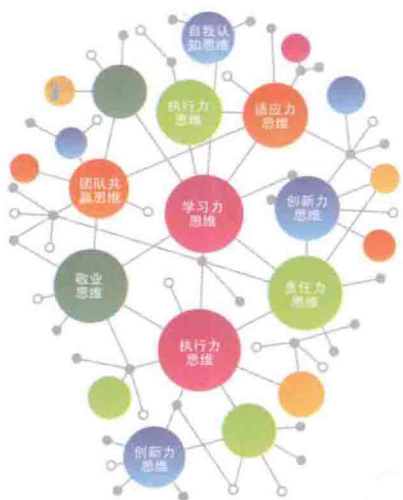


让自己的思维半径扩大一点点
你，也可以变得不平凡！

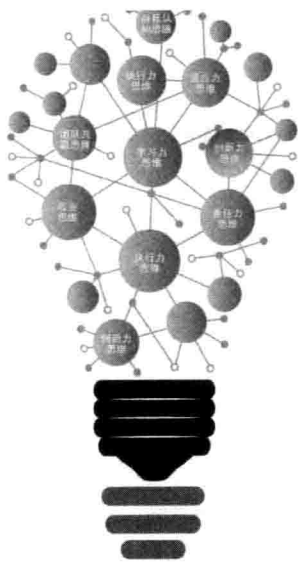


扩大思维半径的

54种思维彻底改写你的职场剧本

杜梅◎编著

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS



54种思维彻底改写你的职场剧本

扩大思维的半径

杜梅◎编著



人民邮电出版社

北京

图书在版编目(CIP)数据

扩大思维的半径 / 杜梅编著. — 北京: 人民邮电出版社, 2014. 7

ISBN 978-7-115-35509-6

I. ①扩… II. ①杜… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第083818号

内 容 提 要

本书围绕“思维”这一核心主题,分别从自我认知思维、适应力思维、学习力思维、创新力思维、责任心思维、执行力思维、团队共赢思维、敬业思维等方面,系统、全面地向读者介绍了掌握职场制胜诀窍的方法。54种方法彻底改写你的职场剧本,只要学会扩展思维的方法,让自己的思维半径扩大一点点,你,也可以变得不平凡。

◆ 编 著 杜 梅

责任编辑 张慧芳

执行编辑 陆凯芬

责任印制 焦志炜

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

三河市潮河印业有限公司印刷

◆ 开本: 880×1230 1/32

印张: 8

2014年7月第1版

字数: 130千字

2014年7月河北第1次印刷

定价: 32.00元

读者服务热线: (010)81055488 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315



一个患有严重恐惧症，甚至害怕保姆、害怕邮差的年轻人，某天毅然辞掉自己的工作，不带一分钱开始徒步旅行，靠打零工走了4000多公里路，这段路上，他将所有害怕的事情都做了一遍。

一个老者看到一个小女孩背着一把沉重的琴，兴高采烈地走在路上。老者很奇怪，平时看到那些背着琴的小孩子都是一副很痛苦的样子。他忍不住问：“孩子，你怎么这么高兴？是不是刚学完琴回来？”小女孩回答：“不，我正要去学。”老者一下子觉得豁然开朗。

一个是努力改变自己的心理病人，一个是对待事物无比乐观的孩子。他们并不比常人有更强大的力量，却能做出比常人更有勇气的事情，活出比常人更快乐的生活。这是因为，他们比

常人有着更宽的思维空间。在他们的思维中，再困难的事情也是可以战胜的，再辛苦的事情也是可以乐观看待的。

相较之下，我们很多人的思维实在是太窄了：我们不敢挑战令自己害怕的事情，因此失去了很多机会和趣事；我们不敢鼓起勇气战胜困难，却总在抱怨工作环境不尽如人意；我们很少为身边的小事而感动，多半时间都在想着那些不满意的点滴；我们懒于改变，可总幻想自己有一天成为富翁……

这种老且旧、顽固且负面的思维，总是让我们陷入人生的死角、低谷和窘境，怯于迈出勇敢步伐去尝试。所以，我们的工作长久没有突破，生活总是平淡无味，永远都困扰于烦恼和害怕的事情……

然而，你相信吗？一切改变都不难！只要你肯舒展眉头、放松大脑，将自己的思维扩宽一点、再扩宽一点，你就会发现很多令自己惊喜的事情。例如，面对工作和生活中的困难，当你改变思维，换个途径去解决时，它也许就是那么轻而易举地被化解了；很久都没有突破的工作，当你发散思维去思考，竟然也能发现一个让事业重新闪光的亮点；生活中的琐事、矛盾，当你进行思维换位，突然也可以理解别人、宽容万物了；努力已久却进展缓慢的项目，试着用跳跃思维思考一下，或许瞬间豁然开朗……

当你试着去扩大自己思维的半径，那么，你能力范围内的方法必然也会变得多起来。相应地，你的事业发展也会因此更上一层楼，你的心态也会因此从容起来，而你解决问题的能力也会随之得到快速提升，你的生活会更加明朗，就连你身边的人也都变得可爱起来。

