



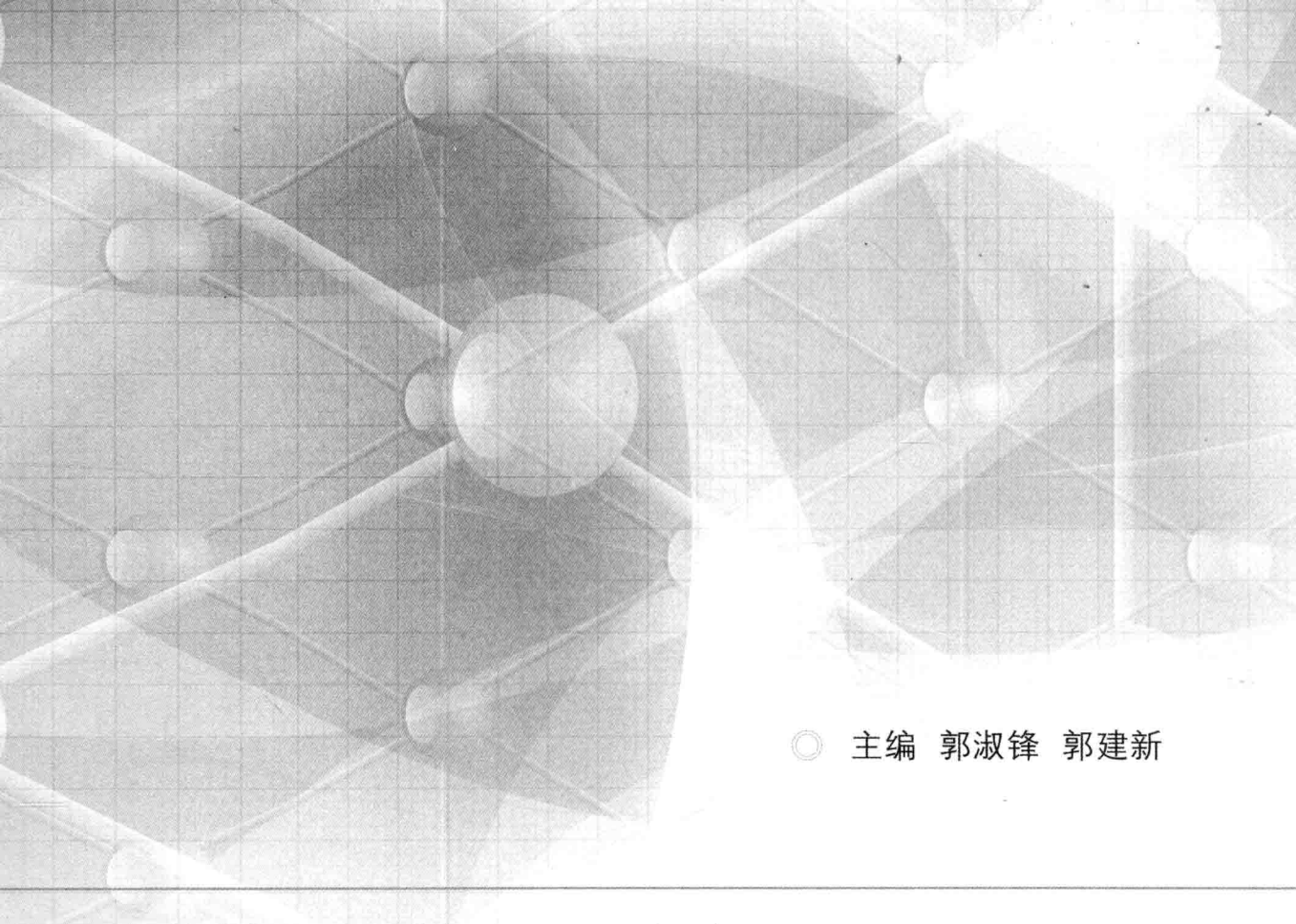
◎ 主编 郭淑锋 郭建新

自我管理能力的训练

ZIWO GUANLI NENGLI XUNLIAN

山东人民出版社

国家一级出版社 全国百佳图书出版单位



◎ 主编 郭淑锋 郭建新

自我管理能力的训练

ZIWO GUANLI NENGLI XUNLIAN

山东人民出版社
国家一级出版社 全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

自我管理能力训练 / 郭淑锋, 郭建新著. -- 济南:
山东人民出版社, 2014.9
ISBN 978-7-209-08717-9

I. ①自… II. ①郭… ②郭… III. ①自我管理学—
技工学校—教材 IV. ① C936

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 207849 号

责任编辑: 李楠

自我管理能力训练

郭淑锋 郭建新 著

山东出版传媒股份有限公司

山东人民出版社出版发行

社址: 济南市经九路胜利大街 39 号 邮编: 250001

网址: <http://www.sd-book.com.cn>

发行部: (0531) 82098027 82098028

新华书店经销

山东明达印务有限公司印装

规格 16 开 (184mm × 260mm)

