

No Excuse!

今天找借口 明天找工作

—— 你现在的每一个借口都是为未来挖的坑! ——

陶永进◎著



人才就是只为问题找方法，不为**失败**找**借口**!

不**挑战**一下，你就永远不知道未来有无限种可能!

No Excuse!

今天找借口 明天找工作

你现在的每一个借口都是为未来挖的坑!

陶永进◎著



图书在版编目 (CIP) 数据

今天找借口, 明天找工作 / 陶永进著. — 南昌 :
百花洲文艺出版社, 2018.4
ISBN 978-7-5500-2773-2

I. ① 今… II. ① 陶… III. ① 工作方法 - 通俗读物
IV. ① B026-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2018) 第060026号

今天找借口, 明天找工作

陶永进 著

出版人	姚雪雪
责任编辑	袁 蓉
封面设计	末末美书
版式设计	书情文化
出版发行	百花洲文艺出版社
地 址	南昌市红谷滩新区世贸路898号博能中心A座20楼
邮 编	330038
经 销	全国新华书店
印 刷	天津中印联印务有限公司
开 本	720mm × 1000mm 1/16
印 张	14.5
字 数	202千字
版 次	2018年6月第1版 2018年6月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5500-2773-2
定 价	45.00元

赣版权登字: 05-2018-147

版权所有, 侵权必究

邮购联系 0791-86895108

网 址 <http://www.bhzw.com>

图书若有印装错误, 影响阅读, 可向承印厂联系调换。

借口是温水，我们是水里的青蛙

是什么妨碍了我们在工作中的效率和成就？

当向旁人问及这个问题时，我听到的回答几乎千篇一律：时间不够用，物力、财力等资源日益缩减，不被重视和重用，找不到机会，等等。但是对他们进行更深入的了解后，我往往会发现这些大都是借口罢了。太多的人习惯于找各种借口为自己的过失和失意开脱或搪塞，并以此获得些许的心理安慰。

每一个借口的背后，都隐藏着丰富的潜台词。面对失败和困难时，有些人喜欢把“不是”“没有”与“我”紧密联系在一起。其潜台词就是“这事与我无关”，不愿承担责任，甚至把本应自己承担的责任推卸给别人。面对机遇和挑战时，有些人习惯将“不行”“太难”等话语挂在嘴边，其潜台词就是“我不想那么辛苦”，如此不思进取，又自欺欺人地把平庸和失败的责任归结为命途多舛……

可见，任何借口都只能麻醉自己，让你停滞不前，对现存状况无动于衷。在这种状况下，你不再去思考克服困难、完成任务的方法。或者更准确地说，正是因为借口，使你慵懒无争；因为借口，使你墨守成规；因为借口，使你无所作



为……每一个借口就像一片温水，让人贪图安逸，不思进取，不知不觉就让我们做了温水中的那只青蛙，越陷越深，不能自拔。借口给你带来的片刻安逸，正在一点一点地吞噬你的生命。如果你不把这一习惯彻底铲除，你要取得任何成就都是十分困难的。

行走在职场中的朋友们，你想超越平庸，拥抱成功吗？那么，与其浪费精力去寻找一个像样的借口，还不如多花时间去寻找解决方法。

职场上没有任何借口，只为结果找方法，不为失败找借口，这是我工作多年的重要心得之一。不找任何借口，听起来十分冷漠，缺乏人情味，但这就是要让人明白：在职场无论遭遇什么样的情况，都必须对自己的行为负责！不找任何借口，专注工作目标，就没有私心杂念，就能把精力专注于工作；不找任何借口，全力以赴做事，能更好地挖掘自身潜力，不断提高自身能力；不找任何借口，勇敢地承担责任，才可能尽最大努力把事情做好，工作效率就会更高。

当今社会，什么样的人才才是真正的人才？所谓人才就是当遇到问题的时候，他们总是能够主动去找方法解决，而不是找借口回避责任，找理由为失败辩解。面对困难和挑战时，他们往往能够表现出坚忍不拔、锲而不舍的工作态度，让自己磨砺得越来越强大，最终能够独当一面，脱颖而出。现如今，找方法不找借口也是无数商界精英秉承的理念和价值观，被众多企业奉为圭臬。

本书基于“方法”与“问题”的关系，从如何克服“找借口”的心理障碍、如何拥有解决问题的有效方法、如何把难题变成机会等多个方面进行了阐述，是对一个人的思维习惯、行为方式和核心价值观进行的全面清扫，能帮助诸多读者更好地了解自己，进一步发掘自身能力和潜能，从而告别借口的“温水”，拥有“找方法”的意识和习惯，更好地做好工作，为将来的成功做好铺垫。

