

<<工作不折腾生活不纠结>>

图书基本信息

书名：<<工作不折腾生活不纠结>>

13位ISBN编号：9787802509948

10位ISBN编号：7802509947

出版时间：2013-1

出版时间：老泉、张小冰 中国言实出版社 (2013-01出版)

作者：老泉，张小冰 著

页数：213

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<工作不折腾生活不纠结>>

前言

工作上最怕的是折腾，生活中最担心的是纠结。

所谓工作上的折腾，就是因在工作过程中漫无头绪、思路不清、甚至没事找事、无事生非，朝令夕改，忽左忽右，总是做一些毫无意义的事和没必要的事。

可以说，在职场中，无论是员工还是管理者，都经不起工作的折腾。

要想在工作上不折腾，我们做任何事都要有目标、有毅力、有恒心，还要做出成绩。

工作要做就要做好、做细、做精，决不能半途而废，这是做一名好员工的基本要求。

因为这份工作是我们自己精心选择的，即便有些不满意也要坚持，也许坚持后会有转机，也许坚持后会有新的收获，也许坚持后一些原本不满意的因素会得到转变。

很多人不想坚持，而选择了换工作，但也许下一份工作会遇到同样的问题，也许下一份工作还不如这份工作……再坚持一下，先别忙着折腾，先想想这份工作有哪些好的地方，有哪些可以学习的地方，有哪些自己还没做好的地方。

说不定我们会看到新的方向，找到新的起点，产生新的动力，做出新的成绩，有新的成就感。

不仅如此，企业也许会因你的改变而更加壮大，上司也许会因你的努力而更加信任，同事也许会因你的坚持而更加支持。

一切皆有可能，关键在于我们是否有智慧的眼睛看到前途，关键在于我们要懂得且要保持工作不折腾。

。虽然说，我们在工作可以做到不折腾，但生活上的纠结却在所难免。

当我们想得太多而做得太少时，我们会抱怨生活，从而让自己纠结；当我们迷惑于诸多选择而左右为难时，我们也会因为弄不清自己究竟需要什么而产生纠结；当我们不愿突破自我，在生命的征途挣扎与困惑时，我们更容易陷入纠结。

有些时候，遇到烦恼，我们纠结；遇到挫折，我们纠结；遇到不满，我们纠结；遇到迷茫，我们还纠结……总之，折腾让我们虚度光阴，而纠结让我们的生活混乱。

人生不如意事十之八九，职场也一样，不会尽如人意，时常会令我们纠结。

大多时候，我们都是生活中思想的纠结者，如果我们对待生活的态度能随缘一些，如果我们的想法再积极一些，如果我们把生活中的烦恼、工作中的琐事、身体上的小疾、感情上的磕碰等等这些麻烦，视作生命中不可或缺的东西，就像泰戈尔一样，把麻烦看作是生命中赖以表现自己韵律的一部份，以豁达大度的心态而处之，那么纠结可能会越来越少，甚至不再纠结。

人在职场，快乐往往寓于平凡之中。

甘于平凡，并不是庸碌无为，不求进取，而是一种生存姿态。

正是因为平凡，我们必需辛勤劳作，必须付出更多的心血和汗水，打造属于自己的那片天空，尽管很累，但我们仍然可以放飞自己的心情，去思考和选择多彩的人生。

然而，前途虽是光明的，道路却是曲折的，人生总不会那么一帆风顺。

苏轼也曾感慨：“人有悲欢离合，月有阴晴圆缺，此事古难全。

”这些都是生活中的缺憾，生活中的纠结，但纠结再多，生活也要继续下去。

虽然我们不可能改变人生的游戏规则，但可以把握自己，改变自己的心情，让纠结烟消云散。

挫折是人生的财富，失败是成功之母，只要我们以一种阳光心态直面挑战，就不会去折腾，更不会害怕纠结。

工作不折腾，生活不纠结，是我们行走于职场的最高境界。

在工作和生活中，多一点智慧和勇气，学会平衡自己的生活，懂得有舍才有得，并且宽容豁达，知足常乐，把握住自己心中的准绳，你的职场之路将会走得更加从容，你生活中的幸福指数也将日渐提高。