印张 8.75

字数 175 千字

版次 2014 年 9 月第 1 版

印次 2014 年 9 月第 1 次

ISBN 978-7-209-08717-9

定价 25.00 元

如有质量问题, 请与印刷厂调换。电话: (0531) 88013408

PREFACE | 前 言

决定一个人平庸与成功的关键往往并不是天赋、机会或运气，而是一个人的自我管理能力！

自我管理是知识经济时代的呼唤。进入 21 世纪，管理的含义不再仅仅是管理者去“管人”、“教人”了，管理的一个重要内容是“管好自己”。正如现代管理学大师德鲁克所说，一切管理效果最终由员工自我决定。

自我管理是最经济最有效的企业（组织）管理方法。在美国、日本和欧洲，许多企业的经营事实证明：推行自我管理，可使企业管理卓有成效，获得极高的经济效益。员工得到的自我管理权越多，他为企业创造的经济效益就越大。

自我管理是人生成功的基础和途径。德鲁克说：“一个寻求自由的全面发展的人，必须是能有效自我管理的人。”历史上的成就超群者，始终善于自我管理。当然，他们是罕见的例外。我们天赋平平的人，也需要学会自我管理。在长达几十年的人生职业生涯中，只要我们保持警觉的心思和积极的心态，清楚地认识自己，有效的管理自己，不断的提升自己，就能够成得到上司的赏识，下属的尊敬，同事的喜欢，家庭的支持！

自我管理能力的培养与训练是提高技工院校学生综合素质的有效途径，《自我管理能力训练》首先强调针对当代技工院校学生的心理现状，关注其人格素质的健康成长，激发其积极参与自我管理训练的兴趣，帮助其获得学习、训练的成就感并提升自信心；其次，重在培养技工院校学生的自我管理能力和提升其通用职业素质，从而为将来职场的顺利发展或自主创业打下良好的基础。

《自我管理能力训练》突出科学性、实用性、系统性、启发性和拓展性等，主要包含了职业生涯规划、学习管理、时间管理、计划管理、情绪管理与健康管理等内容。并通过能力目标设定、案例分析、能力训练、能力测评这样一种培训程序，让学生了解并掌握自我管理的方法与技巧，从而提升自我管理能力和技巧。

在本书的编写过程中，我们参阅、借鉴了大量的有关文献和网络资料，由于书目甚多，恕不一一列举。在此谨表感谢！

本书由郭淑锋、郭建新主编，第一章由李长功编写，第二章由刘勇杰编写，第三章由宓淑环编写，第四章由李晶编写，第五章由郭建新、李向荣编写，第六章由张孜编写，第七章由张庆温编写。

由于作者水平有限，加之时间仓促，缺点疏漏在所难免，诚请读者批评指正。

《自我管理能力训练》可以作为培养学生自我管理能力的教材，也可以供职场人士参考使用。

编者

2014年8月

CONTENTS | 目 录

前 言 /1

第一章 自我管理概述 /1

第一节 自我管理的内涵 /1

第二节 自我管理的意义 /2

第三节 自我管理的内容 /5

第二章 职业生涯规划 /7

第一节 何为职业生涯规划? /7

第二节 我的第一份职业生涯规划书 /12

第三章 学习管理 /22

第一节 学习管理的必要性 /22

第二节 如何进行学习管理 /27

第四章 时间管理 /38

第一节 时间管理与时间管理的误区 /38

第二节 时间管理的原则与方法 /46

第五章 计划管理 /55

第一节 计划概述 /55

第二节 计划的程序与步骤 /61

第三节 计划的方法 /68

第六章 情绪管理与压力应对 /73

第一节 认识情绪管理 /73

第二节 自我情绪识别与管理 /81

第三节 情绪控制与激励 /88

第四节 压力应对 /100

第七章 健康管理 /108

第一节 健康的概念和理解 /108

第二节 亚健康、心理健康 /115

第三节 生活方式和健康 /127

21世纪是知识经济的社会，知识经济的核心是科技，关键是人才。面对当今社会的变革和人才的竞争，每个人都必须提高自我综合素质，这样才能应对各种挑战和机遇，让自己成为对社会和国家有用的人。而自我管理是促进人的综合素质全面、和谐发展的重要环节和有效途径。

