

因为耿直 踩雷 你可能需要一份 职场委婉语手册

给与

提建议原本出于热心,但如果明明不了解还过度强势,就会让人反感。

不存在什么顶级职场术语,交流的时候对任何人 无论前辈、平辈、还是后辈,都相互尊重,注重效率,那你说说话做事一定不会太离谱。

沈杰群

直球 性格成为初入职场 的致命伤

短短一周内,玉希已经六次和客户、同事发生言语争执。组长经过玉希的工位,恰巧听到她满脸烦躁和客户打电话,反复强调希望您也配合我们工作好不好 这是我们的工作需要 组长找玉希谈话,让她反思一下自己的沟通能力是否过关。

玉希不理解,坚持认为是客户无理取闹。她把一些火药味浓重的聊天记录转发给闺蜜:你看到到底是谁的问题?闺蜜很快回复:我很好奇你是怎么做到每句话都精准踩到雷点的?简直想给你开门课,教你如何在办公室不被人打。

95后姑娘玉希,性格直爽,心里不藏事,不喜欢拐弯抹角。这样的直球性格,在学生时代是很讨喜的。然而进了狼性职场,玉希的直球反而成了雷点。她发现,从前那种不委婉不周全的说话风格,时常变成自己初入职场的致命伤。

比如有一天开会,当时,玉希所在小组没能按时完成项目进度,上司让所有成员依次说不足之处。玉希发言时

人、哪些风格的话听着不舒服 这样的话千万要忍着不出口,别重蹈覆辙。

于是,玉希遇到拿不准分寸的对话,不再随手回复,而是会请教一下朋友 这么说话合适吗?有没有更好的建议?

工作之余,玉希也会去社交网络看一看相关帖子、小组讨论,从网友的困惑里反观自我存在的缺陷。玉希看到,一些关于文字交流的 互助联盟小组,有人问,除了 嗯嗯 好的,如何回复领导才能显得自己不敷衍?有人回答:可以说 好的,然后叙述自己要做的事,或者反思过失,保证以后避免同样问题。这让玉希觉得 学到了新知识了。

渐渐地,玉希积累起了一些 职场委婉语 的有效经验和小规律。例如,在和上司汇报工作时,不要只强调自己做了什么,而要更有团队整体意识,突出个人和团队的紧密配合感。

又例如,谈工作时,少使用带有强烈主观色彩的形容词,多采用就事论事的客观描述;慎用标点符号,不用情绪强烈的表达,对问题不作 发散性延伸;不要过度重复自己单方面的诉求和焦虑感,多换位思考,让对方感受到平等和尊重。

通过反思失败说话案例,玉希琢磨出来,可以先简洁而清晰地列出自己的需求和规划,征得对方同意后电话沟通,展开细节,挂电话后再整理出大致沟通结果,同步给对方。

目前,玉希职场说话踩雷的情况有所减少。她感慨,没人会给你一本现成、完美的职场说话手册,但有自省意识,慢慢地摸索不是坏事。

会说话 的本质是讲究 效率与尊重

90后姑娘思含是同事、朋友和家人眼中 说话封神 选手。高能玩家的过人之处,往往不是体现在锦上添花,而是雪中送炭 当周围人碰到棋局难破的语言困境时,只要让思含出马,必能迎刃而解。

在团队协作的公司里,项目成员之间磕碰摩擦是难免的,思含总是有本事化干戈为玉帛,一番话说得大家心服口服,继续投入工作,不计前嫌。

有一次,思含负责的项目里,两个下属互相指责对方不作为。这两人,一位性格直率,另一位心思敏感,针尖对麦芒,谁也不让谁,甚至在办公室大吵大闹,周围人怎么劝都不行。

思含来了,她既没有斥责谁有错,也没有袒护谁,而是站在他们面前说:我先道个歉吧,是我的错,团队没带好,让大家心里不舒服了。如果你们愿意接受我的歉意,那咱们单独聊聊。

那两位见状一愣,这个情况他们都没想到,顿时收敛了很多。思含知道,那个心思敏感的下属,其实内心非常希望别人主动接近他,只是找不到表达的契机。

听到思含说的这番话,直率下属思考了一阵子,然后主动找到 敏感下属,借约饭的契机搭话,两个人达成和解,又重新回归到平和的合作关系中。

所有人都夸思含深谙 职场委婉语言学,时不时就有初入公司的新人想向思

点 评

沟通无需照搬 话术,相互尊重理性表达

浙江工商大学杭州商学院 来半分

职场中好好说话,到底难不难?掌握丰富的职场委婉语,是先天的情商高,还是后天修炼的结果?小L作为一名大学辅导员。在一次内务检查中,她的班级男生寝室内务不合格。为此,学办主任通知所有的辅导员老师,要召开关于内务整理的反馈会议。但是小L会上才知道有一个环节是班组长上台做检讨。她是一个工作认真、自尊心也很强的新老教师,眼睁睁地看着她的班组长低头认错,脸上火辣辣的,好像是自己被打脸一样。

