

下次开会别再说“我没什么可说的”了 ③



芳琼 著
天津人民出版社友情提供

[内容简介]

“懂了，懂了”“我没什么可说的”“我怀疑”“那又怎么了”“我表示压力山大”这些口头禅，你平时是不是经常说？赶快打住！知道吗，在你这样说的时候，别人对你的印象已经大打折扣！别让小小一句话毁了你人生的好机会！本书从心理学角度剖析100句常用口头禅的暗黑本质，挖掘你自己都不知道的内心秘密，赶快来学习一下吧。

[上期回顾]

那些职场中总是爱说“问一下”的人，其实是掉进了地位效应怪圈；总说“我担心”“我怀疑”的人太敏感，过度在乎自己。

心理趣谈

口头禅1 我可没打算一辈子耗在这 说这句话的人，缺乏归属感和集体意识

办公室里同事们正热议公司刚刚出炉的新告示，同事问牛原平有什么看法。牛原平说：“我没啥看法，也不想管他什么告示，反正我也没打算一辈子耗在这。”他的这句话被路过的经理听到了，经理什么话也没说就走了。不过，从那以后，加薪提取的好事儿牛原平算是没份儿了。

“我可没打算一辈子耗在这”，这句话恐怕每个在工作中遭到批评的人都会在心里恨恨地想过。是的，我又没打算一辈子卖给公司，为什么我要像你所说的那样拼命工作？我为什么要做得那么优秀？公司又不是我的，我为什么要把公司当成是自己的？一系列的想法在这之后如同雨后春笋一般地发芽了。于是你便抱着做一天和尚撞一天钟的态度应付自己的工作。

自己身边的人一个个升职加薪，你心里是不是很不平衡，觉得公司亏待了你，你怎么可能一辈子耗在这里？之后你像土拨鼠一样，打了一个又一个的洞，换了一份又一份的工作，却始终遇不到能让自己心满意足的公司。在不停的跳槽中，你发现自已已经成了职场中资历最老的“新人”了。

在这种情况下，你便会用“我可没打算一辈子耗在这”，为自己的过失开脱。而这句话，却也恰恰映射出了你失败的根本原因——没有集体意识。

【改善贴士】

“我可没打算一辈子耗在这”，说到底，是一句抱怨，对集体的抱怨。抱怨是丧志之始、造业之因。如果同事间无法平心静气地相处，团队的和谐和集体的力量就都是空谈。人们在生活中多多少少会遇到不顺心的事情。在平静的港湾中生活的人，很难体会到与风浪搏斗的乐趣，也很难享受到成功之后的喜悦。不抱怨、融入集体，才是提高自我最好的方法。

口头禅2 我早说了这么做不行…… 这种人典型的会后诸葛亮，没有立场，易惹人烦

“我早说了这么做不行，你们没人信我。”看着工程无法预期完工，吴森不停地抱怨。经理说：“好了，这事怨我。咱们这几天加点儿班，争取按时完成。加班费我多付百分之三十。”吴森小声嘟囔：“早听我的多好。”

工作时，吴森指手画脚：“我早说了这么做不行，听我的，这个得这么做。”大家都挺无奈的。

常说“我早说了这么做不行”的人，是典型的狡辩者。一旦出现问题，他们的第一反应是我早说了这样做不行，这样他们就觉得自己没有任何责任。在尝到这样的甜头后，他们觉得下次再犯后就会重复以前的“成功经验”。

人们之所以喜欢找借口，是因为借口可以将事情往有利于自己的方向推进。喜欢找借口的人，认为一个合适的借口就能让自己逃避掉所有的责任。一旦养成找借口的习惯，遇事总是要先给自己找借口，一个

人的诚信度就会大大降低，变成一个不靠谱、做事拖拖拉拉、缺乏效率和进取精神的人。想要成功，首要的功课之一就是破除找借口的倾向。

【改善贴士】
把借口丢进垃圾筒，写下每一项你可能半途而废的理由，逐一把它们念出来，对自己宣布这些理由不能成为你的借口，不要容许自己有任何理由放弃自律。唯有不断在自律中行动，才有能力逐步达成梦想。

口头禅3 我没什么可说的…… 喜欢搪塞工作，马虎大意

月会上，所有人都阐述了自己一个月以来工作上遇到的各种问题，轮到冯越了，他淡淡地说道：“我没什么可说的。”便准备坐下。这时，经理说：“等等，冯越，这已经是你进公司后第10次月会了，你真的没有任何想法吗？”冯越脸上一红，结结巴巴地说：“我没什么可说的，也没什么想法。”经理心中默想：“这个人，要么是没能力、没想法，要么就是太喜欢搪塞工作了。”