这就是扩大思维半径的力量。它就像一个原本细小的水龙头，你拓宽它的半径，思想之泉就会源源不断地流出来，滋润你的工作、你的生活和你的身心。

你眼前的这本书，正是为了帮助那些被困在思维桎梏之中已久、正在苦苦寻求出路的人。当你认真地阅读它，你会发现，打开思维其实就是这么简单；获得一份成功和一个美丽的世界，同样如此简单。

参与本书编写的人员有：王超、杨少丹、李良、季慧、李洁等，特此感谢。

第一章

自我认知思维：积攒正能量，热情放心上

你是这份工作的主人，未来的身价由你自己决定 //002

塑造属于你的阳光心态 //006

客观认识自己，泥巴雕的翅膀终究无法翱翔 //010

享受工作乐趣，做事才有效率 //014

遭遇“瓶颈期”，跳槽不如“住槽” //018

寻找自己的优势，你没有想象得那么糟 //023

清洗“情绪污染”，不让坏情绪如影随形 //027

坚决不做“职场草莓族” //032

第二章

适应力思维：环境融不进，你还怎么混

- 四面镜子看出你的职场适应能力 //038
- 没有平凡的环境，只有平凡的人 //042
- 好坏只在一字之差，做高 EQ 的沟通达人 //045
- 别问你能得到什么，先问你能做什么 //050
- 成功，源于对环境的不断优化 //054
- 竞争是摘掉面具挑战自我的有效途径 //057

第三章

学习力思维：勤奋又好学，业绩上台阶

- 知识从刻苦中得来，无知从懒惰中养成 //062
- “有经验”不等于“有能力” //067
- 先寻找你从事领域的牛人，再努力关注他 //071
- 分析自身弱项，像“超级女声”一样模仿优秀同事 //075
- 不要总为别人“跑龙套” //079
- 上班 8 小时以外才是最好的学习时间 //083
- 积累人脉，任何成功者都不是孤军奋战 //087

第四章

创新力思维：多想新点子，“升值”中“升职”

学历再不赖，也抵不过新脑袋 //092

去做一些别人没想过或想不到的事 //096

让工作在不断的改进中“磨”出完美 //100

加班？NO！8小时内解决问题 //103

抓住工作的关键点才能一击即中 //107

做一个对工作百分百热情的员工 //111

暂停做不下去的工作，找出问题的症结所在 //115

第五章

责任心思维：尽职又尽责，做事讲规则

对工作负责 = 对自己负责 //119

做别人不愿意做的事，工作不留空白 //124

承认失误，犯错不是世界末日 //128

1%的错误会带来 100%的失败 //132

别做上司讨厌的“差不多先生” //136

担起工作重责，使自己独当一面 //140

第六章

执行力思维：马上就行动，出手就搞定

计划再好，没有执行也是纸上谈兵 //145

告别万恶的“拖拉斯基” //150

工作中发现问题解决要及时 //155

做事善始善终，不让行动打折扣 //160

职场需要努力，不需要借口 //166

该主动就主动，被动等待是错误 //171

注重细节，执行才能到位 //177

第七章

团队共赢思维：成员讲配合，力量汇成河

水滴入海不会干涸，融入团队实现自我 //183

这样做，立刻拥有团队好人缘 //188

时刻顾全大局，团队利益高于一切 //193

与团队成员分享越多，得到的收获越大 //198

处理好与团队关系，关键时刻有人帮 //203

灵活变通，与团队一起成长 //208

第八章

敬业思维：多存感恩心，忠诚胜黄金

再平凡的工作也值得你感恩 //213

忠诚是职场成熟者的专属符号 //218

总对现状不满，是因为你的欲望太多 //223

智者“海”量，慧者“雅”量，用宽容之心对待工作 //228

把感恩和忠诚时刻带进你的工作里 //234

能让你凌驾于人生泥沼却不致陷污的唯有你的自信心 //239

第一章

自我认知思维：积攒正能量，热情放心上

职场不相信眼泪和卑微，从这一刻起，拓展你的思维，让它容纳更多的东西。每天给自己一点积极暗示，每天吸收一点正能量，积累你自身的潜在财富，唤醒工作热情，让自己成为工作的主人。



你是这份工作的主人，未来的身价由你自己决定

拿破仑曾说：“一个人能飞多高，并非由人的其他因素所决定，而是由他自己的心态所致。假如你对自己目前的环境不满意，力求改变，则首先应该改变自己。”很多人常常在工作的过程中颠倒了过程和结果，被动地把自己当做一个“打工者”：清晨，当讨厌的闹钟响起，很多人开始抱怨为什么要去工作，为什么要替别人“打工”，然而为了生存又不得不硬着头皮去公司，上班时心不在焉、不情不愿……在这个心态的奴役下让自己沦陷为工作的“奴隶”。这种人普遍存在一种“打工者心理”——我只是在为别人工作，我的目的就是拿取自己应得的一份工资。拥有这种心理的人其实是可怕的，因为这种“打工者心理”往往会让他们产生对工作得过且过、应付了事的被动状态：老板吩咐的就做，没有吩咐的就不做，上班能偷懒就偷懒，时刻想着多拿钱少做事……这些心态都是不正确的工作态度，而形成这一心态的始作俑者就是“打工者心理”。总是听人说他在为某某公司打工，但是，扪心自问，你真的只是在为公司工作吗？说到底，我们都是在为自己工作。是否只做一个“打工者”，实际上完全可以由你自己决定。所以，是

