

全国职工素质建设工程领导小组办公室审定

员工职业 心态塑造 训练

中华全国总工会宣传教育部 编

权威 | 规范 | 通俗 | 直观
全面提升一线职工整体素质



六大职业心态，成就职业人生
员工送给自己的提升手册
企业送给员工的贴心礼物

 中国工人出版社



员工职业 心态塑造 训练

中华全国总工会宣传教育部 编

主 编 李守镇 编 著 宋振杰



中国工人出版社

图书在版编目(CIP)数据

员工职业心态塑造训练 / 李守镇主编;宋振杰编著. —北京:中国工人出版社,2012.1

(“十二五”全国职工素质建设工程指定系列培训教材)

ISBN 978-7-5008-5132-5

I. ①员… II. ①李…②宋… III. ①企业-职工-修养
IV. ①F272.92

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第001357号

员工职业心态塑造训练

出版人 李庆堂

责任编辑 安 静 赖紫薇

责任校对 孙乃伟

责任印刷 马东旭

出版发行 中国工人出版社(北京市东城区鼓楼外大街45号 邮编:100120)

网 址 <http://www.wp-china.com>

电 话 010-62350006(总编室) 010-62382376(职工教育分社)
010-82075964(传真)

发行热线 010-62005996 82075964(传真)

读者服务 010-62382376

经 销 各地书店

印 刷 北京睿特印刷厂大兴一分厂

开 本 700毫米×1000毫米 1/16

印 张 11

字 数 175千

版 次 2012年3月第1版 2012年3月第1次印刷

定 价 24.00元

本书如有破损、缺页、装订错误,请与本社读者服务部门联系更换
版权所有 侵权必究

全国职工素质建设工程 领导小组

组 长：王玉普

副 组 长：倪健民 王 炯

主 任：倪健民

成 员：李守镇 张茂华 郭稳才 邹 震
 常毅民 刘继臣 丁大建 朱思泽
 颜 辉 孙德宏 李庆堂



第一章 心态决定状态 / 1

第一节 心态及其作用 / 2

- 一、心态的含义 / 2
- 二、心态决定人的行为 / 2
- 三、心态决定人的命运 / 3
- 四、心态一变人生就变 / 4
- 五、学会善待自己的心灵 / 5

第二节 职业心态及其作用 / 6

- 一、职业心态的含义 / 6
- 二、职业心态的导向作用 / 7
- 三、职业心态的支配作用 / 8
- 四、职业心态决定职业成就 / 10
- 五、心态平和，工作顺利 / 13

