



职业 ZHIYEZUNYAN 吴玲◎著 尊严



企业、政府机关员工
职业精神培训**优秀读本**

打造积极主动、高度责任感、高执行力、高凝聚力的团队

什么是**职业尊严**？职业尊严就是没有人要求、强迫你，
自觉而且出色地做好自己的本职工作。

职业 ZHIYEZUNYAN 吴玲◎著 尊严



北京理工大学出版社

BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

版权专有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

职业尊严 / 吴玲著. —北京:北京理工大学出版社, 2016. 7

ISBN 978-7-5682-1889-4

I. ①职… II. ①吴… III. ①职业伦理学 IV. ①B822. 9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 028915 号

出版发行 / 北京理工大学出版社有限责任公司

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010)68914775(总编室)

82562903(教材售后服务热线)

68948351(其他图书服务热线)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 北京紫瑞利印刷有限公司

开 本 / 710 毫米×1000 毫米 1/16

印 张 / 15

字 数 / 230 千字

版 次 / 2016 年 7 月第 1 版 2016 年 7 月第 1 次印刷

定 价 / 35.00 元

责任编辑 / 梁铜华

文案编辑 / 梁铜华

责任校对 / 周瑞红

责任印制 / 边心超

图书出现印装质量问题, 请拨打售后服务热线, 本社负责调换

序 言

随着时代的发展，社会分工越来越细，职业的种类也呈多样化发展趋势。每个人都归属于某一职业，有的职业光鲜亮丽，有的职业普通平凡，有的职业受到众人的追捧，有的职业却只有少数人在坚守。但无论你从事何种职业，你都拥有属于自己的职业尊严。职业尊严并不因职业的不同而有所损益，能真正决定你尊严的只有你自己！

每个踏入职场的人，都曾雄心万丈，誓要在自己的工作岗位上做出一番成绩。可职场如同战场，有的人被在职场中遇见的各种困难和挑战消磨了斗志，最终折戟沉沙，碌碌无为，甘于平庸；有的人却在各种历练中越战越勇，不断成长，屡创奇迹，成为职场精英。

相信你肯定希望自己成为笑傲职场的成功人士，只是现实中总有那么一些困难在阻碍着你前进的步伐，让你彷徨不定、茫然失措，甚至想要就此作罢，在职场中默默无闻终此一生。面对工作中的种种困

难，面对心灵上的诸多障碍，想要获得成功的我们应该怎么做呢？

一位知名的学者说：“能推动和摇撼世界的人，往往都是那些擅长模仿的人，他们精于学习的艺术，能积极借鉴别人的经验，踩着别人的脚印前进，因此也逐渐步入了成功者的行列。”

每一个成功的职场人，无一不在践行着这一理论，他们踏着成功者的足迹，逐渐地提升着自我、完善着自我、超越着自我。他们的成功，得益于自身不断地坚持，更要归功于成功者们的经验。只要你能积极借鉴别人的经验，再加之自身的拼搏努力，也一定能在职场中有所收获、有所成就。

《职业尊严》一书，是面向所有职场人的职场手册。职场人要以责任为基础来建造自己的事业大厦，更要让心灵充满感恩的力量伴自己前行；要做最好的执行者去完成自己的工作，更要抱持乐观的心态面对沟沟坎坎；要带着积极的态度和激情出发奔向目标，更要忠于自己所在的平台，加强团队协作；要以平和之心和强烈的自制力坦然面对得失，更要明白细节决定成败而从细微处完善自己。

这本书为所有的职场人答疑解惑，如，我们应该如何面对职场中出现的各种问题？我们应该如何摆脱职场中面临的各种困境？我们应该如何不断地提升自己、完善自己从而走向成功？通过阅读这本书，职场人士必定能够找到自己想要的答案。

