



做最好的自己

李洁◎编著



突破困局的导航明灯，缔造成功的内在密码

 新浪文化·读书
book.sina.com.cn

被重视、受欢迎的职场达人自我经营课
人生最重要的，不是所站的位置，而是所朝的方向

精彩的生命，源于自我价值的实现；成功的可贵，在于对自我的超越

华夏出版社

做最好的自己

李洁◎编著

华夏出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

做最好的自己 / 李洁编著. —北京:

华夏出版社, 2011.5

(MBook随身读)

ISBN 978-7-5080-6288-4

I. ①做… II. ①李… III. ①成功心理学—通俗读物

IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第022080号



出品策划:

网 址: <http://www.xinhuabookstore.com>

做最好的自己

编 著 李 洁

责任编辑 李红珍

封面设计 思想工社

排版制作 思想工社

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)

总 经 销 新华文轩出版传媒股份有限公司

印 刷 北京尚唐印刷包装有限公司

开 本 720mm × 1020mm 1/32

印 张 10

字 数 140千字

版 次 2011年5月第1版 2011年5月第1次印刷

定 价 18.00元

书 号 ISBN 978-7-5080-6288-4

本版图书凡印刷、装订错误, 可及时向我社发行部调换

你，做到最好了吗？

你做到最好了吗？

有些人像祥林嫂一样，总是抱怨个不停；

有些人扛根“稻草”也能压倒自己，承受不住压力；

有些人盛名之下，喜欢沾沾自喜，其实难副；

有些人太过自信，以自我为中心，却不知道这是绊脚石；

有些人不是盲从别人，就是眼红别人，自己却找不着北；

心态不好，犹豫不决，不愿付出努力，守株待兔，好机遇擦肩而过；

.....

不管你是怎样的一个人，首先你都要认清自我，

明白自己在组织中的位置。更多的时候，你要深刻地反省一下自己的内心，为什么别人在职场上能如鱼得水，潇洒自如，而你却不行为。

无论你是员工，还是经理，甚至是老板，你都要积极地去面对周边的人和事，工作只是一方面，重要的是做人，让别人认可，让别人喜欢。你需要挖掘自己的潜力，知道自己到底能带来多大的效益。首先应该抱着解决问题的态度，问一下自己是一个受欢迎的人吗？是你的期望过高，还是你的能力和实力不够？如果个别人对你有意见，不认可你，那大可不管；如果很多人不喜欢你，不认可你，你就要审视自己了……

有技术和本领、踏实能干的人，就是不可或缺的人，就是被重视的人；融入团队，主动和他人搞好关系，乐于帮助他人的人，就是受欢迎的人。从现在开始，努力做一个被重视受欢迎的人吧——那是最好的你！

第一章

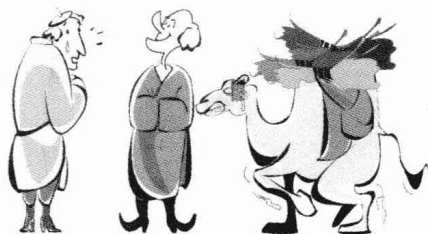
今天，你还在抱怨吗

- 抱怨① 为什么总不给我加薪 002
- 抱怨② 为什么升职的总不是我 008
- 抱怨③ 为什么老板不喜欢我 015
- 抱怨④ 为什么同事都看不惯我 022
- 抱怨⑤ 为什么我不被重视 027
- 抱怨⑥ 为什么我总是“打杂” 033
- 自我诊断① 你的敬业程度有多高 037



是谁压上了最后一根稻草

- 稻草❶ 不想放弃任何一次机会 044
- 稻草❷ 别人都失败了，我能行吗 052
- 稻草❸ 总是失败，以后该怎么办 058
- 稻草❹ 我连最后一点儿勇气都没有了 066
- 稻草❺ 我相信，运气比努力更重要 073
- 稻草❻ 压力太大，放弃算了 080
- 稻草❼ 我到底什么时候才能成功 086
- 自我诊断❶ 测一测你的职场压力 093



