

卓越员工成长书系

塑造企业感恩文化的最佳心灵读本

做一个懂得 感恩 的员工

打造卓越团队、优秀员工的精神宝典

感恩是做人的基本修养，也是一种良好的心态，



杨林 / 著

黑龙江科学技术出版社



卓越员工成长书系

做一个懂得 感恩

杨林 / 

黑龙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

做一个懂得感恩的员工/杨林著. —哈尔滨:黑龙江
科学技术出版社,2011.1

ISBN 978 - 7 - 5388 - 6547 - 9

I. ①做… II. ①杨… III. ①企业—职工—职业道德
IV. ①F272.92

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 015242 号

做一个懂得感恩的员工

ZUOYIGE DONGDE GANEN DE YUANGONG

作 者 杨 林

责任编辑 项力福 王 研

封面设计 白冰设计

出 版 黑龙江科学技术出版社

(150001 哈尔滨市南岗区建设街 41 号)

电 话 (0451)53642106 传真 53642143(发行部)

印 刷 北京彩虹伟业印刷有限公司

发 行 全国新华书店

开 本 880 × 1230 1/32

印 张 5.875

字 数 160 千字

版 次 2011 年 5 月第 1 版 · 2011 年 5 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 5388 - 6547 - 9/F · 40

定 价 24.80 元

前言

人生道路，曲折坎坷，不知会遇到多少艰难险阻，甚至遭遇无数挫折和失败。在危难时刻，有人向你伸出温暖的双手，解除生活的困顿；有人为你指点迷津，让你明确前进的方向；甚至有人用肩膀、身躯把你擎起来，让你攀上人生的高峰……你最终战胜了苦难，扬帆远航，驶向光明幸福的彼岸。那么，你怎能不心存感激？你怎能不思回报？感恩的关键在于回报意识。回报，就是对哺育、培养、教导、指引、帮助、支持乃至救护自己的人心存感激，并通过自己十倍、百倍的付出，用实际行动予以报答。

不会感恩，缺乏感恩心态，职场情感管理环节的缺失，导致职场情感僵化、麻木，对工作缺乏热情与认真的态度，生活懈怠，以法律底线思考问题，人们渐渐蜕化成了冷漠无情的经济动物。

事实上也的确如此，人们对自己的付出往往会记忆深刻，对自己得到的却常常会忘记感恩。虽然我们只是普通人，不像伟人那样对人类有卓越的贡献。但当我们赤裸裸地来到人世时，我们就被爱紧紧围绕着，许许多多人都都在为我们的成长，



做一个懂得感恩的员工

我们的生活奉献着、付出着，难道这一切不值得我们永远铭记，不应该好好珍惜吗？

也许，生活中的一切确实不是那么尽善尽美，但作为一名公司员工，我们却要感谢自己的工作，因为它不仅给了我们生存的物质，还为我们提供了展现人生价值的舞台，让我们的人生阅历得以丰富，让我们的人格得以锤炼，让我们的聪明才智找到萌芽的乐土。

在职业生涯中，无论做什么事，我们都要将个人的心态归零：放空自己，怀着一颗感恩的心，把每一次挑战都看成一个新的起点，一次新的经验。

学会感恩，我们就会变得宽容，不再抱怨；学会感恩，我们便能以一种更积极的心态去回报我们应感谢的对象；学会感恩，我们就会怀抱一颗感恩之心，去帮助那些需要帮助的人……

“送人玫瑰，手留余香”，怀着这样一种从容、坦然与喜悦的心去感恩你的工作吧，你将会取得更大的成功。

目 录

1 感恩，生命中最美好的风景

感恩是一种愉悦的智慧	002
感恩是一种成长催化剂	005
感恩是战胜困难的源动力	009
感他人之恩，责己身之过	012
“送人玫瑰”，多赢的智慧	015
心怀感恩，珍惜拥有的一切	019

2 感恩的员工应该具有的品格

忠于职守，为“人品”上锁	024
拒绝浮躁，体现感恩之心	027
懂得珍惜，与公司共命运	030
热忱工作，创造事业奇迹	034
兢兢业业，才能成就事业	039



做一个懂得感恩的员工

勤奋进取，保障工作效率	043
公司利益，时刻放在首位	047
尽职尽责，收获尊重与信任	051

3 心怀感恩，不做“抱怨族”

用感恩化解心中的怨念	055
停止抱怨，低起点成就大事业	058
保持良好心态，化解心中怨念	060
用感恩的心驱逐心中的怨念	064
感恩是道德良性互动的润滑剂	068
不要让机遇在抱怨声中流逝	071

4 感恩是工作的源动力

拥有一份工作，便要学会感恩	076
感恩，使人保持良好的工作状态	079
学会感恩，才能自动自发地工作	081
心存感恩，积极面对工作中的困难	083
懂得感恩，才能享受工作的乐趣	086

保持良好心态，面对工作中的挫折	089
感恩激发动机，创造一流业绩	093
感谢对手的竞争和挑战	097

5 Part 5 心存感恩，在磨炼中成长

困惑，激发我们不断前进	102
挫折，人生最重要的课程	106
伤害，让我们走出平凡人生	111
失败，使我们看清成功的路	115
感恩，那些折磨你的事儿	119

