# 《赢在职场》2024职场盘点

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2024-06-22

*第一篇：《赢在职场》2024职场盘点《赢在职场》2024职场盘点在猴年新春即将来临之际，盘点职场，满目闪亮。三百六十行，行行出状元。只要有理想，能追求，肯奋斗，衣食住行是大舞台，泥塑金银都是好饭碗。各行各业的人们，在他们所从事的光鲜亮丽的...*

**第一篇：《赢在职场》2024职场盘点**

《赢在职场》2024职场盘点

在猴年新春即将来临之际，盘点职场，满目闪亮。三百六十行，行行出状元。只要有理想，能追求，肯奋斗，衣食住行是大舞台，泥塑金银都是好饭碗。各行各业的人们，在他们所从事的光鲜亮丽的职业背后，究竟有多少酸甜苦辣？究竟有多少感人历程？让我们掀开幕帘，一睹风采，走进他们最真实的职场故事和奉献人生。

1、总工会）常熟第二人民医院重症监护科 主治医师

庾胜 解说词：早上七点多，庾胜更换工作服，开始了他一天的工作，今年36岁的庾胜，是常熟第二人民医院重症监护室的主治医师，为了拍摄庾胜上班，摄制组特地起了个大早，这样的上班时间让我们有点不太适应，但是庾胜已经坚持了12年。（采访庾胜）

完成了早晚班的交班工作，庾胜便带领几名同事开始查房，顿时，大家忙碌了起来。在ICU病房，多数患者已经无法说话，身上各种管子，连着呼吸机、监护仪等医学设备，此时的庾胜正认真的在作着各项检查记录。（采访庾胜）

3个小时的查房下来，我们摄制组累的直捶腰，而庾胜却又坐到电脑前开始输入数据了。（采访庾胜）

一旦进了重症监护室，那就意味着病情危重。患者在ICU的“保护”下，度过了最艰难的时光。然而ICU病房并不允许家属陪护，一天只有半小时甚至没有探视的时间，让这里变得神秘而又严肃。（采访领导：急救医学科主任兼重症医学科主任

张碧波）

等到下午三点，庾胜才得空接受了我们的采访，但他却向我们道出了一件令人揪心的事情„„（采访庾胜2024年难忘的事）字幕：2024年的期望„„（采访庾胜）

总结：站在生死的边缘，身系患者的希望，庾胜的职场生涯始终在紧张和拼搏中度过。但医生的崇高信念支撑着他的行动，闪烁出人道精神的光芒。

2、总工会）常熟市公安局高新园区派出所 助理警辅长

戴国清 解说词：近年来，随着常熟外来人口的增多，从事有关管理和服务工作的社区警辅的身影，越来越多的出现在人们视野中。戴国清，2024年进入常熟市公安局高新园派出所，今年已经是第九个年头了。我们去采访他的那天，他和往常一样正在警务室里办公。（采访戴国清）

当天下着雨，我们以为戴国清就只呆在警务室不外出了，但他接了个电话就急忙准备出门。（采访戴国清）

我们摄制组本想让戴国清上我们的车，带他前去，但他执意要开着自己平时的“交通工具”前往。(采访戴国清）

到租户家的路车开不进去，只能步行，眼前的狭小空间，难闻的气味，让我们着实有些耐不住，戴国清说：这里租户的条件还算过的去，有的地方甚至是常年漏雨。但就算这样，他的工作也不会因此而停歇。（采访戴国清加同期声）

（采访戴国清2024年难忘的事）字幕：2024年的期望„„（采访戴国清）

总结：与新市民朝夕相伴，和打工者来往相识，繁忙的工作中体现责任，劳累的岗位上奉献青春。一名助理警辅长，为了社会安定，秩序安宁，风雨兼程，马不停蹄。他们的工作，看似简单，并不简单。前方，永远有召唤。

3、总工会）常熟棉纺织有限公司

纺部教练员

徐国英 解说词：常熟的纺织业历史悠久，早在明清时期，常熟就以纺织印染闻名天下，而这一切不得不和奋斗在一线的纺织女工们联系在一起。1988年，17岁的徐国英也加入了纺织女工的行列，在常熟棉纺织有限公司一干就干了28年。（采访徐国英）

为了更多的了解徐国英和纺织工作，摄制组特地来到了她工作的地方，但一进车间，里面的高温和噪音实在让人吃不消，没拍多久，我们的头上、身上也都粘到了不少棉花，十分难受。可徐国英却似乎感受不到这一切，依旧在认真的忙碌着。（采访徐国英）