第三章

职场性格中，你有哪块绊脚石

- 绊脚石① 爱出风头 100
- 绊脚石② 放纵个性 107
- 绊脚石③ 过度自信 114
- 绊脚石④ 得意忘形 122
- 自我诊断⑤ 你是什么样的职场性格 128

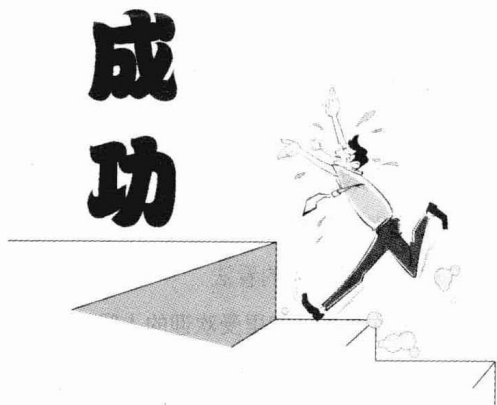
第四章

你是只盯着别人看的“职场近视眼”吗

- 近视眼① 遇事无主见，盲目跟从 134
- 近视眼② 嫉妒别人，折磨自己 142
- 近视眼③ 跳槽换工作，瞎跟风 149
- 近视眼④ 老板说的就是对的吗 155
- 近视眼⑤ 太在意别人的看法 160
- 自我诊断⑥ 你是办公室里受欢迎的人吗 168

路在脚下，你却总是两眼向天吗

- 远视眼① 总是看不清自己 174
- 远视眼② 时时被可能的失败桎梏 182
- 远视眼③ 忽视身边的人脉 190
- 远视眼④ 一心想升职，竞争力却不过关 199
- 远视眼⑤ 好高骛远，错过眼前的机遇 207
- 自我诊断① 你适合做管理工作吗 215



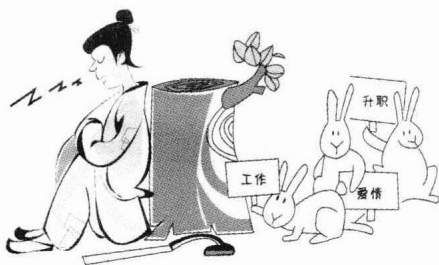
向左成功向右失败，你选对了吗

- 选择① 前行路上，脚踏实地还是寻求捷径 220
- 选择② 面对失败，总结教训还是一味逃避 228
- 选择③ 遭遇瓶颈，一蹶不振还是重整旗鼓 235
- 选择④ 择业困惑，不断跳槽还是从一而终 243
- 选择⑤ 奋斗路上，单打独斗还是借力起飞 250
- 自我诊断① 测测你的职场毅力如何 256



转机无处不在，是创造还是等待

- 转机① 机遇为有准备的人而准备 264
- 转机② 发现机遇，就要抓住它 273
- 转机③ 面对机遇，要果断行事 281
- 转机④ 天道酬勤，没有不劳而获 287
- 转机⑤ 等待机会，不如创造机会 295
- 自我诊断① 你有跳槽的必要吗 304



今天， 你还在抱怨吗

.....

鲁迅笔下那个可怜的祥林嫂，就是一个“抱怨”的典型。相信你一定会想起那个见谁跟谁说“我真傻”的女人。或许你也知道在办公室里抱怨是很惹人讨厌的事情，可事实上，即使是一个“隐形”的祥林嫂，也会让你对自己的能力和工作环境产生怀疑，从而失去坚持下去的信心。

