

最透彻、最实用、最有效的高效能员工全方位职场成长指南

G AO XIAO NENG YUAN GONG  
DE 11 XIANG XIU LIAN

宋薇 / 编著

# 高效能员工的

# 项修炼



不仅要做事，  
更要做成事。  
只有高效能的员工，  
才能成就高效能的企业。



突破懒散、自我、被动、低效的职场弊病 / 塑造自动、自发、积极、高效的执行意识  
如果你无法选择工作，那么你可以选择高效能地工作

华夏出版社

[最透彻、最实用、最有效的高效能员工全方位职场成长指南]

# 高效能员工的

# 11项修炼

宋薇 / 编著

华夏出版社

图书在版编目 ( CIP ) 数据

高效能员工的11项修炼 / 宋薇编著 —北京:  
华夏出版社, 2011 12  
ISBN 978-7-5080-6594-6

I ①高… II ①宋… III. ①企业管理: 人事管理  
IV. ①F272.92

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第188580号



出品策划:  
网 址: <http://www.huaxiabooks.com>

## 高效能员工的11项修炼

---

编 著 宋 薇  
责任编辑 武新华  
封面设计 思想工社  
排版制作 思想工社  
图片来源 华盖创意 (北京) 图像技术有限公司  
出版发行 华夏出版社  
(北京东直门外香河园北里4号 邮编: 100028)  
经 销 新华文轩出版传媒股份有限公司  
印 刷 三河市汇鑫印务有限公司  
开 本 720mm×1020mm 1/16  
印 张 18  
字 数 260 千字  
版 次 2012年1月第1版 2012年1月第1次印刷  
定 价 29.80元  
书 号 ISBN 978-7-5080-6594-6

---

本版图书凡印刷、装订错误, 可及时向我社发行部调换

## 贴上“高效能”标签 成为职场“常青树”

炎炎夏日，三个泥瓦匠在工地干活。有路人经过，问他们在做什么，第一个泥瓦匠说：“我在砌墙。”第二个泥瓦匠说：“我在盖一栋大楼。”第三个泥瓦匠自豪地说：“我在建造一个美丽的城市。”几年后，当前两个人还是泥瓦匠的时候，第三个人已经成了一位小有名气的建筑设计师。

为什么有些人能够脱颖而出，有些人却永远止步不前？我们比别人缺乏的，不是天分和能力，而是一种高效能意识。

我们常常会问这样那样的问题：

工作不被认可，得不到老板的器重，应该怎么办？

如何在最短的时间内做最多的事情？

社会竞争如此激烈，怎样才能站稳脚跟，让自己立于不败之地？

答案是，必须让自己成为高效能的员工！

这是一个社会节奏不断加快、市场竞争不断加剧的时代，一个员工要想在职场上游刃有余，就必须给自己贴上“高效能”的标签，才能够成为职场

上的“常青树”。

纵观那些在工作中表现优秀的员工，你会发现他们在很多地方有着惊人的一致。例如，他们有着较强的事业心，能够把自己的工作当成一项事业来做；他们热爱自己的工作，能够从工作中找到荣誉感和成就感；他们都有一套完善的自我提升计划，有明确的职业发展规划，能够在工作中有计划地提升自己的能力；他们都有超强的自律能力，能够良好地管理自我，能够保持科学的工作习惯……

高效能的员工永远都是“给自己干”而不是“做给老板看”；高效能的员工永远有乐观向上的心态，积极面对每一天的新挑战。如果你还在质疑自己的能力，那你将离成功的道路越来越远。

人人都具备成为高效能员工的实力，每个人的潜能都是无限的，关键是看你能否付诸行动，一以贯之地去做。千里之行，永远都始于足下。

本书将高效能员工的职场案例汇成11项修炼，教你如何取得良好业绩，如何要求自己，如何对待工作，如何看待公司，如何让自己在工作中变得更加高效。从今天起，把“想优秀”和“要优秀”这样的字眼从你的字典里去掉，从这一刻开始努力，坚持做到这11项要求，你就会发现，自己已经跻身到了高效能员工的行列。

只要从现在开始努力，永远都不会太迟。

## 第①项修炼：会感恩工作的人才有未来

- |                               |     |
|-------------------------------|-----|
| <b>NO.1</b> 明白自己为什么工作         | 002 |
| <b>NO.2</b> 工作的目标不仅仅是薪水       | 005 |
| <b>NO.3</b> 用强烈的事业心去工作        | 008 |
| <b>NO.4</b> 把每一次任务当作成长的机会     | 011 |
| <b>NO.5</b> 你无法选择工作，但可以选择好好工作 | 014 |
| <b>NO.6</b> 会感恩工作的人才有未来       | 017 |