通过本章的学习，我们将达到以下学习目标：

- 掌握自我管理的内涵
- 理解自我管理的意义
- 了解自我管理的内容

第一节 自我管理的内涵

所谓自我管理，就是自己把自己组织起来，自己管理自己的事务，最终完成自我奋斗目标的一个过程。

自我管理，顾名思义就是自己管理自己。一个成功的人不是能够领导别人的人，而首先是管理好自己的人。人们都希望获得成功，都在探索成功的奥秘。其实，那些成功的人们都和其他人中间有着一条明显的界线，这个界线并非表示特殊环境或具有高智商，也不是高等教育或天赋差异的归类，更不是靠运气。成功的关键是进行有效地自我管理。

自我管理是每个人对自己生命运动和实践的一种自我调节。自我管理的核心就是自我认知、自我组织、自我激励、自我监督、自我调控、自我评价、自我意识、自我锻炼、自我反省，使个体科学地有目的地逐步走向自我完善和完美，从而达到自我实现、自我成就和自我超越，自我管理也是充分调动心灵的自动调节功能，最大限度地激发自身潜能，更有效地发掘和实践自身最大社会价值和责任的一门科学与艺术。自

我管理是自动自发进行的，自动自发就是没人要求、强迫，而自觉且出色地做好自己的事情。

每个人在这个世界上都是管理者，至少是自我的管理者，可是自我管理是一项重要而又最难做到的管理。作家杰克森·布朗曾经有个有趣的比喻：“缺少了自我管理的才华，就好像穿上溜冰鞋的八爪鱼，眼看动作不断，可是却搞不清楚到底是向前、向后，还是原地打转。”如果你确实付出了努力，但又总看不到太多的成果，那么你真正需要的是重新审视一下你的自我管理能力！

想获得成功，能不能进行自我管理是非常重要的。每个人都有自我管理的能力，问题在于他表现出的多少，当一个人实现了自我管理，体现出潜在的管理能力，他就会真正地具备成功的条件。

演员阿诺变成美国加州州长阿诺，靠的不是钢铁般的肌肉，靠的是自身钢铁般的意志。纵观古今中外，凡大成者，绝不仅仅是被别人管理或在管理别人中获得成功的，无不是通过严格的自我管理才获得成功和圆满。

美国可口可乐公司前董事长兼执行长罗伯特·古兹维塔年轻的时候还是一名普通员工，他可以一连5个小时把自己锁在房间里读书，不理睬外面的喧闹，也不会踏出房间的门。后来，因为懂得自我管理，古兹维塔掌管可口可乐16年，使可口可乐比原来的规模扩大了3倍。

西门子公司有个口号叫做“自己培养自己”。自我管理是每一位员工应该掌握的技能。在当今社会，优秀的企业需要的是能够积极做好自我管理的员工。只有进行自我管理的员工，才能实现业绩的最优化，才能够缔造企业与自己的共同成功！

在管理上看似无为的谷歌公司在成立仅仅8年之后，市值就达到了2200亿美元。已离职的李开复在自传中有过这样一段描述：“曾经有一个员工告诉我：我不认为所有的人都适合谷歌的工作方式。适合它的人非常开心，不适合它的人会无所适从，因为没有人告诉你应该怎么做。”李开复一语道破了谷歌文化的核心，谷歌的员工必须学会有效地自我管理。

其实不仅是这些优秀的公司和成功人士，其他任何职业人都应该学会自我管理，只有高效地管理自己，不断地提升自己，我们也可以获得成功。

第二节 自我管理的意义

21世纪，管理的发展趋势将是人的自我管理。自我管理在未来的企业管理、企业文化和建设中将越来越重要。自我管理虽然只管一个人但它却适用所有的人，也适用于现代企业、组织和社会，所以，自我管理对于人的综合素质发展、企业的团队建设和国民素质的提高都至关重要。