任何时刻，当你感到找借口的恶习正悄悄地向你靠近，或当此恶习已迅速缠上你，使你动弹不得之际，你一定要对自己说一遍下面的话：“我是一个不需要借口的人，我对自己的行为和目标负责，我要尽最大的努力……”请相信，只要没有任何借口地做下去，你总有一天会实现梦寐以求的一切。

第一章

与其客观找借口，不如主观找动力

借口越多，动力越少，这是不变的真理。借口总是在强调外部的不利因素，忽视个人的主观能动性。而借口的腐蚀性又是如此之强，找借口的人到最后往往被自己的借口蒙蔽，成为被借口左右的奴隶。从今天，忘掉借口，不去计较外界的干扰。关注内心，给自己一个不断进取的源动力。

别让借口消磨你的耐力 -002

怨天怨地不如提高自己 -005

所谓的不可能，只是不努力罢了 -008

别把想法一直停留在嘴上 -011

做更好的执行者，成为职场稀缺资源 -014

今天找借口偷懒，明天终究会打脸 -018

裹足不前就是最大危机 -022

情绪失控不是失职的理由 -026



第二章

无人赏识？因为还未展现核心竞争力

当你总是被质疑，被否定时，别动不动就说自己无人赏识、怀才不遇等，这其实是最拙劣的借口。人才是需要价值来体现的。在你尚未展现出核心竞争力的时候，你的不遇一定是因为不才。切记，没有人会赏识一块烂木头，你要努力让自己开出花来，才有资格要机遇、要好运。

如果你是老板，是否会雇佣现在的你？ -032

通过复盘增强取舍意识 -035

不想做职场弃子，你要做到不可替代 -037

别把问题留给老板，他要的是结果 -040

学会抓重点才是真正的人才 -043

永远先做重要的事情 -045

挑战就是机会，突破就是成长 -049

打算要长远，定位要长期，成功要长久 -051

第三章

“尽力”不是借口，深度工作莫白费力

人如果长期停留在不断重复、熟悉的简单事务中，繁忙的假象只会给自己带来慰藉，连虽败犹荣的资格都没有。为摆脱这种浮浅、瞎忙的状态，就要不断训练自己深度工作的能力。深度工作就是会思考，擅筹划，保持头脑的高速运转，提升技能，创造新价值，从而达到有价值的产出和最终的成功。

付出≠回报，因为你没有“结果思维” -058

假装努力是幼稚，不愿深耕是失职 -061

不用你“尽力”，只需你“全力” -064

困难面前比别人多“拼”一下 -067

你距离完美工作只差一个理由 -071

慢慢来，其实比较快 -075

专注，才是当下最好的状态 -078

先“大事化小”，再“小题大做” -082

第四章

意外太多是借口，计划不力是祸首

相当一部分职场人士，总习惯把领导的吩咐、上级的文件、同行的打扰、突发的事件等，当作自己完不成工作的借口。殊不知，阻碍我们的从来不是各种意外，而是计划外工作引起的恶性循环。因此必须制订切实可行的计划，按照自己的计划去努力工作。每天让计划逐步得到落实，你就会逐步成为工作的主宰，天长日久就会不断地成长壮大！

也许你所需要的只是一个计划 -088

为什么你的计划总会失败？ -091

做最坏的打算，促成最好的结果 -094

第一次把事情做好，预防远胜过救火 -097

列出时间表，量化每一步 -100

累死你的不是工作，是工作方法 -103

家庭与事业，一个都不能少 -107

今日居安思危，明日临危不乱 -110



第五章

别说没人帮，你不是一个人在战斗

在职场上打拼，我们每个人都不是单枪匹马的侠客，更不是一个人在战斗。与其找没背景、没资金、没人脉等借口，不如学会团结一切可以团结的力量，充分调动一切积极因素，实现资源的最佳配置。俗话说，一个好汉三个帮，一个篱笆三个桩。借助团队和人脉的力量，实现1+1>2的完美组合，就能取得更大的成功。