抱怨 ①

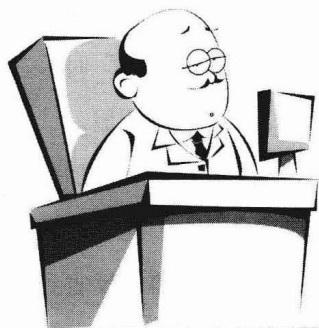
为什么总不给我加薪

◎ 职场透视

文雅大学毕业后进了一家时尚杂志社的广告部，她在那里勤勤恳恳工作了半年，为公司拉来了不少业务，也涨了几次薪水，就在三个月前老板还为她涨了一次工资。作为一个新人，这样的加薪速度，已经令人惊讶了。但是文雅还是觉得不够，她认为，自己虽然是个新人，但是已经为公司拉来了很多业务，跟同事相比，她的工资还属偏低的。于是，她再次向老板提出加薪要求。老板听后说：“小文，不是三个月前给你加过薪吗？你毕竟是新人，半年之内加了四次薪，这已经是破例了，其他员工都有意见了。”文雅一听老板的话，心里很不是滋味。从那以后，她就泄了气，工作也没了兴趣。接下来的半年，文雅只做成一两单生意，几乎到了要被辞退的边缘。

做梦！？ 做梦！？
做梦！？.....

我要加薪！ 加薪！
加薪！ ！



◎ 仙人指路

对上班族来说，“薪水”无疑是工作的重要目的之一。而“加薪与否”，除了关系到生活的品质外，对个人的自信心和对公司的好感度而言也是一个很重要的影响因素。许多上班族抱怨老板太小气，对自己的成绩视而不见，一直没有给自己加薪。而职业咨询专家却认为，在抱怨老板没给自己加薪之前，你应该先反省一下自己——是否真的符合加薪的条件。

当思考“自己是否有加薪的条件”时，首先，应想想企业为什么要给员工加薪。很明显，“加薪”是一种奖励员工的方式，那么，“是否有加薪的条件”就等于“是否有被奖励的条件”。这就需要思考“自己是否有被奖励的条件”，就很容易反省到这个答案了。什么才是被奖励的条件呢？一个被上司倚重的员工，或对公司有贡献的员工，老板是不可能感觉不出来的。每一个企业主都知道，优秀人才的雇用是十分困难的，而且，培养一个适用的员工，也需要花费大量的时间、人力及金钱。因此，如果老板认为你是一

个可以托付重任的员工，他不仅会给你相应的权力，而且还会给你很重要的工作去做，作为回报，老板除了口头的奖励之外，“加薪”是一种很明确的奖励方法，目的是在增强优秀员工的向心力。

那么，如何才能成为老板理想中的“应该加薪的员工”呢？

首先，要让你的老板看到你在公司努力的成绩。对经营者来说，决定自己的员工是否升职或加薪的关键因素在于“这个员工对企业有多少贡献度”，这里所说的“贡献度”，不单指业绩上的实质贡献，同时也包括员工的专业能力、管理能力以及员工的团队合作能力等。

其次，要提高自身素质，自身素质能直接影响收入。从事实可以看出，提高自身学识、积累丰富经验是提高薪资水平最切实有效的方法。而只有踏踏实实地增长学识、开阔眼界才是提高自己价值的长远方法。

再次，在要求老板加薪前，要好好地自我反省一下。要肯定你不是由于一些类似“工作表现不佳”的

原因，才使你没有得到加薪的机会；或者想一想你出色地完成了哪些项目，在哪些工作方面你还能提高，以及你在未来还能为公司作出哪些贡献。

最后，要学会站在公司老板的角度去思考。站在老板的角度，把自己当成主人公，可以让上司或老板感受到你是属于经营团队的一分子。对老板来说，你是否忠诚与可靠，以及你的敬业度，是衡量你的一个重要标准。另外，在升职加薪的关键时期，你千万要注意不要随意地与同事批评你的老板或上司。

将自己定位成公司的核心员工之一，这样才可能成为加薪的对象之一。如果你觉得以上的条件全都具备了，对公司的实质业绩也颇有贡献，然而在升职加薪时，却仍不受上司或老板的青睐，那么，你就需要准备一下你的加薪谈判技巧了。

第一，写下你做对的事。记下每天五件各方面做得对的事，这些事都是比较成功和顺手的。

第二，记录一份业绩清单。把你的业绩记下来，并写出几个给你加薪的理由。

第三，建立第二份清单。把你完成公司的任务及