



世界500强企业最为推崇的工作态度!

塑造成功心态的行动手册，提升员工职业精神的励志读本。

珍惜工作 拒绝抱怨

今天工作不努力，明天努力找工作!

珍惜才能拥有 抱怨不如改变

珍惜工作，停止抱怨，用行动去解决问题! 用业绩来证明自己!

龚光鹤◎著

21世纪
企业管理培训
精华版



中国华侨出版社





珍惜工作 拒绝抱怨

今天工作不努力，明天努力找工作！
珍惜才能拥有 抱怨不如改变

珍惜工作，停止抱怨，用行动去解决问题！用业绩来证明自己！

中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

珍惜工作 拒绝抱怨 / 龚光鹤著. — 北京: 中国华侨出版社, 2010.10
ISBN 978-7-5113-0767-5

I. ①珍… II. ①龚… III. ①职业道德—通俗读物 IV. ①B822.9-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第199125号

• 珍惜工作 拒绝抱怨

著 者 / 龚光鹤

责任编辑 / 宋 玉

责任校对 / 吕 红

经 销 / 新华书店

开 本 / 787 × 1092毫米 16开 印张 / 12 字数 / 180千

印 刷 / 北京毅峰迅捷印刷有限公司

版 次 / 2011年5月第1版 2011年5月第1次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-0767-5

定 价 / 26.80元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成达大厦3层 邮 编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 传真: (010) 64439708

发行部: (010) 64443051

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

序言

PREFACE

珍惜工作 拒绝抱怨

在漫长的人生中，每个人的大部分时间都是在工作中度过的。可以说工作就是我们生命的舞台，工作的成败就是我们人生的成败，工作的质量决定着我们的质量。因此，拥有工作是上帝给我们最大的恩惠，我们一定要懂得珍惜。

但，生活中，人总是盲目地羡慕他人已有的或过于期望自己没能得到的，而不去珍惜现在自己已经拥有的东西，结果当一切都失去的时候，又在怨天尤人。正如托尔斯泰所说：“幸福在手的时候，我们并没有感到幸福的存在；只有当幸福离我们远去时，我们才知道它是多么的珍贵！”工作也是如此。无论你现在拥有一份满意的工作或是一份不令人满意的工作，你都要懂得珍惜，否则，当有一天你失去了它时，就会追悔莫及。

每个人都面临着严酷的职场竞争压力，这应该是我们每个人都能亲身体会到的。但是，在职场中，我们还经常会听到有些人抱怨，抱怨公司、抱怨老板、抱怨同事、抱怨自己怀才不遇。有时，人就是这样，这山望着那山高、欲壑难填。不管自己的工作待遇是否高、环境是否好，总是想要更高的、更好的。其实，抱怨本是一种致命的病毒，一旦染上，后果非常严重。

王平，大学毕业后应聘到北京的一家跨国零售企业从事采购工作。起初，他为能够进入全球性的

大公司而感到高兴，每天都憧憬着那种出入高档宾馆和餐厅的白领生活。但一年下来，面对繁杂的数据整理和谈判工作，王平有了厌烦情绪，工作业绩也不温不火。而一起应聘来的刘涛却在珍惜中快乐地工作着，似乎不为繁杂琐碎的采购细节所扰，并且业绩斐然，深受上级青睐。王平看在眼里，心里很不舒服，抱怨之声逐渐传出：

“刘涛有什么了不起的，学历没有我高，不就是个大专生吗？业绩也就是那么回事！”

“不就是刘涛负责的那块业务好做吗！”

“这种杂七杂八的工作真没劲！”

“我的命真苦啊，做了半天的工作，领导也看不见！”

.....