。

<<工作不折腾生活不纠结>>

内容概要

人在职场，快乐往往寓于平凡之中。
甘于平凡，并不是庸碌无为，不求进取，而是一种生存姿态。
正是因为平凡，我们必需辛勤劳作，必须付出更多的心血和汗水，打造属于自己的那片天空，尽管很累，但我们仍然可以放飞自己的心情，去思考和选择多彩的人生。
《工作不折腾生活不纠结》告诉你如何获得成功。

<<工作不折腾生活不纠结>>

作者简介

近年从事天生励志、员工激励等方面的工作，曾主编“红书坊系列丛书”、“翰林苑系列丛书”，有《左手增广贤文右手小窗幽记》《一幽一默人生无难事》《大气做人 洒脱做事》《这样演讲最给力》等多部专著出版。

文学硕士，策划编辑。

河北赵县人，自幼熟读史书，体悟了中华传统文化的魅力，立志做一名民族文化的继承者、传播者和发扬者。

在各级刊物上已发表小说、散文、书评等作品几十篇。

策划并出版的作品有《带着激情去工作》《自信的力量》《人性的弱点员工读本》《仁义礼智信员工读本》等。

<<工作不折腾生活不纠结>>

书籍目录

上部 工作不折腾第一章 工作努力，确保“不折腾”1. 折腾工作就是折腾自己 / 42. 勤奋工作的员工从来不折腾 / 63. 一丝不苟地做好每一件事 / 104. 立足本职工作不折腾 / 145. 想当老板，先得当好员工 / 176. 你怠慢工作，工作就怠慢你 / 207. 不在工作中玩花招 / 23第二章 目标日月确，避免“瞎折腾”1. 明确的目标是成功的导航灯 / 282. 心中装有大目标 / 303. 认准大目标坚持不懈 / 324. 方向不明只能是“瞎折腾” / 355. 站得高才能看得远 / 386. 专一目标与专注目标 / 41第三章 高效执行，减少“空折腾”1. 行动的速度决定工作成就 / 462. 拖延工作就是折腾生命 / 493. 失败害怕敢于行动的人 / 514. 发现问题及时解决 / 535. 执行到位就不会“空折腾” / 566. 卓越员工追求高效工作 / 597. 想到是银做到才是金 / 618. 眼高手低是平庸员工的通病 / 63第四章 业绩提升，杜绝“白折腾”1. 职场业绩决定个人价值 / 682. 功劳往往更重于苦劳 / 713. 停止抱怨，用业绩说话 / 744. 不要借口，只要结果 / 775. 提升业绩需要“以脚做梦” / 796. 用细节筑起业绩的大坝 / 82第五章 忠诚敬业，摒弃“乱折腾”1. 糊弄老板就是糊弄自己 / 882. 折腾现在就是折腾未来 / 903. 像热爱生命一样热爱工作 / 924. 忠诚是一种责任，敬业是一种使命 / 955. 尽职尽责的员工不折腾 / 986. 与其跳槽，不如提升与积累 / 100下部 生活不纠结第六章 平衡工作和生活，用心生活不纠结1. 学会用心生活 / 1062. 工作同左，生活向右 / 1083. 科学管理自己的时间 / 1114. 适当的休息比加班更重要 / 1135. 要好好工作也要享受生活 / 1166. 正确看待不完美 / 1207. 用心经营自己的家庭 / 122第七章 轻装上阵淡定前行，减法生活不纠结1. 还自己简约的生活 / 1262. 扫清尘埃清洁生命 / 1283. 减少欲望找回自我 / 1304. 人生要学会忘记 / 1345. 为失去而感恩 / 1366. 让生命透透气 / 139第八章 宽容大度和睦共处，和谐人生不纠结1. 和气生财，亦生人脉 / 1442. 宽容是一束阳光 / 1463. 不因生气而纠结 / 1494. 适时赞美同事 / 1525. 和睦相处成就和谐职场 / 1556. 好员工从来无忌妒 / 158第九章 放低幸福的门坎，平淡知足不纠结1. 放低幸福的门坎 / 1642. 凡事多往好处想 / 1673. 学会随遇而安 / 1704. 可以平凡，但不能平庸 / 1735. 职场也要知足常乐 / 1766. 量力而行是智者 / 179第十章 掌控自己的人生，幸福生活不纠结1. 在工作中认识自己 / 1842. 你就是自己的依靠 / 1873. 善于把握自己 / 1904. 好运掌握在自己的手里 / 1935. 宽恕他人升华自己 / 1966. 调控良好的情绪 / 1997. 快乐是一种好心态 / 2038. 莫让爱成为伤害 / 2069. 一心向着幸福走 / 208附录生活小窍门