现代管理学大师德鲁克认为，知识社会中所有组织和个人都面临的最重要的挑战之一就是自我管理。世界上最难管理的是自己，如果能够把自己征服，我们便成

功了一半。管理的终极和最高境界是自我管理，自我管理的意义主要反映在如下五个方面。

一、自我管理是知识经济时代的呼唤

知识经济时代呼唤管理革命。在工业社会，主要资源是资本；在信息社会，主要资源是知识。信息社会是知识量、信息量急剧增长的智能化和知识化的社会。在信息社会，知识生产力已经成为社会经济发展的关键性因素。经济的发展是以智力资源的占有、配置，知识的产生、分配、使用为特点的可持续发展，这是知识经济的典型特征。在人类进入 21 世纪后，随着信息时代和知识经济的到来，在管理学领域也必将出现一场极其深刻的管理革命，而自我管理，或被称为“没有管理的管理”、“无人管理”正是这个变革中的重要趋势之一。当然，现代管理所追求的所谓“没有管理”、“无人管理”并不是真的没有管理人员，而是全员参与管理，人人自己管理自己。

进入 21 世纪，管理的含义不再仅仅是管理者去“管人”、“教人”了，管理的一个重要内容应该是管好自己。正如德鲁克所说，一切管理效果最终由员工自我决定。自我管理是社会组织和经济发展的需要。

二、自我管理是最经济最有效的管理方法

在美国、日本和欧洲，许多企业的经营事实证明：推行“自我管理”制可使企业获得极高的经济效益。员工得到的自我管理权越多，他为企业创造的经济效益就越大。例如，美国通用汽车公司前总经理汤·瑟马斯承认，由于实行了“自我管理”制，公司的内部利润在 4 年时间里翻了一番多。与此同时，该公司的劳动生产率也比原来提高了 40%。在瑞典的沃尔沃汽车公司，“自我管理”体制使这家公司的利润、产品质量等稳步提高，成为世界汽车制造业中屈指可数的大亨。

不少管理专家还据此指出，“自我管理”不仅在制造业中创造奇迹而且还可为银行、通信、科研、旅游、商业等服务性、开发性的行业带来卓著功效。

三、自我管理是人生成功的基础和途径

（一）自我管理是人生成功的基础

有学者认为，成功需要 80% 的“情商”和 20% 的“智商”，而“情商”与“智商”一样，各自只侧重了自我认识的一个方面，对于成功来说，其影响作用仍然是有限的。成功是与较高的自我管理能力紧密相关的。一个人的成功与否并不取决于智力、情绪或性格的某个单项指标是否高超，而是取决于各单项之间的合理组合乃至最佳匹配，即取决于智商与情商的有机结合，而这种有机结合则需要较高的自我管理能力。

一般来说，一个人某些基本的自身条件是较难变动的，如纯智力因素，但认识自身的智力特点、性格特点及情绪特点并加以妥善管理，学会自我管理，发展自我，其能力可以经过努力而不断提高。一个有较高自我管理能力的人，不仅能较合理有效地

安排各项人生任务，而且在客观理解他人、摆正自己与他人位置方面也有着天然的优势，于是便在自身与环境、主观与客观这两个方面都能实现基本条件的最佳利用，把自己安排在一个最能做出贡献的地方，从而大大提高事业和人生的成功率。

（二）自我管理是人生成功的重要环节和途径

古今中外任何一个有成就的人，他们的成长过程都离不开这种严格的、科学的、不懈的自我管理，否则就无法遇逆境而不惧，处顺境而不惰。历史上那些极成功的人——拿破仑、达芬奇、莫扎特，一直都在进行自我管理，在很大程度上，也正是自我管理使他们成为伟大的成功者。

个人的进步和完善在很大程度上依赖于自我管理。德鲁克认为，获得成就的人不是百万富翁，而是能做出贡献，享受了充实的人生和实现自己人生意义的人。而这种成就需要围绕如何发挥自己的优势和实现自我价值，依靠好的、自觉的自我管理来获得。自我管理、自我完善、自我实现是完整的同一过程，自我管理是基础和途径。

四、自我管理有利于青年学生及国民素质的提高

对于青年人和学生的培养教育，过去只偏重知识教育和技术知识的传授，而忽视了能力的培养，尤其是自我管理能力的培养。在知识经济时代，在学校教育和对年轻人的培养中，我们应将知识教育和能力培养相结合，包括自我管理能力的培养。只有这样，年轻人才能以全方位的素质面对人生，适应社会的发展。

