



Chengguo/bianzhu 成果◎编著  
员工必备的职业素养

# 做一个 懂感恩负责任重效率 的好员工

懂感恩的员工珍惜所拥有的一切，懂得以自己的努力回报企业。

负责任的员工从不等待、推诿，总是力争把工作做到最好。

重效率的员工能够找到最佳的工作方法，让自己的付出为企业争取最大的收获。



Chengguo/bianzhu 成果◎编著  
员工必备的职业素养

# 做一个 懂感恩负责任重效率 的好员工

## 内 容 提 要

本书通过一个又一个精彩的案例,引领读者向一个优秀乃至卓越的员工转变。本书深入阐述了如何改善自己的心理状态,修炼自己的职业精神,提升自己的工作理念,成长为一个懂感恩、负责任、重效率的好员工,是各类企业员工与职场人士自我修炼提高的最佳培训教材。

### 图书在版编目 (CIP) 数据

做一个懂感恩负责任重效率的好员工 / 成果编著. —北京:

中国纺织出版社, 2011. 3

ISBN 978-7-5064-6883-1

I. ①做… II. ①成… III. ① ② IV. ① ②

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 188344 号

---

策划编辑: 李秀英 丁守富 责任编辑: 高振亚

责任印制: 陈 涛

---

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京东直门南大街 6 号 邮政编码: 100027

邮购电话: 010—64168110 传真: 010—64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: [faxing@c-textilep.com](mailto:faxing@c-textilep.com)

三河市航远印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2011 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 710 × 1000 1/16 印张: 15

字数: 225 千字 定价: 25.80 元

---

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换

# 前 言

懂感恩、负责任、重效率是好员工必备的三个条件，也是融会于美好心灵中的三个重要因素。懂感恩，才会懂报答，才会以企业为家，并在工作中注重相互支持与合作；负责任，才会尽心尽责，雷厉风行，将工作落到实处；重效率，才能务实敬业，勤奋努力，不断出成果。可以说，拥有这三个要素，才能成为最受企业欢迎的员工，才能成为自身发展最有前景的员工。

试想，同在一个公司里工作，同样的学历与相仿的年龄，为什么有的人总是业绩更好、工资更高、待遇更好，更能获得老板的信任？相对来说，这源于员工是否更优秀。为此，身在职场的每一位员工，都应向高的境界攀登，向好的目标努力，切实地把握做一名懂感恩、负责任、重效率的好员工的实质。

具体来说，好员工的感恩之心包括对人的感恩、对事的感恩、对物的感恩。在对人的感恩中，体现在工作成果中的是一分他人的支持与合作；对事的感恩中，要懂得感谢公司提供一个让自己学习与成长的机会，因此要努力工作，尽力追求完美；对物的感恩中，要懂得爱物惜物，不奢侈浪费。

负责任就是要加强自身的学习，提高自我的修养，严格按照工作单位的规章制度办事，要以饱满的激情和热诚之心付诸于执行之中，以强化责任感。

重效率就是要拒绝拖延的习惯，不折不扣地完成组织下达的任务。这既是工作认真务实的表现，也是提高执行力的保证。

总之，懂感恩、负责任、重效率是员工成熟的标志，更是我们通往成功



## 做一个懂感恩负责任重效率的好员工

的基石。想要把事业做得更加出色，就需要心怀感恩、拥有高度的责任感和高效率地去工作。倘若能将这三者融合好，必将能锻造出在职场中大放异彩的制胜法宝，并拥有卓越不凡的竞争力。

本书系统、全面地论述了感恩、责任和效率的重要性，是一本帮助员工开阔心胸、增加智慧、提升自我的最佳读本。相信通过对本书的学习，我们都可能成为一名一流的员工，为企业作出更大的贡献，同时我们的人生之路也会越走越精彩！

# 目 录

## 上 篇

### 懂感恩——好员工必备的职业基准

感恩是一种美德，也是一种智慧；感恩，是员工在工作中不可或缺的阳光雨露，一刻也不能少。愉快的工作需要我们用一颗感恩的心来创造！感恩并不仅仅有利于企业和老板，对于员工自身而言，感恩是一种深刻的感受，能够增强个人的魅力，能开启神奇力量之门，发掘出无穷的潜力。感恩像其他受人欢迎的特质一样，是员工必备的一种习惯和态度。只有那些懂得爱和感恩的员工，才能获得最大的成功。学会感恩才能拥有美好的未来，一名懂得感恩的员工，才能成就他生命的高度。