<<工作不折腾生活不纠结>>

章节摘录

重庆西源凸轮轴有限公司工段长谢怀德一心痴迷技术，创新技术六十多项，是工友们心中真正的靠双手实现人生价值的能人。

他的成功，主要归功于他从不折腾。

他虽然头上顶着光环，专业技术更是炉火纯青，但他的从业之路并非一帆风顺，他曾经是老师傅口中的“笨徒弟”。

刚进厂时，由于技术不过关，谢怀德被安排到厂里最陈旧的一台机床工作。

两任师傅看他笨手笨脚，讥笑他说：“你能学技术，母猪会上树。

”生性内向的谢怀德在心底暗暗发誓：“不超过你们决不罢休！”

”每天提前上班一个小时，下班晚两个小时，车间那轰隆隆的声音，是谢怀德苦练基本功的见证。

就在这轰隆声中，谢怀德的技术突飞猛进。

3个月后，他用全厂最差的车床车出了全厂最高产量，超过了那两位师傅。

一年后，谢怀德练就了一手令全厂车工望尘莫及的车削管螺纹绝技。

车一个只要6秒钟，全场哑然，6秒意味着速度提高了60倍！2(？

08年，谢怀德荣获“全国技术能手”称号，公司领导几次要提拔他担任中层管理干部，但谢怀德都谢绝了：“我的追求不是‘当官’，还是让我搞技术吧！”

”高超的技术、踏实的品格，加上荣誉和社会知名度与日俱增，谢怀德成了众多企业竞相追避的“香饽饽”。

谁都知道，这样一位高技能人才的合金量。

2001年，一家机械加工厂高薪聘请谢怀德去当副厂长；2003年，又有一家企业给出30万年薪的优厚条件邀请谢怀德；之后，浙江一企业老总以“三顾茅庐”的精神，在谢怀德楼下苦守一个星期，并许诺只要谢怀德来，就给他20%的公司股份……几年间，永川、重庆乃至外省的十多家企业都向谢怀德抛出“橄榄枝”，并以高薪酬、高职务、高待遇作为条件，但谢怀德都婉言谢绝了。

对谢怀德而言，西源凸轮轴公司就像他的一个“孩子”，二十多年来，谢怀德把自己的青春年华都奉献给了它，他说：“这世上并不是所有的东西都可以都用钱来衡量，我在厂里成才，我有自己的职业操守，我懂得折腾工作就是折腾自己。