作为厂里的教练员，徐国英还要时不时对女工进行培训，检查她们的工作。（采访徐国英）

如今的纺织行业今非昔比，纺织工作又枯燥劳累，像徐国英这样能坚持在岗位上的纺织女工也越来越少了。（采访领导：车间副主任

周咏梅）

2024年，在徐国英的眼中，很普通、很平凡，但我们还是挖掘到了她内心深处对工作、对家人的那份爱。（采访徐国英2024年的难忘的事）

字幕：2024年的期望„„（采访徐国英）

总结：在纺织工人的岗位上一干28年，无论春夏秋冬，不惜披星戴月，在高温和噪声的环境里默默做着极为普通平凡的工作。华美服饰，灿烂锦绣，皆因纺织女工的辛劳而成就辉煌。这样的职业坚守，让我们充满敬意。

4、总工会）常熟高新园中等专业学校

机电部主任

张忆雯 解说词：中专，是我国职业教育的重要一部分，每年为社会提供大量的应用型人才。在常熟市高新园中等专业学校有一名教师已经执教了20多年，她在平凡的岗位上做出了不平凡的成绩，也拥有多个常熟市第一的称号，她就是张忆雯。（采访张忆雯）

我们摄制组到学校采访的时候，张忆雯正在给学生们授课。趁课间休息的时候，我们赶紧采访了张老师的两名学生。（采访学生）

平时，张忆雯喜欢写写记记，哪怕只是一瞬间的教学体验。这里的学生大多底子都不是很好，但张忆雯却坚持教育可以改变这一切，有时遇上竞赛，她还会挤时间给同学们讲课，到下班时间了，她还在上课；从没有双休日，国庆长假也只休息两天，这让我们很是吃惊。（采访张忆雯）

在采访到张忆雯2024年难忘的事情时，她向我们吐露了作为一名中专教师的心声„„（张忆雯2024年难忘的事）字幕：2024年的期望„„（采访张忆雯）

总结：不是重点学校，没有名牌光芒，但中专学校的张忆雯始终认得人民教师的光荣与责任。

5、总工会）常熟市通联出租汽车有限责任公司 出租车驾驶员李锦良 解说词：出租车司机是穿梭在大街小巷中的特殊职业，他们是这个城市的窗口，是公共交通的运营者。

李锦良，一名工作了16年的老出租车司机，早上六点，送完念高中的儿子，他来到公司检查和擦洗自己的爱车，李锦良说：这是他每天都要做的事情，可以确保乘客的安全，也给乘客一个舒适的环境。（采访领导）

七点，李锦良准备出发拉活儿，我们摄制组也上车跟随。连着在路上转了几个小时，也没载几个乘客，摄像大哥却被转的晕车了。（采访李锦良）

一天下来，李锦良接的生意并不多，稍许有些失落的他，却在接受采访的时候显得兴奋起来„„（采访李锦良2024年难忘的事）字幕：2024年的期望„„（采访李锦良）

总结：在城市的街巷巡游，为出行的市民服务，李锦良始终牢记司机的要求：安全文明，热忱服务。2024，面对同样的城市，同样的岗位，他的期待朴实而平凡，乘客，应当是我们的最爱。

6、沃尔德国际英语常熟中心

外语教师

Magdalena麦琪 解说词： 如今的外语教育市场不断扩大，对外教的需求也日益增加，但并不是所有“金发碧眼”的外国人都能成为外教，他们必须热爱教育事业，有优秀的职业素养。在我们到达常熟沃尔德国际英语常熟中心，采访外教老师麦琪Maggi的时候，她正在认真的备课，这位来自加拿大的作家和语言教育工作者，穿的很精练，却散发着一种随意而又温和的气质。（采访Maggi）

Maggi最喜欢的事情就是旅游，她的梦想就是能够从自己的国家出发，环游世界。机缘巧合之下，Maggi把环游世界的第三站放在了中国常熟。（采访教学部主任 Jacky）

备完了下次的课程，Maggi和学生们的“下午茶”时间就开始了。这不是大家想象中的普通饮茶和聊天，而是为了让学生们能够更放松的进行沟通，这样的方式让我们也很想融入其中。

在Maggi谈到2024年难忘的事情时，她很兴奋的把一本书展示给我们看。（采访Maggi2015年难忘的事情）字幕：2024年的期望„„（采访Maggi）

总结：不远万里来到中国的语言教育工作者Maggi，是跨国职场的实践者，对教育的钟爱，对学生的热情以及优秀的职业素养，使她是成为受到欢迎的使者。原来，职场不分国界，事业源于追求，心中的向往，其实像茶也像咖啡，总能开盖夺香，令人沉醉。