这本书中，有古今中外许多成功人士的真实案例，读者可以在读故事的时候轻松地读他们身上读出他们成功的秘诀。同时，每一个章

节还有一些经典的小故事，它们不仅生动而且极富说服力，能够直抵你的内心，必定会撬动你内心那堵塞激情四溢的理想洪流的巨石，而后让你的理想在激情的奔腾中走向真实。

最后，笔者真诚希望此书能够帮助更多职场人走向自己设想的成功，让平淡远离我们，让辉煌趋近我们，让卓越靠拢我们！

目 录



第一章 以责任为基，全世界都会让路

1. 敢担当，你就是主角/3
2. 坚守岗位/7
3. 和老板一心，与成功一线/11
4. 在其位，谋其政/16
5. 知错必改，厄运绕你而行/20
6. 尽职尽责/25



第二章 感恩——心灵的力量

1. 向对手致敬/30

2. 有一颗感激之心/36



第三章 做最好的执行者

1. 专注于眼前的事/44
2. 强烈的求胜欲望/48
3. 失败无借口/52
4. 自动自发/57
5. 变通——用 CEO 思维工作/62
6. 挑战自我，超越自我/66
7. 自觉工作是一种职业使命/69
8. 埋头做事/74
9. 空话不如实干/78



第四章 保持乐观

1. 挫折是人生最大的开心果/84
2. 苦痛中孕育成功/88
3. 在工作中寻找快乐/91
4. 你敢自嘲吗/95
5. 消灭抱怨/100



第五章 影响你职业的关键：态度和激情

1. 振奋精神，振奋行动/106
2. 像冒险家一样战斗/110
3. 从目标中焕发出激情/115
4. 坚定决心，将困难踏翻在脚下/120
5. 态度和激情，与人生有关/126
6. 职业幸福感/130
7. 摒弃平庸，追求卓越/135



第六章 忠于平台

1. 善待平台/142
2. 捍卫企业形象就是维护你的尊严/145
3. 拒绝投机心态/148



第七章 团队协作

1. 团队无敌/152
2. $1+1>2$ /156
3. 每个人都需要团队/160
4. 个人是为集体而存在的/163



第八章 平和之心

1. 宽容别人的错误/170
2. 眼中唯“钱”，事业无“前”/174
3. 在失败中掘金/178
4. 现在的你，才是未来的你/183



第九章 自制：无往不利

1. 要无条件地遵守纪律/190
2. 治愈拖延症/194
3. 自制力让你身价飙升/198



第十章 细节为主，成败只在毫厘

1. 人生拼图：从一块块做起/204
2. 每件事都很重要/209
3. 谋事于细/213
4. 细节是掌握未来的“七寸”/216
5. 小失误，便是大失败/220

职业尊严

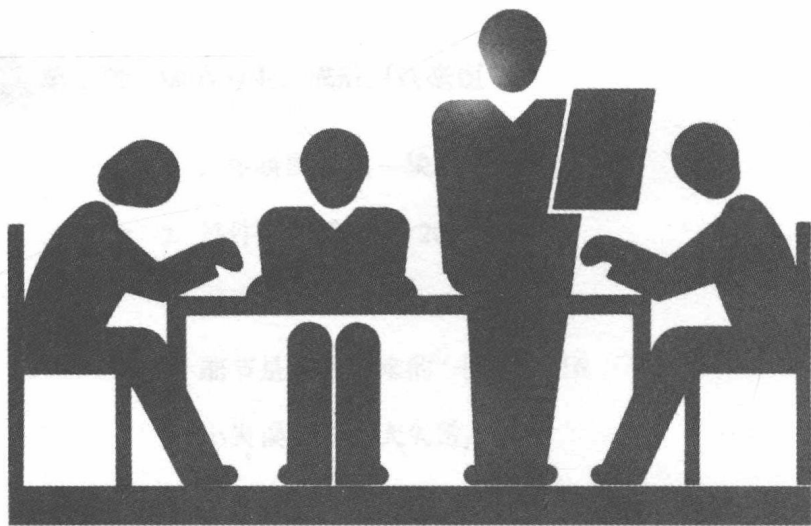
Zhi Ye Zun Yan



第一章

以责任为基，全世界都会让路

责任的力量巨大，它可以使沧海变成桑田，让弱小的肩膀挑起难以想象的重担，为人生开拓宽阔的天地。





1. 敢担当，你就是主角

责任感往往与使命感、荣誉感紧密相连，因此，具有高度责任感的人，必然也是同时具有使命感和荣誉感的人。一个没有责任感的人是不可能成就大事的。每一位成功人士都有很强烈的责任意识，而且他们将这种意识根植于内心深处，主导着自己的一切行动。