第三节 职业心态的修炼途径 / 16

- 一、不良职业心态的危害性 / 16
- 二、积极职业心态的修炼途径 / 19

第二章 自动自发的积极心态 / 27

第一节 积极心态的内涵 / 28

- 一、积极成长的动力 / 28
- 二、追求卓越的欲望 / 29
- 三、主动进取的野心 / 31

第二节 积极心态的作用 / 33

- 一、驱动你思考人生方向 / 33
- 二、激励你制定职业目标 / 34

三、鞭策你持续付诸行动 / 35

第三节 积极心态的修炼途径 / 38

一、让你的自信站起来 / 38

二、全力以赴就能行 / 40

三、给自己积极的提问 / 41

四、拒绝抱怨，乐观向上 / 44

第三章 永不放弃的执著心态 / 51

第一节 执著心态的内涵 / 52

一、执著就是坚定的信念 / 52

二、执著就是必胜的信心 / 53

三、执著就是高纯度的坚持 / 55

第二节 执著心态的作用 / 57

一、执著孕育成功 / 57

二、执著磨炼意志力 / 59

三、执著赢得机会 / 59

第三节 执著心态的修炼途径 / 60

一、把简单的工作做出精彩 / 60

二、训练坚持的意志力 / 62

三、持有永不放弃的精神 / 65

四、耐得住寂寞，经得起诱惑 / 67

第四章 舍我其谁的担当心态 / 73

第一节 担当心态的内涵 / 74

一、担当是一种责任 / 74

二、担当是一种勇气和奉献 / 75

第二节 担当心态的作用 / 76

一、担当是脱颖而出的机会 / 76

二、担当是超越自我的途径 / 77

三、担当是成就大事的素养 / 78

第三节 担当心态的修炼途径 / 80

一、不要自我设限 / 80

- 二、在解决问题中增长才干 / 82
- 三、在攻坚克难中获得成长 / 83
- 四、把“不可能”变成“可能” / 84
- 五、危难之时勇于担当 / 88

第五章 互利多赢的主人翁心态 / 95

- 第一节 主人翁心态的内涵 / 96
 - 一、主人翁心态是一种团队精神 / 96
 - 二、主人翁心态是一种敬业意识 / 97
 - 三、主人翁心态的“四主”人生 / 98
- 第二节 主人翁心态的作用 / 99
 - 一、主人翁心态是世界通行的成功法则 / 99
 - 二、主人翁心态创造多赢回报 / 100
- 第三节 主人翁心态的修炼途径 / 103
 - 一、远离“打工心态” / 104
 - 二、做自己人力资本的主人 / 110
 - 三、“傻根儿”精神永放光芒 / 112
 - 四、厚积职业成长力 / 114
 - 五、职业增值的三条法则 / 115

第六章 快乐工作的阳光心态 / 121

- 第一节 阳光心态的内涵 / 122
 - 一、阳光心态的人总是发现美好 / 122
 - 二、阳光心态的人善于自我调节 / 123
 - 三、阳光心态的人能够制造快乐 / 124
- 第二节 阳光心态的作用 / 125
 - 一、在当下的工作中找到快乐 / 126
 - 二、在当下的投入中体验快乐 / 127
 - 三、在当下的生活中享受快乐 / 128
- 第三节 阳光心态的修炼途径 / 129
 - 一、改变自己再影响环境 / 129
 - 二、发掘工作的意义 / 131

三、热情会让工作充满乐趣 / 132

四、挑战会让工作充满活力 / 134

五、热爱生活，境由心造 / 135

第七章 和谐奉献的感恩心态 / 141

第一节 感恩心态的内涵 / 142

一、感恩是幸福生活的方式 / 142

二、感恩是对善意的回馈 / 143

三、感恩是利人利己的责任 / 144

第二节 感恩心态的作用 / 145

一、感恩让我们珍惜拥有 / 145

二、感恩让我们变得坦然和安详 / 146

三、感恩让世界更美好 / 147

第三节 感恩心态的修炼途径 / 149

一、感恩国家和社会 / 149

二、感恩父母 / 150

三、感恩配偶，关爱家庭 / 153

四、感恩我们的企业 / 155

五、感恩你的所有贵人 / 161

后 记 / 167

第一章

心态决定状态

记者：在生产一线，干工人的活儿究竟能不能得到社会的认同和尊重？

邓建军：其实，不管在什么岗位，把自己应当干的干到位，甚至把别人想不到的事情干好了，自然会赢得认同和尊重。我干的是工人的活儿，能把遇到的问题都解决了，这就行了。每次我把别人修不了的设备修好的时候，那种成就感特别让自己满足。我们每个人都要追求三个层次的职业境界——第一层次是成为一个有用的人，第二层次是成为一个发挥特别作用的人，最高层次是成为一个不可缺少的人。只要沿着这个方向不断努力，一定能够找到自己的位置。

——知识型员工的杰出代表邓建军接受记者采访

本章要点

1. 心态决定人的行为和命运
2. 学会善待自己的心灵
3. 职业心态决定职业成就
4. 心态平和，工作顺利

第一节 心态及其作用

“心乐者，则境皆乐”。只要心态是快乐的，做什么事情、遇到什么情况、身处什么境地都会是快乐的。既然生命的终极目的在于逃避痛苦和追求快乐，那么就要有一颗让自己快乐起来的心，才能使自己的职业和生活更加精彩。

