什么都不表态，别人说什么你都用这一招笑呵呵的小幅度点点头，既不表态是，也不表态不是，把自己内心深处的想法、所有的想法都隐藏起来，让他们摸不透你，猜不透你，他们就不敢再对你颐指气使的。

比如，有的人就喜欢一边干活，一边边吐槽抱怨，结果活没少干，也很辛苦，但却没有任何功劳，甚至还会招致领导的意见和看法。为什么？就是乱说话惹的祸，不要一有机会就唠叨你对单位的不满，绝对不能，万万不能透露自己对领导的不满，你无意间发了一句领导牢骚，这些牢骚话就像泼出去的水，如何被别人添盐加醋的传播，已经不由你掌控了，最终传成什么样子以及会产生怎样的后果，都得由你承担，所以少说抱怨的话，可以回家和家人吐槽。

其实进入社会以后要懂得一个残酷的真相，就是我们进入社会以后，没有几个人会真正愿意当面去指出你的缺点来，或者说告诉你你犯了什么错误，成年人的世界需要有一点界限感，很多事情不会说的这么直白，你犯错误了，得罪领导了，或者说你这个某件事情做得不得体，需要你自己有悟性，你不能指望别人掰开了揉碎了，很多东西需要你自己去悟。如果是心地不那么善良的人，他们不光不会告诉你，甚至还喜欢你出丑，喜欢看你得罪人，喜欢看你掉到坑里面去，没有人愿意去提醒你的。

在体制内工作说实话，规矩和秩序最重要。为什么强调要少说话，主要原因是前车之鉴太多了，有着太多有能力有水平的人，就是因为说话而翻了车、倒了霉。职位越高的人，他说话越云山雾罩，甚至他会说一半留一半，让你自己去揣度，去想象，这并不是因为他们不会说话，官话、套话都是在长期的职场博弈中形成的语言套路。这些术语都是职场前辈的血泪积累的结果。

不管在哪里工作，我们都要把握一个说话的总原则，那就是说外不说内，说远不说近，说己不说他，说好不说坏。如果你实在不知道说什么，那就简单点，什么都不要说。隐藏自己的观点，隐藏自己的情绪，隐藏自己的做法，适度的保持沉默是你显得有城府的第一步。

二、学会正确的使用微信：xuetang7799和发朋友圈

很多人在现实中说了几句话，但是在微信：xuetang7799上却交流的很多，动不动就你一条我一条的语音聊来聊去，动不动就更新动态求点赞，要么就是在别人朋友圈里互动留言等等。我们可以利用互联网社交扩大我们的交际面，但是在办公室里我们就不要像那些年轻人那样肆无忌惮的去展示自己，不要再用那些只能显得你幼稚的头像和名字。

我们每个人在出生的时候，父母都会给我们取一个名字，都是经过斟酌的，所以取这个微信：xuetang7799昵称的时候也不能太随意，必须非常慎重。

很多时候领导和同事看到你用这样的微信：xuetang7799名字，虽然嘴上不会说什么，不是公事的话，大家都不会明着指出来，指着指出来伤脸面，而且也没什么好处，你也不会感激他，如果你这个时候还自我感觉良好，其实非常糟糕。

什么蜡笔小新互联网漫画的头像就不要用了，你可以用你自己的照片做头像，你也可以用你家的小孩的照片，你也可以用这个风景画，这些都没问题，在我的观察中有的人的头像非常幼稚，有的男生二十七八岁了，30多岁了用小猪佩奇的头像，或者用什么灰太狼、米奇、老鼠、熊二这样的一些卡通人物的头像，会显得很不成熟、很不稳重。

这跟体制内对人的素质要求是相违背的。体制内非常要求一个人要稳重，尤其是要到重要的部门去工作，比如说你要去到领导身边当秘书，你要去组织部、去办公厅，如果你这个人不够稳重就很麻烦，这个稳重其实可以从很多方面可以体现出来，包括你的衣着，包括你说话，包括你走路，包括我们现在说的微信：xuetang7799头像等等。

