

五个职场坏习惯让你变成“众人嫌”

1.发出莫名其妙的噪音

莫名其妙的噪音,没有任何悬念地成为了让人抓狂的办公室坏习惯之首。虽然绝大部分白领都不希望一整天办公室里都没有一点声音,但是如果是过度的重复的噪音,则会让人心烦意乱。

想想看,如果你正在工作,而隔壁隔间里的女同事却在不停地弄出短信、微信提示音,你还会心情继续工作吗?除了这些提示音,像大声讲话、吹泡泡糖、吃冰块和薯片,小声唱歌,不停地清喉咙等等,也是应该尽量避免的。

2.在电话会议或是视频会议时引起混乱

在开电话会议或是视频会议的时候,一些你觉得没什么的小声音可能会在耳机里成为惹人心烦的背景音。不要觉得参加会议的人只能听见讲话的声音,否则你就是太低估话筒的能力了。

通过你的话筒,大家肯定能听出你正从塑料袋里拿出一块椒盐饼干,或是在喝热咖啡。这些声音很容易让人分心,从而无法集中精神。

3.散发出强烈的气味

也许你太喜欢蒜蓉面包或是蘸了

蒜酱的饺子了,但是你的同事可不一定跟你有同样的喜好。如果你带着一股大蒜味或者韭菜味走进办公室,那么也许惹恼的不仅是同事,还有你的顶头上司。

除了食物,还得注意你使用的香水或化妆品,浓重味道的香水绝对不适合出现在办公室。因为它们除了把同事们熏得头昏眼花外,也只能让别人怀疑你是不是有什么异样的体味需要这么浓烈的香水来帮你掩盖了。

4.不分时间地点地闲聊

在办公室里最首要的任务,毫无疑问,是把工作做完。如果你把太多的上班时间浪费在闲聊上,一定让别的同事非常恼火。你要学会观察同事的肢体语言。

你在跟他们讲述自己周末的旅行时,他们是看着你的眼睛,还是盯着自己的显示器呢?如果是后者,那就赶

紧闭上嘴,回到自己位置上干活吧。而且,在以后的时间里,除非同事特意问起,否则就再也不要提起这个话题了,因为除了你自己,大家根本对你钓了几条鱼开了多远的路不感兴趣。

5.入侵同事的私人空间

在办公室里,什么样的行为算是入侵他人的私人空间呢?比如说不请自到,去别人的格子间里借一下订书器、双面胶等,这就是典型的惹人烦的行为。

虽然办公室的格子间并没有门,但却建立起了一个私人空间。即便是你自己一个人坐在办公桌前对着电脑的时候,也一定不喜欢有人没打招呼就过来告诉你说“嘿,原来你也常逛这个网站”吧?所以,请换位思考,记住照顾别人的感受。

(据爱美网)



在人际交往中，心理状态不健康者，往往无法拥有和谐、友好和可信赖的人际关系，在与人相处中，既无法得到快乐满足，也无法给予别人有益的帮助。

为了拥有和谐愉快的人际关系，社会心理学家归纳出以下几种常见的不良心理状态，请女性朋友在与他人交往中努力避免。

人际交往中的八种“坏”心理

1.自卑心理

有些女性朋友因为容貌、身材、修养等因素,在与他人的交往中有自卑心理,不敢阐述自己的观点,做事犹豫,缺乏胆量,习惯随声附和,没有自己的主见。

在交流中无法向别人提供值得借鉴的有价值的意见和建议,让人感到与之相处是浪费时间,自然会避而远之。

2.嫉妒心理

有人说嫉妒是女人的天性,尤其在与人的来往过程中,这点女性朋友要格外注意!和人交往时会出现以下情况,针对别人的优点、成就等不是赞扬而是心怀嫉妒,企望着别人不如自己甚至遭遇不幸。

试想,一个心怀嫉妒之心的人,绝对不会在人际交往中付出真诚的行为,给予别人温暖,自然不会讨人喜欢。

3.多疑心理

朋友之间最忌讳猜疑、无端怀疑别人。有些人总是怀疑别人在说自己的坏话,没有理由地猜疑被人做了对自己不利的事情,捕风捉影,对人缺乏起码的信任。

这样的人喜欢搬弄是非,会让朋友们觉得她是捣乱分子而避之不及。

4.自私心理

有些人与人相处时总想捞点好处,要么冲着别人的位置,要么想从别人那里得点实惠,要么为了事之求,如果对方对自己没有实质性的帮助就不愿意和对方交往。

这种自私自利的心理,容易伤害别人,一旦别人认清其真实面目后,就会坚决中断与其交往。

5.游戏心理

在与别人的交往中,缺乏真诚,把别人的友情当儿戏,抱着游戏人生的态度,不管与谁来往都没有心理的深层次交流,喜欢做表面文章。

当别人需要帮助时,往往闻风而逃,这样的人无法结交真正的朋友。

6.冷漠心理

孤芳自赏,以为自己是人中凤、天上仙,是人世间最棒的,把与人交往看成是对别人的施舍或恩宠。

自我感觉特别良好,总是高高在上,端着个架子,一副骄傲冷漠的样子,让别人不敢也不愿意接近,自然不会拥有朋友的。

7.成见心理

对己自由主义,事事放纵;对人马列主义,事事计较,而且极为刻薄。因为一件事情而对别人怀恨在心,心生怨恨,从此认定对方不值得交往。

这样的人,在人际交往中往往容易走死胡同,与事与人斤斤计较,朋友会越来越少。因为没有一个人是永远不犯错误的,不懂得原谅,就不会长久地拥有友情。

8.伪装心理

有的人在现实中总是习惯伪装自己,展现出来的往往是你自己不真实的一面。

如果一个人总是擅长说甜言蜜语、送“糖衣炮弹”,刚开始还能让人接受。但时间一长,不仅交不到真朋友,自己的心理也会备受压抑。

(新华)

