

# 病假指南



[病假指南\\_下载链接1](#)

著者:埃莉·毕肖普

出版者:南方出版社

出版时间:2011-8

装帧:

isbn:9787550102378

日复一日，你已经紧张得快要崩溃了？你对什么是幸福已经麻木不仁了？你对工作和生

活一团糟已经无可奈何了？你迫切需要停下来处理自己的生活 and 一切了，可你就是没理由没勇气没办法停下来。不怪别人，是你没智慧没方法没胆量找到一个合适的借口。

这本充满娱乐精神的小书就是教你如何停下来，找个美妙的借口请个病假，做你自己的。什么？找借口是逃避责任的表现？你太过时了！工作永无止境，不懂得停下来的人才是蠢货，所以醒醒吧，停下来看看到底哪里出了问题，才能更好地面对明天。

你需要一个好的借口，因为它可以缓和你与老板的对立关系，可以润滑你和周围同事、朋友的关系，可以消解明天实在躲不过去的压力，也许，还有可能对提高你的智商和情商有帮助。

翻开本书，你不只学到一个善意的小借口，还可以就此把你的工作、生活变成一件更美好的事情。何乐而不为呢？

（凡是皆有度，过多借口有害健康，请谨记）

作者介绍:

埃莉·毕肖普

从来不请病假。因为她的老板不允许。不过老板不知道的是，她曾有一天未经批准溜出去买了一双牛仔靴。后来，她时常使用“病假日”的表亲——“个人日”，去看牙医或者照顾她的新生儿巴斯特……

她一直梦想着有一天能够在家办公，不过现在看来其实已经没必要了。

目录: 推荐序

前言

1. 基础：假装生病

假装生病时需要知道些什么以及如何谈论它

掌握一些能让请病假变得简单的疾病

2. 你的邻居是谁

能够让打电话请病假变得更容易的人证、物证

如果你的身边有这样的人的话

可被证实真实性的物证

3. 精神疾病日

如果你没病的话，你需要为此做太多铺垫了

一个精神疾病日的准备工作

精神疾病日的一些活动

4. 你恨你老板/你老板恨你/你恨所有人/所有人恨你

提前一周或更久的时间撒一些你恨谁的种子

你需要事先做好的剧情准备

憎恨日的活动

5. 在周末罕有发生的两件大事：死亡&交税

美发预约，来自朋友的星期三沙滩小屋派对特别邀请，大采购日等

不该在周末做的事

还有一些特别的事件借口

6. 老板不加理睬的那些重要节日

圣帕特里克节，任何你支持的运动队获得任何胜利的日子，狩猎季的第一天，私人纪念日等——以及重要节日之后的那个早晨

那些特殊的节日

属于你自己的节日

7. 五花八门——可以囊括以下任何一条或全部：文身，小事故，天气  
好好利用你的时间（换句话说，充分享受你的额外度假，周末，节日等）  
凡是你能想到的离婚、吵架、恶劣天气等借口  
走到半路上必须掉头回去？  
8. 打电话请假的剧本以及需要避免的病假日错误  
换句话说，不要给太多或者太少的信息  
请病假的理想电话对话  
病假日需要规避的风险  
你可能需要改进的事情  
9. 完结篇  
你懂的  
一个优秀请假者应该知道  
病假日测验  
• • • • • ([收起](#))

[病假指南\\_下载链接1](#)

## 标签

幽默，职场，恨工作，励志，恨老板

职场

装病、请假、职场

病假指南

生活

指南

生活与情趣

病假

## 评论

自从我看了《病假指南》之后，我就基本不在办公室里出现了……

-----  
演员的自我修养

-----  
想辞职或想被开，请用此书的方式5-7次妥妥的实现——再见傻逼老板！反正我是一次都没用上，也许老板是天蝎女的缘故吧，日了狗了。

-----  
我认真考虑了一下这个可行性，不太高啊！

-----  
这样的书，不能读中文的，完全没有了幽默感。

-----  
我爱这本书。

-----  
好吧。

-----  
当普及一些疾病知识还可以，不适用于我国国情

-----  
自从得了精神病，整个人精神多了

-----  
这本书真不是一般的烂……

-----  
好治愈！

-----  
真的好搞笑，要熟知各种病症，还要提前准备道具。喜欢作者幽默的生活态度。

-----  
完全实用，千万不能让我以后的老板知道我读过T\_T

-----  
使用价值不高

-----  
很幽默的一本书，提到了各种请病假的方法，不过如果真的照做的话，估计没多久就要被炒鱿鱼了吧。

-----  
1  
翻译得太差，完全是直译，拜托，能不能之前像美剧的字幕组敬业一点，结合一下国庆。  
2 这本书完全不适合中国人看。  
3一本150页纸张还不好的书，居然敢卖25块，擦！

-----  
很好，老板们要hold住哦

-----  
大概是想传达一种生活态度吧。

-----  
原来生活里有那么多有意思的事啊！封面很好玩，不过翻译糟 - 不过谁在乎啊。

-----  
好销魂的一本书~ 虽然内容很不充实~

-----  
[病假指南\\_下载链接1\\_](#)

## 书评

出过各种指南的夏老湿一开始看到这书的时候就觉得特别亲切。“病假指南”听起来太带感了不是么？而书封上“不写工作总结”、“不接电话”、“不上班”、“不记得老板是谁”的吐槽更是令人精神为之一振。花了周日上午的时候阅完本书后，更不得不惊叹本书作者的“请假”之专业。...