你看看你们领导的那些微信：xuetang7799头像，是都是什么假大山水，要么是书画作品，所以我建议你把你的工作微信：xuetang7799头像换成成熟稳重沉稳太多的同事和领导，那你就不能再在朋友圈里发那些无病呻吟的动态，朋友圈也是我们的一张名片，从一个人的朋友圈中可以推断出他的性格、兴趣爱好、思想、生活状态等等的很多内容。

所有让你看起来不成熟的动态都不要再发了。体制内对人的要求非常重要的一点就是稳重。当然，其实不光是体制内，体制外也是一样的，如果你要做到管理层要做到这个领导岗位，稳重这个素质是非常重要的。比方说有的人发朋友圈的频率太高了，整天刷屏，一点开朋友圈，几乎全是他的动态，甚至工作时间也在发朋友圈，这样就非常不好。

第一，说明你这个人非常幼稚，非常不成熟，自己有一点点什么想法，有一点点什么动态，有一点点什么情绪，心里就藏不住，老是想让所有人都知道，情绪太过外露，给人的印象就非常不好。第二，也说明你这个人很闲，没有把心思用在工作上，工作闲老是玩手机刷朋友圈，工作态度有问题，所以从细节着手让自己更加稳重成熟一些。

三、藏心事和藏本事

木秀于林，风必摧之。体制内是最不喜欢高调的人，谁高调，谁想突出自己，大家都会想打压他。不管在哪里生存了。体制内也好，娱乐圈、体育圈、艺术圈、学术圈，还是生活中，当你走到一个比较高的位置的时候，其实周围很多人都盼着你摔跤，大家都牢牢记住一句话，叫做高调必死，月满则亏，水满则溢。有时我们在单位，如果我们比他人快了几步，我们真的要战战兢兢，如履薄冰。因为一旦我们木秀于林，人性里的那些暗器都会源源不断的在暗处向你打来。

我们说《西游记》大家都耳熟能详，很多人会说西游记还用你说？但是其中蕴含的深刻道理我想再重复一下，每个人看问题的角度不一样，唐僧过黑风山的时候，路过观音院，孙大圣因为和老院主攀比袈裟，便拿出了观音所赐的锦斓袈裟。结果勾起了老院主的贪心，进而发生了老院主夜半放火、黑熊精趁火偷宝一难。试问，孙悟空有炫耀之心，那么唐僧有没有炫耀之心？孙悟空在和老院主斗嘴，想要炫耀自己的袈裟的时候，唐僧真的拦了吗？有没有能力拦得住？有能力拦，却没有用力拦？只是象征性的拦了几句？唐僧心里是不是也想炫耀一番？要不然，刚刚学会念紧箍咒的唐僧，如果斩钉截铁地告诉孙悟空，不许拿。这孙悟空，又怎么敢拿袈裟？又怎么敢和紧箍咒对着干？逻辑微信：xuetang7799

正是唐僧心中一丝“炫耀”，放任了孙悟空的“炫耀”，才生出这些事端。而这难，也恰恰在告诉师徒二人，要戒除炫耀、攀比之心。人性中，总是有那么一丝想要展示自己强过他人的天然冲动。有才华的人，容易遭嫉妒，有财富的人，容易被嫉妒。比如，近期好事连连，我便会心中提醒自己，千万不能乐极生悲，一定要打起精神，谨防坏事发生。久而久之，我便成了一个低调的人。什么是低调的人？我认为那些在该绽放自己人生光芒的时候，却忍住不绽放。

我们说天下之才人，皆以傲字炫耀败坏。即便不是什么很有才华的人，有的人稍微在某个领域出类拔萃了，便趾高气扬，觉得自己的成功绝对不是偶然，都是因为自己能力强，并且总觉得自己无论干什么都能干成功，其实这是非常不成熟的表现。

我们做人一定要谦虚，就要收敛锋芒，收敛傲气，谦卑待人，平和处事。因为在你傲气冲天的趾高气扬的背后，你真正的不知道你会得罪谁，有时哪怕是得罪了一个小小的蚂蚁，他在暗处伸出腿来，却可以巧妙地把你一头大象绊倒。翻越历史，再看当今，这样的例子举不胜举，不能不引起重视。

