

与“问题”上司共舞

追随一个眼高手低、或嫉贤妒能、或吹毛求疵、或霸道专断、或多疑敏感的“问题”上司，并且还必须为他效劳，是件十分头痛且憋气的事。因此，一些初涉职场的青春年少便着手“策反”，或者刻意为上司制造点麻烦，让他的工作失误受挫；或者坚持不合作态度，不让他安坐其位，或者在他晋升的道路上放块“绊脚石”……

如果你不幸“栽”在“问题”上司的麾下，要想及早出人头地成就自己的事业，最好还是忍气吞声、委曲求全，继续在一旁辅助他，表现恭顺，对之言听计从，不断为公司缔造功勋，再功归上司，促使他早日晋升，这样你就可以摆脱他的钳制，安然无恙地脱离苦海。

【指点迷津】

遭遇眼高手低的上司 化鄙视为中心

徐刚在一位 40 岁上司的手下工作，尽管他的学历比上司高，处理问题比上司果断，可上司事无大小，不是对他表现出不信任，就是处处刁难，搞得他很没面子。一次，徐刚受命策划公司组团到南方考察的报告，虽然他对考察路线特熟，但根据以往经验，必须请示上司，没想到上司毫不客气地责骂他：“你有这么高的学历，怎么连这点小事都做不了，干什么吃的！”他好想与上司吵一架，但他还是哭脸装作笑脸迎：“你是头，我怎么能做主呐，我得先请示你嘛。”也许是徐刚的忠心感动了上司，从此上司不仅再也没有为难他，而且还给予他不少关照哩。

其实，遇上这种眼高手低的上司，无论你遭受的委屈有多大，自己先不要心存偏见，以为上司总是故意针对你，处处为难你。事实上，你刚到公司，他根本对你认识不深，谈不上喜欢或厌恶，这只能是上司对合作未深的下属常采取的挑剔态度，以保证个人的上司威严不受侵犯，因为你学历比他高、能力比他棒、思维比他活，以致对你心存怯惧，首先对你来个“下马威”。如果你采取鄙视的态度，受苦受难的只能是自己。

遭遇嫉贤妒能的上司 化愤怒为谦逊

在众多的问题上司中，最令人感到困扰和棘手的便是妒忌下属能力的上司。广告公司的丽鹃凭着对市场的敏锐观察和开放的思维方

式，设计的广告不仅赢得客户的喝彩，也受到老板的嘉奖。可她的上司却认为，她完全是靠运气和年轻美貌才博取老板的欢心，因此经常含沙射影地攻击她。好几次，丽鹃都想对上司破口大骂，然后拂袖而去，可她太珍惜这个职位了。她决定智取上司的信任。在一次总结会上，她说：“成绩的取得并不能说明我有多能干，全赖上司给了我施展拳脚的机会，是上司参与设计、帮我修正的结果，应该功归于他才对。”为了表现她的诚意，她常当着同事的面故意将上司对她的帮助渲染一番。果然，上司攻击她的声音越来越弱，最后成了她的良师益友。

丽鹃面对嫉贤妒能的上司，尤其是他还利用手中的权力攻击自己，她真的很想作出愤怒的反抗。但她意识那样只能使人际关系变得更糟，因此，她选择与上司结成同盟的策略，以谦逊的姿态处处对上司尊重，同时把所有成绩的取得功归于上司的帮助等。如此，上司怎么不会对她的刮目相看哩。

遭遇吹毛求疵的上司 化不满为尊重

对于职场新人来说，最苦恼的事情莫过于遇到一位处处爱吹毛求疵的上司，他的批评足以令你感到自己真的是一无是处。

如果你的上司是这样的人物，首先不要怀疑自己的办事能力，必须客观地分析你与上司相处不愉快的原因，也许问题不一定出在自己身上。因为职场中的人际交往，要接受每个人有不同的处事方式，上司的意见未必全对，但你必须将自己的一腔不满化为尊重他的行动，尽管你多么不愿意遵照上司的指示，也不可