一段时间后，王平的抱怨声不仅没有停息，反而变本加厉起来，在工作中本来还有的那点热情，现在全都消失了，工作中不断出现错误，甚至还因几次重大的失误严重影响了公司的营销活动。几个月后，王平被公司裁掉了。

这样的事情在职场中是不是很常见呢？你身边是不是也有王平这样的人？你是否也沉浸在抱怨声中呢？

如果是这样，赶快醒醒吧！我们要知道抱怨并不能改变你的现状，相反，它会阻碍你前进的步伐，影响你的光明前途，长此以往，你必将被竞争激烈的社会淘汰。珍惜工作，拒绝抱怨，努力奋进才是明智的做法。

凤凰卫视记者闾丘露薇在谈到自己之所以不惧生死、不畏劳苦、忘我工作的原因时说：“我现在最要紧的事情就是有一份稳定的工作能养我的家、我的孩子，供我的房子，然后我才能想一想我自己希望过的生活。”

工作是礼物。工作中，你的努力会得到盛赞，你的勤奋会得到认可，你的业绩会得到肯定，你的付出会得到回报。对一个职业人来说，我们只有珍惜工作，拒绝抱怨，才能让我们一步步走向成功。从现在开始，让我们用行动和成功来证明自己吧！

蔡光鹤

2011年1月于杭州

第一章 懂得珍惜，珍惜才会拥有

- 我们的工作都来之不易 / 3
- 工作是个人的立身之本 / 5
- 工作是人生的幸福之源 / 7
- 工作让你的人生更加充实 / 10
- 工作让你的能力得到提高 / 13
- 今天工作不努力，明天努力找工作 / 16

第二章 拒绝抱怨，付出才会有回报

- 抱怨公司：到了微软你就能干好？ / 21
- 抱怨薪水：你的真正价值是多少？ / 24
- 抱怨同事：为什么不能换位思考？ / 27
- 抱怨老板：你理解老板的难处吗？ / 29
- 抱怨加班：永远没有分外的工作！ / 31
- 努力工作，付出迟早会得到回报 / 34



第三章

积极进取，抱怨不如改变

- 绝对满意的工作根本不存在 / 39
- 平凡的岗位一样能造就成功 / 41
- 合理的要求是锻炼，不合理的要求是磨练 / 44
- 与其抱怨别人，不如改变你自己 / 46
- 别抱怨怀才不遇，是金子也要发光才行 / 49
- 脚踏实地，把压力转换成工作动力 / 52

第四章

感恩企业，把职业当事业

- 企业是员工最重要的舞台 / 57
- 感恩是根治抱怨的最佳良药 / 59
- 让浮躁的心在感恩中沉淀 / 61
- 面对诱惑，坚守职业道德 / 63
- 为企业节约每一分钱 / 65
- 感谢生命中的每一个人 / 68

第五章

勇于担当，抱怨的实质是逃避责任

- 选择工作就是选择责任 / 73
- 有责任感的人从不抱怨 / 75
- 抱怨将令人丧失对责任的担当 / 78
- 不要为自己的错误做辩解 / 80
- 让该解决的问题到此为止 / 83
- 逃避现实只能带来更多的危机 / 86

