



做一个 懂感恩 负责任 重效率

的好员工

第2版

- ★ **懂感恩**的员工珍惜所拥有的一切，以自己的努力回报企业。
- ★ **负责任**的员工从不等待、推诿，总是力争把工作做到最好。
- ★ **重效率**的员工能够找到最佳的工作方法，让自己的付出为企业争取最大的收获。

成果◎主编



做一个 懂感恩 负责任的好员工 重效率

第2版

成果◎主编

 中国纺织出版社

内 容 提 要

懂感恩、负责任、重效率是好员工成熟的标志，更是通往卓越的基石。想要把事业做得更加出色，就需要心怀感恩、拥有高度的责任感和高效率地去工作。倘若能将这三者融合好，必将能锻造出在职场中大放异彩的制胜法宝，并拥有卓尔不凡的竞争力。本书系统、全面地论述了感恩、责任和效率的重要性，是一本帮助员工开启智慧、提升自我的规划书，也是一本最佳的员工培训读书。相信通过对本书的学习，我们都有可能成为一名一流的员工，为企业作出更大的贡献，也相信它将会帮你更好地打开职场之门，让你的人生之路越走越精彩！

图书在版编目(CIP)数据

做一个懂感恩负责任重效率的好员工/成果主编. --2版.
--北京:中国纺织出版社, 2016.3
ISBN 978-7-5180-2330-1

I. ①做… II. ①成… III. ①企业管理—职业道德
IV. ①F272.92

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第023785号

策划编辑:曹炳镛 责任印制:储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址:北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码:100124

销售电话:010-67004422 传真:010-87155801

http://www.c-textilep.com

E-mail: faxing@c-textilep.com

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博 http://weibo.com/2119887771

三河市宏盛印务有限公司印刷 各地新华书店经销

2011年3月第1版 2016年3月第2版

2016年3月第2次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:15.5

字数:198千字 定价:32.80元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换

前言

PREFACE



懂感恩、负责任、重效率是好员工必备的三个条件，也是融汇于美好心灵中的三个要素。懂感恩，才会懂报答，才会以企业为家，并在工作中注重相互支持与合作；负责任，才会尽心尽责，雷厉风行，将工作落到实处；重效率，才能务实敬业，勤奋努力，不断出成果。可以说，能做到这三点，既会是企业最受欢迎的员工，自身发展也最有前景。为此，身在职场的每一位员工，都应向更高的境界攀登，向更高的目标努力，切实把握做一个懂感恩、负责任、重效率的好员工的实质。

具体来说，好员工的感恩之心，包括对人的感恩，对事的感恩，对物的感恩。在对人的感恩中，体现在工作中就是感谢他人的支持与合作；对事的感恩中，要懂得感谢公司提供一个让自己学习与成长的机会，因此，要努力工作，尽力追求完美；对物的感恩中，要懂得爱物惜物，不奢侈不浪费。

负责任，就是要加强自身的学习，提高自我的修养，严格按照工作单位的规章制度办事，要以饱满的激情和热诚之心去执行，以强化责任感。

重效率，就是要拒绝拖延的习惯，不折不扣地完成组织下达的任务。这既是工作认真务实的表现，也是提高执行力的保证。

总之，懂感恩、负责任、重效率是好员工成熟的标志，更是我们成功的基石。想要把事业做得更加出色，就需要心怀感恩、拥有高度的责任感和高



做

一个懂感恩 负责任 重效率的好员工

效率地去工作。倘若能将这三者融合，必将能锻造出在职场中大放异彩的制胜法宝，让我们拥有卓尔不凡的竞争力。

本书全面论述了感恩、责任和效率的重要性，以及学会感恩、负起责任、提高效率的方法，是一本帮助员工开启智慧、提升自我的规划书，也是一本最佳的员工培训读本。相信通过对本书的学习，我们都有可能成为一名一流的员工，为企业做出更大的贡献；也相信它会帮我们打开职场之门，让我们的人生之路越走越精彩！



目录

CONTENTS



上篇

懂感恩——好员工必备的职业基准

第一章 心怀感恩：雕塑我们完美的职业形象 / 002

成功的开始是先存有一颗感恩的心 / 002

感恩获得幸运人生 / 004

受人滴水恩，当以涌泉报 / 007

抱怨只会把感恩越抛越远 / 008

为价值工作还是为薪水工作 / 011

心存感恩，珍惜拥有 / 013

第二章 懂得感恩：学会懂得更好的生存之道 / 016

感恩是自动自发工作的动力 / 016

实践感恩，做老板没有交代的事 / 018

工作热情的火种须感恩来点燃 / 021

让感恩为执行力加码 / 023

感恩之心让你变得更加优秀 / 025

感恩之心让你永远受到公司的垂青 / 028



第三章 感恩企业：给了我们施展才华的平台 / 030

- 与公司一起成长 / 030
- 公司的问题是你的机会 / 033
- 顾全大局，将企业利益摆在第一位 / 034
- 忠诚是感恩之后注定会发生的行为 / 037
- 企业垂青于懂感恩的人 / 039
- 充分利用上班的时间 / 041
- 洁身自好，不贪图企业的便宜 / 043
- 随时随地向周围的人和事学习 / 046
- 是企业成就了您，要学会保持谦卑的心态 / 048