荀子说：“心者，形之君也，而神明之主也。”你的心态就是你真正的主人。物随心转，境由心造，烦恼由心生。一个人有什么样的心态就会产生什么样的结果。积极创造人生，消极消耗人生，心态决定命运。

一、心态的含义

心理学对心态的定义是：动能心素、复合心素所包括的各种心理品质的修养和能力。通俗地讲，心态就是性格和态度的统一，是人的意识、观念、动机、情感、气质、兴趣等心理素质的某种体现。由此看来，心态是人的心理对各种信息刺激做出反应的趋向，而这种趋向对人的思维、选择、言谈和行动具有导向和支配作用。

2000年的时候，国外有一家杂志社举办了一个以“世纪展望——21世纪我最想要的”征文大赛，并开出了高达一万美元的奖金。活动开始后，怀着对21世纪未来美好生活的憧憬和期盼，世界各地的稿件如雪片般纷至沓来，有近2万人参与了这次活动。杂志社对所有的稿件按文章标题进行了分类统计，结果发现，最想要金钱的占57%，最想要家庭幸福的占21%，最想要权力职位的占8%，最想要漂亮贤惠妻子的占5%。经过专家评审，出人意料的结果是，一篇不足三百字的名为“我最想要一个积极快乐的心态”的文章赢得了这次竞赛唯一的大奖。

专家们的评审意见是：“无论你是想要金钱还是想要权力，无论你是想要幸福的家庭还是想要豪车豪宅，如果你拥有了一颗积极快乐的心态，你什么都可以得到。在未来的人生和世界里，态度是最根本的竞争力。”

二、心态决定人的行为

所有的行动都根植于人们心中的信念，所有的感觉都起源于人们持有的心态。有的人在面对危机的时候，逃避责任，把所有的事情都推给别人，因为他有害怕失败的心态。有的人主动承担责任，在困境中挺身而出，因为他们认为失败

不可怕，可怕的是自己先败下阵去。口袋里同样是有 100 元，有的人会很紧张，糟糕，只剩下 100 元了；而有的人很高兴，太好了，还有 100 元！不同的感觉来源于不同的心态。

一直以来，哲学家和心理学家的主流观点认为，态度决定人的行为，有什么样的态度就会有什么样的行为。

有心理学家研究表明：我们看到的通常都是我们想看到的，我们的心理态度左右着我们的大脑，我们的大脑左右着我们的眼睛。这就不难理解，为什么对同样的事物、同一件事情，不同的人有不同的看法，甚至有截然相反的看法。

著名作家冯骥才曾先后同三个朋友谈及富人区时，用同一话题问：“你们看到富人区这么漂亮的房子，会嫉妒吗？”甲答：“嫉妒？他能住这里，说明他遇上了一个好机会。如果将来我也遇到好机会，我会比他住得还好！”乙称：“见到别人比自己强，通常会主动接近那人，和他交朋友，向他学习，把他的长处学到手，再设法超过他。”丙说：“何止嫉妒，恨不得把那小子宰了！”

三种回答，三种心态，前两种值得称赞，后一种令人悲哀。至于各自人生结局如何，不言而喻。美国著名心理专家德菲特说：世界上最重要的一件事就是心态健康与否的问题，生活中的成功机遇不是时时都会出现在你的身边，相反困难和挫折常伴随你左右。如果你承受不了，一定会无所成就。

因此，世界上的万事万物，你既可以积极地去看待，也可以消极地去看待，这就像钱币，一正一反。该怎么理解这一正一反的内涵，这就是心态，而这种心态决定了下一步的行为。

三、心态决定人的命运

国足前教练米卢，临走的时候给中国足球也给中国人留下了一句话：“态度决定一切！”从此，“心态决定命运”“态度决定成败”的提法更为广泛地流传开来。

好的心态好比天使，坏的心态就像魔鬼。成功者与失败者的差异是：成功者拥有一份积极的心态，乐观主宰命运，自信让他们跨进光明的天堂；失败者总是持有一份消极心态，悲观支配人生，绝望让他们滑入黑暗的地狱。