7、常熟包兴隆口腔门诊部

口腔主治医师

顾振威

解说词：牙医，干的是精细的活儿，在以平方毫米为单位的人体最坚硬的器官上操作。所以牙医的工作不能有丝毫偏差，对手上功夫的要求也相当高，曾经求学于德国和韩国的顾振威，是常熟包兴隆口腔门诊部的口腔主治医师，有着10年工作经验的他，就是这样一个优秀的“齿上工匠”。（采访顾振威）

见到顾振威的时候，他正在给患者做治疗，原以为私人门诊不会像大医院那般忙碌，结果却出乎我们的意料，一直等到下午，顾振威才有空接受我们的采访。（采访顾振威）

不一会儿，顾振威又忙碌了起来，一位他的老病患带着侄女来向他求诊。（采访病患叔叔）

热心的顾振威还给我们的编导做了详细的牙齿检查，并耐心的给她讲要注意的地方，让原本不怎么关注牙齿健康的编导茅塞顿开。（采访顾振威）

原来，顾振威的专业与服务不仅打动了我们的编导，也一直深得其他患者的信任。（采访病患阿姨）字幕：2024年的期望„„（采访顾振威）

总结：“美丽人生，从此开始！”这句话用在顾医生身上非常确切，他为顾客热心的服务、为患者治病解难，这种专业的精神和职场理念，给我们很大的激励和鼓舞！

8、江苏省工艺美术名人，高级工艺美术师

钱如祥 解说词：几万刀的雕刻，上千次的打磨，历经数百个日夜，成就了《溪山行旅图》。如同钱如祥的人生，一步一个台阶，在木雕的艺术道路上，孜孜不倦，乐此不疲。（采访钱如祥）

为了使自己的作品有独特的个性，他又去向上海牙雕大师徐万福学习象牙细刻，再将象牙雕刻中的技术引入木雕创作中。（采访）从选材到凿粗坯，木雕作品创作中的每一个步骤，都要求精确无误，雕刻一件作品，如同孕育一个新的生命，这其中的酸甜苦辣，没有置身其中的人无法得知。（采访钱如祥2024年难忘的事情）

钱如祥四十年的雕刻人生，宛如他的作品《丝绸之路》，穿越了历史，延续到今，把古今文化，以点代面，呈现在人们的面前。钱如祥的女儿钱春虞从小受到父亲的影响，继承了“丝绸之路”的纽带。字幕：2024年的期望„„（采访钱如祥希望和女儿一同创作作品）总结：从《溪山行旅图》到《丝绸之路》，钱如祥的工艺美术人生，始终联系着他的雕刻情结，每一个细节、每一件构思，都凝聚着他的独到匠心和艺术审美，我们从这位工艺名人的身上看到了一种工匠精神和坚韧不拔的态度！

9、总工会）常熟开关制造有限公司车间主任助理兼冲压组长王阳明 解说词：常熟开关制造有限公司是国有参股的电器研发制造领军企业，建于1974年。一提起常熟开关厂，没有常熟人不知道，作为典型的民族企业，常熟开关厂已有四十多年的历史了。王阳明，就在常熟开关厂工作。上个世纪九十年代，18岁的王阳民进入了常熟开关厂，当年意气风发的年青人，如今已成为工厂冲压组的组长。（采访王：介绍冲压组的工作，及2024年班组完成的工作量。）

王阳明坚守在普通的岗位，一待就是26年，他把青春献给了常开，他把汗水留在了车间。他是常熟市优秀技师、常熟市“十佳”创新能手，苏州市五一劳动奖章的获得者。然而这些在他看来，只代表着过去，他带领着大伙创办了常开工作室，并被评为“常熟市技能大师工作室”。（采访王领导）

踏踏实实的工作，安安稳稳的生活，朴实的王阳明并没有要求太多。在他的言语中，你可能听不到所谓的豪言壮语，但是他朴实的话语却深深得打动了我们。（采访王，介绍公司明年要涨工资）

王阳民把班组成员们当作自己的家人，努力做大家工作上的带头人、管理上的有心人和生活上的贴心人。（采访王：介绍班组旅游的活动的事）

字幕：2024年的期望„„（采访王阳明：明年争取加薪再去旅游）总结：作为技能大师，王阳明在制造业的岗位上精益求精、不断创新，在自己的岗位上，为常开公司奠定行业的领军地位作出了自己的贡献，我们看到，在一个科技创新的年代，普通工人也有作为，技术岗位同样出彩，关键是要有不断追求的意志和勇于探索的精神！

10、Jonny Burger（强尼）汉堡店

店主

王欢

解说词：如今，由于美式快餐方便、快捷，受到很多消费者的喜爱，越来越多的创业者选择开一家美式餐饮店，也许这正是美食文化因地制宜并相互交融的奇妙之处！一家名叫Jonny Burger（强尼）的汉堡店就是如此。