6 Part 6 用感恩的心铸就职业精神

感人肺腑的“自省运动”	125
“石油大王”洛克菲勒的信	130
对领导的赏识，要心怀感恩	134
忘恩，是可怕的职业“癌症”	139
用感恩的心态面对一切	142
感恩，使彼此化敌为友	146

7 建立企业感恩文化，通往成功之路

松下：“万事拜托”的感恩精神	150
沃尔玛：彰显企业感恩文化的人情味	152
惠普：用感恩文化留住每一位员工	154
壳牌：努力践行感恩文化	155
丰田：感恩戴德，饮水思源	157

8 懂得感恩，才能拥有幸福人生

生命，是上天的恩赐	160
施舍比接受更加有幸福	164
善举的回报，往往是间接的	167
感谢生活，保持平和心态	171
感谢生活中的那些逆境	173

第 1 章

感恩，生命中最美好的风景





◆ 感恩是一种愉悦的智慧

爱默生说：“人生最美丽的补偿之一，就是人们在真诚地帮助别人之后，也帮助了自己。”所以，我们应该伸出手去帮助别人，而不是伸出脚去试图绊倒他们。

生活和工作中，人们往往因陌生人的帮助而感动不已，但对身边许多与自己关系密切的人的恩德却视而不见，他们把这些视为自己应得的。即使有感恩的心，也常常只是记得感谢给我们关心、帮助、掌声的人，在他们需要帮助的时候也会助一臂之力，却很少有人去感激伤害、欺骗、打击过我们的人，我们常常对他们报以怨恨。其实，对那些伤害过我们、带给我们疼痛的人，我们也应该感恩，正是他们让我们对这个世界有了一个更深刻的认识，我们不仅要学会用一颗感恩的心去体会真情，更要学会用一颗感恩的心去驱逐伤害。

刘洁毕业于哈佛大学商学院，曾就职于美国西南航空公司。与她相处过的同事都对她的微笑、善良和勤劳印象深刻，

几乎每一个和她相处过的人都成了她的朋友。

有人不解，问刘洁与人相处的秘诀。

刘洁微笑着说：“一切应该归功于我的父亲。在我很小的时候他就教导我，对周围任何人的给予，都应该抱有感恩的心态，而且要永远铭记，要使自己尽快忘记那些不快。我幸运地获得了这份工作，有很多友善的同事，虽然上司对我的要求很严格，但在生活方面对我很照顾。所有的这一切，我都铭记在心，对他们心存感激。我一直带着这种感激的态度去工作，很快我就发现，一切都美好起来，一些微不足道的不快也很快过去。我总是工作得很开心，大家也都很乐意帮助我。”

企业也是一样，所有的同事都愿意帮助那些知恩图报的人，老板也更愿意提拔那些一直对公司抱有感恩心态的员工，因为这些员工更容易相处，对工作更富有热情，对公司更忠诚！

感恩是一种积极的心态，更是一种向上的力量。当你以一种知恩图报的心情去工作时，你会工作得更愉快，更有效率！

张辉是美国奥美广告公司的一名设计师，有一次被公司总部安排前往德国工作。与美国轻松、自由的工作氛围相比，德国的工作环境显得紧张、严肃并有紧迫感，这让张辉很不适应。

张辉向上司抱怨：“这边简直糟透了，我就像一条放在死海里的鱼，连呼吸都很困难！”上司是一位在德国工作多年的美



做一个懂得感恩的员工

国人，他完全能理解张辉的感受。

“我教你一个简单的方法，每天至少说50遍‘我很感激’或者‘谢谢你’，记住，要面带微笑，要发自内心。”

张辉抱着试试看的态度，依照上司的方法调整心态。依照上司的方法调整心态。一开始他觉得很别扭，要知道“刻意地发自内心”可不是件容易的事情。可是几天下来，张辉觉得周围的同事似乎友善了许多，而且自己在说“谢谢你”的时候也越来越自然，因为感激已经像种子一样在他心里悄悄发芽生根。

渐渐地，张辉发现周围的环境并不像自己想象中的那样糟糕。

后来，张辉发现在德国工作是一件既能磨炼人又让人感到愉快的事情，是感恩的态度改变了这一切！

“谢谢你！”“我很感激！”当你微笑而真诚地说出这些话之后，已经在你自己和别人的心里种下了感恩的种子，这是比任何物质奖励都宝贵的！

学会感恩，不仅仅意味着要拥有宽广的胸襟和高尚的品德，实际上，它更应是一种愉悦自我的智慧。感恩是积极向上的思考和谦卑的态度，当一个人懂得感恩时，便会将感恩化作一种充满爱的行动，在生活中实践。感恩不仅是简单的报恩，它更是一种对工作的责任，一种追求阳光人生的精神境界！一个人会因心怀感恩而感到工作顺利，会因心怀感恩而感到心情愉悦，感恩的心，是一粒和谐的种子。我们只要怀有一颗感