每个公司都会有那么一两个人在会议报告的时候，总是爱说“我没有什么可说的”。这个人如同公司里的“透明人”一样，也许他们已经在公司呆了五六年的时间了，可是他的同事却还有很多不知道他叫什么的，他的上司也许会感觉他眼熟，但他也不知道他的名字，久而久之他就成了一个坐在办公室角落全身结满蜘蛛网的角色。

“我没什么可说的”，是前面的人把你想说的说完了，还是你从来就没有思考过什么事对公司有帮

助，或者你不敢说什么，害怕别人的目光集中在你的身上。

不管你是什么原因，一个出色的职场人一定要敢于说出自己的意见，让别人发现自己。在职场中，太需要我们毛遂自荐了，否则领导如何能从泱泱大军中注意到我们呢。而每次会议就是让你散发光彩的好机会。如果这样一个能被赏识的机会你都不能抓住，想要进入领导的视线就太难了。

搪塞也好，应付也罢，说到底，还是一种得过且过的心理。相传，五台山上有一种鸟，名字叫做寒号鸟，这种鸟有四只脚，翅膀上长了很多肉，不会飞。夏天的时候，寒号鸟的羽毛非常好看，于是它就对自己说：“凤凰都不如我美丽！”等到了冬末严寒的时候，它的羽毛就会脱落，像刚出壳的幼雏，它又会对自己说：“只要能够过得去，姑且就这样活下去。”总而言之，得过且过是一种懒人心态。不愿意付出努力，能将就的话就将就。这种心理，在工作中是极为有害的。

【改善贴士】
得过且过的人不是没有追求、没有能力，而是经常会因为懒惰放弃自己最初的想法，或者是懒得去行动。

我们常常会在前进的路上遇到各种艰难险阻，但任何时候我们都不能松懈、麻痹和动摇，这需要我们用强大的自律精神来约束自己的言行。

正所谓“行百里者半九十”，越接近终点就越难走好。这就告诫我们，做事情要持之以恒，善始善终，愈接近成功就愈要认真对待。哪怕走了九十九里，剩下最后一里没有走完，也算没有成功。如果坚持不到终点，就会失去差不多全部的意义。

母亲从阿富汗回来后就开始生病了 ②



[美] 威尔·施瓦尔贝 著
中国友谊出版公司友情提供

[内容简介]

这本书讲述的是“一位母亲、一个儿子和书的世界”。

得知母亲胰腺癌晚期后，威尔一直不知道该如何面对这件事并自然地跟母亲沟通。偶然的一天，他们开始阅读同样的书，两个人的读书会就这么开始了。借着阅读，他和母亲一起探讨了勇气、信仰、孤独、感恩、学习倾听甚至葬礼等多个话题，分享着各自对文字和生活的态度和观点。整本书笔触温暖，不仅是对母亲的追忆，也是爱书人的饕餮。

[上期回顾]

母亲看书总是先看结尾，她无法忍受在阅读中等待着发现事情将如何发展。

亲情故事

母亲和我都爱阅读一本小说的开场白。比如，“小男孩们早早地来看绞刑了”，这是我最喜爱的开头之一，出自作家肯·弗莱特的著作《圣殿春秋》。这样的开篇，怎么可能不想继续看下去？

有些小说家在开头就交代了故事的主线；有些在开头就埋下了伏笔；还有一些两样都没有，只用简单的笔墨交代场景或者描述一个人物，让读者感受暴风雨前的宁静。不少作者用类似“她所面临的人生巨变一无所知”的口吻来试图制造悬念，而恰恰这是最没必要的，因为人们永远意识不到自己的人生将以怎样的方式改变——这正是所谓的“难以预料”的本质。

所有人都无一例外。就像所有人都没有料到，母亲会得癌症。

2007年年初，母亲和父亲在佛罗里达的维洛海滩度过了几周，这个好地方是母亲晚年才发现的，她很喜欢这。有个喜剧演员曾这么说过佛罗里达：“那是个老年人搬去等死又死不了的地方。”我曾对母亲转述这句话，现在回想起来有些难过。

家里人都计划好了到达维洛海滩的时间，当时每个人都兴冲冲地忙得不可开交。我的哥哥道格、妹妹妮娜，还有我都在忙着手头的工作。父亲忙着代理他的指挥家、歌手和音乐家的音乐会艺术经纪工作。大家沉浸在焦虑、拌嘴和微不足道的病痛中（牙疼、头疼、失眠），还要记住家人的生日，安排庆生活动，讨论旅行计划以及行程安排……诸如此类，无穷无尽。我们家人之间还不断地狂轰滥炸一些建议，而且通常都以命令的形式开头：你必须明白……你必须阅读……你必须看……