第四章 感恩领导：为我们担负了更多的责任 / 050


- 你是船员，也是船长 / 050
- 感谢领导的重用之恩 / 052
- 老板在不在都一样 / 054
- 真诚地对老板表达感谢 / 056
- 对老板感恩，自己才能做老板 / 058
- 感恩领导的“刁难”，因为那是领导器重你的信号 / 060
- 感恩领导，就是要像领导一样思考问题 / 062

第五章 感恩同事：对我们无私的支持和帮助 / 065

- 用感恩列出雁阵 / 065
- 感恩应尊重团队中的合作伙伴 / 067
- 学习沟通技巧，注重团队合作 / 069
- 1+1 能产生大于 2 的效果 / 072
- 微笑是感恩善意的使者 / 075
- 感他人之恩，责自身之过 / 077



容忍不同声音，正确看待同事间的差异 / 079



中篇

负责任——好员工必备的增值砝码

第一章 心存责任：有效体现自身价值的保障 / 084

你必须为自己所扮演的角色负责 / 084

应付工作就是糊弄自己 / 086

责任心是做好工作的第一要素 / 089

责任感是驾驭内心“战斗”的武器 / 091

我们是在为自己工作 / 094

认真负责，让你更受益 / 096

第二章 责任绩效：缔造出工作荣誉的驱动力 / 099

责任胜于能力，责任提升能力 / 099

责任是卓越的原动力 / 102

责任保证绩效 / 105

责任即荣誉 / 108

责任是缔造双赢的关键 / 110

没有做不好的工作，只有不责任的员工 / 112

第三章 抛弃借口：挑起属于自己的责任重担 / 116

职场容不得半点不责任 / 116

不找任何借口地去执行 / 118

责任不允许把问题丢给他人 / 120

做积极解决问题和困难的员工 / 123

别把借口挂在嘴边 / 125

别为拖延找借口 / 127



第四章 尽职尽责：善于优化质量、追求卓越 / 131

责任是实现自我价值的必由之路 / 131

尽责的习惯是优秀的标志 / 133

不要甘当“差不多”先生 / 136

责任心决定结果 / 138

让工作高度职业化 / 140

对自己工作的结果负责 / 144

敢于质疑，善于改进 / 146

第五章 细微入手：一个人责任心的最佳体现 / 149

于细微之处体现你的责任心 / 149

失败源于疏忽，事故始于失责 / 151

投入责任心，确保完美结果 / 154

把小事做精，把细节做亮 / 156



下 篇

重效率——好员工必备的工作理念

第一章 效率意识：让高效成为一种习惯 / 160

忙而有序方出工作成效 / 160

效率隐藏在分秒中 / 162

“准时”把效率发挥到极致 / 165

高效禁忌时断时续 / 167

把时间留给特别有意义的事情 / 170

化繁为简才能提高效率 / 173

不要把今天的事情留到明天去做 / 175



第二章 明确目标：促进工作高效率运转 / 179

目标是让人出类拔萃的前提 / 179

循序渐进逼近目标 / 181

确定目标永不放弃 / 184

不凡的人生取决于目标 / 186

确立有效目标有利于成长 / 189

目标符合内心所想 / 191

向着目标出发 / 194

第三章 有序规划：促使工作向高效推进 / 196

工作计划早准备 / 196

为自己做最佳策划 / 199

做好每天的备忘录 / 202

秩序是高效工作的要律 / 204

保持办公桌上的整洁有序 / 206

第四章 方法为王：深入思考，灵活变通 / 210

让你的工作充满创新 / 210

只要去想，创意就在 / 212

自我突破，主动寻求改变 / 214

善于思考是提升工作品质的关键 / 216

面对危机能迅速作出反应 / 218

方法使你更高效 / 222

困难必能解决 / 225

第五章 专心专注：提高效率的有效途径 / 228

专注是高效的第一要素 / 228



做

一个懂感恩

负责任 重效率的好员工

勤于钻研，成为某领域的专家 / 230

工作需要专注精神 / 232