#### 第一章 心怀感恩：雕塑我们完美的职业形象

成功要先有一颗感恩心 .....	2
感恩获得幸运的人生 .....	4
受人滴水恩，当以涌泉报 .....	6
抱怨只会把感恩越抛越远 .....	7
心存感恩，珍惜拥有 .....	9



### 第二章 懂得感恩：学会懂得更好的生存之道

感恩是自动自发工作的动力 .....	13
实践感恩，做老板没有交代的事 .....	15
工作热情的火种需感恩来点燃 .....	18
让感恩为执行力加码 .....	20

### 第三章 感恩企业：给了我们施展才华的平台

与公司一起成长 .....	23
公司的问题是你的机会 .....	25
顾全大局，将企业利益摆在第一位 .....	27
忠诚是感恩的结果 .....	29
企业垂青于懂得感恩的人 .....	31

### 第四章 感恩领导：为我们担负了更多的责任

你是船员，也是船长 .....	33
感谢领导的重用之恩 .....	35
抛弃打工心态 .....	37
领导在与不在都一样 .....	39
真诚地对领导说出感谢 .....	40



## 第五章 感恩同事：对我们无私的支持和帮助

用感恩列出“雁阵” .....	43
尊重团队中的合作伙伴 .....	45
擅长沟通技巧，注重团队合作 .....	47
1+1 能产生大于 2 的效果 .....	49
微笑是感恩善意的使者 .....	52
感他人之恩，责自身之过 .....	54

## 中 篇

### 负责任——好员工必备的增值砝码

“责任”不是一个简单的词汇，责任是一种使命、一种信仰，每个员工每时每刻都要履行责任。工作就意味着责任，岗位就意味着任务。当今社会上，没有不需要承担责任的工作，也没有不需要完成任务的岗位。好员工把责任刻在心上，从来不怕担负责任，绝不会推卸和逃避责任，负责任是他们生活的态度，尽职尽责是他们任何时候都不放弃的追求。负责任的好员工是企业的基石，是老板的青睐的对象，是所有企业都想得到的员工。

## 第六章 心存责任：有效体现自身价值的保障

你必须为自己所扮演的角色负责 .....	58
应付工作就是糊弄自己 .....	60
多考虑自己能给公司带来什么 .....	62





## 做一个懂感恩负责任重效率的好员工

责任感驾驭内心的“战斗” .....	65
我们是在为自己工作 .....	68
认真负责让你受益更多 .....	70
多一份责任，多一笔财富 .....	72

## 第七章 责任绩效：缔造出工作荣誉的驱动力

责任胜于能力，责任提升能力 .....	75
责任是卓越的原动力 .....	78
责任保证绩效 .....	80
责任即荣誉 .....	83
责任是缔造双赢的关键 .....	85

## 第八章 抛弃借口：挑起属于自己的责任重担

职场容不得半点不負責任 .....	89
不找任何借口地去执行 .....	91
让借口无所遁形 .....	93
不把问题丢给他人 .....	95
做解决问题和克服困难的员工 .....	98
别把借口挂在嘴边 .....	100
没有做不好的工作，只有不負責任的员工 .....	102
别为拖延找借口 .....	105



## 第九章 尽职尽责：善于提高质量、追求卓越

责任是实现自我价值的必由之路 .....	109
尽责的习惯是优秀的标志 .....	111
不要甘当“差不多”先生 .....	113
责任心决定结果 .....	116
把工作高度职业化 .....	118
对自己工作的结果负责 .....	121
一丝不苟，尽可能做到完美 .....	123
敢于质疑、善于改进 .....	126

## 第十章 细微入手：一个人责任心的最佳体现

于细微之处体现你的责任心 .....	129
失败源于疏忽，事故始于“失责” .....	131
不让责任心在小事上“缺位” .....	134
投入责任心，确保完美结果 .....	135
以责任心对待每一件小事 .....	137
把小事做精，把细节做亮 .....	139