店主王欢看上去文质彬彬，似乎不像是个能下厨的人，但其实店里大部分的食物都出自他的手。（采访王欢）

平时很喜欢结交外国友人的王欢，向我们讲了他当初选择开店的原因。（采访王欢）

一走进王欢的店，我们就被各种新奇潮流的装修所吸引，他花在这里面的心思显而易见！（采访王欢2024年难忘的事情）

这里除了外在的新、奇、特，更多的是好味道，很多外国友人都会来这里感受家乡的风味，汁香肉厚、嚼劲十足的牛肉饼，搭配伴侣大薯条，让来到这里的人欲罢不能！（采访外国友人评价食物）字幕：2024年的期望„„（采访王欢：让大家都知道他这里有正宗的西式餐饮）

总结：借助于东西方饮食文化的交流和互联网的普及，这一家汉堡店开出了自己的风味特色和异国情怀，在这里不需要好高骛远，不需要不切实际，只要脚踏实地，服务业同样大有可为！

11、常熟市第五人民医院

针刀专科

中医主治医师

周庆丰 解说词：世界三大疑难疾病，其中之一就是慢性软组织损伤类疾病，虽然病人可以通过吃药打针来缓解疼痛，但是这些方法都存在着治疗时间长、复发率高的缺点，于是，便有了针刀医学的产生。常熟市第五人民医院小针刀特色门诊创始于1997年，从事针刀治疗的周庆丰医师，20多年来，一直坚守在自己的岗位上，默默的为患者服务！（采访周庆丰）

我们见到周庆丰的时候，他正在给病人诊治，好不容易挤进诊疗室，但一旁的助理医师告诉我们，今天还算是病人比较少的一天了。（采访周庆丰：吃饭时间一般都很晚，没有准点）

一枚小小的针刀，是如此的普通，但周庆丰却用它治愈了很多病人，甚至有人不远从外地赶来。（采访病患）

在我们看来，周庆丰完全可以在私立医院，用自己的本事获得更多的收益，可他却不这么认为。（采访周庆丰：愿意留在公立医院为更多的病人服务）

字幕：2024年的期望„„（采访周庆丰）

总结：中医的行业是我国一个伟大的宝库，周庆丰医师为了弘扬祖国的宝贵医学技艺，在这个针刀的行业中，针对治疗软组织损伤，进行了长期不懈的探索，他的献身精神和专业努力，为我们树立了医务人员忠于职守的榜样！

12、常熟蒸菜非物质遗产传承人

烹饪大师

顾美刚

解说词：蒸，古老的饮食传统，由沸水产生蒸气，让食物成熟。蒸菜，是蒸的延伸。蒸菜，包裹着文化的温度，知性的氛围，热腾腾的蒸汽是风味的升华，形成一种常熟的味道。

轰鸣的油烟机、叮叮当当的锅碗盆、四处弥漫的菜香味，让整个厨房里充满了紧张气息„„这就是梅林酒家后厨的真实场景，初次踏入会让人心跳加快，而这对于大厨顾美刚来说却是再平常不过的了。（顾美刚同期声做菜）

顾美刚是中国烹饪大师、被中华烹饪协会授予中华金厨奖，入选常熟蒸菜百家非物质遗产传承人。即便这样，几十年来他也丝毫没有空闲下来，依旧忙碌在锅铲灶台第一线。（采访顾美刚）

从入门入行开始，顾美刚在掌勺的实践中产生了对美食的热爱与追求。为了提高技艺，炼成绝活，他利用大量时间勤奋苦练。（采访顾美刚）

艰苦的学徒生涯，并没有动摇顾美刚的信念。在他看来，做出一道好菜，烹出一桌佳肴，亦是人生的追求，厨师的精彩。（采访顾美刚）

美食让顾客饱享口福，举家团聚，但为了美食，他却与家人很少团聚。回顾从厨30多年，顾美刚最对不住的就是家人，一说起来，不免愧疚。（采访顾美刚2024年难忘的事情）字幕：2024年的期望„„（采访顾美刚）

总结：一位烹饪大师，在很高的平台得奖，却为了传承家乡特色和常熟味道，多年来坚持探索，不断的创新，使家乡菜得到发扬和广大，顾美刚也因此入选“常熟蒸菜百家非物质遗产传承人”，我们在这里向他表示崇高的敬意！