不懂团队配合你就输了 -116

不及时授权，你就自己累 -118

个人能力好也需要智慧众筹 -123

取长补短，效率翻番 -127

没有磨合哪来默契？ -130

越服从，越优秀 -133

获得别人助力仅需你学会点赞 -136

把人脉理成一张关系网 -139

第六章

总结成功再次成功，总结失败避免失败

没有反省就不会有进步，今天的工作绝不是昨天的重复。一次的错误、失意、失败等，也并不是你放弃努力的理由。有人之所以能够不断地进步，一次次成功，在于他能够不断地自我反省，找到自己的缺点或不足，然后不断改正，尝试最好的工作方式，寻找最佳的工作状态，少走弯路，少犯错误，进而最大程度地提高工作效益。

错不怕，就怕不知错	-146
分析偶然性，让成功成为必然	-149
不妨将失败“体系化”	-152
复制成功，就能更成功	-155
自我认识、自我整理、自我提高	-158
自我修复：成为职场达人的奥秘	-162

第七章

明确沟通目的，提高交流效率

沟通是工作中的重要一环，工作效率和质量的高低很大一部分都有赖于沟通的质量。沟通最重要的是效率，简单、明确、高效、无误地交流信息，达成信息同步，推进项目进展。不要说自己“天生木讷”“难以调教”，明确你的沟通目的，通过不断的选择、分析、调整策略，控制沟通的节奏及思路，那么你的工作将变得井然有序。

工作不沟通，功劳一场空	-166
准确表达，避免歧义	-170
沟通的本质就是解决问题	-173
杜绝铺平垫稳，直击重点	-177
把握沟通时机事半功倍	-180
汇报做好是献宝，汇报不好是现眼	-184
话不投机半句多？那是你不会沟通	-188



有很多人做事不顺时便会找借口，不外乎天时地利人和等客观条件，却总不从主观方面去找原因。这是最要不得的。因为真正决定一个人成就的不是天分，也不是运气，而是严格的自律和高强度的付出。与其强调环境不利，不如深挖自身潜力，这比什么都管用！人的潜能无限。当你说太晚的时候，你一定要谨慎，它可能正是你退却的借口。

环境越不利，越要激发潜力 -194

职场缺氧？你需要争这一口气 -197

已知的是平庸，未知的是卓越 -200

总抱怨没有伯乐，你就是千里马吗？ -204

成功的人都在做自己喜欢的事 -208

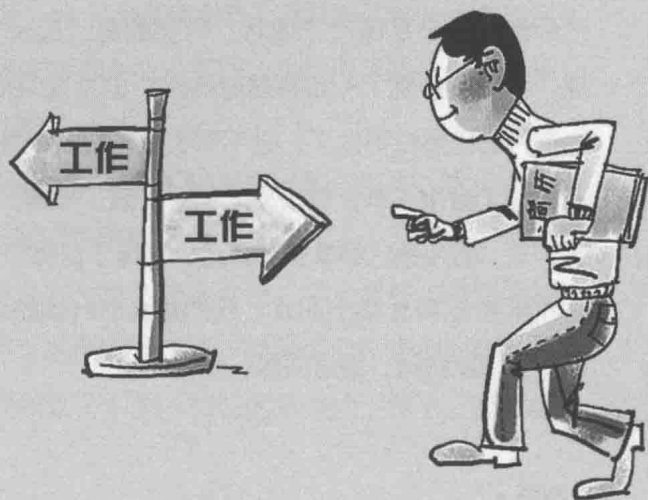
不图名，不为利，只为把事做好 -211

不喜欢的工作，其实也可以做好 -215

第一章

与其客观找借口，不如主观找动力

借口越多，动力越少，这是不变的真理。借口总是在强调外部的不利因素，忽视个人的主观能动性。而借口的腐蚀性又是如此之强，找借口的人到最后往往被自己的借口蒙蔽，成为被借口左右的奴隶。从今天，忘掉借口，不去计较外界的干扰。关注内心，给自己一个不断进取的源动力。





别让借口消磨你的耐力

随着社会的快速发展，每天朝九晚五的职场早已变为一个竞技场，不论是领导层还是普通岗位，都存在着相互竞争的现象。久而久之，会令一些心理素质较弱的职场人变得心态不稳、心情浮躁，职业盲目、徘徊，甚至跳槽都成了普遍现象。如此一来，就陷入了一个恶性循环，越是浮躁，越是“耐不住”，而越是“耐不住”，就越难成事，因而也就越浮躁。

没有人会说自己耐不住，甚至也没有人主观上认为自己是缺乏恒心和毅力的人，所以人们会为自己的“耐不住”找各式各样的理由和借口去辩白。借口找得太多，有时候连自己都会信，所以人们往往忽视了自己“忍耐力”不足的现实，将自己的失败和浮躁归结于其他冠冕堂皇的原因，因而失去了改正的机会。

