

新理财杂志征订开始了  
最新会计课程开班了!  
2012年财会信报征订  
《税务规划》期刊优惠  
轻松搞定会计职称考试

企业利润筹划、经营活动筹划、成长路径筹划

网址: http://soft.aisino.com 电话: 010-88897666 传真: 010-88897558

2011年注会考试网络速  
中国CFO的梦想课堂  
陪小艾来一次会计长途  
会计继续教育辅导年检  
会计考试保通过只考一

## 职场招聘



热词:

在这里输入关键字...



搜索

高级搜索

- 职场英语
- 求职指导
- 简历中心
- 求职参考
- 职场故事
- 职场潜规则
- 求职信息
- 招聘信息
- 职场礼仪
- 职业规划

中华财会网 > 职场招聘 > 职场潜规则 > 正文

## 对付职场中的自己 你有招吗

2011-07-28 03:10 来源: 凤凰网

阅读: 打印

我听到的一个有创意的“励志方法”来自于位中科院院士。他在一次讲座中说，因为家里那时没有闹钟，为了早起读书，他创造出“尿疗法”，就是睡觉前喝一大杯水，让自己被尿意唤醒，然后读书。听到这个方法后，我马上联想到成语“头悬梁，锥刺股”，但比较起来，显然是“尿疗法”更有幽默感。虽然现在的手机都有闹钟功能，但意志薄弱的时候，把手机藏进被子，因而错过时间的事情也不是没有。在一次需要凌晨四点起床的时候，为了双保险，我尝试过一次“尿疗法”，睡前喝了一杯水，结果惨败，凌晨2点半就起来了。这时我才意识到，“尿疗法”的操作并不简单，喝多少水，几点喝，才能确保在几点起，是长期实验的结果，不是我这种偶尔为之的人能够效仿的。找到一个方法，防止自己把闹钟藏进被子，才是我最需要的，比如，设十次闹钟等等。

想到“招数”这个题目，是因为我觉得为什么有的人心想事成，有的人光想不成，区别很可能在于前者找到了方法，而后者没找到。而在“想法”这个步骤上，大家其实都是半斤八两。

拿写专栏来说吧。这个活儿看上去简单，但每周准点交一篇，并非易事。一个经常发生的情况就是，坐在电脑前好几个小时，网上都绕地球好几圈了，还是没写出来。我的办法是，一旦出现这种情况，就给自己放一天假，哪儿凉快哪儿呆着去，坚决扔掉这个任务。看个电影，在网上毫无目的的毫无任务地闲逛，都可以减轻那种想写又写不出的焦灼感。而一天的轻松过后，一种小小的内疚感就会浮出海面，并进而推动写作效率。

这种方法类似于“自我催眠”。行为学家丹·艾瑞里在强迫自己吃一种试验阶段的新药治病时，采用了“DVD”疗法。为了抵抗头痛的副作用，他在刚吃完药、副作用还没发作时，就用最舒服的姿势看平时“舍不得”看的DVD，给自己制造一种“吃了药才有DVD看”的假象。当然“骗自己”最根本的前提还是自律，如果你买了DVD却无法捱到吃药的时候看呢？如果你放了一天羊，却未发现有什么内疚感呢？

这些方法都是相当个性化的。我有位画家朋友为了画出一个展览的作品，整整四个月把自己关在工作室里，期间有好几次相当诱人的娱乐邀约，均被拒绝。如果我是他，可能会使用录音电话：“对不起，我有事不能去”之类。因为如果是我本人接，很可能就出去玩了，不管当初下过什么海誓山盟。

### 频道推荐

- 强势上司or弱势上司? 教你与上司的相处之道
- 研究表明职业女性穿裙装更易给人好印象
- 员工“十一”年假一起休 愁坏老板
- 毕业生面对职场输在哪里
- 涨薪潮中，电子制造产业升级、觅人才
- 持有ACCA资格者不足15% 高级财务人才紧俏
- 职场版“蓝精灵” 看看有没有你的职业
- 汽车行业高端营销和技术人才匮乏

### 点击排行榜

### 图片新闻

### 其他

先搞定自己，再去搞定世界。安内之后，才可以更坚定地攘外。而对付世界的方法，我想做商务、做管理的人可能更高明，就用不着我罗索了

## 相关新闻

## 我要评论

文明上网 理性发言

发表评论

[关于我们](#)

[广告服务](#)

[联系我们](#)

[招聘信息](#)

[网站律师](#)

[网站地图](#)

[合作伙伴](#)

电话：010-88155800 010-88155700 地址：北京市海淀区西四环北路146号三层(100142)

Copyright www.e521.com All Rights Reserved

北京未名集团 中华财会网 版权所有  京ICP证010498号