## 第②项修炼：多替公司想想

- |                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| <b>NO.1</b> 公司利益至高无上            | 022 |
| <b>NO.2</b> 像老板一样思考和有担当         | 025 |
| <b>NO.3</b> 发现缺位，马上补位           | 028 |
| <b>NO.4</b> 秉持企业价值观，带头用行动实践公司愿景 | 031 |
| <b>NO.5</b> 一盎司的实干胜过一百次的表演      | 034 |
| <b>NO.6</b> 重视服务品质，为公司争赞誉       | 037 |
| <b>NO.7</b> 关心企业发展足迹，能够经常建言献策   | 040 |
| <b>NO.8</b> 尽量为公司节约开支           | 043 |

## 第③项修炼：自我管理是最高管理境界

- NO.1 我是最棒的！——周一清晨的自我激励课 048
- NO.2 工作时调整到最佳的精神状态 051
- NO.3 充分认识工作的价值，更好地激发潜能 054
- NO.4 最后一分钟，干好60秒 057
- NO.5 到基层这最好的课堂上去锻炼 060
- NO.6 私事绝不占用任何工作时间 063
- NO.7 注意衣着，保持良好的职业形象 066
- NO.8 蔑视破坏公司纪律的人 070

## 第④项修炼：可以平凡，不能平庸

- NO.1 斩断自己的“约拿情结” 074
- NO.2 按照行业专家的标准努力积累 077
- NO.3 力求超群，不妨对自己“狠”一点 080
- NO.4 及时补齐能力上的“短板” 083
- NO.5 在反思中不断提高 087
- NO.6 从失败中转化成长的能量 090
- NO.7 未雨绸缪，危机感永铭心中 093
- NO.8 汲取他人优秀的经验和长处 096

## 第⑤项修炼：领会做人的学问

- |                              |     |
|------------------------------|-----|
| <b>NO.1</b> 做人要低调，做事要高标      | 100 |
| <b>NO.2</b> 面对诱惑，守住自己内心的准绳   | 103 |
| <b>NO.3</b> 站在对方的立场考虑问题      | 106 |
| <b>NO.4</b> 有时不要擅自做主，一切按规矩办事 | 110 |
| <b>NO.5</b> 与团队成员共同分享成功      | 113 |
| <b>NO.6</b> 学会有效聆听的艺术        | 116 |
| <b>NO.7</b> 你的微笑价值百万         | 120 |
| <b>NO.8</b> 永远不要说谎           | 123 |
| <b>NO.9</b> 对公司的秘密三缄其口       | 126 |

## 第⑥项修炼：用业绩证明自己

- |                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| <b>NO.1</b> 用业绩证明自己的价值          | 130 |
| <b>NO.2</b> 充分准备赢得一切            | 133 |
| <b>NO.3</b> 与其抱怨，不如用行动换取业绩      | 137 |
| <b>NO.4</b> 不要只带着问题，而要带上最好的解决方案 | 140 |
| <b>NO.5</b> 以对待家人和朋友的态度对待客户     | 142 |
| <b>NO.6</b> 关心客户的需求，创业绩多打温情牌    | 145 |
| <b>NO.7</b> 善待客户的抱怨，用优质服务打动人心   | 148 |
| <b>NO.8</b> 晒晒每月业绩，永葆新的自我激励     | 151 |



## 第⑦项修炼：拿结果来复命

- |                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| <b>NO.1</b> 结果是唯一导向，力求优化执行流程    | 156 |
| <b>NO.2</b> 执行不打折，落实不缩水         | 159 |
| <b>NO.3</b> 执行，就在当下             | 162 |
| <b>NO.4</b> 接到任务要及时复命           | 165 |
| <b>NO.5</b> 承诺无价，说到更要做到         | 168 |
| <b>NO.6</b> 全力以赴，用100%的努力做好1%的事 | 171 |
| <b>NO.7</b> 训练自己遇事时当机立断的能力      | 174 |

## 第⑧项修炼：出色工作就是培养好习惯

- |                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| <b>NO.1</b> 日事日毕，日事日清           | 178 |
| <b>NO.2</b> 把每一天都当成最后一天珍惜       | 181 |
| <b>NO.3</b> 每天提前几分钟进入工作状态       | 184 |
| <b>NO.4</b> 每天列出详细的工作计划，按部就班地实施 | 186 |
| <b>NO.5</b> 每天坚持写工作日志           | 189 |
| <b>NO.6</b> 保证不再犯相同的失误          | 192 |
| <b>NO.7</b> 定期检查以修正自己前进的方向      | 195 |
| <b>NO.8</b> 主动向上级汇报工作的进度        | 198 |