其实，“耐不住”这件事情没什么好回避的，因为任何一个人在追求事业成功的路上总有那么一些瞬间面临挫折、心生退意。不同的是，虽然每个人都有“耐不住”的时候，但没耐力的人选择逃避、选择简单，然后用种种借口掩饰自己的浮躁，于是错过了成功。可笑的是，没耐力的人还是得工作，而且他会发现，年轻时候挑了一条容易走的路，但是到最后却发现这条路越走越难。可是，这个时候已经没得选了，走不下去也得走。于是他的每一天都比前一天难“熬”。而有些人耐住了事业瓶颈期的苦，突破了瓶颈，路越走越宽，到最后不用再“忍耐”了，因为他已经掌握了命运，获得了自由。

我有 A 和 B 两个朋友。我们是读书时候的挚友，毕业之后一起到北京发展，在异乡相互扶持，情谊很深。

朋友 A 属于那种天资很一般的人，甚至有些平庸。朋友 B 脑子灵活，而且人长得非常精神，也善于沟通。他们两个来北京之后，老家的同学们私底下纷纷议论：B 肯定能做成大事，A 去北京就是一步错棋。A 能力不突出，在北京那种竞争激烈的地方，别说出头了，估计连生存下来都成问题。

最初一两年，事情的发展也确实如老家同学所预测的那样。当 B 在一家上市公司一个月挣七八千的时候，A 还在一家小公司做技术，一个月三千元都不到。

然后，B 跳槽了，工资涨到一万左右了。A 没动，还是在原单位，由于勤勤恳恳，小幅度涨了一些工资。

过了一段时间，A 来找 B，在楼下的成都小吃请 B 吃饭。B 说：“越干越没意思，不想干了。”A 很吃惊，问：“怎么了？你不是干得挺好吗？”

B 说：“好什么？每天忙得要死，为了节省点时间，上午不吃饭，中午天天不是必胜客就是麦当劳，快餐吃得快吐了。”

A 吃着成都小吃的小面说：“那你早起一会儿吃个早点，中午带饭吃。”

B 摇摇头说：“这不是关键问题，关键是这种日子没个头儿。我们那个经理，就是上次你见过的那个。他在兰州那边接了个项目，我想辞职跟他干，好歹也算个小技术股东。”

A 说：“你现在单位挺好的，月薪不算少，还是上市公司，其实很有前途。而且你的那个经理，我觉得靠不住。”

B 说：“你不懂。树挪死人挪活，我上次跳槽不是工资就涨了吗？这次肯定不会差。你啊，就是太死心眼儿。你现在这个公司不行，你都待了这么久，也没个起色。我劝你也跳个槽，收入绝对能涨。”

成年人要想说服对方，确实不那么容易。A 和 B 那天聊了很久，谁也没说服谁。不久 B 就辞职去了兰州，A 则留守原单位。

又过了三年，中间两个人身上各自发生了什么事情，不太清楚。但是结果却是明显的，A 所在的那家创业公司，逐渐走上正轨。他虽然工作能力一般，但是五六年的时间磨炼下来，工作经验积累了不少，在公司里也成了骨干。而且由于



他属于公司“元老”，所以在单位的地位很高，年收入超过了40万。

B呢？他原有那么好的能力和条件，可惜折腾得有点凶，再加上运气不好，跟错了人。他们那个经理确实不靠谱，A在兰州待了两年，钱却没怎么挣到。无奈他又回到北京，结果有些跟不上行业的发展，工资不升反降。但是直到此时，他还没有意识到浮躁和缺乏毅力是自己失败的本因，还是在不断强调外部环境的恶劣和命运的不公。人找借口是会形成惯性的，因此也错过了真正认识自己的机会，这才是最可怕的。

这个故事并不那么曲折。可相信但凡有些社会经验的人，都曾经见过类似的故事或者亲历过这样的故事。有时候，我们太过于强调能力和阅历，但却忽视了耐力和毅力。事实上，职场和球场有时候很像。你去打球，前半个小时你有技术你牛。半个小时以后，你会发现，耐力好、毅力强的人开始统治球场。而那些技术好但缺乏耐力的人，你会发现他们连站都站不稳了，何谈发挥？