他发生冲突，令彼此的关系日趋恶化。与其绞尽脑汁改变上司的性格、处事方法、待人方式乃至决策，不如学习遵从他的指示，圆满完成任。既然他是上司，某些情况下，除非你打算辞职，否则必须配合上司工作。当然，这并不是表示你不能与上司讨论所持不同的观点，乃是承认他有最后的决策权。其实，每个上司的希望都是一样——令工作进行，用最少的财力、物力完成任务，所以有时确是职员本身的效力未如人意，上司才会发出怨言，他既然能做到上司这个职位，自然有他的长处与才华，因此，有时下属也不可仇视他爱吹毛求疵的习惯，与上司故意抬扛。

遭遇霸道专断的上司 化怨恨为忍耐

在这样的上司手下做事是最压抑的，他需要的下属是惟命是从。如果你没有较好的忍耐精神，引火自焚的一定还是你自己。

华坤是川大的高材生，对企业管理工作颇有研究。虽然他对上司霸道专断的工作方式也像其他同事一样积蓄着满腔的怨恨，但他并不想做无为的牺牲，也不想做愚蠢的抗击。公

司准备新上一项小产品，安排他与上司共同论证。上司认为像这种带有污染性质的项目，可以在各种管理不规范的空隙迅速上马。华坤感到事态发展的严重性，便说：“我倒不这么认为。现在环境问题引人关注，预示着对企业行为规范的开始，说不定项目上马之日就是停产之时……”“胡说，你难道比别人聪明？按我说的做，错了我负责。”没容华坤说完，上司就打断他的话。“这仅仅是我个人的愚见，只要你认为是对的，我会按你的指示认真办理的。”华坤忍耐着屈辱，微笑着向上司表明工作态度。结果，他们的项目刚刚上马就被政府以污染环境查封。从此，上司对华坤的意见再也不敢不听了。华坤在自己的正确意见受到霸道的上司攻击时，心中的愤怒可想而知，但他强忍屈辱，并微笑着对上司表示“只要你认为是对的，我会按照你的指示认真办理”，从而，既消除了上司对他“犯上”的看法，也向上司表明了绝对服从的态度，更重要的是，他用“柔中带刚”的忍耐策略，暗示上司“事实会证明谁是谁非”，自己的智慧最终得到上司的认同。

(姚扶有)

爱的教育

改变赛赛的不爱学习



在最近的家长咨询会上，家长关心的焦点不约而同地集中在“孩子不爱学习”这个问题上。

赛赛妈妈非常气恼 10 岁儿子的不努力学习，一口气列举了孩子在学习上的种种不良表现，比如回家先玩或看电视，做作业拖拉、漏做题目，甚至说谎不交作业等，她尤其强调了儿子对学习 的态度，说儿子一听说学习就哭丧着脸，一脸痛苦模样，怕苦怕累，还经常说“读书太苦啦，要是不上学就好了”。赛赛妈妈说自己一听到儿子发牢骚说“读书苦”就恼火，经常劈头盖脸一顿教育，弄得儿子情绪更加糟糕。

问赛赛妈妈觉得孩子读书苦不苦？回答：“当然是苦的。”又问：“既然知道苦，为什么不接受孩子说读书苦？”答：“不吃苦又怎么能读好书，将来有好前途呢。”

问题就出在这里。在我们周围可以看到越来越多视学习为苦差，愁眉苦脸勉强学习的孩子，

也越来越多因为厌学而休学，或者因为精神压力太大而生病不能完成学业的孩子。对于这一切，大家都认为是现在的孩子太娇气，或者家长宠爱过头，学习习惯不良造成的。究其根本原因，是因为在大多数家长的教子理念中，快乐与学习是对立的，读书是跟痛苦划等号的。

心理学研究证明，人的本能都是“驱利避害”的，每当人遇到痛苦的事情，心理上就会产生“痛苦—回避”以保护自己免受伤害的防御机制。家长在教育孩子的过程中，向孩子灌输“吃得苦中苦，方为人上人”的学习理念，在孩子心里埋下了“以学习为苦”的种子，造成了很多逃避学习、不爱学习或者勉强学习、内心不快乐的孩子。