## 第⑨项修炼：高效人士要做好的几件事

- |                           |     |
|---------------------------|-----|
| <b>NO.1</b> 要事压倒一切        | 202 |
| <b>NO.2</b> 让明确的目标引领行动的脚步 | 205 |
| <b>NO.3</b> 善用奥卡姆剃刀简单工作法则 | 208 |
| <b>NO.4</b> 一次就把事情做到位     | 211 |
| <b>NO.5</b> 用最短的时间撬起最多的事  | 214 |
| <b>NO.6</b> 高效处理一切信息      | 217 |
| <b>NO.7</b> 把每个细节做到极致     | 220 |
| <b>NO.8</b> 无边界地与人沟通      | 223 |
| <b>NO.9</b> 崇尚合作，整合大家的力量  | 226 |

## 第⑩项修炼：渗透均衡工作的法则

- |                               |     |
|-------------------------------|-----|
| <b>NO.1</b> 工作即是情绪修炼坊         | 232 |
| <b>NO.2</b> 在工作中寻找快乐的源泉       | 235 |
| <b>NO.3</b> 每天做“白日梦”5分钟       | 238 |
| <b>NO.4</b> 找到化解工作压力的通道       | 241 |
| <b>NO.5</b> 尽量把工作锁定在八小时内      | 244 |
| <b>NO.6</b> 保持办公桌的整洁度         | 247 |
| <b>NO.7</b> 劳逸结合，对身体负责就是对工作负责 | 250 |

## 第 11 项修炼：成为拉着企业奔跑的人

- |                                |     |
|--------------------------------|-----|
| <b>NO.1</b> 用你的工作热情感染身边人       | 254 |
| <b>NO.2</b> 积极影响别人，做改变企业“气候”的人 | 257 |
| <b>NO.3</b> 大局为重，不为小事抓狂        | 260 |
| <b>NO.4</b> 成为不可替代的职场红人        | 263 |
| <b>NO.5</b> 不断超出老板的期待          | 266 |
| <b>NO.6</b> 敬业就是多做分外的事         | 269 |
| <b>NO.7</b> 认真尽责，确保工作“零缺陷”     | 272 |
| <b>NO.8</b> 树立良好的个人职业品牌        | 275 |

# 第 1 项 修 炼

会感恩工作的人  
才有未来





NO.1

## 明白自己为什么工作

工作的意义是什么？

我们为什么要工作？

我们在为谁工作？

这么辛苦地工作，究竟值不值得？

.....

这些涉及人生哲学层面的追问和思索，不时会浮现在上班族的脑海里，它们也是所有职场人士都无法回避的问题。

那么究竟什么是工作，工作的意义又在哪里呢？

黎巴嫩著名哲理诗人纪伯伦在《先知》一书中，对工作的真谛做了深刻的诠释，在唯美和感性的诗句间揭晓了上述问题的答案。

诗中，当一位农夫请求上帝的先知给他讲一讲什么是劳作时，先知说道：

你们劳作，故能与大地的精神同步。

你们慵懒，就会变为季节的生客，落伍于生命的行列；那行列

正带着庄严、豪迈和骄傲的顺从向永恒前进。

劳作时你们便是一管笛，时间的低语通过你的心化作音乐。

你们中谁愿做一根芦苇，当万物齐声合唱时，唯独自己沉寂无声？

总有人对你们说：工作是一种诅咒，劳动是一种不幸。

但我要对你们说：当你们工作时，你们便实现了大地最悠远的梦想，在梦想成形之初，这部分便已分派给你。

你们辛勤劳动，便是真正热爱生命。

在劳动中热爱生命，便是通晓了生命最深处的秘密。

然而，如果你们在痛苦中把降生称为折磨，把维持肉体生存当成写在额头的诅咒，那么我要回答，只有你们额头上的汗水，才能洗去那些字迹。

也有人对你们说生活是黑暗的，你们疲惫时重复疲惫者的话。

而我说生活的确是黑暗的，除非有了渴望；

所有渴望都是盲目的，除非有了知识；

一切知识都是徒然的，除非有了工作；

所有工作都是空虚的，除非有了爱。

当你们带着爱工作时，你们就与自己、与他人、与上帝合为一体。

工作，是上天赐予人类的恩典。高效能的员工把工作当作崇高的使命，他们对待工作忠诚、敬业、勤奋、认真，不为酬劳多少斤斤计较，而是全身心地投入工作，努力在工作中实现自我价值。平庸的员工把工作当成养家糊口的手段，不懂得发掘工作的价值，也不曾想通过工作实现自己的价值，因而，他们终其一生碌碌无为。

