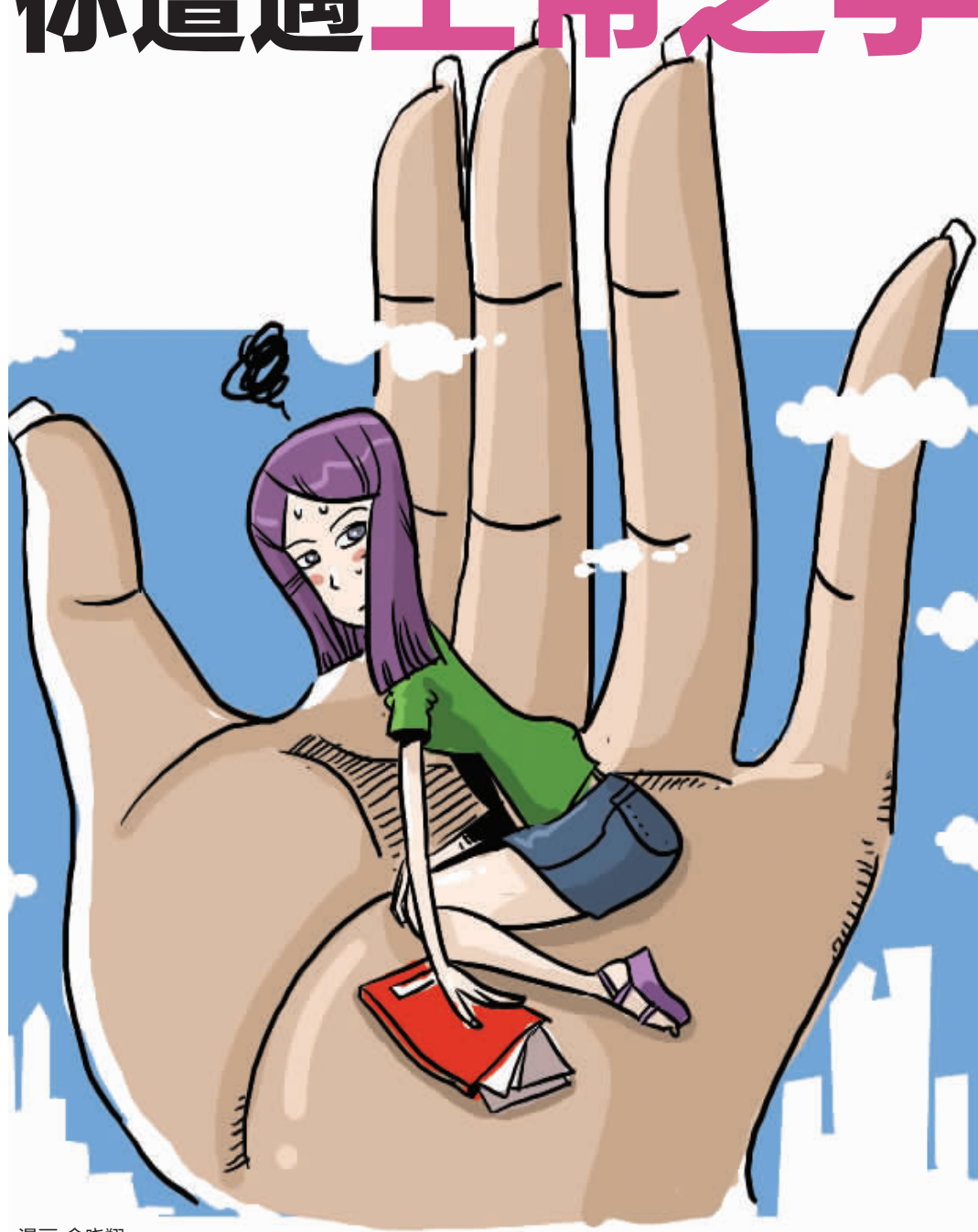


你遭遇上帝之手了吗?



漫画 俞晓翔

一部“时尚职场剧”《美女如云》最近在江苏卫视等台热播,演绎着美女们的职场奋斗史。剧中“两个嘴巴笑”的女主角吕笑笑,职场升迁全靠幕后“上帝之手”。神秘奖学金、每个月定期发来的学习案例、不断闪现的背影……危急时刻都是“上帝之手”派出各路人马帮她解决难题。吕笑笑的一切似乎都被这只“上帝之手”支配。

电视归电视,职场中,我们确实遭遇“上帝之手”——有一些职场问题我们总是挥之不去,每一次职场烦恼的“剧情”不同,但是原因都一样。我们总是在一个循环里难以走出迷宫。比如有人总是不敢对同事、上司说“不”;有人总处理不好和某位领导的关系;有人总是不停地猜测别人的想法,并不断地矫正自己的行为;有人一看到别人犯错误,就习惯性地死揪不放;有人坚持自己的想法近乎固执,即使最终迫于权威去做了某件事,心里也很不爽;有人看到令自己讨厌的人,即便他们没做对不起自己的事,也克制不住地厌恶……这些无形的“上帝之手”,控制你的心和行为,令你陷入不断的重复中,陷入无滋无味的生活中。

本版撰文 快报记者 史丽君

我永远不好意思拒绝别人的请求



苏苏 公司职员

我在单位是大家公认的大好人,无论谁需要我帮忙,我一准有求必应,就算是讲电话先提出结束通话我都不好意思。害怕冲突,害怕惹人生气,害怕被拒绝,渴望让对方满意,使自己成为不可缺少的人……这可能是我不敢说“不”的理由吧。我得到的是公司的好人缘,可慢慢地,我觉得有点苦涩。我首先想到的,总是别人舒不舒服,满不满意,忽略了自己的感受。而且我发现,我在同事中越来越像个“软柿子”,谁有不想做的难事、杂事,第一个想到的都是我,做

大好人让我筋疲力尽。

第一次敢于说“不”是在去年底,一位同事“赤裸裸”地要我在年底评优时把自己这票投给他,我感到极大地不被尊重。那次我纠结了很久,认真工作了一年,投给他,我内心不甘;不投他,他会不会生气,跟我关系处不好。最终我遵从内心的想法,委婉地拒绝了他。

说“不”后,我感到内心的轻松。我希望朋友、同事不再是出于客套或者出于利用别人的企图,而是建立在真诚和尊重的基础上。

如何摆脱不敢说“不”的上帝之手

你这么辛苦就能让别人爱你吗?你想过自己的需要吗?你可以拒绝别人的请求,接受自己吗?我们应该训练自己不再怀着负罪感,我们应该学着允许自己得罪别人,我们应该试着让别人来满足我们一直绝口不提的需要,而不是一味隐忍受罪。

喜讯: 引进美国高科技乳房检测仪
专家检测乳腺乳房健康状况
拨打 40060-30070 免费咨询电话
可获得免费乳房检测一次

泰秘·丽人会

美容保养之 燕鲍翅

299元丰胸

泰秘悄然挺 8 天疗程

www.155570.net

泰秘美胸术 10 天见神效 泰国风情主题会所

- ☑ 正宗泰式丰胸, 效果有保证
- ☑ 豪华私密环境, 阳光包房服务
- ☑ 天然植物配方, 用品不含激素

凭广告**免费领取** (共500付 每人一付 送完为止)
泰秘8小时丰胸魔贴

湖南路店地址: 湖南路 253 号湖南路商场对面巷口 2 楼 电话: 025—83436570
新街口店地址: 新街口王府大街王府国际花园 3 幢 102 电话: 025—84443102