第六章

高效执行，工作就要解决问题

你为什么总是完不成工作 / 91

问题是命运送给你的机遇 / 96

工作的实质就是解决问题 / 99

不要被拖延捆住了手脚 / 102

现在就干，立即行动 / 105

一流员工解决问题，末流员工抱怨困难 / 108

第七章

告别瞎忙，找对方法做对事

工作是需要用灵魂去做的事 / 113

优秀员工必是善于动脑之人 / 115

忙对路子，更要忙到点子上 / 117

实干加巧干，才能获得成功 / 119

换一种思想，换一片天地 / 122

让创新智慧为你的发展提速 / 124

第八章

拒绝借口，用业绩证明价值

业绩面前没有任何借口 / 129

和别人比收入前先比业绩 / 132

没有业绩就是在浪费资源 / 135

抱怨与成功永远是南辕北辙 / 137

对想要的结果要“志在必夺” / 140

叫苦不如吃苦，生气不如争气 / 143



第九章

融入团队，多些理解和宽容

多点理解和宽容，坏事也能变好事 / 147

想获得尊重，首先要学会尊重身边的同事 / 149

有沟通，才有理解与分享 / 153

乐做组织的一块砖，哪里需要哪里搬 / 156

站在老板的角度想问题，站在公司的立场做事情 / 159

开放胸襟，精诚合作共发展 / 162

第十章

掌控心情，让工作快乐起来

工作中不要心存抱怨 / 167

把工作当成一种乐趣 / 170

别让心态阻碍了你的脚步 / 172

放低姿态才能飞得更高 / 174

用100%的激情做1%的事情 / 176

永不言弃，绝望就会变成希望 / 179

附录

优秀员工工作宣言 / 181

第一章

懂得珍惜，珍惜才会拥有

我们的工作都来之不易

现在的就业形势非常严峻，那真可谓僧多粥少。正如有些国内专家学者说的：当前，我国已经进入了充分就业的良性劳动力供需状态。所谓的充分就业是指，劳动力市场保持一定的失业率。这个信息告诉我们，不是每一个人都能拥有一份工作。我国每年有数百万大学毕业生被拥着“赶”进不算太大的就业市场。严峻的就业形势逼得莘莘学子早早就展开了求职攻势，他们奔忙在学校、社会组织的各种供需见面会上，期望能找到一份心仪的工作。

然而现实中，很多人却不理解，还会说：“找工作真有那么难吗？我有工作，还不想好好干呢！”这只能说明这样的人太不懂得珍惜了，拥有工作是幸运的，如果不懂得珍惜来之不易的工作，就是把自己已经得到的幸运拱手让出去。

小蒙在大学毕业之前就被一家公司相中，双方签订了工作协议。许多同学都羡慕小蒙能有这么好的工作机会。可是在参加工作以后，小蒙发现工作远不像自己想象的那样，每天都是面对电脑中的一堆代码，处理程序中的问题。他很快就厌倦了这样的工作，做事也不像之前那么用心了。和他一起进入公司的同事小陈，刚开始的时候，也感觉有些不适应，但是他想到，现在竞争这么激烈，自己能得到一份工作就已经很不错了，如果自己不好好珍惜，很可能失去这份工作。

过了一个月，小陈已经完全适应了工作的环境。一天，经理把新员工叫到他的办公室，对他们说：“大家来公司已经一个多月了，相信一个月的时间，大家都适应得差不多了，这么跟大家说吧，现在你们一共8个人，等到三个月的试用期满，公司会留下6个，2个被淘汰，谁走谁留，就看谁做得好，谁做得差。”听了经理的话，每个人心里都捏了一把汗。

如果在一个月前，大家的起点都是一样，但是现在，小蒙知道自己和别人已经有很大的差距了，想到自己可能会被淘汰，他心里顿时后悔以前的行为。小蒙曾经和朋友去过招聘会现场，感受过“僧多粥少”的局面，现在回想起来，自己和那些没有工作的人相比真是幸运得多。

从那天开始，小蒙就像换了一个人，每天早来晚走，工作十分认真。平时向老员工请教问题，和小陈一起学习工作中的新知识，终于在两个月后的考核中顺利通过。这次经历让小蒙知道竞争的激烈和工作的来之不易。这不仅仅是对小蒙，对所有的员工来说，都是重要的一课——请珍惜来之不易的工作。

无论你在政府机关还是在企业里工作，你都必须认识到，工作岗位不是为某一个特定的人而设置的，它是为那些具备了一定才能而且珍惜工作的人而设置的。你可以不珍惜工作，但你应该把你“占有”的那个工作岗位给适合这个岗位的人腾出来。当然，有时有些人会主动地离开自己的工作岗位，但更多的时候是由于不懂得珍惜，而被迫离开的。

不是每一个人都能拥有一份工作，同样也不是每一个拥有工作的人都懂得珍惜自己的工作。但是我们作为一个社会人却是离不开工作的，否则我们将没法在这个社会上生存和发展。

同时你也必须清楚，虽然你目前还拥有一份工作，但却有很多人对你的工作岗位虎视眈眈，只要稍有疏忽，你就可能失去它。

现在，许多地方遵循“赛场选马”的用人法则，实行竞聘上岗，优胜劣汰。那么，什么样的人容易被淘汰呢？我想那种这山望着那山高，总想换到舒服的、有高薪的岗位，本职工作还没做好就急着找关系走后门，以达到自己目的的人将会第一个被淘汰。