结束语：三百六十行，行行出跑男；三百六十行，行行有奔头。每个行业背后都有它自己的故事、每个行业都有自己的特点。让我们互相体谅，互相理解，携手共创美好的2024。

**第二篇：赢在职场**

千万别做升职无望的职场5傻 你进入职场江湖多年。别人该升的早就升了，该跳槽的也就跳了，你怎么就老悬在半中央？上下不是。哎，升职路真是慢慢又漫漫啊！当你遇到这样的瓶颈时，不妨好好反思，看看自己是否已经混进职场5傻？

第一傻：伴郎型

这种人工作任劳任怨，认真负责，可是你的工作却很少被人知道，尤其是你的上司。别人总是用你的成绩去报功，你内心也想得到荣誉、地位和加薪，但没有学会如何使人注意你，注意到你的成就。一些坐享其成的人在撷取你的才智后，你只能面壁垂泣。

第二傻：水牛型

对任何要求，都笑脸迎纳。别人请你帮忙，你总是放下本职工作去支援，自己手头落下的工作只好另外加班。你为别人的事牺牲不少，但很少得到别人的感谢与上司的赏识，背后还说你是无用的老实。在同事、领导面前不会说“不”，受到委屈，只好到家中发泄了。

第三傻：抱怨型

一边埋头工作，一边对工作不满意；一边完成任务，一边愁眉苦脸。让人总觉得你活得被动。同事认为你难相处，而上司认为你是干扰工作、爱发牢骚的人，被称之为 “刺儿头”。结果升职、加薪的机会被别人得去了，你只有“天真”的牢骚。

第四傻：鸽子型

这种人勤于工作，也有技术和才华，但别人升迁，加薪，晋级，你却只是增加工作量。对这种境遇，你早就不满了，但你不能大胆陈述、努力捍卫，而只是拐弯抹角地讲一讲。信息得不到传达，或根本被上司忽视了。一切全因你像一只鸽子样温顺驯服。

第五傻：敌视型

这种人不能说不自信，甚至说是自信过了头。在工作上很能干，表现也很不错，却看不起同事，总是以敌视的态度与人相处，与每个人都有点意见冲突。行为上太放肆，常常干涉别人。大家对这种人只会“恨而远之”，无人理会你的好想法、好成绩。

**第三篇：[分享]年终职场禁忌盘点**

[分享]年终职场禁忌盘点

年终职场最给力的护身符

一到年底，单位里就开始动荡不安，清算、盘点、审核、考察成了首要大事，竞岗、跳槽、升职、涨薪、裁员„„种种事件把办公室的和谐气氛彻底打乱，Office里不紧不慢的肥皂剧突然转变成了步步惊心的宫心计！

千万别跟我说你此刻还能闲庭信步，蒙谁呢？

业绩不好？人缘不佳？占据着人人羡慕、嫉妒、恨的好位置？此刻的你一定在种种波澜中如热锅上的蚂蚁，搞小动作、打小报告?非君子所为，而且未必奏效。还是请看惯了风浪的职场心理专家道破天机，给你指点指点年底职场最给力的保护策略。

这些错误年底不能犯

有位领导爱说这样一句口头禅：“不打勤的，不打懒的，专打不长眼的！”以下3种不长眼的错误年底千万不能犯！

CASE

1现在不是请假的时候！

12月正是工作最要劲儿的时候，大家都忙得团团转，担任财务工作的刘女士的LG有一个去欧洲的机会，可以带上家属，机会难得啊！刘女士权衡半天，还是找到齐总监请假。刘女士之所以敢请假，是有原因的，她一直是部门的顶梁柱，工作能力强，表现突出，平时齐总监很依赖她，齐总不在，部门的工作基本由她主持。齐总监对刘女士很欣赏，私下里，两个人的交情也不错，所以刘女士请假时，齐总考虑了一下还是答应了。

可是，就在刘女士去欧洲潇洒了半个月后，回到公司却发现气氛不对，还没等她整明白情形已经大变：所有同事都升级了，而最有理由高升的她却原位不动，很多曾经是她负责的项目都被转到别人手下，所以其实她还降职了！心高气傲的刘女士觉得太没面子，就赌气辞职了，一向坚强的她委屈得大哭了一场！

公司到底出了什么事呢？原来刘女士刚离开，财务部就发生了问题，上级单位突击检查，因为掌握情况的刘女士不在，检查中出现了明显的漏洞，给单位造成了损失，齐总监也受到了大领导的批评，齐总非常气恼，认为全是刘女士的过错，在齐总看来，没有直接开掉刘女士，已经是给足了面子。