在现代社会中，实现现代化是共同的追求，我们国家也把实现四个现代化作为战略目标，然而社会现代化离不开人的现代化，并最终取决于人的现代化，因而现代化要先人后物。实现人的现代化，主要包括：观念现代化、思维现代化和行为现代化。有效的自我管理是现代人的重要内涵，也是人的现代化的基本目标。人的现代化的实现必须通过个人的自觉意识和活动来具体表现，并以人的自由全面发展为起点和归宿。人的现代化是促进个人发展的有效手段和根本途径，但是这离不开个人的自我管理。

自我管理是人的现代化实现的现实条件和基础。自我管理构成了人的现代化的实现途径和内在机制。要建立高效文明的社会，实现人的观念的现代化，就需要对国民进行自我管理素质教育。

总之，自我管理是知识经济时代的呼唤，是最经济最有效的管理方法，是人生成功的基础和途径；也有利于青年学生及国民素质的提高。自我管理是实现人的现代化和社会主义精神文明的重要途径。现代社会中，社会现代化的实现离不开人的现代化，自我管理构成了人的现代化的实现途径和内在机制。所以，要促进人的精神文明，实现人的现代化，构建高效文明的和谐社会，需要进行国民的自我管理素质教育，需要用自我管理的方法和理念提升国民的精神文明。

第三节 自我管理的内容

有效地管理好自己的一生确实很难，“修身、齐家、治国、平天下”，对一个即将走入职场或刚刚走入职场的人来说，修身是最基本的事情。自我管理虽然很难，如果能强化自己这方面的能力，我们就会少走很多弯路。

如何加强自我管理呢？我们要从如下6个方面着手：

一、职业生涯规划

每个人都渴望成功，但并非都能如愿。了解自己、有坚定的奋斗目标，并按照情况的变化及时调整自己的计划，才有可能实现成功的愿望。能让自己在职业探索和发展中少走弯路，节省时间和精力；使自己产生学习、实践的动力，激发自己不断为实现各阶段目标和终极目标而进取。

二、学习管理

当代社会科技发展日新月异，知识总量翻番周期愈来愈短，从过去100年、50年、20年缩短到5年、3年。有人预言：人类现有知识到21世纪末只占当时知识总量的5%，其余95%现在还未创造出来。这表明，历史绵延很久的“一次性学习时代”已告终结，学历教育已被终身教育取代。具有良好的学习管理的能力才能让自己在知识的海洋里不迷失方向，最终到达成功的彼岸。

三、时间管理

“不能管理时间，便什么都不能管理。”这是现代管理大师德鲁克的名言。人生管理实质上就是时间管理，时间的稀缺性体现了生命的有限性。成功的人士都能科学地分析时间、利用时间、管理时间、节约时间，进而在有限的的时间里，创造自身职业价值的最大化。

四、计划管理

古人讲：“凡事预则立，不预则废。”意思说，一切单位，一切人不管干什么事，事先都要有明确的目标，都要有一个打算和安排。大量的时间浪费来源于工作缺乏计划，比如：没有考虑工作的可并行性，结果使并行的工作以串行的形式进行；没有考虑工作的后续性，结果工作做了一半，就发现有外部因素限制只能搁置；没有考虑工作方法的选择，结果长期用低效率高耗时的方法工作。怎样改变这种状况？那就是制订工作计划，提高计划管理的能力。

五、情绪管理与压力应对

情绪管理，就是用对的方法，用正确的方式，探索自己的情绪，调整自己的情绪，理解自己的情绪，放松自己的情绪。要学会善于掌握自我，调节情绪，提高对情绪的自觉意识，控制情绪低潮，保持乐观心态，不断进行自我激励、自我完善，从而达到自身的和谐和人格的完善。同时，每个人都会面临许多工作和生活的压力，处理好这些压力也将有助于提高工作效率和幸福指数。

六、健康管理

健康管理是指一种对个人或人群的健康危险因素进行全面管理的过程。健康是每个人的权利，是一生宝贵的财富；健康是生活质量的基础；健康是人类自我完善和社会进步的体现；健康是生命体现的一种良好状态。在充满巨大压力的职场中，必须重视自己的身心健康，用饱满的精神、昂扬的斗志和充沛的精力去迎接职业挑战，创造职业辉煌。

