



职场吐槽

身在职场,不管你是职场菜鸟还是职场达人,其实大家都有一些问题不知如何解决。HR面对面,让你听听专家们的意见。你可以在新浪微博@818小生活,或者发私信给我们,也可以发送邮件到xdkbzc@126.com,我们会邀请专家为你答疑解惑。

今天我们邀请人力资源经理张伟来为你答疑解惑。

跟同事吐槽工作
当心越吐越糟

网友吐槽:

最近遇到一件烦心事。我跟一个同事吐槽抱怨工作,结果前两天领导话里有话地跟我说,工作要怀着感恩的心,别动不动就抱怨。我顿时觉得是同事跟领导去打小报告。工作是不是不能跟同事抱怨啊?

张伟:首先,抱怨不是一个贬义词,本质上说,这是人之常情,是一种情绪的宣泄。适度的宣泄,可以缓解一部分工作压力,调节心情。你说一个职场人对工作从来没有抱怨过,我觉得这是不可能的。不过案例中那个领导所说的“感恩”的心态我并不是很认同,每个人的确要怀有积极健康的心态,去努力为雇主企业创造价值,实现个人发展。但是员工和企业,不是从属的角色,“感恩”用词不准。

但是抱怨要分清时间和场

所,这是一种私人感受,在工作场所和时间不适合讲。其次,也要分清清楚听众,你吐槽的对象把你说的话传到了老板耳朵里,那么显然,他不是你值得信任的人,所以吐槽要因而异,如果是普通的同事关系,还是谨慎为宜。除非确认是“死党”,否则不建议吐槽。

另外,抱怨的尺度也要注意,有一个禁忌是不要去批评直接上司的能力和领导风格,传播不确定的小道消息,否则会带来麻烦。不过如果同事在你面前抱怨,你什么话都不说显得虚伪,

别人很可能就不愿意再跟你交流。我建议参与抱怨工作的话题时,可以针对一些福利类的东西,发两句牢骚。每个人有切身感受,不是那么敏感的事情,这样的牢骚抱怨是安全的。

如果判定目前环境不适合自己,比如因为薪酬待遇、人际关系的不可逆因素,我也不建议多加抱怨,反倒应该做好个人积累,暗中寻找机会,在同事面前抱怨,甚至怂恿别人离开,这都不是一个有利的举动,反而过早暴露了自己可能要离开的意图,

一旦被领导获知,将带来不利的后果。

另外,当你在听别人抱怨时,要有一个个人评判的标准,甲对这件事情不高兴,但可能你可以接受。这时候,不能人云亦云,要有清醒的头脑,冷静地想一想,看看是不是别人吐槽的不利因素足够影响到你的现有工作,别听别人一吐槽,互相鼓励,结果两人都都不干了。不如从积极的方面处理它,不要过多表明自己的意愿,也不要受别人的鼓动。

现代快报记者 王凡

职场测试

你是一个从众的人吗

从众俗称“随大流”。我们一边希望自己独立有范,一边又希望自己能够融入群体中。纠结的你渴望知道自己在人群中到底是那“墙头草”还是“屋顶花”。下面有十道有意思的题目可以测出来哟。

1. 最近你发现xxx电影在网上的评价很高,你是否会有想去电影院看一下的冲动?

- A. 有——3分
B. 没有——2分
C. 会先看一下里面的演员名单/故事梗概再决定——1分

2. 假如你参与了一个团体,团长因为某些原因可能在做出决策的时候会照顾大多数人的意思,如果这个决定对你会造成一定的损失,你会?

- A. 觉得少数服从多数忍了吧——3分
B. 怎么可以这样,我要找团长理论——2分

3. 你去一个完全不熟悉的地方旅行,路上有很多的小路,你怎么选择?

- A. 走那条人迹多的路,即使另外一条路更漂亮——3分
B. 跟着自己的感觉走,相信自己的选择——2分

4. 当你发现工作中老板的某个错误,而你身边的人即使知道却没有提出来,你会?

- A. 觉得前辈都没有指出来,可能是我自己的错误——3分
B. 找机会告诉老板——2分
C. 压在心里不告诉任何人——1分

5. 对于近几年流行的服饰鞋子,如UGG雪地靴, crocs鞋以及celine包,你是否也是你的心头爱?(男生请自动切换成兴起的各种电子产品)

- A. 很喜欢,买了或者想

买——3分
B. 不是,它们丑爆了——2分
C. 没感觉——1分

6. 你对自我的评价是否很高?

- A. 不是——3分
B. 是——2分
C. 大部分是——1分

7. 如果近期发生了一些事情,社会上舆论很多,你是否会因此参加有关的讨论活动?