那些该衣锦还乡的人，却偏偏锦衣夜行，这就是低调的人。无论我们在单位工作还是在生活中和亲戚朋友交往，懂得低调，保持锦衣夜行的人无疑是高明的人。当然锦衣夜行是非常痛苦的，比如你是一个穷人家的孩子，通过自己的努力，终于赚到了一个小目标。但是你聪慧的大脑告诉你，不要声张，不要让大家都知道你有钱，你去炫耀你的福报就没了，因为外人知道你有钱了，问你借钱的人会越来越多，不法分子也会惦记你的家产，税务部门也会找上门来，唯独不声张的锦衣夜行才是长久之道，而有钱了，却不能声张这种滋味，其实也很难受的，是需要你刻意来压抑的，克服自己爱炫耀的人性弱点。

我们说人性之恶，就是不希望别人比你过得好，你的成功，会让熟人产生不幸感。你看我们现在很多人其实不太喜欢发朋友圈了，尤其是人到中年，我们开始学会了沉默和低调，二十几岁的时候可能你会有很强的分享欲，就你看最近这几年大家普遍不太愿意在朋友圈分享自己的日常了，以前微信：xuetang7799刚出来的时候，大家都爱在朋友圈里面晒游、晒美食，晒自己的成长进步。那现在你看很多人已经不发朋友圈了，一年就发那么一两条，因为人性太复杂了，你晒个娃，人家没结婚的，或者结了婚没生小孩的，会认为你在刺激他，都整天晒晒晒。就你家有娃？就你家的娃长得好看？你在旅游，同事可能也会想你请了年假，你去旅游去了，留下我在单位加班加点，我还得负责你那部分的工作，你自己去享受了，你还发在朋友圈里面炫耀在刺激我，那他心里面就会不舒服。你晒个情人节，什么男朋友送你花啦，老公给你发的什么520啦，别人会觉得你秀恩爱，别人给你点赞也未必是真心心想祝福你，所以这样的话，慢慢大家就不喜欢发朋友圈了，而且大家慢慢都明白了，生活是自己的，没有必要让别人知道。

所以你看现在很多人玩小红书，玩微博，玩抖音，而且不让自己身边的人关注自己，有什么不开心的事情发在这个小红书上，发在微博上，发在抖音上，陌生的网友会祝福，会点赞，所以人性是非常复杂的。

当然你也可以不管不顾，你说我就是记录生活而已，别人爱怎么想关我屁事？但其实大多数人还是会在意别人的看法，既然发个朋友圈都有可能导致这么多的问题，那就干脆不发了，而且你像我们现在的微信：xuetang7799里面也人也很复杂，有领导，有同学，有客户，什么样的人都有，所以大家看，现在朋友圈除了广告就没有什么有温情的东西，我们高兴的时候就自己独自高兴，伤心的时候就自己独自伤心，我们不想分享出去，没有了分分享欲，所以为什么有一句古训叫做闷声发大财，如果你有钱，你就要低调，你不要显露出来的，你有钱，平日里你最好要树立那种省吃俭用的这种形象，就算你大吃大喝，你也不要被别人看见了，因为会招来嫉妒，而且这种嫉妒是非常可怕的，有可能会招来杀身之祸，因为大多数人见不得别人比自己过得好。

你身边的亲戚朋友，也许他会希望你好，但是他希望你过得比他好。你可以好，但是你不能比他好，如果你比他还好，他心里面可能就会不痛快，不舒服。

当一个高调的同事在身边，每日在工作上或者生活中各方面都碾压我们的时候，我们本能的都会在内心深处生出一种厌恶，这些厌恶会让大家在情况允许时对他落井下石。

人性内心的这种嫉妒、仇恨、狭隘是非常可怕的，见不得别人比自己好，这就是人骨子里面的劣根性。

四、一定要控制好自己的情绪，凡事慢一些，沉着一些，将沉着的气质深入到自己的骨髓。

为什么很多年岁较长或者久处领导岗位的人，会让人感觉更加沉稳老练？进群微信：xuetang7799

其实，不是他们本就如此，也不是他们性格使然，而是他们在岁月经历和岗位历练中，掌握了很多方法和技巧，“遇到刺激马上就反应的人，大多成不了什么大事，而且事后往往会后悔。”