人的一生中，大部分的可支配时间都是在职业生涯中度过的。制订一份合理高效的职业生涯规划对于人生价值的实现，幸福的生活的获得起着重要作用。

本章，我们主要学习以下内容：

- 职业生涯的定义
- 制订职业生涯规划的重要意义
- 如何制订职业生涯

第一节 何为职业生涯规划？



能力目标

职业生涯规划作为职业人士所面临的首要问题，是对个人职业发展的远景规划和资源配置。如果能在就业之初就制定一份切实可行的职业生涯规划，将能帮助我们在未来的职业道路上少走弯路，拥有幸福人生。

（一）职业生涯的概念

所谓职业生涯是指一个人一生中的职业历程，特别是职业、职位的变动及职业理想实现的过程。职业不等同于工作，职业是我们在社会生活中所从事的作为谋生手段的工作。

一般认为：职业生涯开始于任职前的职业学习及培训，终止于退休，这基本上占据了人生可支配社会时间的70%~90%，所以选择什么样的工作作为我们的职业，对于每个人的重要性不言而喻。所以拥有成功的职业生涯才能达成我们对于完美人生的设想。

（二）职业生涯规划的概念

职业生涯规划是指对决定一个人职业生涯的主客观条件进行分析、总结和测定，结合时代特点，根据个人职业倾向，确定个人的最佳职业奋斗目标，并为实现这一目标做出行之有效的安排。职业生涯规划的目的不仅仅是要找到一份工作，更重要的是要通过制定职业生涯规划更加清楚的了解自己，结合社会环境等外部因素确定职业发展目标，拟定切实可行的行动计划，从而实现人生价值的最大化。

（三）职业生涯规划的主要任务

确立职业发展的目标。目标起到指引理想追求，引导行为方向的作用，明确而坚定的目标是赢得成功的基本前提。

制定职业发展的策略。策略是指为实现职业生涯目标而采取的各种行动和措施，包括职业生涯发展路线、学习培训安排、职务岗位晋升计划等。一般来说职业发展策略有两种：一步到位型和多步趋近型。

明确具体的职业生涯发展途径。这是从事职业、实现职业理想目标的必要条件。

设计具体的活动计划。这是指根据职业活动的特点和全过程的需要，设计制定切实可行的活动计划。

（四）职业生涯规划的分类

职业生涯规划按照时间长短来划分，可分为人生规划、长期规划、中期规划与短期规划四种类型。

人生规划：贯穿整个职业生涯的规划，时间可长达40年左右，涵盖整个人生的发展目标。比如规划成为4S店老总、成为某行业的技术带头人等。

长期规划：5~10年的规划，主要设定较长远的职业生涯目标。比如30岁时成为所在公司部门经理，40岁时成为所在单位分管领导等。

中期规划：3~5年内的规划，主要设定中期待具体的任务与目标。比如到不同业务部门做业务主管，规划筹建属于自己的小型公司等。

短期规划：3年以内的规划，主要是确定近期目标，规划制定近期要完成的任务，比如对专业知识的学习进修，掌握职业生涯必备业务知识等。

我们一般把职业生涯规划的重点放在10年左右的中长期规划上。

（五）制订职业生涯规划的意义

成功学大师安东尼·罗宾斯提出过一个成功的万能公式：明确目标+详细计划+立刻行动+检查修正+坚持到底=成功。

从这个公式中我们不难发现，一个人要取得成功，首先必须明确自己的奋斗目标并制定出详细的操作规划。所以为了取得职业生涯的成功，我们必须首先制定一份适合自己的职业生涯规划。所以职业生涯规划对每一个人都有特别重要的

意义。

1. 职业生涯规划可以明确人生发展的目标，提升职业成功的机会；
2. 职业生涯规划可以发掘自我潜能，增强个人实力；
3. 职业生涯规划可以提升应对竞争的能力，增强职业的主动性；
4. 职业生涯规划可以增强合作意识和信息意识，提高沟通能力。

（六）制订职业生涯规划的原则

制订职业生涯规划是一件关系到一生幸福、事业成功的大事，必须十分慎重，要综合考虑多种因素，找出主要的制约条件，全面认识问题，权衡利弊，综合平衡各种因素，只有这样，才能制订出科学可行的职业生涯规划，制订职业生涯规划，主要应遵循以下几个原则：

1. 择世所需。一种职业存在的最大理由就是能满足部分社会需要，每个人都离不开社会生活，所以在制订职业生涯规划的时候，我们首先要充分考虑的就是社会需求。

2. 择己所爱。从事一种你喜欢的职业，其本身就能给你带来一种满足感，你的职业生涯也会因此变得妙趣横生。爱因斯坦曾说：“兴趣是最好的老师。”兴趣是职业生涯成功的基础条件，也是推动事业发展的强大动力。所以能从事一份自己真正感兴趣的工作，并在就职过程中实现自己的人生价值，才是幸福的职业生涯。