恩的心，就能发现生活的美好、世界的美丽，就能永远快乐地生活在温暖而充满真情的阳光里！

作为企业的一分子，无论你是才华出众的“领导人物”，还是默默无闻的小职员，如果你始终抱着对工作、对企业、对老板感恩的心，就很容易成为一个受欢迎的人，会更有亲和力和影响力。

◆ 感恩是一种成长催化剂

一个人能够快速成长，快速地获得别人的认同，并快速地获得成功，都需要些什么呢？

权威部门的调查研究表明，正面激励因素与反面的激励因素都能达成神奇的效果，在正面激励因素中，感恩被认为是一个人能够快速、健康成长的最好的催化剂。

一把小提琴改变两个人的命运，你相信吗？

布里奇斯的少年时代是在顽皮、叛逆中度过的，直到那一天，他意外地得到了一把小提琴——阿马提小提琴！

一天下午，少年布里奇斯眼看着他盯了许久的一辆豪华汽



做一个懂得感恩的员工

车驶出了一幢公寓，他认为时机来了，就翻身跃入院子，从窗户爬进了那户人家，悄悄地潜入了卧室，准备行窃。但他刚进入卧室，惶恐与尴尬的一幕出现了——卧室的床上赫然躺着一个女孩。

短暂的惊慌过后，女孩微笑着说话了：

“你是找五楼的麦克劳德先生吗？”

布里奇斯只好机械地向她胡乱点头。

“这是四楼，你走错了。”

布里奇斯大脑一片空白，此时听她这样讲，如获大赦，慌忙掉头就走，这时身后又响起了那个甜甜的声音：

“你能陪我坐一会吗？我病了，每天躺在床上非常寂寞，我很想有个人跟我聊聊天。”少年转回身，默默地坐在了她的床边，慢慢地，他们聊得很开心。

当少年决意告辞时，她给他拉了一首小提琴曲——《绞王的舞蹈》，少年陶醉在优美的旋律中，女孩看出他喜欢小提琴，执意将那把小提琴送给了他。

当少年走出大楼，心情复杂地回头张望时，他发现身后那个建筑最高只有四层——根本就不存在五楼。

故事到此并没有完，少年后来再去拜访女孩时，从她父亲口中知道了那个不幸的消息——她已离开了这个世界。

少年去祭拜了她，青色的石板上刻着一首小诗，给少年印象最深的是这样一句：“把爱奉献给这个世界，所以我快乐！”

多年后的一天，布里奇斯已是一位声誉卓著的音乐人，他在一次外出回家时，发现楼上的卧室里传来轻微的响声。

出于职业的敏感，主人听出了那是自己那把阿马提小提琴发出的声音。

“有小偷！”

主人快步上前去，果然——一个大约十一二岁，蓬头垢面的小男孩出现在他的面前，他用衣服包着主人新买的皮鞋，另一只手提着那把小提琴，就在这一瞬间，布里奇斯的愤怒被眼中浮现出的青色墓碑所代替，他转而微笑了：

“你是拉姆斯敦先生的外甥鲁米吗？我是他的管家，我从他那听说你要来，你和他长得真像啊！”

少年愣住了，但他很快就反应过来说：“是吗？”

“我舅舅出门了吗，我还是先出去转转，待会来看他吧。”

他同时打算放下那把小提琴，因为没有人会拎着它出去瞎逛。

“你很喜欢拉小提琴吗？”布里奇斯问道。

“是的，先生，但我买不起它。”

少年回答。

“那我将这把小提琴送给你吧。”

少年惊愕了，他似乎不相信这把小提琴的主人会是一个管家，但还是拿起了它，走下楼梯。少年站在客厅回头张望时，看到了一张布里奇斯在悉尼大剧院演出时的巨幅海报，那个特

做一个懂得感恩的员工

大的头部特写让少年浑身一颤——随即他消失在布里奇斯的眼帘。

三年后，在墨尔本市的一次音乐竞赛中，布里奇斯应邀担任了那次活动的评委。

在比赛最后，一位叫梅里特的小提琴选手夺得了第一名。

布里奇斯待颁奖结束后准备离去，那个得了冠军的孩子提着一只小提琴跑到了他的面前，他脸色绯红：

“布里奇斯先生，您还认识我吗？”

布里奇斯困惑了。

“您曾经送过我一把小提琴，我一直珍藏着它，直到今天。”

少年热泪滚滚了。

“那之前，几乎每一个人，包括我自己都认为我是一堆垃圾，是您让我在贫穷和苦难中重拾起了自尊，让我的心燃起了改变自己的烈火。今天，我可以无愧地将琴还给您了。”

布里奇斯明白了——他就是那个“拉姆斯敦的外甥——鲁米！”

就是这么一把小提琴，它曾改变了两个迷途少年的命运，因为它浸透着两个词汇：

一个是爱，另一个是感恩！

意大利文艺复兴三杰之一的雕塑家米开朗琪罗，性格内向、闭塞，但他始终是一个内心充满激情与爱的人，他在创作