为什么遇到刺激不能马上反应，而要等上那么一等？因为人是很受情绪支配的，刺激过来的时候，立即就给出反应，往往会考虑不充分不全面，做出欠妥欠考虑的判断和决策。

如果你仔细观察就能发现，高手和大佬在遇到突发情况的时候，往往反应很“迟钝”，他们总再三确认情况、了解细节，甚至还要故意拖上一拖，“耽搁”了很久，才去处理情况。自己要经常把一句话挂在嘴边，那就是“着什么急，慌什么，多大点事。这是一种很强大的情绪管理能力，人生如戏全靠演技，演技的核心就在于控制好你的情绪。

很多成大事者他不是不生气，他也会生气，很擅长表情管理，懂得逢场作戏。外表看似波澜不惊，大脑却在高速运转。真正的高手即使内心翻江倒海，外表也能有说有笑。其实他必须要展示出一种情绪的稳定，或者是处事不惊的姿态，摆出一副成大事的样子。凡事都能波澜不惊，才有不怒自威之势，才能对事情徐而图之。懂得收放自如地控制情绪，这是我们斡旋于复杂世事的圆润智慧。

所以说凡事只要不涉及到切身的利益，你必须要保持一个冷静理智，不要轻易的表露情感。当涉及到自己的核心利益的时候，桌子底下的手段你才要稳准狠，遇到挑衅的时候，你可以淡定的微笑，而不是急于的反击，你要学会笑咪咪的使绊子。

遇到好事容易激动，遇到坏事爱冲动发火在体制内是大忌。我第一个建议就是一定要先让自己的语速慢下来。贵人语缓，吉人少言，可能对于很多人来说很难，但是你一定要坚持下去，到后来你会发现等自己的语速慢下来之后，自己的性子也不会像从前听到一些容易让人动怒的话，便不管三七二十一的上去就和他拼了。慢慢自己的脑子就会像嘴巴缓缓的说话一样，会缓缓的思考一下，会找出最合理的处理办法后再付诸行动。

慢慢的你就会发现说话只要声音底沉一点，你的声音就会有磁性；说话只要一慢下来，你就会有气质；你敢停顿，就能显示出你的权威。任何时候都不要紧张，永远展现出舒适放松的状态。

第二个建议，走路一定要慢下来，永远不要展露出急匆匆的样子，你想想你可曾见过你们单位的大领导三步并作两步蹦达着走路吗？很多人会觉得那你不是在装？其实确实是装，但是哪个成功的领导不是装且隐忍？其实领导也是在装，只不过装到出神入化，演的太逼真，不知不觉深入到骨髓里去了，你都完全看不出他是装了，最后是真的具备了这样的品质，习惯修炼成了自然。

所以慢慢走路，把每一步都走稳，这种小细节大家千万不要小瞧，这些小细节极其容易影响或者重新构架你的大性格。所以以大领导为楷模，他们的语速是多少，你就降到多少，他们的步伐是什么频率，你就降到什么频率，走路要慢，做事要慢，说话要慢，思考也要慢。渐渐的，即便你想快，你也快不起来了，先慢下来，先慢下来，慢下来才是精的前提。

总之在单位里生存第一有城府最好，没城府你也要学会装，可以少说话，甚至不说话，但一定不要乱说话，防套话，一定要控制好自己情绪，凡事慢一些，沉着一些，藏心事和藏本事。

其实让自己变得沉稳、老练、有城府——这不仅仅是一种生存策略，更是一种智慧，一种人生的修行，高手是没有情绪的，是心如止水的，永远不要让别人知道你在想什么。

它并非一日之功，更非简单的权谋之计，而是长时间内化于行、实践的结晶，是红尘中修炼的结果。

希望以上对您有帮助！