## 下 篇

### 重效率——好员工必备的工作理念

提高效率对每位员工而言，都是时常要面对的挑战，在一切讲求效率的时代，故步自封地死守传统工作方式已经落伍，掌握提高工作效率的相关理论、技巧和方法是高效员工必备的工作理念和技能。在效率竞争中，如何提升工作效率是每位员工都要面对的重要课题。好的员工应该通过提高工作效率在竞争中占据上风，应该通过提高工作效率让自己的事业立于不败之地。

#### 第十一章 效率意识：让高效成为一种习惯

忙而有序方出工作成效 .....	144
效率隐藏在分秒中 .....	146
“准时”把效率发挥到极致 .....	148
切忌时断时续 .....	151
把时间留给特别有意义的问题 .....	153
效率低下要不得 .....	155
不要把今天的事情留到明天去做 .....	158



## 第十二章 明确目标：促进工作高效率运转

循序渐进地逼近目标 .....	161
目标是让人出类拔萃的前提 .....	163
确定目标永不放弃 .....	166
不凡的人生取决于目标 .....	168
确立有效目标有利于成长 .....	170
目标应符合内心所想 .....	173
向着目标出发 .....	176

## 第十三章 有序规划：促使工作向高效推进

工作计划提前准备 .....	179
规划你的生涯 .....	182
为自己做最佳策划 .....	183
规划工作，为你的工作排序 .....	186
设定好每天的“备忘录” .....	188
秩序是高效工作的要律 .....	191
保持办公桌整洁有序 .....	193

## 第十四章 方法为王：深入思考、灵活变通

让你的工作充满创新 .....	197
只要去想，创意就能出现 .....	199
自我突破，主动寻求改变 .....	202
善于思考是提升工作品质的关键 .....	204



## 做一个懂感恩负责任重效率的好员工

面对危机能迅速作出反应 .....	206
方法使你更高效 .....	209
困难必能被解决 .....	212

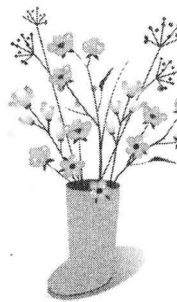
## 第十五章 专心专注：提高效率的有效途径

专注是高效的第一要素 .....	215
勤于钻研，成为某领域的专家 .....	217
工作需要专注精神 .....	220
用专注发掘自身的能量 .....	222
集中于一点，提高工作效率 .....	224
<b>参考文献</b> .....	227

# 上 篇

## 懂感恩——好员工必备的职业基准

感恩是一种美德，也是一种智慧；感恩，是员工在工作中不可或缺的阳光雨露，一刻也不能少。愉快的工作需要我们用一颗感恩的心来创造！感恩并不仅仅有利于企业和老板，对于员工自身而言，感恩是一种深刻的感受，能够增强个人的魅力，能开启神奇力量之门，发掘出无穷的潜力。感恩像其他受人欢迎的特质一样，是员工必备的一种习惯和态度。只有那些懂得爱和感恩的员工，才能获得最大的成功。学会感恩才能拥有美好的未来，一名懂得感恩的员工，才能成就他生命的高度。





# 第一章

## 心怀感恩：雕塑我们完美的职业形象

### 成功要先有一颗感恩心

感恩是成功的第一步，感恩之心是一粒美好的种子，假如我们不仅懂得收藏，还懂得适时播种，就能给他人带来爱和希望。

在工作中，我们或多或少都得到过别人的帮助、接受过他人的恩惠。可我们是否用心记住了这些，并因此多了一些感恩之情呢？

一颗感恩的心来自对工作的热爱和感激，来自对拥有的知足和珍惜。拥有感恩之心的人，能更好地体验生活的美好，收获更多的快乐。

要想成功，就要先存有一颗感激之心，对别人为你所做的一切满怀敬意和感激之情。假如你接受了别人的恩惠，不管是礼物、忠告还是任何形式的帮忙，你若够聪明的话，就应该抽出时间向对方表达谢意。

任何人的成功都离不开自己的努力。实际上，大多成功者都受到过别人的帮助。一旦选择了明确的目标，并付诸行动，你就会在不经意间发现许多人给予你意料之外的帮助。因此，你必须感谢这些帮助、扶持、鼓励过你的人，同时也要感谢苍天对你的眷顾。

心怀“感恩”是一种深刻的情感。它能够增强个人的魅力，为人开启通往幸福的大门，发掘出无穷的智慧源泉。感恩是一种生活的态度，要想生活幸福，你必须真诚地感激别人，感激一切美好的事物。