心态真的能够决定命运吗？态度真的能够决定成败吗？

同样是半杯水，有的人看到了很高兴，啊！还有半杯水，太好了！有的人却不高兴，怎么只有半杯水？真扫兴！事物的本身并不影响人，人们只受对事物看法的影响。同样，对事物的看法没有绝对的对错之分，但有积极与消极之分，而且每个人都必定要为自己的看法承担最后的结果。

积极思考和拥有积极心态的人对事物永远都能找到积极的解释，然后寻求积

极的解决办法，最终得到积极的结果。这样的人即使是在最艰难的时刻也能鼓励自己，积极地寻求解决问题的方法，并且会尽量用自己的积极情绪感染周围的同伴，总能让希望之火重新点燃。这些人每天都生活在正面情绪当中，时刻都在享受人生的乐趣。

所以说，心态决定思维，思维决定行动，行动产生结果，结果的积累最终决定了一个人的命运。

四、心态一变人生就变

一般来讲，人的心理状态是相对稳定的、连贯的。但是，这种稳定的心态因他人或者外界的影响会发生变化，也就是说，人的心态是可以调整的，积极的心态会转变为消极的心态，消极的心态也会转变为积极的心态。这也是人的主观能动性最重要的表现，是人作为高级灵性动物的关键特征之一。

当然，我们期望的是，人应该尽可能多地将消极心态转变为积极心态，而不是相反。而对于心态调整与控制的不同结果恰恰又形成了不同的人生。

泥土与星星

在美国，一位叫塞尔玛的女士，她的内心很痛苦，很烦恼，很郁闷，生活对于她已是一种煎熬。为什么呢？因为她随着丈夫从军，没想到部队驻扎在沙漠地带，住的是铁皮房，与周围的印第安人、墨西哥人语言也不通；当地的气温很高，在仙人掌的阴影下都高达45摄氏度以上；更糟的是，后来她丈夫奉命远征去了，只剩下她孤身一人。所以，她整天愁眉不展，度日如年。我们能想象她内心的痛苦。

怎么办呢？无奈中她只得写信给父母，希望回家。久盼的回信终于到了，但拆开一看，使她大失所望。父母既没有安慰自己，也没有说叫她赶快回去。那封信里只是一张薄薄的信纸，上面也就是短短的几个字，这几个字是：

“两个人从监狱的窗户往外看，一个看到的是地上的泥土，另一个看到的却是天上的星星。”

她刚开始非常失望，还有几分生气。后来她终于从父母来信的几行字里发现了自己的问题所在：她过去习惯性地低头看，结果只看到了泥土。但自己为什么不抬头看？抬头看，就能看到天上的星星！而我们生活中一定不只是泥土，一定会有星星！自己为什么不抬头去寻找星星，去欣赏星星，去享受星光灿烂的美好世界呢？

她这么想，也开始这么做了。这之后，她开始主动和印第安人、墨西哥人交朋友，结果使她十分惊喜，因为她发现他们都十分好客、热情，慢慢地都成了朋友，还送给她许多珍贵的陶器和纺织品作礼物；她开始研究沙漠中的仙人掌，一边研究，一边做笔记，没想到仙人掌是那么地千姿百态，那样的使人沉醉着迷。而仙人掌在如此恶劣的环境下，仍然茁壮成长、仍然生存不息的精神更是让她心灵震撼！她开

始欣赏沙漠的日落日出，感受沙漠的海市蜃楼，享受着新生活给她带来的一切。没想到慢慢地她找到了星星，真的感受到星空的灿烂。她发现生活一切都变了，变得使她每天都仿佛沐浴在春光之中，每天都仿佛置身于欢笑之间。后来她回美国后，根据自己这一段真实的内心历程写了一本书，叫《快乐的城堡》，引起了很大的轰动。

事情就是这样令人费解，对这位女士来说，前后简直判若两人：一个是无限的痛苦，一个是不尽的快乐。我们思考一下，这位女士所处的环境并没有改变，沙漠、铁皮房、仙人掌阴影下45摄氏度的高温、印第安人、墨西哥人等，都是原来的样子，为什么她的行为和心情前后大不相同呢？很明显，是她的心态变了：过去她习惯性的选择看泥土，选择事情消极的一面；后来她习惯性地选择找星星，选择事情积极的一面。

