

职场 正能量

刘永兵 编著

解读“正能量”

将概念化为实际运用的第一本书

在职场上，我们经常能遇到一些没有理想，
畏惧困难，爱抱怨，自卑，消极的状态一切皆
源于缺少正能量！因此，他如果全身充
盈着正能量，以昂扬的斗志，直面挑战，提升素质，抓住
机遇，定能实现职业抱负，成就卓越人生！



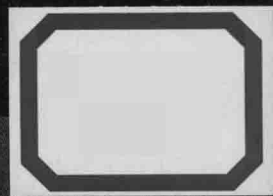
中国商业出版社

职场 正能量

刘永兵 编著

解读“正能量”

将概念化为实际运用的第一本书



在职场上，我们经常能看到一些人，他们充满理想，
畏惧困难，爱抱怨，自卑，烦躁，一切皆源于缺少正能量！因此，他们
全身充满正能量，以昂扬的斗志，直面挑战，提升素质，抓住
机遇，定能实现职业抱负，成就卓越人生！



中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

职场正能量/刘永兵编著. —北京: 中国商业出版社, 2013. 5

ISBN 978-7-5044-8112-2

I. ①职… II. ①刘… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第 109605 号

责任编辑: 孙锦萍

中国商业出版社出版发行
(100053 北京广安门内报国寺1号)

010-63180647 www.c-cbook.com

新华书店总店北京发行所经销
北京世纪雨田印刷有限公司印制

*

710×1000 毫米 1/16 开 13 印张 150 千字
2013年5月第1版 2013年5月第1次印刷

定价: 35.00 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

前言

身在职场，哪怕你已经奋斗多年，拥有一片属于自己的天地，但依然避免不了会有各种不良情绪的侵扰，比如厌倦、消沉、颓废、不思进取、愤怒等等。这些情绪影响我们的工作，侵蚀我们的健康，不可等闲视之！或许你已进入职场多年，工作驾轻就熟，得心应手，但却发现职场的发展遇到了瓶颈，工作水平再上台阶的难度变得很大。于是面临着一些抉择，是坚韧努力等待机遇，还是跳槽追求更好的待遇……或许你刚刚步入职场，对职场的认识还没有入门，却开始遭遇这样或那样的职场困惑，让你不知所措，不禁对前途充满了迷茫。

是的，不管什么情况，总会有解决之道。但无数事例证明，如果想让结果更接近理想，你就必须有积极的心态，要对生活对工作充满激情，要对未来抱以美好的憧憬……简而言之，你必须拥有正能量！

面对困境时，有的人退缩放弃，有的人愈挫愈勇。退缩者只能原地踏步，奋进者却会跨越困境，奔向成功的彼岸。面对顺境时，有的人得意忘形，有的人诚惶诚恐，有的人干劲倍增。不同的方式决定了不同的结果，更预示着不同的发展前途。

历数职场成功事例，可以看出正是那些积极乐观的正能量给了人们信心和希望，鼓舞着职场上每一位心怀梦想者，永不停止追求梦想的脚步，直至成功的峰顶。

那些积极乐观催人奋进的正能量因子，总能够成为我们不断进取的动力，使我们的内心始终处于充满希望饱含激情的状态，塑造着正面、积极、奋进的形象，使我们成为职场中的引领者。

本书共分十章，对职场中正能量因子全面剖析，为我们展现一幅职场正能量的美好路径，循着这条路，我们一定会因为感知正能量而获益匪浅。也愿每一位读者充盈着正能量迈入场场，以全新的状态，不断获取成功！