小L憋了一肚子气,感觉自己是最后一个才知道事情真相的人。会后,她非常冲动,当众质问学办主任为什么要用这种形式反馈,措辞激烈,情绪激动,结果就是领导和同事都很尴尬。后来,小L冷静下来,才意识到对自己的直接领导发火,实在不妥。犹豫了几天之后,小L还是去找学办主任道歉了。总之,这件事就是让人很尴尬。

事后,小L好好反思了一下,自己说话为什么那么冲,为什么不能委婉一点?其实,小L和故事中的玉希一样,他们都是性格直爽、说话直接的脾气。但恰恰是这个脾气,影响了和别人沟通。

问题的根源在于沟通方式。那么沟通是如何产生的?沟通就是意义的传递与理解。信息的发送者把自己的想法通过编码生成信

如果连学习内容都不了解,只看名称,望文生义,不知道这个专业想培养什么方向的人,填报志愿就容易陷入误区。

黄彬彬

小红的梦想是成为一名心理医生,于是高考志愿填报了综合大学的心理学专业,被顺利录取。然而学了一段时间后才意识到,从心理学专业毕业后只能成为心理咨询师,不能成为具有诊治和处方权的心理医生。她决定转专业,却发现只有考到前几名才有转专业的机会,而且很多专业都不是想转就能转。于是她决定考医学类的研究生,又了解到只有本科是医学专业才有报考资格 我总不能复读吧!小红特别郁闷,感觉自己跳进了一个大坑。

其实并非心理学专业 有坑,而是她在填报志愿前,没有弄清楚心理学专业的典型就业领域。心理学专业毕业后可以从事人力资源、教育培训、心理咨询、用户研究等工作,其中并不包含心理医生。虽然都有心理俩字,但具体职业方向还是差别很大。除了典型的就业领域,考生在报考一个

息,然后通过一定的渠道传递给对方,对方根据接收到的信息进行解码,也就是理解信息的含义,并最终进行反馈,这是一个完整的沟通过程,沟通中信息的传递实际上包含了双方的情绪。

以玉希和小L为例,她们以自己耿直 的方式进行信息编码,然后传递给对方,所传递的信息带有非常强烈的主观色彩。作为她的客户、上司、同事,用自己的解码方式进行信息的解读时,自然也接收到了这些饱含情绪的表达,然后问题就产生了。因为对方感受到来自信息发送者的攻击与敌意,自然会引起不快。

反观思含,她在进行信息传递的时候,较少用到极端的、强烈的个人情感语言,能够考虑对方的感受与情绪,站在对方视角来进行自我意见的表达,所以,对方在进行信息解码的时候能够感觉到来自思含的善意与尊重,觉得平和舒服,双方都保留了基本 体面,交流留有余地。

当然,上面只是从沟通的本质分析了玉希、小L与思含在沟通模式与效果上有差异的原因。那么,玉希与小L如何改善,才能够像思含一样掌握更多的 职场委婉语 呢?

其实思含也不是先天的高手,而是在 踩雷 之后,先学习如何与人交往,从语言上尝试 婉转的引入+直接

的表达,最后领悟到成功的沟通,是来自于内心的尊重。

这个进阶之路,与其说是对语言的修炼,不如说是对如何处理职场人际

系思维方式的修炼。玉希痛定思痛后,终于能够意识到症结所在,虽然最初只是单纯地模仿,但多思考,多积累,慢慢就养成自省的意识,沟通技巧上也能够逐步提升。

现在的职场新人,以90后、00后为主,由于成长环境单纯,步入职场后,还需要更多的社会环境历练,增强对他人的感受力。有些年轻人可能认为直接表达是彰显个性,而委婉表达是虚伪和客套。这种想法和做法到了职场,也许会被认为没有礼貌,不懂尊重,处事缺乏理性。说明他们对于沟通带来的负面效果,人际关系的处理等相关方面,思考甚少。

其实,委婉表达并不是要照搬生硬的术语,而是要从心里理解对方的立场,面对问题时做到 就事论事。当负面情绪强烈时,先给自己一段冷静的时间,如果觉得暂时处理不好,就先不处理,放一放,当觉得理性回升,可以面对问题了,再做处理。毕竟,对方没有立场为你自己的负面情绪埋单。

如果能考虑到信息本身对双方的影响,沟通尽量高效,在表达前需要做到多想一步。小L如果多想一步,就不会当众质问领导;玉希多想一步,就不会让踩客户、团队同事和领导产生不满。

总之,职场委婉语的掌握,能够看出人际关系处理能力的成熟度,还在因为 耿直 而踩雷的职场新人,快来思考一下如何建立待人周全、理性表达的思维模式吧。



视觉中国供图

名称相似专业不同 高考报志愿请留心这些差别

专业时,还有什么需要了解的?首先要了解其学习内容,要知道这个专业到底学什么。比如,园艺专业听着像是插花,其实园艺专业是研究果树、花卉、蔬菜等的育种和栽培,园林专业才是学习园林植物的种植、养护、设计。如果连学习内容都不了解,只看名称,望文生义,不知道这个专业想培养什么方向的人,填报志愿就容易陷入误区。与此相似的如数字媒体技术和数字媒体艺术,环境科学和环境工程,生物科学和生物技术等,本质也有很大不同。