可见，心态一变人生就变。就这么一点小小的变化，带来的结果却大相径庭：一个痛苦，一个快乐；一个失败，一个成功。

如果你不满意自己的环境，想力求改变，则首先应该改变自己的心态。假如一个人有积极的心态，那么他四周所有的问题都将迎刃而解。积极的心态是心智的健康营养，它能让一个人充满自信、受人喜欢、知足常乐、倍感幸福，更重要的是它还能让人改变自我、改变世界。

五、学会善待自己的心灵

前几年，有一段话在网上广泛流传：“身无分文时不快乐，腰缠万贯后也不快乐；被人使唤时不快乐，使唤别人后仍然不快乐；当学生时不快乐，打工挣钱后还是不快乐；在国内不快乐，折腾到国外后同样不快乐。一句话，活得太累。”

为什么活得太累？活得太累其实是心累。身心疲惫自然就不会心情舒畅，心情不舒畅自然就没有精神好好地工作和生活。一个连自己都不和谐的人，能够与别人、与社会、与自然和谐相处吗？

在现实的生活中，我们要想摆脱浮躁，消除郁闷，就应该经常反省自己的心态，关照自己的心灵，检查自己的精神。

世界首富比尔·盖茨，坚持一年必须有七天的闭门思过，在这七天的时间里，他交代不允许任何人打搅。其实，他就是在回顾与反省中，铲除心中的杂草，调整自己的心态，积蓄人生的力量，规划未来的事业。所以，我们在为工作和事业风雨兼程，努力拼搏的时候，千万不要忘记了呵护自己的心灵，关照自己的内心！

在电子商务领域有一个家喻户晓的人，他就是阿里巴巴总裁马云，他曾经说过这样一段话：“看一个人、一个公司是不是优秀，不要看他是不是哈佛，是不

是斯坦福，不是看里面有多少名牌大学毕业生，而要看这帮人干活是不是发疯一样干，看他每天下班是不是笑咪咪回家！”

一个好员工，一个好企业就应该是如此：工作时风风火火，生活中快乐阳光。

小 结

1. 生活的快乐与否，完全取决于我们对人、事、物的看法，而这些看法和态度直接决定了我们这一生的高度。如果认为自己贫穷，并且无可救药，那么自己的这一生将会在穷困潦倒中度过；如果认为贫穷是完全可以改变的，那就积极、主动地面对所谓的贫困，改变它，富有它。

2. “春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪，若无闲事挂心头，便是人间好时节。”心态可以使天堂变成地狱，也可以使地狱变成天堂；天堂、地狱由心造。善待自己的心灵，拥有一个平和、快乐、和谐、健康的心态，才是真正的善待自己。

第二节 职业心态及其作用

一样的工作，两个不同职业心态的人去做，就是两种不同的境界和结果。比如，同样是干维修的，消极心态的人就会认为：不就是个维修工吗？是全企业最脏、最累的活儿，工资没几个，天天麻烦事儿倒不少。在这种心态的支配下，他把工作当成了无奈的重复劳动，无趣、无聊、无热情，自然就是得过且过，应付差事儿，他只是在枯燥重复中一天天地消磨时光而已。

而积极职业心态的人则不同，他们认为任何工作都能做出精彩来，维修工也能做出大名堂。他们把工作当成愉快的学习与成长的过程，在简单、重复的工作中不断地提升自己的技能，慢慢地练就了自己的绝招儿。处理故障，总结故障，消灭故障，预防故障，最终成为企业中不可替代的技能大师。

积极有为，消极无为。积极乐观的人，能把平凡的日子变得富有情趣，能把沉重的生活变得轻松活泼，能把重复的光阴变得甜美珍贵。

一、职业心态的含义

我们常常说，某某人真职业，职业一词，已成为形容一个人水平高的常用语。为了表示水平高，我们将联赛叫做职业联赛，将参加职业比赛的选手叫做职业选手，将水平高的人称为具有职业水准。