目 录

第一章 追求正能量，为理想前行

我们为什么而工作 /3

人生理想是事业的航标灯 /6

心若在，梦就在 /9

物质只是理想的副产品 /12

理想可以虚幻，还需现实规划 /15

欲速则不达，只求不断提升 /18

第二章 积累正能量，直面职场挑战

态度决定一切 /23

思想作先导，行动为保障 /26

办法总比困难多 /29

海纳百川，有容乃大 /32

挫折是最好的老师 /35

机遇与挑战并存 /38

第三章 正能量无限，点燃工作激情

激情工作，潜力无限 /43

激情工作，才能超越自我 /46

主动工作，才能收获 /48

没有最好，只有更好 /51

不择其小，方成大事 /54

以老板的心态去工作 /57

第四章 发扬正能量，坚持不言弃

树立坚持不懈的信念 /63

阳光总在风雨后 /66

坚强的毅力是不放弃的保证 /69

换个角度找方法 /71

敢于打破常规求创新 /74

成功时不忘乎所以 /77

第五章 制造正能量，做职场阳光人

融入环境是职场第一步 /83

热情待人是职场润滑剂 /86

以淡定心态面对得失 /89

忠于职守，打造品牌形象 /92

及时“救火”显胸怀 /95

坚守原则，灵活有为 /97

第六章 弘扬正能量，宽容真诚交往

尺有所短，寸有所长 /103

己所不欲，勿施于人 /106

学习他人长处 /108

同事相处需要真诚 /111

真诚与客户交往 /114

对手是我们的镜子 /117

第七章 渲染正能量，打造优势团队

容许异议，团队更和谐 /123

积极维护团队的荣誉 /125

把激情传递给你的团队 /128

团队目标高于一切 /131

把个人融入团队中 /133

不断进步，才能与团队共发展 /137

第八章 充满正能量，自信闯职场

自信是对自己实力的相信 /143

拥有自信，成功倍增 /145

善听建议，自信不盲信 /148

主动挑战，增长自信 /151

面对挫折，自信是加油站 /154

有所取舍，不追求完美显自信 /158

第九章 提升正能量，开心工作每一天

牢骚是毒品，抛弃牢骚 /163

坚守职场原则，相信真善美 /166

科学生活，健康体魄是乐观的基石 /169

培养高雅情趣，乐观对待工作生活 /172

乐人之乐，忧人之忧 /175

智性的快乐最持久 /178

第十章 拥抱正能量，感恩在行动

感恩社会的普惠，回报社会 /183

感恩企业的舞台，珍视机会 /186

怀感恩之心，增同事之情 /190

感恩竞争，激发斗志 /194

传递感恩，生活更美好 /199

第一章 追求正能量，为理想前行



职场中人，获得成功的因素有很多，但首先理想必不可少，有了理想，就有了前行的目标，就不会在奋进中迷失方向。那些为了美好理想而孜孜以求的坚毅奋进者，让人为之喝彩为之赞叹。如此对理想的追寻的精神，便是一个职场人必不可少的正能量！

空前最响武，量翻五斗底 第一章



下流，更有不為難題所苦悶，走避於美國的收入微薄，大中巨額
轉為工成勢弱，向政府要求中俄查可是不難，神目的否除了序賦，被裝
於國稅局及，中變二代報學之代人批，海盜等難題隨從以好對西歐。

（量五斗底之河不次人似四下一套變，新機內響高隆）

▲ 我们为什么而工作

当我们在职场中忙得焦头烂额的时候，总会不由自主地发出这样的疑问：“我们为什么而工作？”有些职场人可能会这样回答：“我是为了薪水而工作。”诚然，生存是人的第一需求，生存的前提就是物质条件的基本满足，吃饱穿暖是最起码的要求。作为一名社会人，人人都必须通过工作为社会做出一定的贡献，才能获得这些物质需求。为生存而工作虽不高尚，但是实际，更是一种必需。

但当我们的物质需求基本满足的时候，已经衣食无忧的时候，我们还会继续为工作孜孜以求，还会为了薪水而工作吗？

15年前，有一名高中毕业学生，由于家境贫寒，付不起高额的大学生学费无奈放弃学业，选择到城里打工。他几经辗转，最后在一家中介公司做业务员。为了生存，他努力工作。他吃苦耐劳，为人又很诚信，很快获得了老板的青睐和众多客户的认可。正当他准备大展拳脚的时候，老总因为想经营其他业务而决定转让公司。因为在行业内具有很好的人脉，而且对中介业务已经非常熟悉，这名业务员决定接手这家中介公司。经过两年的苦心经营，公司获到了很好的发展。特别在教育培训中介方面，已在行业内小有名气，也让很多的学员受惠，学到了实用的就业技能。在经营公司的过程中，他接触了很多受训者，也了解到社会上还有很多人非常渴望能有机会学习，以提高自