职场潜规则

当好领导的垃圾桶和百宝箱

其实每到年末，压力最大的并非普通员工，而是中层领导，中层对上要把全年的工作向大领

导有个交待，对下还要顾及本部门的利益，为团队的员工着想，正处在“高压锅”的中心，倍感烦闷煎熬！

此时，作为团队的一员，当然不能不管不顾，而是要陪伴在领导身边，给他支持和抚慰，当好领导的垃圾桶和百宝箱。领导也是人，看完大领导的黑脸后也需要吐吐苦水、倒倒垃圾，此时你只需要耐心倾听就可以了。注意啦，虽然你心里向着自己的直属领导，但是也不要随意乱说大领导的坏话！还有，此时也是体现你专业素质的时候，根据你的经验和能力，给领导出出主意、支支招，搜集点情报什么的，非常必要！

CASE

2千万别在小事上挂了！

赵先生平时工作一向兢兢业业，可是因为出差、忙碌还有其他的一些原因，有一笔报销款本来9月份就该报的，却一下子拖到了年底，再不报销就作废了，赵先生赶紧找到了领导。可是一向很信任他的领导，却变得陌生起来。

领导一项一项地详细核查，弄了好久，赵先生非常不满，暗想：“报销不是很正常吗？怎么就跟抽领导的肋条似的，如此斤斤计较！”令赵先生更尴尬的是，仔细审核钱款后，领导居然真的发现有一项款子数目有点小出入，还好只是小数字。事后赵先生不快地想：其实以前有时候为了报销方便，干脆就会把零头凑整，可领导压根不会注意，今天这是怎么了？几天后，赵先生辗转打听到，原来因为业绩不佳，年底有几个项目的人员要收缩，赵先生的部门也在裁员之列，领导正愁抓不住下属的小辫子呢！一向自我感觉不错的赵先生，突然发现自己岌岌可危！

无独有偶，小林刚从国企跳到一家私企，感觉很不适应，比如领个办公用品居然需要部门领导以及后勤部负责人两个人的签字。到了后勤部小林更吃惊，原来只能领到一支笔和一个笔记本，这怎么够用呢？再领又要签字，多麻烦啊！在国企大手大脚惯了的小林没法适应，他问了一句：“能不能多领点啊？”后勤部的负责人不在，发办公用品的也是个刚来不久的小妹，小妹也觉得不是大事就没吭声，小林顺手就把登记表上的“1”改成了“3”。没想到，这一幕被副总看个正着，因此对小林留下了很不好的印象。

职场潜规则

关键时刻别犯低级错误

报销要趁早，年底正是公司资金链条最紧张的时候，如果再加上业绩不好，偏偏挑此时来报一笔费用不低的款项，就太没眼力见儿了！自然会招致领导的反感。如果又赶上领导找不着裁员的理由，这不正好是自己亲手把小辫子送上门来。

很多大大咧咧的年轻人感觉用单位的电话打打私人长途、上网玩玩游戏，或者拿点小东西根本不是事儿，可是一旦被领导发现，就很容易给领导留下负面印象，绝对是得不偿失。

CASE

3不要随便批评他人！

Peter是留美的博士，在国外也有工作经验，高学历加上高能力，让他成为很多企业争相聘请的热门人才。选择了一番，Peter进入了一家著名的国企，设想自己可以大干一场。可是，过了一阵子，他竟然倍遭冷遇，在单位沦落到几乎无事可做。这是他30多年的人生经验中从没有过的，搞得一向自信的他十分崩溃！

原来，Peter虽然能干，却有一个致命弱点，就是说话太直！当他看到别人的问题时，每次都是直言不讳地指出，对下属如此，对平级的人，甚至领导也是如此！下属对领导的批评自然会及时改正，同级的同事可就不这么认为了，觉得Peter是爱出风头，喜欢贬低别人抬高自己。虽然Peter说得都对，同级的同事也会按他的提醒进行改进，但是内心都很不满，背地里对Peter意见很大。

有人劝过Peter，何必如此不留情面地指出别人的问题呢?可Peter却觉得这根本不是问题，以前他在国外读书、工作，有问题都是如此直接地指出，当时的教授、Boss因此都很欣赏他呢！有人指出国情不同，企业文化不同，可是他却没有多想。

Peter在单位人缘很差，有人给他打小报告，Peter却没有感觉，直到有一天，他连领导的问题都敢指出，结果„„

职场潜规则

提意见要委婉

无论是对同事还是下属，提出负面意见都要慎重，当着大家的面公开说更是不妥当，给对方留些面子那是必须的！所以，正面的评价肯定公开说，负面的私下里沟通，这是最重要的原则。不要太直接，否则只会显得盛气凌人，当你指出别人的问题时，其实能够帮到对方，是一番好意，但是态度太直接，带来的后果却完全相反。对方即使接受，心里也不会舒服，更加不会感念你的好意，所以你要先表达出你的关心，然后委婉地陈述你的意见，而不是简单地指出问题。年底的时候，大家都容易神经紧张，更不要随意指出别人的问题。

Peter还犯了一个错误，加入一个新单位的初期，最重要的并不是凸显自己的能力有多么过人，而是先融入集体，让大家都能接受你，然后才是逐步展露才华，太过心急地表现自己，结果反而会遭到别人的反感和提防。

CASE 4

你是职场笨伯吗?