你的工作来之不易，所以我们应把珍惜自己的工作当成是一种责任、一种承诺、一种义务、一种使命。

工作是个人的立身之本

我们每一个人都不能回避这样一个事实：你首先需要生存，需要养活自己及家人，在这个前提下才能谈到个人的愿望和追求，才能过自己想要过的生活。因此，你需要一份工作，而且必须努力去干好工作。因为，工作就是你的立身之本。

人称“战地玫瑰”的凤凰卫视记者闾丘露薇大名远扬后接受内地记者采访时，说出了自己之所以不惧生死、不畏劳苦三赴阿富汗，又入伊拉克，忘我工作的原因：“因为我在香港生活，每个人都很实际。我现在最要紧的事情就是有一份稳定的工作，然后能养我的家、我的孩子，供我的房子，然后我才能想一想我自己希望过的生活。”

国内某位著名的运动员极有可能获得奥运冠军，赛前各种媒体也认为冠军非他莫属，可最终却不慎失败。记者问他：“当你在奥运赛场上得知自己无缘问鼎冠军时，你立刻去做的事是什么？”他说：“我立刻打电话给弟弟，告诉他，自己失败了，叫他不要买5000只种鸭了，付不起钱。”

有些人认为工作是上天的安排、与生俱来的，其实不是。在物质社会中，工作是大多数现代人赖以生存的基本形式之一，有工作才能够安身立命。

有5个年轻人，由于对单位的工作环境与待遇现状不满，先后停薪离职，另谋高就。结果只有1个闯出了一番事业，其余的4人踌躇满志而去，快快心灰而归，看着本属于自己的岗位被后来者稳稳端坐其上，他们表面看似镇定自若，然而，烟灰缸里的烟头、寝室杯盘狼藉的环境、写在他们脸上的表情，或多或少表现出对自己当初欠考虑决定的悔恨和对现实的无奈。曾经，他们都是些朝

气蓬勃、有着远大前途的年轻人，可因在选择上的不慎重，造成了一生的遗憾。大浪淘沙，能真正在无情的市场经济竞争环境中留下来的终究还是少数。

因此，我们要珍惜每一份工作，没有工作怎么能立身？但是现实中，很多人对工作的珍惜程度不够，经常可以看到一些人不珍惜工作的表现。其中，对工作不满、辞职不干就是典型的一种不珍惜自己工作的表现，同样，那种无过为功、不思进取的工作作风也是不珍惜工作的表现形态。

有两个大学生成功应聘到同一个单位，经过一年的实习与考核后，虽然都被单位录用，但是工作的岗位却非常悬殊，其中一位成了技术主管，另一个却仍在基层“锻炼”。通过与仍在基层“锻炼”的人的交流与观察，发现这种悬殊的真正原因应该归咎为消极地“珍惜”自己既有的工作，对自己有幸找到一份不错的工作而自我满足。在日益激烈的岗位竞争面前、在劳动力市场供求关系严重失衡的就业机制面前，丧失了进取的精神，在懵懵懂懂中与自己未来相适应的岗位擦肩而过。

要知道：不是工作需要你，而是每个人都需要一份工作。任何时候，当你觉得对工作的态度发生了消极的变化时，或者当你觉得自己在公司可以不可一世时，或者当你发现自己对工作已经失去了兴趣时，你都需要用这句话提醒自己。如果你坚持时常这样提醒自己，你就懂得怎么珍惜工作了，你也就不会在工作中那么的烦恼和不愉快了。

在我们漫长的人生中，大部分时间都是在工作中度过的，我们工作的成败可以说就是我们人生的成败。工作就是我们生命的舞台，我们只有像珍惜生命一样珍惜自己的工作，才会把工作做得最杰出，才能获得人生中的最高成就。