美国幽默大师罗伯特·奥本说：“每天早上起床后，我都看一遍福布斯美国富翁排行榜，如果上面没有我的名字，我就去上班。”

其实，在工作中，无论是做员工，还是当老板，实际上都是在实现自我价值的过程中。

企业是为了那些需要企业的产品和服务的人群而存在和发展的，其主要工作就是为客户提供令他们满意的产品和服务。

员工必须考虑自己工作的意义。正如公司必须解决好“是单纯地追求利润，还是追求奉献社会，然后由此获得社会回报”一样，我们必须问自己：

“到一家公司去工作，是为了薪水而被动地为老板工作；还是主动提高自己的价值，然后从中获得金钱以外的更大回报？”诚然，员工应该把追求为顾客、为社会创造价值的使命和追求金钱的关系处理好，使自己能赚钱，但也有着超越金钱之上的追求。

工作其实是实现自我价值的一个途径。当你为老板和公司创造了价值，使自己的产品和服务获得了信赖和认可时，老板和公司自然也会给予你相应的回报。当你发挥出你的作用，使社会和集体获利时，你的价值也就实现了。

我们都应该像高效能员工那样，明白自己为什么工作，把工作当成上天赐予的礼物。只有这样，我们才能发掘出自己最大的潜能，把工作当成事业来做，并从中实现自己的人生理想。



**不仅要知道，还要能做到**

你为公司创造多少价值，公司才会给你多少回报。因此，我们要想成为一个高效能的员工，就应该把工作当成事业来做，在工作中实现自我价值。



## 工作的目标不仅仅是薪水

著名成功学大师拿破仑·希尔曾说过，提供超出你所得酬劳的服务，很快酬劳就将超出你所提供的服务。一个人如果总是为自己到底能拿多少工资而大伤脑筋，他是看不到工资背后的成长机会的，当然他也不会重视自己从工作中获得的技能和经验。事实上，决定他未来发展的恰恰是这些技能和经验，而不是现在他可以拿到的薪水。

但是，在现代职场中，许多人最关心的往往不是工作，而是工作薪酬。他们只看薪酬，在他们的眼中，薪酬是自己身价的标志，绝不能低于别人。一旦发现自己的薪酬低于最初的预想，他们在工作中就会敷衍了事，能偷懒就偷懒，能逃避就逃避，并且振振有词：“得少干少，得多干多，公平！”这些人只知道向老板索取高额薪酬，却不知自己能做些什么，更不懂从工作中的小事做起。

凯琳刚进入一家做出口玩具生意的公司上班，她很快便投入工作中。在几位老同事的指导下，凯琳的工作做得让老板很满意。但两个星期后，凯琳工作起来便没有刚来时的热情了，因为她发现，



在公司里她学历最高，工资却是最低的，她感觉很不平衡。老板发现凯琳情绪低落，马上找她谈话，告诉她只要她工作做得好，公司绝对不会亏待她。谈话时，凯琳没说什么。

但第二天凯琳找到老板，要求老板要么提高她的月薪，要么就当月给她拿提成。而老板认为，凯琳的薪酬是他们精心测算过的，不是随便给的；而且凯琳是新人，刚进公司，好多地方需要老员工指导，在没给企业创造出实际效益之前，不能提高薪酬。老板将有关道理和凯琳讲了，凯琳当时表示理解。但凯琳并没因此努力工作，每天完成了其部门经理分派的任务后，她便什么事情也不做，就坐在办公桌前发短信息。一个月后，老板将她解雇了。

只为薪水而工作，往往会被短期利益蒙蔽了心智，使人看不清未来发展的道路。如果一个人工作仅仅是为了薪水，那么，他注定是一个平庸的人，也无法摆脱平庸的生活模式。

高效能的员工不会狭隘地把薪水放在第一位，而更愿意将工作视为一种积极的积累经验的过程，因而他们更看重品格的塑造和能力的提高，也因此能发掘出每一项工作中所包含的人生成长机会。

在美国，有一个年轻人取得博士学位后，总是因工作岗位与自己的学历不相符，每天都奔波在求职的路上。最后，为了生计，他在一家制造燃油机的企业担任质检员，薪水比普通工人还低。工作半个月后，他发现该公司生产成本高，产品质量差，于是不遗余力地说服公司老板推行改革以占领市场。身边的同事对他说：“看你的薪水那么少，你为什么要这么卖力？”

他笑道：“我这样是为自己工作，我很快乐。”