- A. 会——3分
B. 不会——2分
C. 看具体情况——1分

8. 假如你走进超市,看到进去的地方摆了一堆码好的促销饮料,你是否会因为别出心裁的摆法而买一瓶呢?

- A. 会,并且这种事情时有发生——3分
B. 不会,不需要我就不会买——2分
C. 会根据自己的需要做决策——1分

9. 如果你看到别人在你面前闯红灯,你也会闯红灯吗?

- A. 会——3分
B. 不会——2分
C. 看情况而定——1分

10. 假如现在正在举行一场投票活动,你认识的人都给了你一个你不认识的人,你会不会将自己手中的支持票也投给他?

- A. 会——3分
B. 不会——2分
C. 看具体的情况——1分



[查看结果]

8-15分: 权宜利弊型

你是一个有自己独立判断的人,但是有时候迫于群体的压力,你也会暂时在行为上附和他人。你虽然内心怀疑这个选择或者这种做法的正确性,但是往往也会在内心告诉自己也许大家的选择也可能正确。亲,这种时候内心的怀疑也会折磨你哟,让你产生一些焦虑情绪。所以坚持你的客观评价标准不变,会让你在做决定时更容易。

16-23分: 独立型

你是一个自我评价很高的人。个性独立较强的你较少从众,你有一套自己的客观标准,你评价问题客观冷静,往往能够想到一些他人所想不到的面。你在别人的眼中是一个很酷的人。不过,个性独立的你可能面临的群体压力也很大,有时候甚至会让你难以适应群体。所以偶尔的小服从会让你更可爱哟。

24-30分: 从众型

你是一个个性随和不喜欢计较的人。你有很强的社会适应能力,能够很快地在人群中找到自己同类。你喜欢大家一起工作一起解决问题,你觉得团体的利益要大于个人的利益。为此你愿意牺牲自己的利益。你很享受大家在一起的感觉。亲爱的你也怕被孤立,有时候哪怕心里不愿意,也会迁就他人。宝贝,不要太委屈自己,保持自己的客观评价标准,你不仅不会失去朋友,他们反而会更加喜欢你哟。

(测试由壹心理提供)

职场穿搭

瘦子更适合
线条利落的服装

若讲穿衣要诀,你能脱口而出的是什么?“横纹显胖,竖纹显瘦?”也许你认为这没什么,地球人都知道。然而,正是诸如此类的规则对衣着美丑产生潜在的影响。其实这只是冰山一角,还有更多不为人知的非常微妙和神奇的重要定律隐含其中。



瘦削的人适合线条利落的服装,丰满的人更适合线条圆润的服装



双排扣最显胖,单排小扣最显瘦

我常常看到客户因亲眼目睹着装局部调整后产生神奇变化而激动不已,说起来我每次动手进行的调整都是微乎其微的,有时甚至只是挡住一颗纽扣或挽起两个袖管。但这真的瞬间提升了人的外观形象和心理自信,有些人也真的因此重新认识了自己。

常有人问我是如何独具慧眼和妙手回春的,其实如果你可以透过现象看本质,跳出常态看人体,着装就会很简单。当然,很多时候人们还是不解,因为大家通常不会想着要变换一种角度,以艺术家的眼光看待我们的身体。

艺术家仅用简洁的线条,就将形态各异的女性形体描绘得入木三分。实际上,现实世界的人体就是线条的集合。在我们的身体上,分布着状态各异的线条,或直或曲、或横或纵、或粗或细、或虚或实。它们变化丰富,以不同的表情和特征操控着我们的外形和感觉,甚至是着装的美丑。想想看,为什么瘦削的人穿利落线条的服装更好

看,丰满的人穿圆润线条的衣服更自然?那是因为骨感和浑圆的身体分别以直线和曲线为主,而按照顺应原则,合顺自身线条特征就会更容易得到相容宜人的着装效果。同理,当你身体上的直线和曲线区分不明显时,服装上的“曲直兼有”则是最适合你的选择。

此外,线条的路径和方向变化也会给人带来不同的心理感受。例如,直线强调棱角,给人以坚毅感;曲线强调圆润,给人以柔软感;垂线产生高而窄的效果,增加高度;水平线产生短而宽的效果,缩短高度。如果想要强调身体某部分特征或传递某种特定感觉,你可以通过选择特定线条特征的服装进行增强或对抗。例如,当你想增添女人的妩媚与柔和感,即使本身是直线型,也可以选择弧线为主的服装对抗身体角度,增加柔软的效果。当想给人严谨、果断的印象,多穿直线条的服装就能强化身体的棱角,增强坚毅感。

梁艳《衣服会说话》