请记住：不是工作需要你，而是你需要工作。

没有工作，你就失去了立身之本；

没有工作，你就失去了实现价值的舞台；

没有工作，你的人生将会变得暗淡无光。

因此，请珍惜你的工作。

工作是人生的幸福之源

我们每一个人都渴望拥有幸福，但又有几个人能真正地拥有幸福呢？更多的人是在忙忙碌碌中走完了自己的一生。为什么会是这样呢？因为他们忽视了幸福是建立在现实的工作基础上，是建立在自己始终能有一个让自己衣食无忧、安身立命的工作基础上的。一个人如果连一份工作都没有，是根本无法获得幸福的；同样，一个人如果不努力工作，而是对工作充满抱怨，也难以获得快乐的人生。如果我们失去了工作，就等于失去了人生的幸福之源。

刚刚大学毕业的卢丽，几经周折，最终被安排在外地的一市区公安局工作，月薪2500元左右。在当今择业竞争十分激烈和下岗职工不断增多的情况下，这份工作对于一个来自小城市的普通大学生来说，已经是他人可望而不可求的。而且也可以算得上是当地的“白领”阶层了。按理说她应该感到满意了。然而，她每次给父母打电话时却总是在诉说她的工作如何辛苦，如何无聊。有的同学在哪里哪里发了大财，在哪里哪里开了公司，赚了大钱，一再流露出自己对金钱的渴望。当然最后她得到的是父母的一顿训斥和指责，并告诉她不要忘了得到一份工作是多么的艰辛。

随着社会竞争的日趋激烈，一些企业纷纷破产、倒闭，下岗人员越来越多，再加上每年毕业的大学生的不断涌现，这一切使得就业问题成为我国现代化进程中的一个突出问题。在这样一个环境下能找到一个体面的工作实属不易，我们所需要的就是，好好珍惜，努力工作。

但在我们的周围却常常生活着很多这样的“有志之士”，对待自己的工作不严肃、不认真，朝三暮四，到头来却是“赔了夫人又折兵”，后悔莫及。这样的例子在我们的生活中屡见不鲜。

两年前，有一个国有企业的职工，因为看到别人下海开公司、办企业赚了大钱，自己也学着别人筹集资金开起公司。但最后却因经营管理经验不足，又缺乏相当的技术人员，一年的时间赔了20万元，还欠下了5万元的债。妻子闹着要离婚，埋怨他当初不听其劝告。他在单位又因为经常请假延误了工作，造成了极坏的影响，背了一个处分，结果落得了一个下岗待聘的下场。自己只能捶胸跺足，扼腕叹息。早知今日，何必当初啊！

时常听到周围的人总是在抱怨自己的工作，羡慕着其他人的工作，有人说银行工作好，收入高，殊不知银行人员跑存款、收陈欠的酸甜苦辣；也有人说当教师好，一年有那么多假期，殊不知当你已进入甜甜的梦乡的时候，他们还在孤灯下修改作业、伏案备课；也有人说当纺织女工不错，上一天班，休三天，殊不知，当你夜晚怀抱自己的孩子温柔亲吻享受天伦之乐的时候，她却要放下嗷嗷待哺的婴儿去车间挡车……

为什么会有这么多人抱怨自己的工作不如意呢？因为这些人只看到自己工作艰辛的一面，而忽视了工作幸福快乐的另一面。

其实每种工作都有它的艰辛和幸福，只是各人对工作的态度有所不同罢了。如果你用积极上进的态度去面对工作，你将会感觉到工作着就是幸福着，工作着就是快乐着；如果你用消极冷漠的态度去应付工作，你将会感觉到工作就是活受罪，工作就是太无聊。后一种人如果改变一下自己的思维方式，或许就是另外一番景象，得到另外一种收获。试想：当检察官看到自己审查的罪犯被绳之以法，使国家的财产免受损失的时候，就会感到自己有一种至高无上的满足；当教师看到自己的学生桃李满天下，为国家做出重大贡献的时候，对自己的工作就会有一种神圣和伟大的自豪感；当银行工作人员付出大量艰辛争取到一个优质客户或通过多种渠道收回一笔多年陈欠贷款时，他们的幸福就溢于言表……

北京市某建设银行新招了一批大学毕业生，其中有个女孩，是人民大学毕业的，被分配到基层分理处做了一名营业员，而她对工作的态度却是勤勤恳恳，任劳任怨。有一次市建设银行领导到基层检查工作完毕之后，就顺便和她