集中一点，提高工作效率 / 235

参考文献 / 238



上篇

懂感恩——好员工必备的职业基准

感恩是一种美德，也是一种智慧，是每一个员工职业生涯的催化剂；感恩，是我们每个员工在工作中不可或缺的阳光雨露，一刻也不能少。愉快的工作，需要我们用一颗感恩的心来创造；一颗善于感恩的心，需要我们努力地工作来滋润。感恩并不仅仅有利于企业和老板，对于自身而言，感恩是丰富的人生。它是一种深刻的感受，能够增强个人的魅力，开启神奇的力量之门，发掘出无穷的智能。感恩也像其他受人欢迎的特质一样，是员工必备的一种习惯和态度。只有那些懂得爱和感恩的员工，才能获得最大的成功。学会感恩才能拥有美好的未来，一个懂得感恩的员工，才能成就他生命的高度，同时也是一种迈向职业成功的保证。



第一章

心怀感恩：雕塑我们完美的职业形象

成功的开始是先存有一颗感恩的心

感恩是成功的第一步，感恩之心也是一粒美好的种子。假如我们不仅懂得收藏，还懂得适时播种，那么就能给他人带来爱和希望，并因此挽救或是改变他们的情感世界。

在工作中，我们或多或少都得到过别人的帮助、接受过他人的恩惠。我们是否用心记住了这些，并因此多了一份感恩之情呢？

一颗感恩的心来自对工作的热爱和感激，来自对自己已经拥有的东西的知足和珍惜。拥有感恩之心的人，能更好地体验生活的美好，收获更多的快乐。

成功的开始就是先存有一颗感激之心，对别人为你所做的一切满怀敬意和感激之情。假如你接受了别人的恩惠，不管是礼物、忠告还是任何形式的帮忙，你若够聪明的话，就应该抽出时间向对方表达谢意。

任何人的成功都离不开自己的努力。实际上，成功还有一个不容忽视的事实：成功者都受到过别人的帮助。一旦你选择了明确的目标，并付诸行动，你就会在不经意间发现许多人给予你意料之外的协助。因此，你必须感谢这些帮助过、扶持过、鼓励过你的人，同时也要感谢苍天对你的眷顾。



心怀感恩，是一种深刻的情感积蓄。它能够增强个人的魅力，开启通向幸福的大门，发掘出无穷智慧的源泉。感恩是一种生存的态度和良好的习惯，你必须真诚地感激别人，感激一切美好的事物，而不只是虚情假意。

有一个行人，在路过一个加油站时，他去问路，并打听前边村子里的人怎么样。加油站的工作人员反问他之前住的村子的人是什么样子，过路人回答“哦，简直是糟透了！”于是，这个工作人员回答说：“那么，我们这个村的人对你来说也一样。”

随后，第二个人驾车来到这里，问了工作人员相同的问题，当驾车人回答说原来镇上的人都很友好时，工作人员说：“你会发现我们这个村的人也是完全一样的。”

“士为知己者死”，人是三分理智，七分感情的动物。员工总是为充分认可自己价值的上司鞠躬尽瘁。有这样一句话：给予就会被给予，剥夺就会被剥夺。信任就会被信任，怀疑就会被怀疑。付出爱就会被爱，付出恨就会被恨，而感恩就会被施恩。

行为孕育着下一步的行为。如果你对我友善，我对你也友善；如果你不友好，我也不可能友好地对待你——这就是心理学上的互惠关系定律。如果想在事业上有所成就，就先得学会感恩。与人为善、心怀感恩，这样的人也许会有一些小小的挫折，但胜利最终会属于他。

感恩是一种生活态度，一种善于发现并欣赏的道德情操。如果你善于发现事物的美好，感受平凡中的美丽，就会以坦荡的心境、开阔的胸怀应对生活中的酸甜苦辣，让原本平淡的生活焕发出迷人的光彩。

任何时候，我们都要心存感恩。心存感恩是热爱生活的表现，也是获得生活所给予的更多真爱的关键。

哲人说，生活需要一颗感恩的心来创造，一颗感恩的心需要生活来滋养。感恩是蕴藏在人内心深处的一种情感，感恩的意思并不只是感谢恩人这



么简单，其中更包含着对生活赐予自己的一切的一种感激。

时常怀有感恩的心，会让你变得更谦和可敬，和蔼可亲。

生活中的虔敬之辞应该经常挂在嘴边，千万不要吝啬。以特别的方式表达出你的感谢之意，这比物质的礼物更可贵、更持久。

花一点时间和精力，把你的创意发挥在感谢别人身上。例如，你是否曾经想过写一张字条给你的领导，告诉他你的工作进展，感谢工作中获得的点点滴滴？有了这种独具一格的感谢方式，你的领导肯定会注意到你。感恩是相互的，也是会被感染的。领导也会以类似方式传达他的谢意，感谢你所提供的服务与工作。