当然，这些大部分都来自母亲。

如果我们家是个航空公司，母亲就是中心总调度，其他人都是机场上等待启航的飞机。我们不能直接飞向目标，一定要经过母亲的调度。她负责指挥我们，决定哪个人需要先飞，哪个人可以着陆。连父亲也无法幸免，尽管对于我们来说，母亲对他的掌控已经游刃有余了。

最让我们觉得困扰的是，必须小心翼翼地依计划行事。就像某架晚点的航班会导致机场大乱，调度备用机、航班滞后，乘客只能在走廊里休息等待结果一样，母亲也认为，超出计划的任何变化都能让我们的生活分崩离析。其结果就是，我的哥哥、妹妹，还有我，只要跟母亲商量过的行程有变，哪怕是最为微小的变化，我们也会心生恐惧。

那年2月，我给在佛罗里达的母亲打电话，说我决定坐下午从纽约起飞的航班，而不是之前商量好的早晨的航班，她只说：“哦”但我可以明显听出她声音里隐含的不悦。她接着说：“我原本想，如果你早上到，我们还可以去邻居家吃午餐，他们晚上就要走了。如果你坐下午的飞机来，就跟他们见不到面了。虽然我们下午可以请他们喝杯咖啡，但我们就没法去租车公司帮你租车了，就得换我开车去奥兰多接你妹妹了。算了，没关系。我相信我们有办法把该做的事情完成。”

母亲不仅仅安排我们的生活而已。她还帮助安排几百人的生活，几乎都是流浪妇女儿童委员会（她是理事长）、国际救援委员会（她曾经是董事会成员的联络人，也主持英国分会的创办事宜）、其他她曾任职或担任理事会的大型机构的请求。

在我成长期间，她担任过哈佛大学的人学主任，接着是纽约一所大学的咨询顾问，然后又是另外一所高中的校长。她与成百上千的学生、同事、儿时的玩伴，飞机和公交车上认识的邻座，以及她在世界各地旅行中遇到的难民们保持联系。母亲永远在介绍人、排计划、参加活动、提供帮助……有时她会抱怨太累，但显然，她还是乐在其中的。

花费母亲最多时间的，是一个在阿富汗建立图书馆的基金会。

1995年，她第一次去往阿富汗报道那里的收容所情况时，就立刻爱上了那里。她先后九次往返阿富汗，都是为了妇女委员会或者国际救援委员会的事务，深入了解当地收容所的困境。回到美国后，她呼吁建立法规来帮助阿富汗的难民，尤其在协助妇女与儿童方面。母亲为了难民的事务东奔西走，不仅仅是首都喀布尔，甚至走遍整个阿富汗，还曾在斯霍特一个破烂不堪的旅馆住了一晚，与她一起留宿的还有其他二十三人，而她是唯一的女性。母亲的足迹遍布全世界，包括东南亚以及西非的大多数国家。

这一年，母亲在佛罗里达度假期间，跟一位叫约翰·迪科森的人经常联系。约翰对于阿富汗的情况相当了解，他正全力帮助一位比他更精通阿富汗事务的人——八十岁的南茜·哈奇·达普利。母亲和约翰在巴基斯坦与阿富汗见过她很多次，他们想在美国成立一个基金会帮助达普利筹款，在喀布尔大学建立一个阿富汗国家图书馆（阿富汗境内还没有此类文化机构），在阿富汗全国各个村庄建立移动图书馆，提供达里语和普什图语书籍，帮助那些

没看过用母语写的书，甚至连书都没摸过的人阅读。他们近三十年来募集到三万八千册阿富汗史上非常关键的图书与文件，这是个从未有过的数字。书齐了，现在只缺资金和其他相关的支援了。

2007年春天，母亲加入了一个前往巴基斯坦和阿富汗的国际救援组织。这样她就有更多的时间与达普利一起筹备图书馆的计划。那是世界上最危险的地方之一，那一年还不到年底就有超过两百位美国人与盟军战士在那里丧生。对于其他家庭，有人要去阿富汗是难以想象的，可对我们家来说，这是一件寻常事。我甚至记不清母亲都去过哪些地方，因为她去过的国家太多了。

所以，我们从未想过这次旅行跟以往有所不同，甚至她回来后生病，我们也没有在意。因为她从一个战火肆虐的国家回来之后都会这样，比如从利比亚、苏丹、东帝汶、加沙、老挝、科特迪瓦回来后，她都出现过咳嗽、乏力、头痛、发烧等状况。但她总会打起精神来继续忙碌，直到这些病症全部消失。

我们一直认为母亲并没有什么无法治愈的疾病，她只是需要放慢脚步。可是她慢不下来。

书名：圣殿春秋
作者：[英] 肯·福莱特
译者：胡允桓

讲述了1120年英国皇太子William坐船于英伦海峡沉没，英王绝嗣后的政治动荡时代里，一个石匠家庭及其身边人发生的事。