3. 择己所长。俗话说：“隔行如隔山”，任何职业都要求从业者具备一定的独特技能。特长是职业、事业成功的保证。而一个人又绝无可能掌握所有技能，所以我们在进行职业选择时，必须择己所长，发挥优势，这样才能更好地驾驭职业和事业，做个行家里手。

4. 远近结合。一份好的职业生涯规划，必须既有长远眼光，能考虑5~10年甚至更久以后的可能，也要紧紧根据现实情况的发展变化，分解、制定可行的短期目标。

5. 具体可行。一份好的职业生涯规划还应该是切实可行、目标明确的。例如，不能笼统地说“我希望当老总、我要当大官”，相比而言“我希望毕业五年以内能成为所在部门的业务骨干，毕业十年能当上部门经理等”，就是一个明确具体而又更可能实现的职业规划。另外在制订职业生涯规划的时候必须充分考虑个人和社会的实际情况，脱离实际和难以实现的规划都不可取。

6. 灵活机动。此外职业生涯规划绝非一经制订就一成不变了，应该随时根据社会现实情况和个人能力、需求等的变化而进行灵活机动地调整，从而顺利实现自己职业生涯规划的预期目标。



案例分析

案例一：

如何拥有100万

一位年轻人在读大学期间向校长提出了改进大学教育制度弊端的若干建议。可校

长并没有采纳，于是他决定自己创办一所大学，自己当校长来消除这些弊端。

可创办大学至少需要100万美元，上哪里找这么多钱呢？他每天都在苦思冥想如何找到100万美元，同学都认为他得了神经病，痴心妄想天上掉馅饼。可这个年轻人却坚信自己能筹集到这笔钱。

终于有一天，他想到一个办法，他通过报社举办了一个题目为《如果我有100万美元》的演讲会。演讲会吸引了许多商界人士，在演讲中他热情洋溢、全心全意地诉说着自己对于新型大学的构想。演讲完毕，一位名叫菲利普的商人站了起来，说：“小伙子，你说得非常棒，我给你投资100万美元，就按你说的去做吧！”

就这样，这位年轻人创办了伊利诺理工学院，而他本人就是后来著名的哲学家、教育家冈索勒斯。

参考分析：冈索勒斯成功的秘诀就在于他深入思考、仔细谋划了自己的职业生涯规划，并把这一规划付诸实践。他的成功告诉我们：成功=详尽可行的规划+高效的执行力。

案例二：

为理想而工作

15岁的农民齐瓦勃来到钢铁大王卡内基的建筑工地打工，当其他打工者因为工作辛苦、薪水低微而抱怨的时候，齐瓦勃却在认真细致地工作，并自学工作中所需的建筑知识。一天，公司经理到工地检查工作，他注意到了齐瓦勃突出的工作成绩以及他所学的知识，什么也没说就走了。

第二天，经理把齐瓦勃叫到办公室，问：“你学那些知识干什么？”齐瓦勃说：“我想我们公司并不缺少打工者，缺少的是既有工作经验、又有专业知识的技术员。”经理点了点头。不久，齐瓦勃就被升为技术员。同伴讽刺齐瓦勃善于巴结经理，他回答说：“我不光是在为经理工作，更不光是为了赚钱，我是在为自己的理想工作。”

抱着这样的信念，齐瓦勃一步步升到了总工程师的职位上。10年后，25岁齐瓦勃做了这家建筑公司的总经理。后来，齐瓦勃终于建立了大型的伯利恒钢铁公司，并创下了非凡业绩，完成了从一个打工者到创业者的飞跃。

参考分析：为自己的理想工作，你就会在工作中加倍努力，刻苦钻研以提高自己的工作能力。而当你的工作能力提高后，你工作时所产生的价值就会超过你所得的薪水，那时候，你就会得到领导的重用，你就能够实现自己的理想。

当你去做一个为理想而工作的人，你就会有生命不息、奋斗不止的意识，你就会积极进取、乐观向上的精神，你的身上总会有一股使不完的劲。你就会主动找事去做，在实干中实现自己的目标。

>>> 思考题

1. 年轻人成功的秘诀是什么？