只懂苦干、傻干，却总是得不到领导的重视，到了年底更是与升职、加薪无缘，感觉年年都是白忙活！你就是那种典型的职场笨伯。要想不再傻干，就要明白“辛苦地做不如聪明地做”！

害怕变化几乎是我们的共性，我们总是为未来的不确定性而担忧。其实，变化有时带来的是

危机，有时带来的是机遇。关键是我们以什么样的眼光去看待变化。

因此，一旦遭遇职场变动，有的人仍旧能够把注意力的焦点放在自身，平静地接受变革，继续理性地处理问题，而另一类人就会特别焦虑和无助。后者容易受他人影响，总是把眼光放在四周，习惯从外界寻求对自我的认可，所以一旦看到不安全因素，就会自乱阵脚，做些小动作。他们的反应总是不理性，喜欢逃避。

不要被焦虑控制，否则你就会像大赛经验不足的运动员一样，做出变形的动作，比如不恰当去拉关系，反而给领导留下负面印象。

干得多却是白干！

来自名校的马克一向认为要凭能力说事，在学校看成绩，在单位看业绩。于是在单位工作时，吃苦耐劳，宁当拼命三郎，从来不屑于做爱拍马屁的投机者。在部门中，马克出了名的勤劳，工作一多，有些人就会叫苦不迭，马克却大包大揽，他认为：“不就多干点吗？多干点也累不死人！再说也能多积累经验。”渐渐的，除了干自己的，别人挑肥拣瘦丢下的烂摊子，马克也不吱声地挑起来。有时甚至是别人放假，他却加班、熬夜。同事们都喜欢他，因为只要同事开口，马克一定尽心尽力地帮忙，绝不藏私，个人资源也愿意与同事共享。

可是马克跟同事关系铁，跟领导却很疏远。逢年过节，看到有同事给领导送礼，马克心里很不屑。年底的公司聚会，很多同事找领导敬酒、表心愿，马克却稳坐如泰山，同事打趣：“马克，你是在等领导给你敬酒吧？”马克只是闷头吃菜。

时间久了，马克也感到了不平衡。升职没份、加薪没份，就是陪着老板公费旅游也总是由健谈的同事出马，跟领导吃饭也总是被忽略。马克心里不是滋味：为什么我这样的人才，却得不到领导的赏识？得不到伯乐的赏识，马克愤而跳槽，可是在新单位，他发现情况还是没有变化。

在职场上一声不吭地苦干，有可能只落得白干的下场。在职场上，不是你一个人把活儿都包了大家就领你的情，相反人家会觉得你好抢功劳，喜欢单打独斗，缺乏团队精神，所以“辛苦地做不如聪明地做”。和领导的关系也特别重要。首先不能有心理障碍，不要把适当的沟通等同于拍马屁，和领导走得近绝对不意味着就是马屁精。处理不好和领导的关系，至少说明你情商不高，毕竟，管理好自己和领导的关系是提高工作效率的重要途径。

CASE

5累得半死还不落好！

Alice自小就被爸妈的那些老话教育着长大：一分耕耘一分收获；在学校听老师的，在单位听领导的；要独立，不要总给别人添麻烦。可是在职场多年后，Alice却发现完全不是这么回事。

付出和收获成正比吗？那是扯淡！Alice在公司做销售，每天连续工作十几个小时，超负荷运转，从来不会向老板说“不”。每天和老板的交流，就限于 MSN上，一般都是老板分配任

务，然后Alice乖乖地答“好”，百分百服从。每个任务Alice都尽量自己搞定，消灭随时出现的问题。Alice的想法还是源自老观念：优秀的员工当然具有独当一面的能力，领导的话就是圣旨，出了问题也要“我能行”，而不是找领导求助，开口问“怎么办”。常常是苦恼得要死，却拼命自己扛，有时候甚至晚上焦虑得睡不着，可是最后问题解决，到老板那里，只是一句轻松的OK。

令Alice不解的是，老板常常表扬的却是那些爱问“怎么办”的同事。比如和Alice同部门的小艾，每逢有问题就请示老板，跟客户沟通也每每答复 “我要请示老板”。于是，她成了老板眼里勤恳、踏实的好员工，而Alice却被老板认为工作量还不饱和，于是继续像机器一样运转。痛定思痛，Alice发现：还是爱哭的孩子有奶吃！

职场中，很多人常犯的错误就是：明明很辛苦，可是老板根本看不到。所以，聪明地工作还要会和老板沟通。比如适时适当地汇报工作，既让老板知道你在干嘛，又能及时了解老板的思维，避免风险，更让老板知道你在其中的付出和努力。

有些工作具有一定难度，不要认为自己能解决就不请示或者告知领导，如果这个问题既有些难度、领导又能解决，不如请教一下领导，一方面也给领导一个显示才能的机会，同时也显示了你对领导的尊重。也没准，领导还真能给你更好的建议。

如何跟领导相处?