时候换一种思维了！也许你不是天生的高富帅或白富美，但成为一个逆袭的“屌丝”总能做到！摆脱被工作牵制的被动心态，把工作当做你实现自己梦想的工具，当你真正在内心建构起了“为自己而工作”的心态时，你也就能够克服工作中的懒散和不思进取，鼓足干劲。

提升自我身价，是每一个上班族需要慎重考虑和合理规划的事。激烈的市场竞争，注定了你要不断地自我提升，自我增值。而你的价值并不是由别人决定的，而是取决于自己的“增值”能力。

曾林堂 1980 年开始参加工作，最早任职于福特汽车销售公司，凭借认真负责的工作态度，他一步步从基层销售员晋升为公司总经理，曾先后任福特销售公司总经理、丰田汽车投资有限公司副总经理。他曾说过：“我是一个斗士！做人应该有目标，我永远不会把自己当打工仔看，而是希望在工作过程中获得成就感和满足感。”

其实，曾林堂出色的工作业绩，与他积极的工作态度是分不开的。据说，工作当中的曾林堂，非常勤奋、认真，就如他把自己比喻成一个斗士一样，他每天只睡很少的觉，作为一个经理，他从不会安逸地坐在办公室，而是一直奔走于基层，询问业务，检查工作。在员工眼中，曾林堂一直是一个精力充沛、热心于工作的人。对于工作，曾林堂目标清晰，正如他所说，



他不是打工仔，而是彻底的工作主人翁。

如果每一个“打工者”都能怀有曾林堂的工作态度，那么，“打工者”会越来越，为梦想而拼搏的成功者会越来越多。别以为“成功”是个遥不可及的梦，打造属于你的钻石身价，是每个人都能实现的目标，就看你能不能坚持以下这些能帮你“增值”的方法了。

1. 学习

学习虽然是一件老生常谈的事情，但无论何时都不过时，从小学到大学，我们都在学习，步入社会、参加工作，甚至到退休，我们同样需要学习，正如一句老话说的：“活到老学到老。”不可否认，学习是自我提升最有效的方法，读诗培养气质、读史提升修养，而读必备的工具书，则可提升个人技能。

2. 向前辈“取经”

职场上的前辈可以说就是一本活教材，比书籍的能量传递更生动、更直接。没听过牛顿是怎么总结自己的成功经验的吗：“如果说我比别人看得更远些，那是因为我站在了巨人的肩上。”找对职场中的榜样无疑是你立足职场的最佳捷径。当你因某件事绞尽脑汁甚至抓耳挠腮时，可能前辈的一句指点就

能让你茅塞顿开。不要不好意思向前辈“取经”，你认为张口困难、没面子，但要知道，它总比唐僧西天取经容易得多。

3. 制订长远的计划

工作的方向、事业的规划、人生的安排，这些都要列入你思考的范畴。“打工者”和“梦想者”的区别在于前者把下班当做一天工作的结束，而后者则把下班作为一个思考的节点：今天我学到了什么，离梦想近了多么，明天我希望到达哪个高度，为了一年后目标，我明天应该做些什么。



塑造属于你的阳光心态

有人说，心态是一面镜子，你对它笑，它就会对你笑；你对它哭，它便朝你哭。成功总是青睐于能承受生命之重的乐观者，那些因为一点点挫折和磨难就选择放弃的人，永远只能徘徊于成功的大门之外。身处职场，每个人都会经历工作不顺利的时候。人非圣贤孰能无过？要学会宽容别人，善待自己，让阳光常驻心中。

乐观者都拥有一颗健康、积极的心，在各种挫折、失败面前，永远都能表现出一个王者的超脱和斗志，失败永远不会将拥有阳光之心的人打倒，而只会催生他重新奋发的勇气。而悲观者一旦遭遇失败，就如同跌落了悬崖，即使手边有救命的藤蔓，他们也不会想到要去抓住。最终扼住我们命运咽喉的，往往都是我们自己。

工作中，常常会看到这样一些员工：他们对工作热情不高，面对困难任务就互相推诿；他们对自己缺乏自信，总是担心完不成工作任务；他们不敢承担责任，遇到问题就想逃避；他们害怕失败，一旦工作任务完不成，就感觉到了世界末日；他们无法承受压力，只要压力过大，他们就抱怨连连，愁眉苦脸。这种悲观、阴郁的心态让他们陷入事业的恶性循环，想要改变他们这种状态，首先要做的就是帮助他们转换思维，把消极、