现在的孩子学业负担很重，确实很辛苦。但辛苦并不等于痛苦，战胜困难，获得自我价值感，或者为自己的爱好而辛苦付出，这样的“苦”可以带来快乐感，带来努力和坚持，带来孩子学习的真正动力。所以，培养热爱学习的孩子，家长要帮助孩子找到学习的乐趣，找到孩子在乎的学习价值。

在咨询会家长讨论中，赛赛妈妈说自己孩子从小喜欢做老师，我们就指导家长与孩子沟通，引导孩子明白，做老师首先需要努力学习具备别人的资格，鼓励孩子在学习上争先。同时与学校老师联系，创造机会让孩子当小老师，给孩子实现自我价值的良好感觉。结果赛赛的学习积极性大大提高，学习成绩也有了明显提升，更重要的是，赛赛在学习中变得更快乐、更主动了。

(吴亦君)

现代人五种坏心态

每天往心里装垃圾还是装阳光，取决于心态。下面 5 种心态是现代入常有的，会使我们的内心充满烦恼却少有快乐。

1.冷漠心：事不关己，高高挂起。在钢筋水泥的城市丛林中，在越来越多的骗局面前，人们纷纷隐藏自己的心。在“小悦悦事件”中，那么多人袖手旁观，明明只是举手之劳，却没有一个人伸出援手。在广州、北京等城市，一些年轻人组成“抱抱团”，希望以拥抱冰释陌生人之间的冷漠，却频遭冷遇。诚然，冷漠是现代入自我保护的手段，但人生最美好的恰是交流时的温暖。时常问候和关心需要帮助的人，在给别人温暖的同时，也会给自己带来喜悦和活力。

2.怯懦心：不敢尝试，人生留憾。新来的推销员问导师：“我总不敢敲客户的门怎么办？”导师说：“敲门后最坏的结果是什么？”“被赶出门。”“可你本来就在门外，最坏的结果也不过是回到门外，还怕什么呢？”因为害怕失败，我们不敢尝试很多事；不敢向所爱的人表露心迹，不自信有能力做喜欢的工作，怯懦心埋没了爱与创造力，给人生留下遗憾。可不敢尝试的结果也不注定是失败吗？所以不妨去试一把，至少还有成功的希望。

3.猜疑心：捕风捉影，怕被算计。不少人喜欢捕风捉影，怀疑伴侣有外遇；还有人猜忌同事，生怕被算计。这种恶意揣测

一切的心态让身边人疲惫、厌恶，也让自己生活在不安中。要将身边的世界看成自己的镜子，自己以坦荡、善意和信任来对待身边世界，才能收获别人的坦诚和友爱。

4.逆反心：太过自负，不善聆听。为什么要我加班？你不是我上司，凭什么命令我？即便你是上司，又凭什么冲我发脾气？类似问题只要一闪念，你就处于逆反中了。逆反就是自负，会使心走上歧路。奥地利著名心理学先驱阿德勒曾说：“所有神经症都是自负的。”一项调查显示，凡逆反心强、喜欢与人作对的人，其职场路会越走越窄。古人云：“谦则受教育有地，而取善无穷。”因此，放下逆反心，聆听前辈的智慧，虚心学习同辈的经验，会使工作顺利、内心和谐。

5.攀比心：太好面子，嫉妒心强。看到别人学历比自己高、挣钱比自己多、房子比自己大……人住住就会自卑，随之而来的是妒忌、怨恨。其实，自卑与傲慢并无本质区别，都是基于攀比心，心理学称为“卑慢”：比别人强就傲慢，比不上时就自卑。克服攀比，重要的是跟自己比，今天比昨天有进步就值得满足。知道自己想要什么，心才不会在嫉妒的苦海中沉浮：“幸福不是房子有多大，而是房里的笑声有多甜。”

(据《生命时报》)