己的知识能力。他自己是因为贫困而丧失了受教育的机会，因此很希望在这方面做得更多一些，帮助他人。

几番思考后，他决定创办网校，想通过网络让更多的人获得受教育的机会。他将中介公司交给职业经理人打理，自己又开始了新的创业历程，着手开办一家专门从事培训的网络学校。建校之初，他发现自己事先考虑还是不够充分，特别是他既想办好，还想普惠大众，收费不能高，质量还要好，困难太多了。但他为了实现理想，多方运作，想尽办法，终于挺过了最初的难关。15年过去了，这位当初的高中毕业生已经成为了国内屈指可数的网校董事长了。

分析这位网校董事长的成长经历，不难看出，他的职业发展经过了三个阶段。第一阶段，只是为了获取薪水而工作，虽然他也能够兢兢业业，但他不会考虑工作之外的事；第二阶段，他接手公司，把工作当作自己的事业的时候，他经营得有声有色，此时他似乎不再是为了那份薪水而工作，他更多地是因为那份爱好和将业务做好的愿望；第三阶段，他把教育培训当作了一种理想，他要实现让更多人获得受教育的机会，他的工作已不再是为了物质追求，而是为了实现自己的理想。心中有了理想的正能量因子，让他有了更加奋勇前进的理由，最终使他的事业获得空前的成功。

也许大多数的职业人士永远只是一名普通的劳动者，不会有什么大的事业成功。但是，我们一样可以像那位网校董事长一样怀着理想的正能量去工作。每天的重复工作，不能只看到它的单调，还应考虑到每一天你所做的工作对公司的发展不可或缺，对客户有着重要意义，对社会有着价值，这就是职场正能量的积极意义所在。当我们满怀这份正能量时，单调的工作就有了更深的意义，并

让我们心中时刻充满了责任感和激情。

刘月是公司的出纳兼统计员，每天面对着公司的各项数据，每个月的销售成本、宣传支出、销售收入……这些数据密密麻麻，统计起来单调而且月复一月。刘月沉湎于这种单调的工作中乐此不疲，别人看到的只是数字，她却从中发现了公司经营的规律和问题。当公司出现业绩下滑及各城市的分公司费用高的矛盾时，老板苦于无法找到有效的解决办法，只等着最后一步：裁员、收缩业务了。刘月在给老板提供业务数据时，了解到老板的困惑，于是给老板提出了一份建议。她从大量的数据分析中找到了经营困难的问题所在：分公司按照行政区划设立，却没有与经营业绩挂钩，直接导致工作低效和大量的资金浪费，而且每个分公司均有管理的内勤岗，这些岗位职工工作量低，却大大抬高了销售成本。她据此提出了建议：撤并分公司，大力扩充销售人员队伍。在有理有据的方案面前，老板不禁对刘月刮目相看。接着，刘月被委以重任，负责分公司撤并事宜。刘月根据历史业绩制定并执行分公司撤并方案，使公司的业务迅速得到了提升，而且全公司没有裁掉一名员工。撤并结束后，刘月被提拔为公司人事部的绩效考核经理。

如果刘月仅仅为了薪水而工作，就只会每天按部就班，将各项数据统计完成，如果再认真些的话，充其量会做到一丝不苟、万无一失。但是刘月没有满足于这样做，她有自己的职业理想，她怀着积极正能量因子，在单调的数据中找到了工作的价值，发现了自己工作的意义——不是为了每天的八小时忠于职守，不是为了每月的薪水，而是为了在工作中实现自己的价值。她也提示我们一个

道理：没有普通的工作，只有普通的员工。刘月在普通的岗位上凭着这份积极的正能量取得了非凡的成绩，化解了公司管理方面的困境，自己也在职场获得成功。

人生理想是事业的航标灯

一个晴朗的冬日，鸡、鸭、狗在向阳的墙角晒太阳，它们谈到了幸福的话题。鸡说：“有吃不完的谷糠就是幸福。”鸭说：“拥有满是鱼虾的鱼塘就是最大的幸福。”狗说：“幸福就是总有享用不尽的肉骨头。”说完，都沉浸在对幸福的向往之中，几乎是同时，它们看到了空中翱翔的老鹰，便纷纷猜测老鹰在干什么。狗说：“它一定是发现了一座肉骨头堆成的山。”鸡说：“肯定是在白云上有一座粮仓。”鸭说：“不！那是银河里有了满满的鱼虾。”老鹰听到了它们的对话，笑了：“你们只是看到自己的食盆，怎么会懂得我的理想？”