其实，生活处处存在感激。千万不要忽略你周围的人，他们或多或少地理解过你、扶持过你，那么勇敢地说出你的感谢吧，他们会很感激你对他们的信任。如果经常如此，就可以增强亲情、友情与家庭的凝聚力。

现实生活中，每个人都在与他人交往，相互帮助是必需的。如果你只知道一味地索取而忽略了付出，换句话说，就是知恩不报，那么总有一天会遭到周围人的抛弃。

无论遇到什么样的情况，永远都需要感谢。感恩不花一分钱，却是一项具有无穷魅力的投资，会充实你的人生，成就你的未来。

感恩获得幸运人生

感恩并不是一种谋略，而是发自内心的一种感动和情怀。当我们表示感激之情的时候，并不会渴求别人继续帮助我们，而是希望把这种感激之情延续和传递下去。如果你希望把这份幸运延续下去，就应该懂得感恩。



如果你是一滴水，那你应当感恩大海；如果你是一棵小草，那你应当感恩大地。因为，没有大海，一滴水会很快干涸；没有大地，一棵小草就无从生长。只有作为社会中的人，生存才有价值，不懂得感恩，生活将会重重地抛弃你。

一个人从呱呱坠地到蹒跚学步、长大成人、步入社会，不知要摔多少跤。但庆幸的是，每一次摔倒可能都被人扶一把，因此能一路走来，尽情地享受今天的生活。

羔羊跪乳，乌鸦反哺，动物尚且感恩，何况作为万物之灵的人类呢？常怀感恩之心，才能真正地了解自我，才能正确地把握人生。

对于一个人来说，感恩是获得幸运人生的前提。它是一种深刻的人生感受，没有感恩，爱心之树就会失去成长的沃土，爱心之舟也必将搁浅在心灵的荒漠之处。

一天下午下班，一辆公交车由南向北行驶在高速公路上。当快要行驶到某立交桥时，汽车已经驶入匝道，却突然减速，并缓缓地停在了路边，一车人幸运地安然无恙。很多乘客后来回忆道：“我们当时觉得很奇怪，还没到站，车子就停了下来，不过停得很平稳。”

停下车后，司机说了句“难受”，就趴在了方向盘上，失去了意识。车内有人拨打了120求救。送到医院时，司机已经没有知觉了。医院全力抢救，所有的努力都没能挽回司机师傅的生命。医生初步分析，很可能是心脏病突发导致猝死。

“心脏病猝死的人发病时十分痛苦，司机能在最后关头还想到在安全的地方停车，是很不容易的。”医学专家的话让所有人都为之感叹，更让那一车人感动。

其实生活中发生的幸运的事，并不见得都那么值得庆幸。幸运的背后也许陌生人的默默付出和牺牲。当我们在为自己感到庆幸的时候，可曾想过



感谢那些幸运背后的人？

在工作中，我们也许会因为自己遇上了一位好客户而暗感幸运，因为这位好客户，我们可以轻松地完成工作；也许会因为老同事总是为你分担压力并与你分享工作成果，你认为自己很幸运地遇到了好老师；也许会因为老板很看重你，不断提升你的职位，你暗暗庆幸自己遇上了伯乐。

但是，感到幸运之余，不要忘记感恩。如果你把这一切都归结为自己的幸运，幸运会慢慢地离你远去。而那些懂得感恩的人，总是把自己的成就分解成别人的帮助。因为他懂得，自己的成功来之不易，最应该感谢的是那些曾经帮助过自己的人。

普希金在他著名的短诗《假如生活欺骗了你》中写道：

假如生活欺骗了你 / 不要忧郁，不要愤慨 / 不顺心时暂且忍耐 / 相信吧，快乐的日子将会到来 / 心中憧憬着未来 / 现在却总是令人悲哀 / 一切都是瞬息，一切都会过去 / 而那逝去了的，将重新变为可爱。

曾经有人写过这样一段话：“感激伤害你的人，因为他磨炼了你的心志；感激欺骗你的人，因为他增长了你的见识；感激鞭打你的人，因为他消除了你的懈怠；感激遗弃你的人，因为他教导了你应自立；感激绊倒你的人，因为他强化了你的能力；感激斥责你的人，因为他助长了你的智慧。”这段话从另一个方面告诫我们：当我们失去一些东西的时候，又会得到另一些东西，而得到的这些往往更加珍贵。有时候表面上看是坏事，却又是我们人生的幸事。

也许，那些曾经在工作上帮助过自己的人并不需要你回报他们什么，甚至他们都不会奢求任何感谢的话语。对于他们而言，他们只是做了一点自己力所能及的事情。面对这样无私的灵魂，我们除了表示感谢还能做什么呢？