-----  
请假申请 尊敬的领导：

我自8月12日（周五）起，至8月19日（周五）止，申请病假六天。  
原因是我长了四颗智齿，并已引起智齿冠周炎。最严重时，曾红肿疼痛，影响进食，并引发了急性肠胃炎、扁桃体发炎和高烧。尽管冠周炎的症状有所缓解，但...

-----  
直到这本书躺在我手里，我才相信世界上居然有这么一本书《病假指南》，它能给我什么，教我请假吗？想到这里，我的脑里浮现出公司关于请假的“龟腚”，还有那个笑面虎上司。这个能解决？

翻开书以后，我被深深的震憾了！！！米国人民原来是这样请病假的！居然这么不正经...  
...

-----  
如果你读完这本书，煞有介事并振振有词地冒出一句：“真是站着说话不腰疼啊！”那么，你就输了，因为你认真了。其实这位优雅的烹饪大师不过是在悠闲之余为我们奉上了夏日里的一杯凉茶亦或是严冬里的一份甜点，滋润一下，品味一下，别无他求，仅此而已…… 哲学理论...

-----  
这本书绝对不是“made in china”，因为当下的中国人民都热衷于听马云、李开复等成功人士的励志故事。中国不存在此类不务正业、不求上进的作者。但是中国“没病装病”的历史却十分悠久，“托病”是我国古代历史小说...

-----  
这个夏天，我们最期待的就是在帝都看海，下一天暴雨，我们也许就可以不用上班一天。每天睁开眼睛就期望从窗户望下楼时已经汪洋一片。  
然而现实是，这个地球好像少了我们就不能转了一样，淌着大水也得去打卡。忙碌每天以天朝建航母的速度压垮着我们，总是幻听自己的手机在响...

-----  
找出各种理由，习以为常的和骇人听闻的，请个病假，做工作中的甩手掌柜，独自逍遥

自在去。这真的是《病假指南》倡导的宗旨吗？这在“唯利是图”的老板看来，简直十恶不赦！

《病假指南》中主张把能请的病假都请了，而现实中“病假”实在不是“生个病请个假”这么...

简直太有味儿了，要是研究透这本小书并实践之，估计能拿个诺贝尔经济学奖了。你问为什么？因为不上班也能领到工资啊，这难道不是对劳动价值的一次颠覆性革命么？作者油菜太多了，也不知道研究了多少年，才能总结出这么系统透彻的请假理论，造福广大职场劳工。不过说实话，看完...

公司制度逐渐走向规范，一个重要标志就是工作时间的固定化，早期的朝九晚五和一周六个工作日的粗放规定，以及工作时间之外的加班付薪制都是这一趋势的衍生品。高新技术的渗透更是强固了工作时间的硬性规定，刷卡，指纹验证等方式普遍地被现代公司所采用。老板为了监督员...

嚯嚯没看过，是个好指南，方向多了没个指南也太背了，行路有个指南针吧，当年高考有个高考指南吧，社科理指南吧，多去了，现在好了，没日没夜工作，反倒没有方向看着一天一天忙碌了，好像万万千千的模具人一样，重复重复再重重。找不着北了。准备回家看看，在亚洲可行的...

我感觉书里的“请假”并不仅仅是“请假”本身，而是教人如何偶尔从一种固有的框架中跳脱出来，找到一些不一样的感觉。上一份工作，没有完整的双休，老板巧妙的钻了劳动法的空子，把员工每周工作时间逼近了劳动法的临界点。那时候想法比较简单，觉得能有个工作养活自己都感激涕...

咳咳。请假条呈上。敬爱的领导：我申请本周五请假一天。原因是最近我被医生诊断出患有腕骨神经综合征，也称CTS。本月头，我时不时感觉手部酸痛，无力。起初，我并没有在意，以为是晚上睡觉被头部压住所致。但改变睡姿之后，酸痛无力并没有缓解，渐渐的开始麻木、刺痛，手...

如题，这本书就是一本很无聊的书，我看的是自购的实体书，当初买是为了凑数打折，

看完后极其后悔，这钱花的冤枉啊，尽管是五折还满400减100，总共花了2个小时，内容基本看个大概，实在不想细读了，内容无非就如题目所说，真想请假理由总是理由，翻译可能有问题，感觉语句不是很...

-----  
真是发现了一本好书，总是为怎么请假但又不被老板发现而发愁，现在开始读了这本书后再也不用绞尽脑汁地想各种理由了。呵呵~让我开始慢慢计划一下吧！我的台湾之行，大理、丽江、广西桂林也都在向我招手呢。对，明天就先向老板请个假，购物去！

-----  
想请假的人可以看看，看了就不用为请不了假而发愁了！很赞啊！哈哈。。。公司的老板可以看看，便于揭穿爱撒谎的找理由不上班的员工，一眼看穿诡计！也很赞啊！哈哈。。。日复一日，你已经紧张得快要崩溃了？你对什么是幸福已经麻木不仁了？你对工作和生活一...

-----  
[病假指南\\_下载链接1](#)