# 工作必备的4个好习惯

来源：网络 作者：蓝色心情 更新时间：2024-06-11

*工作必备的4个好习惯（通用7篇）工作必备的4个好习惯 篇1 1+1可以大于2 统合综效是对付阻碍成长与改变的最有力途径。助力通常是积极、合理、自觉、符 合经济效益的力量;相反，阻力则消极、不合逻辑、情绪化和不自觉。不设法消除阻力的后果就等于...*

工作必备的4个好习惯（通用7篇）

工作必备的4个好习惯 篇1

1+1可以大于2

统合综效是对付阻碍成长与改变的最有力途径。助力通常是积极、合理、自觉、符 合经济效益的力量;相反，阻力则消极、不合逻辑、情绪化和不自觉。不设法消除阻力的后果就等于向弹簧施加作用力，结果还是要反弹。如果将双赢思维、换位沟 通与统合综效原则整合，不仅可以化解阻力，甚至可以化阻力为助力， 统合综效 就是创造性合作的原则。

集思广益的合作威力无比。许多自然 现象显示：全体大于部分的总和。不同植物生长在一起，根部会相互缠绕，土质会因此改善，植物比单独生长更为茂盛;两块砖头所能承受的力量大于单独承受力的 总和。这些原理也同样适用于人，但也有例外。只有当人人都敞开胸怀，以接纳的心态尊重差异时，才能众志成城。

工作必备的4个好习惯 篇2

忠诚于自己的人生计划

我们经常在人生的道路上迷失方向，因徘徊和迷途消耗了生命。而高效能的人 懂得设计自己的未来。他们认真地计划自己要成为什么人，想做些什么，要拥有什么，并且清晰明确地写出，以此作为决策指导。因此， 以终为始 是实现自我领 导的原则。这将确保自己的行为与目标保持一致，并不受其他人或外界环境的影响。我们将这个书面计划称之为 使命宣言 。

任何一个存在的社会组织都需要 使命宣言 ，任何一个企业或个人也不例外。 使命宣言 需要阶段性地评估以及持续修正和改良。

确立目标后全力以赴，就是我们所说的在正确的时间做正确的事，并把事情做对。

为什么很多人成功了反而感到失落?许多人在埋头苦干时，尚未发掘人生的终极目 标，只是为忙碌而忙碌着，未曾洞悉自己心灵深处的所欲所求，也不曾审视过自己的人生信条：你到底要做什么?什么是你生命中最重要的?你生活的重心是什么? 只有确立了符合价值观的人生目标，才能凝聚意志力，全力以赴且持之以恒地付诸实现，才有可能获得内心最大的满足。

工作必备的4个好习惯 篇3

换位思考的沟通

如果一位眼科医生为病人配眼镜，他先摘下自己的眼镜让病人试戴，其理由是： 我已经戴了10多年，效果很好，就给你吧，反正我家里还有一副。 那么，谁都知道这是行不通的。

如果医生还说： 我戴得很好，你再试试，别心慌。 在病人看到的东西都扭曲了的同时，医生还反复说： 只要有信心，你一定能看得到。 那就真叫人哭笑不得了。我们常说遇事要将心比心。因此， 知彼解己 是交流的原则。

这位医生尚未诊断就开处方，谁敢领教?但与人沟通时，我们常犯这种不分青红皂白、妄下断语的毛病。因此我必须强调： 了解他人 与 表达自我 是人际沟通不可缺少的要素。首先要了解对方，然后争取让对方了解自己，才是进行有效人际交流的关键，要改变匆匆忙忙去建议或解决问题的倾向。

要培养设身处地的 换位 沟通习惯。欲求别人的理解，首先要理解对方。人人都希望被了解，也急于表达，但却常常疏于倾听。众所周知，有效的倾听不仅可以获取广泛的准确信息，还有助于双方情感的积累。当我们的修养到了能把握自己、保持心态平和、能抵御外界干扰和博采众家之言时，我们的人际关系也就上了一个台阶。

工作必备的4个好习惯 篇4

远离角斗场的时代

懂得利人利己的人，把生活看作一个合作的舞台，而不是角斗场。一般人遇事多用二分法：非强即弱，非胜即败。其实，世界给了每个人足够的立足空间，他人之得并非自己之失。因此， 双赢思维 成为人们运用于人际领导的原则。

我们从小就参与各种比赛、考试，培养了一种你赢我输、你死我活的竞争心态。试想一下，谁又甘心在竞赛中认输呢?树立双赢思维就是要在人际交往中不断寻求互利，以达成双方都满意并致力于合作的协议计划。

具有双赢思维的人，往往有三种个性品格：正直、成熟和富足心态。他们忠于自己的感受、价值观和承诺;有勇气表达自己的想法及感觉，能以豁达体谅的心态看待他人的想法及体验;相信世界有足够的发展资源和空间，人人都能共享。

利人利己观念的形成是以诚信、成熟、豁达的品格为基础的。豁达的胸襟源于个人崇高的价值观与自信的安全感，所以不怕与人共名声、共财势，从而肯尝试无限的可能性，充分发挥创造力和宽广的选择空间。

工作必备的4个好习惯 篇5

别指望谁能推着你走

如果你不向前走，谁又会推你走呢?因此，积极主动的态度，是实现个人愿景的原则。我们常说： 我不会 ，因为遗传 、 我迟到，因为 、 我的计划没完成，因为 我们总是在找借口或是抱怨，在不满中消耗自己的生命。而人类与动物的区别正是人能主动积极地创造、实现梦想，来提升我们的生命品质。

所以，有效能的人士为自己的行为及一生所做的选择负责，自主选择应对外界环境的态度和应对方法;他们致力于实现有能力控制的事情，而不是被动地忧虑那些没法控制或难以控制的事情;他们通过努力提升效能，从而扩展自身的关切范围和影响范围。

积极的心态能让你拥有 选择的自由 。我们虽然不能控制客观环境，但我们可以选择对客观现实做何种反应。积极的涵义不仅仅是采取行动，还代表对自己负责的态度。个人行为取决于自身，而非外部环境，并且人有能力也有责任创造有利的外在环境。

工作必备的4个好习惯 篇6

过着身心平衡的生活

身心和意志是我们达成目标的基础，所以有规律地锻炼身心将使我们能接受更大的挑战，静思内省将使人的直觉变得越来越敏感。当我们平衡地在这两方面改善时，则加强了所有习惯的效能。这样我们将成长、变化，并最终走向成功。

人生最值得投资的就是磨练自己。生活与工作都要靠自己，因此自己是最值得珍爱的财富。工作本身并不能给人带来经济上的安全感，而具备良好的思考、学习、创造与适应能力，才能使自己立于不败之地;拥有财富，并不代表有永远的经济保障，拥有创造财富的能力才真正可靠。

工作必备的4个好习惯 篇7

选择不做什么更难

每个人的时间都是有限的，所以要做重要的事，即你觉得有价值并对你的生命价值、最高目标具有贡献的事情;要少做紧急的事，也就是你或别人认为需要立刻解决的事。消防队的最大贡献应是做好防火工作，而不只是忙于到处救火。因此， 要事第一 是自我管理的原则。

有效能的人只会有少量非常重要且需立即处理的紧急、危机事件，他们将工作焦点放在重要但不紧急的事情上，来保持效益与效率的平衡。

有效管理 是把最重要的事放在第一位的重点管理。先由领导决定什么是重点后，自己掌握住重点并时刻把它放在第一位，以免被感觉、情绪或冲动左右。要想集中精力于当前的要务;就必须先排除次要事情的牵绊，要勇于说 不 。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找