如果再具体点,我们还可以研究大类 下面的 小类,比如你想当园艺师,除了考虑园林专业,还可以考虑风景园林专业。听起来两个差不多,但园林专业在农学类下面,学习内容包括植物的养护,虽然也做绿地规划,但主要是小块地方的设计;而风景园林专业在建筑类下面,不太考虑植物怎么养护,重点在于景观的设计。

有些专业名称完全相同,却在不同的 大类 下面。如西安交通大学的生物医学工程专业,设在生命科学学院,侧重于偏工程方向的医学信息与智能工程、医学传感与分子诊

断、医学超声与高端影像等的学习;而清华大学的生物医学工程专业设在医学院,教学研究方向是针对医学的神经工程、医学影像、微纳医学与组织工程等方面。因为学院不同,所学的内容和研究方向也有差别。

还有些名称有交集的专业,是在同一 大类 (学院) 下面的,对于外行很有迷惑性。比如前文提到的 00后最感兴趣的 心理学专业,心理学、应用心理学,以及师范类院校的心理学师范专业,虽然在同一 大类,但这些专业的学习内容和典型就业领域不同。心理学专业一般指基础心理学方向,偏认知神经方面,一般本科毕业后会选择继续读研深造,将来从事科研工作;而应用心理学主要考察心理和行为的现象,并运用到教育学的内容,要考取普通话和教师资格证证明,一般会到中小学进行心理健康教育,成为心理老师。

类似的例子还有同属于电子信息类的电子科学与技术、电子信息工

程,同属于社会学类的社会学、社会工作、公共事业管理,同属于计算机类的计算机科学与技术、软件工程等。

与以上情况不同,还有些专业名称完全一样,但存在于不同的大学里,它们研究的侧重点也不同。以生物医学工程专业为例,华中科技大学的强项是偏光电方向的,而华南理工大学的生物医学工程专业则偏材料方向。

再如浙江大学的应用心理学专业常常向工业和组织领域(如大数据方向)输送优秀人才,而江西师范大学的应用心理学专业在心理测量领域有优势。

同样是计算机类专业,理工科院校的毕业生更多会考虑去互联网公司,而师范院校的毕业生则可能会考虑到中小学担任信息技术教师。

新高考越来越强调生涯规划的重要性

和必要性,考生除了根据对自己的了解,回顾和总结自己的人生经历,借助性格、兴趣、能力、价值观等方面,对自身进行充分的内部探索,还要探索大学专业的学习内容、典型就业领域、深造路径、培养特色、毕业生就业率、是否学校重点专业等外部信息,最终做出志愿填报。

考生在外部探索时,可以运用资料研究法、访谈法和观察体验法收集信息。资料研究法指的是通过院校介绍的相关书籍、阳光高考网、院校官网、行业专家的微信公众号、学职群等收集资料。访谈法是指询问就读于某大学、某专业或从事某职业的亲朋好友或招生群的学长了解相关信息,网络平台也能搜到这方面的自述或访谈视频。观察体验法是指通过实地参观某大学、旁听某课程、在某岗位见习和实习,直接获得相关的认识。也可以通过网课、校园VR全景漫游等进行 云体验。在收集外部信息的过程中,要注意鉴别,别对他人的主观感受和意见全盘接受。有些同学在受邀对自己的大学和专业进行宣传介绍时,可能会突出优点,略去缺点。高考志愿填报是一个需要花时间和精力充分思考和分析的过程,不能仅考虑热门、高薪,或基于 不浪费分数 的想法,甚至想当然地带着误解和偏见填报志愿,而要对自己的理想、爱好、特长等方面深入思考,综合使用不同的方法和形式,多方收集、交叉验证;还可以与家长、老师和同学等进行商讨,尽量探索得更全面、具体、真实,最终作出最适合自己的理性决策。

如何把建议提到别人心坎儿上

为什么TA明明那么普通,却那么自信 这句话曾引起了网友们的极大争议,但一番讨论后,大家都意识到,普通或自信本身并不招人讨厌,亲戚给自己提建议原本出于热心,但如果明明不了解还过度强势,就会让人反感了。

如何把建议提到别人心坎儿里?如果自己只是某方面的专家,那提出的见解肯定会备受青睐,如果不是专家,该怎么说话呢?首先,提意见之前要对自身有基本的了解。Dunning和Kruger发现,能力不足和招摇自大可以同时得到改善。在研究者给参与实验的人们提供培训,提升他们的技能后,在他们测试成绩变好的同时,他们的 自大 程度也会降低。能力的提升促进了元认知能力的提升,有助于人们认识到自己能力的局限性。就像古希腊哲学家芝诺说的那样:人的知识就好比一个圆圈,圆圈里面是已知的,圆圈外面是未知的。你知道得越多,圆圈也就越大,你不知道的也就越多。保持对世界的学习,就能保持对世界的敬畏,就能认识到自己的普通和不足,指导别人时也更谨慎了。