是呀！理想是对未来的想象和希望，它一定不会只是眼下吃喝的满足。老鹰要的是翱翔蓝天，俯瞰大地，不仅仅是一天的吃食。人在职场，更应有自己的理想，它是对自己未来职场的美好设想，也是职场前进的动力。而在追求这份美好理想中，职场人就会调动一切积极的因素，就有充盈全身的正能量，就不会再有迷茫，就像航行在迷雾中的轮船，有了理想这盏航标灯，就有了前进的方向。

有一位朋友，35岁，现担任某大型国企的销售部经理。他业务能力相当不错，曾创下公司最优异的销售成绩，开创了多项特色销售模式，在行业内享有很好的口碑。公司里，上级很赏识他，下属职工拥戴他。按说，拥有这样的成绩已经相当不错，可是一次深谈之中，他道出了自己的职场遗憾。他说道：在20岁出头就步入职场，可是并不知道自己想要什么，没有自己的职业理想，只是一味地观望和寻找，因而曾在多家公司之间多次跳槽，而目的仅是为了薪酬和短期的心理感受，多次轻易地放弃一份拥有良好前景的职业岗位。当他终于确定了人生理想，才下决心在现在的公司努力大干一番。他经过这些年的努力，取得了不少成绩，自己的进步也是显而易见，而且也离自己的职业理想越来越近。应该说也算是相当不错的成功了，但是他还是为自己曾经浪费的光阴而懊悔。他还谈到自己的一位同学，因为大学时就有了自己的职业理想，要成为500强企业的CEO，所以他找到了一家500强的企业后扎下根，不被短期得失所左右，中间也有不少的波折和起伏，但现在已经成为了该公司炙手可热的副总了。

从这个职场故事中，我们不难发现，有了职业理想这个正能量因子，确实能够起到指引奋进方向的重要作用，这位经理之所以还有遗憾，就是因为没有及早树立职业理想，致使走了一些弯路。试想，如果一入职场就能明确树立远大的理想，投入到认准的公司中，以他的能力，现在一定会有更大的成绩。

胡正明，武汉大学建筑设计专业毕业，因为在校期间学习刻苦，专业知识扎实，没费多大劲就在一个中等城市的勘测建筑设计公司找到了工作。在这家公司，虽然他的学历最高，可他并不为此自满，而

是虚心向老员工学习，工作中不怕吃苦，没过半年就能胜任本职工作了。同时也得到了同事们的认可，公司领导的青睐。

由于他所在的城市比较落后，建筑类的工程要求并不太高，而收入却相当的可观。于是许多同事在完成工作之余，更多的时间花在喝酒、打麻将等娱乐活动上面。

但是胡正明并没有这么做，他在选择建筑设计专业的时候就给自己确立了一个理想：做中国顶尖的建筑设计师，为中国的城市设计出地标性的建筑。而要实现这样的理想，仅仅满足于完成目前的本职工作是远远不够的。于是，当同事们在喝酒唱歌的时候，他在学习最前沿的建筑设计知识；当同事们在打麻将时，他在琢磨着国际获奖的建筑设计案例……五年过去了，当大多数同事还是做着低端的普通建筑设计项目时，他已经成了公司的首席设计师，专门为本地较为高端的项目做设计。十年后，同事们才发现，建筑设计行业的竞争越来越激烈，普通设计工作的盈利空间越来越窄了，但同事们更多地还是停留在抱怨之中。当胡正明在省城一个大型公益建筑设计项目招标中，以独到的设计方案中标时，同事们才如梦方醒，原来建筑设计的发展空间并没有变窄，变窄的只是自己的职业之路。

胡正明凭借着这次中标的契机，在随后的三年内又拿下了国家级的设计大奖，后来又和几位志同道合的同行注册了自己的设计工作室，现在已经成为了行业内很有名气的建筑设计师了。

胡正明之所以能够在众多同事中脱颖而出，不是因为他特别聪明，而是因为他拥有了理想这一正能量因子，在职场路上不断地追求攀升，将心中的理想化作职场的行动，最终他在建筑设计行业里脱颖而出成为了佼佼者。我们每一位身处职场的人，都应该像胡正