1. 职业的定义

那么，什么叫职业？所谓职业，简单地说，就是人们为了满足社会生产、生活需要，所从事的承担特定社会责任，具有某种专门业务活动的、相对稳定的工作。职业是在人类社会出现分工之后而产生的一种社会历史现象。

具体来说，职业具有三个方面的含义：第一，职业是人们谋生的手段和方式；第二，通过职业劳动使自己的体力、智力和技能水平不断得到发展和完善；第三，通过自己的职业劳动，履行对社会和他人的责任，承担特定社会责任是职业的本质。也就是说，职业是责任、权力和利益的有机统一。

2. 职业心态的含义

所谓职业人士就是拥有职业心态、精神、技能、习惯等职业素养的人士，而职业心态是一个人职业素养的心理基础，对个人职业生涯有着至关重要的影响和作用。

人的行动受心理支配，从事一定职业的人都是职业人，职业人就应该有相应的职业心态。

职业心态是指在从事职业活动中，根据职业的需求而表露出来的心理素质，或者说，职业心态就是用积极、正面的思维方式主导自己的职业活动，并做出有利于职业成功的职业行为的心理过程。

良好的职业心态是营养品，如积极主动、坚持不懈、果敢顽强、乐观豁达、感恩奉献、主人翁精神等，会滋养我们的职业人生，会让我们积累小自信，成就大雄心，积累小成绩，成就大事业。而不良的职业心态，如消极应付、打工心态、斤斤计较、心浮气躁、极端地自我中心等，会让我们自暴自弃、萎靡不振、玩世不恭，不断地被边缘化，以至于始终“怀才不遇”，频繁跳槽或者被淘汰。正如美国石油大王洛克菲勒给儿子的信里提到的“天堂与地狱比邻”的比喻，在信中，他告诫自己的儿子：“如果你视工作作为一种乐趣，人生就是天堂；如果你视工作作为一种义务，人生就是地狱！”

二、职业心态的导向作用

职业心态是人们内心对于职业以及与职业有关事件的态度、观点和看法，或者说叫做职业价值观，这种观念与看法一旦形成，就会对我们今后的行为起到导航、引路的作用。所以，职业心态一定意义上是职业道路与职业人生的导航仪与灯塔，它尽管看不见、摸不着，但是，似乎在冥冥之中引领着我们的职业方向。方向正确事半功倍，前途光明；方向错了，事倍功半，前途暗淡。

只因想法不同

10年前,王光明和马奇是技校的同学加室友,他们学习的都是车工。因为中学学习成绩不理想,他们的大学梦,被无情而又残酷的高考终止了。

作为同窗室友,这两个人好像是一对冤家,经常斗嘴。马奇觉得大学没考上,上技校学车工,只能是打发日子,至于能做出什么样子来,想都别想。所以,自打进了技校的门,马奇似乎只能在魔兽游戏的晋级里,才能找到一点儿自我价值。

而王光明最看不惯的就是马奇自我糟践这件事儿。他觉得一个人的禀赋可能有差异,自己不擅长学习书本知识,并不能代表自己在其他方面没有能力。只要肯努力,肯奋斗,三百六十行,行行出状元。有一天,王光明在网络上看到德国技工与工程师拿一样的薪水,有的甚至比工程师的工资还高,他兴高采烈地把这个信息告诉马奇,得到的回应却是“那你就去德国好了!”马奇生冷的回答,气得王光明一个多月没和他说过一句话。

后来,在技校毕业生车工技能大赛上,王光明力挫群雄,夺得第一名,当场就被一家军工企业以高出当时技校毕业生一倍多的工资水平签走;马奇则在半年之后才在一家小型民办机加工企业找到了一份工作。

一晃10年过去了,王光明已从传统的车工转变成了拥有数据编程等多种技能的复合型数控高级技师,在为企业屡建奇功的过程中,他也被数次破格晋升,31岁的王光明用十年的时间走过了他师傅近三十年才能走出来的职业道路,成为了首席技师,企业为他配备了专车,还拨专款成立了“王光明技能大师创新工作室”。