”谢怀德能有如此成就，主要是因为他有一颗认真负责的心，努力工作不折腾，无论在什么情况下，都能踏踏实实地做好自己手上的每一件事。

这样认真负责的员工，是任何一家公司都想留用的。

现代职场，工作竞争越来越激烈，领导们不仅仅只看中学历，员工的做事能力与人际交往能力也越来越受到领导的重视。

只要你在自己的工作岗位上，能够做到不折腾，不抱怨，做好自己的手头工作，自然就能在企业中高枕无忧，获得更好的发展平台和成长空间。

俗话说，业精于勤荒于嬉。

勤奋工作是员工的立身之本，但有些员工却不这样认为。

他们觉得工作就是为了得到报酬，因此给多少钱干多少活儿。

如果你是这样的员工，就会做一天和尚撞一天钟，得过且过，对工作马马虎虎，总想折腾出来一些事，最终你的折腾只会让自己越垒越少甚至无钱可拿。

而如果你的心中有做多少事拿多少钱的观念，你就会勤奋工作。

争取用自己的工作绩效来证明自己的实力，证明自己可以为单位提供高于自己目前薪资的服务，如果单位能够给你提供一个更高的平台，你一样有能力把工作做得更好，那么你就会得到相应的肯定和提升，薪酬自然也就越拿越多。

这在任何单位都不例外。

疯狂英语的创始人李阳曾说：“只要你有三餐饭吃，你就可以把除此之外时间和精力用于学习和提高。

”工作勤奋，并不是说大话、空话，而是要实际行动。

<<工作不折腾生活不纠结>>

优秀员工都懂得用行动来证明自己的能力，而不仅仅是嘴上夸夸其谈。

“让我们勤奋地工作！”

”这是古罗马皇帝的临终遗言。

罗马人之所以能征服世界并建立辉煌一时的罗马帝国，靠的就是勤奋与努力。

当时的罗马最受人尊敬的工作就是农业生产，任何一个从战场上胜利归来的将军都要走向田间。

正是整个罗马的勤奋品质，使这个国家逐渐变得富强。

不过当财富和奴隶慢慢增多时，罗马人开始觉得勤奋劳动变得不再必要了，变得爱折腾了，这个国家也就开始走向了灭亡。

“天才，是百分之一的灵感加百分之九十九的汗水！”

”这句话对大家来说并不陌生。

爱迪生是这样说的，更是这样做的。

他工作起来能一连十几个小时不离开实验室。

为了找出白炽灯丝，他试验了六千多种材料；为了发明蓄电池，他前后耗费了十年的时间。

正是因为他付出了辛勤的汗水，才成就了自己。

美国女国务卿赖斯的奋斗史颇具传奇色彩，短短二十多年，她就从一个备受歧视的黑人女孩成为著名外交官，奇迹般地完成了从丑小鸭到白天鹅的嬗变。

有人问起她的成功秘诀，她简明扼要地说，因为我付出了超出常人8倍的辛劳！

赖斯小时候，美国的种族歧视还很严重，特别是在她生活的城市伯明翰，黑人的地位非常低下，处处受到白人的歧视和欺压。

赖斯10岁那年，全家人去纽约观光游览。

就因为黑色皮肤，他们全家被挡在了白宫门外，不能像其他人那样走进去参观！

对于这样的待遇，小赖斯咬紧牙关注视着白宫，然后转身一字一顿地告诉爸爸：“总有一天，我会成为那房子的主人！”

”赖斯父母十分赞赏女儿的志向，告诫她说：“要想改善咱们黑人的状况，最好的办法就是取得非凡的成就。

如果你拿出双倍的劲头往前冲，或许能获得白人的一半地位；如果你愿意付出四倍的辛劳，就可以跟白人并驾齐驱；如果你能够付出八倍的辛劳，就一定能赶到白人的前头！”

” P5-7

<<工作不折腾生活不纠结>>

编辑推荐

人在职场，快乐往往寓于平凡之中。

甘于平凡，并不是庸碌无为，不求进取，而是一种生存姿态。

正是因为平凡，我们必需辛勤劳作，必须付出更多的心血和汗水，打造属于自己的那片天空，尽管很累，但我们仍然可以放飞自己的心情，去思考和选择多彩的人生。

《工作不折腾生活不纠结》(作者老泉、张小冰)告诉你如何获得成功。

<<工作不折腾生活不纠结>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>