所以我们说，职场生涯需要超凡的耐力。这个耐力不是与生俱来的，而是在不断地打磨中练就、在不断的挫折中奋起。有时候，眼前的困难会把我们逼到绝境，但是这个时候我们千万不要忘记，想要走出绝境，除了需要能力，更需要耐力。即便是我们最终失败，也要清楚地认识到，各种不利条件虽然在发挥作用，但是自身耐力不足也可能是主因所在。如果意识不到自身的问题，而去寻找这样或那样的借口，就失去了反思和提升的机会，在借口中反复自我麻痹，耐力也因此而渐渐地消磨殆尽。那个时候，才是彻底失败的开始。

小结：

有些读者在看了案例后，可能会得出这样的结论：“哦，原来耐力就是在一个单位坚持下去不跳槽，跳槽不会有好结果。”这是一种误解，我们所说的耐力，是坚持自己的方向，不动摇，是在逆境中踏实向前，不浮躁。

怨天怨地不如提高自己

“工作这么多年，仍然干杂七杂八的小事，我真倒霉！”

“为什么我总是碰见心狠手辣的老板？”

“没完没了的加班、福利低、管理不善、氛围糟糕……”

“遇到的客户太苛刻、太挑剔，为什么受伤害的总是我？”

.....

对于职场中的抱怨，我们一点也不陌生。职场中有不少人，但凡遇到一点儿不顺心就抱怨连连。但这样的抱怨有道理吗？值得吗？能改变自己的现状吗？要说，为什么倒霉的总是你？其原因正在于你总是抱怨。也就是说：并不是失败使人抱怨，而是爱抱怨的行为方式使人在职场中总是失败。

没错！抱怨是工作不能有效落实的主要心理障碍。当一个人在抱怨的时候，或者处在抱怨的情绪当中时，就会不停地暗示自己的不成功都是他人的错，暗示世界对自己不公平，让自己有理由不努力，如此无异于让自己陷入失败的怪圈：抱怨——消极心态——工作陷入被动——得不到公司认可——越发抱怨——更加不满的心态——工作效率降低——受到公司处罚、警告或者辞退。

抱怨的实质是为自己目前不良的状况寻找借口，归根结底是一种懒惰、不负责任的表现。对此，我的建议是怨天怨地不如提高自己。静下心来仔细想想，我们为什么抱怨自己的薪水这么微薄，真的是付出多而得到少吗？其实很多时候，并不是老板故意不重视你，而是你的能力和经验还没有提高到相应的水平。也就是说，我们工作的一切不如意，主要原因在于我们自身的不合格。



大学刚毕业时，我曾在一家报社实习，这期间有幸采访了一位著名的企业家高先生。

我很珍惜这次采访机会，事先做了认真的准备，因此，我与高先生谈得很愉快。采访结束后，高先生亲切地问我：“小伙子，你一个月的薪水是多少？”

“很低，一个月才两千左右。”我不好意思地回答，说完还不禁叹了一口气。

高先生微笑着对我说：“很好！虽然你现在的薪水只有两千左右，但是你知道吗，你的所得远远不止这两千，所以千万不要有任何的抱怨。”

听到这一番话，我不由得一脸疑惑。高先生接着说：“你要知道，通过这份工作你可以争取到采访名人的机会，你可以从每个人身上学到他们的成功之道。如果你能够多多积累这方面的经验，这就像你在银行存钱一样，钱存进了银行是会生利息的，而你的才能也会在这个过程中生利息，将来能连本带利地还给你。”

高先生的一席话让我茅塞顿开，明白了注重才能的积累比注重目前薪水的多少更重要。

钢铁大王卡耐基说过：“总有人抱怨公司支付他的薪水不够高，但是他从来没有想过，支付他工资的并不是公司，而是他自己的业务能力与工作表现。”

我们为何总是抱怨？客观原因也好，主观原因也罢，根本原因在于自己，在于自身人性的弱点——懒惰、懦弱、胆小、自卑、死要面子等。

住口吧！与其成天叨叨你的生活有多糟糕，不如做些有意义的事情来改变它。

对于一名员工来说，任何指责和抱怨都是自身无能的借口。我们不应该将精力放在自己工资低上，而应该将注意力集中在“为什么自己工资低”上。我们不应该将精力放在领导苛刻或客户挑剔上，而应该关注自己哪里做得不好，从自己身上找原因，找到自己的缺点，给自己一个准确的定位。

当我们不再对现状一味地抱怨，而是努力地改变自己时，相信一切都会有所改观。