而马奇则在十年中换了四家企业,工作和收入都不理想。最近,他所在的企业淘汰了落后的车床设备,引进了最先进的数控机加工设备,马奇则在这次技术引进中被淘汰了。

王光明和马奇一个天上、一个地下的职业人生,最早就是一个想法而已,这个想法很简单,王光明认为“技校生一样有出息!”,而马奇则认为“一个车工能有什么出息!”就是在这一点点想法的引导下,最终结果却是两个迥异的人生之路:一个生机勃勃,光彩照人;一个萎靡不振,暗淡无光。

一位哲人说:“你的心态就是你真正的主人。要么你去驾驭生命,要么是生命驾驭你。你的心态决定谁是坐骑,谁是骑师。”

三、职业心态的支配作用

著名的励志电影《阿甘正传》片尾有句话:“人生就如同一片轻盈的羽毛,有落下的时候,而你应该鼓舞自己让它不断飘扬而上,向着新的高度超越自我”。阿甘精神的精髓就是:成功就是一种积极的心态,成功就是将个人的潜能发挥到极限。

是让人生这片“轻盈的羽毛”迎风飞扬，不断地飞得更高，还是无精打采地四处飘荡，最终坠落在地上，关键是看自己心态的选择。职业心态对于个人职业生涯具有支配作用，改变自己的职业状态首先要从改变自己的心态开始。

蝶变让她更美丽

1992年，李静平技工学习毕业后，被分配到自贡输气作业区留宾站当输气工。无聊的工作，单调的岗位，让这个技校生打不起精神。由于工作缺乏激情，学习没有动力，技术不求过硬，1997年的中级技能考试中她未通过。

通不过就通不过，我不出差错还能把我咋的？抱着这种无所谓、混日子的心态，李静平还有点儿心安理得。就这样，一晃八年就过去了。2000年李静平调入合江输气作业区，一次她与一位同事因为工作上的事儿拌了嘴，同事说：一个人能力有大小，但是，我最看不起的是有力不出的人，耽误了自己的事儿，也耽误了公家的事儿。

李静平平常也知道大家看不起她，但是当面从同事的嘴里说出来，还是第一次。就是这一次的“看不起”，让浑浑噩噩的李静平如梦惊醒。“我不能再这样下去了，我要做一个让人看得起的人”，李静平发誓要用刻苦与勤奋把已挥霍的八年光阴追回来。这之后，她充分利用业余时间和岗位锻炼的机会，不断增强自身的理论知识，努力提升自己的技能水平。在2003年输气管理处举办的技能比赛中，她首次拿下输气专业第一名。2006年年度输气处技能大赛，李静平成功卫冕第一名。

李静平不仅参加技能比赛能夺冠，而且把自己的技能用在工作中，不断解决实际问题，创造不俗的业绩。2005年，李静平担当了一类输气站佛荫站的值班站长。2009年1月，李静平成为输气管理处工作会上表彰的劳动模范之一。

李静平还是那个李静平，但是，今天的李静平已经远不是从前的那个李静平了。从满不在乎、缺乏激情，甚至破罐子破摔的状态，到技术比武卫冕冠军、劳动模范；从疲沓散漫、不求上进的落后分子，到勤学苦练、爱岗敬业、积极进取、技能一流的业务尖子，李静平走过了一条“蝶变之路”。

心态一变，人生大变。李静平职业境界天翻地覆的变化，说很大也很大，从落后变成了先进，说很小也很小，从消极的心态转变为了积极的心态。然而，就是这小小的心态变化，成就了她巨大的人生之变。

“你有什么样的命运，取决于你想要什么样的命运；你是什么样的人，取决于你想做什么样的人。”影响我们人生的不仅仅是外在的环境，更重要的是心态。在一个人的职业生涯中，职业心态控制了我们的职业行动和思想，也决定了我们的视野、事业和境界。