在工作中，你若能做到问心无愧，就是具有责任感的体现。反之，若只是把工作当成谋生的手段，当一天和尚撞一天钟，仅仅为了工作而工作，那就是缺乏责任感的行为。而持有这种心态的你，在工作中也肯定无法获得更大的提升。

朋友，属于自己应该承担的责任，就要义无反顾地承担起来，摆正心态，用平常心去对待工作中的一切，为把工作做得尽善尽美而努力，最终你将会发现，你收获的一定比付出的多。

有这样一个男孩，他是一名割草工。为了检验自己工作的质量，他打电话给自己的雇主布朗太太，询问：“您需不需要割草工？”

布朗太太回答道：“不需要了，我已经有了割草工。”

男孩说：“我会帮您拔掉草丛中的杂草。”

布朗太太说：“我的割草工已经做了。”

男孩又说：“我会帮您把草与走道的四周割齐。”

布朗太太说：“我请的那个人已经都做完了，谢谢你，我不需要新



的割草工人。”

男孩挂断了电话，如释重负。男孩的室友对此十分不解，问他：“你不是就在布朗太太那儿割草打工吗？为什么还要打这个电话？”男孩笑了笑，说：“我只是想知道我究竟做得好不好！”

如果你在在工作中能够有这个小男孩的心思，就不必为领导的“不赏识”而发愁了，因为这样的员工必然会得到机会的垂青。

每个人都肩负着各种各样的责任，在工作中，你可能是领导，也可能是下属；在家庭中，你可能是父母，也可能是儿女。在不同的人际圈子里，你会变换着角色和身份，从而所应承担的责任也不尽相同。但无论角色和职位怎样变，我们对责任的担当都应是始终如一的。明晰了责任，并主动且勇于承担责任，你的进步才会是明显而快速的；而丧失责任感，逃避责任，只能落得一个惨兮兮的下场。

在很久以前，飞禽和走兽曾进行过一场激烈的战斗。蝙蝠是一个十分狡猾的家伙，飞禽和走兽双方打得你死我活之时，它从不参与战斗，只是在一旁静观其变，看看哪方能赢得最后的胜利。

最初，飞禽一方占据了上风，于是自以为聪明的蝙蝠就加入了飞禽的阵营，表示自己是飞禽。可是，后来走兽又占了上风，于是，蝙蝠马上转移，站到了走兽的阵营中。为了证明自己是绝对正牌的走兽，蝙蝠把自己的牙齿、爪子和奶头给走兽们看，以获得它们的信任。而蝙蝠又信誓旦旦地保证，自己绝对会热爱同类。

飞禽和走兽的战斗还没有结束，孰胜孰负还没有一定，在这种情况下



下蝙蝠左右摇摆不定，吃苦头的只能是它自己。果不其然，飞禽最终赢得了战斗的胜利。蝙蝠一看，马上跑到飞禽的阵营。但是，这一次任凭蝙蝠怎样花言巧语，飞禽们都不再相信它了，并把它赶走了。

无奈之下，蝙蝠又返回走兽的阵营。可是，走兽又怎么会收留这样一个毫无责任感又如同墙头草一样的队员呢？结果，蝙蝠只能待在地窖或者窟窿里，直到黄昏的时候才敢出来到处飞。