曾有一名过路人，在路过一个加油站时去问路，并打听前边村子的人怎么样。加油站的工作人员反问他从前住的村子里的人是什么样子。过路人回答：“哦，简直是糟透了！”于是，这位加油站工作人员回答说：“那么，我们这个村的人对你来说和你从前住的村子里的人是一样的。”

随后，第二个人驾车来到这里，并问了工作人员相同的问题，当驾车人回答说 he 原来住的村里的人都是很友好时，这位工作人员说：“你会发现我们这个村上的人也是完全一样的。”

“士为知己者死”，人是三分理智、七分感性的动物。员工总是为充分认可自己价值的上司竭尽全力。有这样一句话：给予就会被给予，剥夺就会被剥夺；信任就会被信任，怀疑就会被怀疑；付出爱就会被爱，付出恨就会被恨，而感恩就会被“施恩”。

如果你对我友善，我对你也友善；如果你不友好，我也不可能友好地对待你——这就是心理学上的互惠关系定律。如果想在事业上有所成就，就先得学会感恩。与人为善，心怀感恩，这样的人最终会取得胜利。

“感恩”是一种生活态度，一种善于发现、欣赏的道德情操。如果你善于发现平凡事物的美好，感受其中的美丽，就会以坦荡的心境、开阔的胸怀应对生活中的酸甜苦辣，让原本平淡的生活焕发出迷人的光彩。

任何时候我们都要心怀感恩，心怀感恩是热爱生活的表现，也是获得真爱

的关键。

哲人说，生活需要一颗感恩的心来创造，一颗感恩的心需要生活来滋养。感恩是蕴藏在人内心深处的一种情感，感恩的意思并不只是感谢恩人这么简单，其中更包含着对赐予自己一切的生活的感激。

时常怀有感恩的心，会让你变得更谦和可敬、和蔼可亲。

生活中，虔诚之辞应该经常挂在嘴边，千万不要吝啬。以特别的方式对人表达出你的感谢之意，这比物质的礼物更可贵、更持久。

花一点时间和精力，把你的创意发挥在感谢别人身上。例如，写一张字条给你的领导，告诉他你的工作进展，感谢工作中获得的点点滴滴。使用了这样一种独具一格的感谢方式，领导肯定会注意到你。感恩是相互的，也是会被感染的。领导也会以类似的方式感谢你所提供的服务与工作表达他的谢意。





## 做一个懂感恩负责任重效率的好员工

其实，生活处处存在感恩，千万不要忽略周围的人，他们或多或少都理解过你、扶持过你，勇敢地说出你的感谢吧，他们也会很感激你对他们的信任。经常如此，就可以增强亲情、友情与家庭的凝聚力。

现实生活中，每个人都在与他人交往，相互帮助是必需的。如果你只知道一味地索取而忽略了付出，那么总有一天会遭到周围人的抛弃。

无论遇到什么样的情况，永远都要感恩。感恩不花一分钱，却是一项收益颇丰的投资，会充实你的人生，成就你的未来。

## 感恩获得幸运的人生

感恩并不是一种谋略，而是发自内心的一种感动和情怀。当我们表达感激之情的時候，并不会渴求别人继续帮助我们，而是希望把这种感激之情延续和传递下去。

如果你是一滴水，那你应当感恩大海；如果你是一棵小草，那你应当感恩大地。因为没有大海，一滴水会很快干涸；没有大地，一棵小草就无从生长。只有作为社会中的人存在，生活才有价值，不懂得感恩，生活将会重重地抛弃你。

一个人从呱呱坠地到蹒跚学步，长大成人，步入社会，不知要摔倒多少次。但值得庆幸的是，每一次摔倒可能都被人扶一把，因此能一路走来，尽情享受今天的生活。

羔羊跪乳，乌鸦反哺，动物尚且懂得感恩，何况作为万物之灵的人类呢？常怀感恩之心，才能真正地了解自我，才能正确地把握人生。

对于一个人来说，感恩是获得幸运人生的前提。它是一种深刻的人生感受，没有感恩，爱心之树就会失去成长的沃土，爱心之舟也必将搁浅。

一天下午下班后，一辆公交车由南向北行驶在高速公路上。当快要行驶到某立交桥时，汽车已经驶入匝道，却突然减速，并缓缓地停在了路边，很多乘