相信谁也不愿意做蝙蝠，因为缺乏责任感的它有“家”不能回，并且还受到了严重的惩罚。

责任是对人生义务的勇敢担当，责任也是对生活的积极接受，责任还是对自己所负使命的忠诚和信守。一个充满责任感的人，一个勇于承担责任的人，会因为这份承担而让生命更有力量。

勇于承担并乐于承担责任，这是一个人才所必备的素质。对于自己的功劳和过失都必须勇于承担，绝不能畏首畏尾，或者推到别人的身上。责任感是一个伟大的人的灵魂，没有了责任，一切都只是空谈。

你要养成勇于承担责任的习惯，对上级指派的任何任务都要毫无怨言地接受，并全力以赴地去完成。在执行任务的过程中，即便因为外力使然而不能顺利完成任务，也要勇于承担因此而有的任何后果。

西尔公司有一个名叫格里的采购员，发生在他身上的事情足以向我们证明勇于承担责任的好处。

西尔公司有一项很重要的规定：采购员不可以超支自己的采购配额。如果采购员的配额用尽，就不能再采购新的商品，要等到配额拨下

之后才能进行采购。

在一次采购中，格里看中了一款日本厂商展示的手提包。格里是一个十分出色的采购员，以他专业的眼光来看，这款手提包必将成为流行商品。然而，格里当时的配额已经用尽，他马上后悔起来，觉得自己先前不应该很冲动地把配额用尽。眼前是一个天赐良机，格里决定不能轻易放过。

当时，格里有两种办法：第一，就是干脆放弃这笔交易，虽然他知道这笔交易一定会给公司带来高额的利润；第二，主动向公司主管承认自己的错误，然后申请追加采购配额。思前想后，格里决定选择第二种办法。

他对公司的主管说：“很抱歉，我犯了个大错误。”接着，他把事情的经过从头到尾说了一遍。主管对格里没有计划的开支方式虽然颇有微词，但还是被他的坦诚征服了，最终同意了格里的申请，加大了他的采购配额。

结果，当格里看中的手提包上市之后，马上就掀起了一番抢购热潮，他为公司创造了高额的利润。

显然，格里的选择是十分明智的。但如果他没有坦诚自己的错误，恐怕也没有后来为公司创造高额利润这回事了。相信格里此次为公司做出巨大贡献的经历，将使他本人在公司的前途无限宽广。

由此，可以得出这样一种结论：不忘自己的责任，勇于承担责任，不畏惧责任的重大，直面各种各样的磨难和艰辛，成功将会主动向你走来，此时，你就是你职业生涯中的主角。



2. 坚守岗位

对于工作的喜爱程度，往往决定了你的处境和心情。试想一下，假如你对自己的工作情有独钟，那么你每天必定处在积极昂扬的状态之中；相反，假如你对自己的工作有诸多怨言，可想而知，你会感觉自己身处水深火热之中。

工作在每个人的生活中有着举足轻重的地位，它要求我们具备高度的责任感，尽职尽责地完成各项使命，忠于职守，兢兢业业。在每一个时刻，坚守自己的岗位，甚至达到牺牲自我的境界，不仅事关职业操守，而且也是人性升华的表现。

毫不夸张地说，职业生涯的奋斗历程就好比一场游戏，而参与者务必遵守其中的规则，即承担起应有的责任，而逃避或退缩，则是违反规则的行为。除非你选择退出，否则必须身体力行“工作高于一切”的准则。无论发生何种情况，决不能逃避，也不能怠慢，而要想方设法地完成工作，一丝不苟地履行责任，这既是对工作负责，也是对自己负责。

然而，当代社会中，有许多人将“坚守岗位职责”理解为按时上下班，而忽略了自身的工作效率，更不在意工作的进展和结果。他们将工作当作老板交代的差事，心中没有职责的概念，草草了事。

长此以往，他们的责任心和使命感就会消失殆尽，对工作再难有半点热情，至于敬业、负责的精神更是难见踪影。他们以为这样做是自己占了便宜，岂不知恰恰相反，他们在对工作敷衍了事的同时，也不知不觉地断送了自己的似锦前