对于那些职场败将，领导就像不讲情理的怪兽，没法接近。实情当然并非如此！和领导交流，以下两个顾虑你可以打消。

和领导谈话冷场怎么办？

不知道怎么，一见领导就大脑短路，说话支支吾吾，除了附和，想法都跑到了爪哇国！其实这都是因为你太在意领导。太在意别人，别人也会觉察到。对领导你不用刻意迎合，一切自然就好。你越安心，他人也就会越安心。作为领导，有几个会感觉迟钝？你的紧张根本逃不过领导的眼睛。

如果和领导交流中冷场的话，也没必要自责，凭什么下属要为冷场负责任？没话找话也是在传递紧张情绪。紧张的状态下，思维受到抑制，只能让谈话更加难以继续。其实语言沟通是有限的，非语言的态度一样会影响对方。如果你太紧张，对方会觉察到从而感到自己不受欢迎，于是知趣地离开。所以你只要放松就好。踏实、安心就像一个强大的气场，能够把你包围，同时也包围住对方。

如何找领导反映问题？

令你不满的事情发生了，冲动的你想直闯领导的办公室，这样理智吗？如果直闯大BOSS的办公室，这样不够礼貌，也很可能不受欢迎。如果你是在小企业中，那么没问题，你可以直接向上级提出要求，进行一次比较平等的交流。如果是在大型企业，还是要按照程序走。这当中是有策略的，你要让对方了解到你不是为了个人的不满，而是为了团队共同的利益着想。

见到领导后，你要说明你带来的不是困难，而是解决方案。如果是希望升职，就要介绍自己所取得的成绩，让领导重新界定你的工作。也许你会觉得不好意思，这很正常，告诉领导这一点，对方一般都会尊重你，刻意隐藏反而让你显得更笨拙。

分享的是见识与眼界，他们决定一个人的定位与高度！

**第四篇：练好口语赢在职场新起点**

智慧365—企业管理在线学习领导者练好口语赢在职场新起点

来源：智慧365 赢在职场 每个人在接受一线口语培训之前都曾这样问过自己，在家庭，作为家长是不是曾为孩子刻板的学习英语而对未来感到担忧？曾每天伴随他们进行着索然无味的学习却得不到理想的成绩？在职场，曾因为无法用英语与同事交流而尴尬甚至影响未来发展？在商界，曾因为无法与外籍客户沟通而让生意付诸东流？其实，学习是一种乐趣，英语口语就是跳动的音符，关键是怎样把握它和与它为伴。根据乐其国际英语研究中心发布的一组数据，对其2784名在职英语学习者进行调查，经过6个月的系统学习，有65%的学习者职位得到提升，工资涨幅达到千元以上。记者江莹

量身定制秀出自己

社会压力、就业压力、生活压力等等因素让很多人对未来都不敢掉以轻心，这种态度最直观的体现在了教育上，有一些人认为“头悬梁锥刺骨”式的学习态度是通向成功的唯一出路，但往往事与愿违，其中，学习方式成了多数找不到窍门的人探讨的问题。怎样学习英语口语和挑战自身极限、勇攀智慧高峰相得益彰。这里面诠释出最重要的一句话就是——秀出自己。

面对把英语烂在肚子里无法张口的窘境，赢在职场很多人缺乏一个引导，缺乏秀自己的勇气；面对一窍不通又想快速说出一口流利英文的中国人，一线口语特别制定的由外籍教师一对一电话授课的新兴教学模式，配合独立打造的个性化教材，成为了很多人把握英语扬帆起航与从容秀出真实自我的最佳途径。乐其国际英语为在职人员专门制定了一套学习方案，从面试，培训，到如何最终脱颖而出做出了周密细致的教学研究。让每位学习者仿佛身处外企职场当中，外教老师还现场模拟职场环境，让学习者学得深刻，用得实在。全天12小时自由开放

乐其国际英语考虑到上班族朝九晚五，经常加班出差工作时间不规律，无法保障“固定”的学习时间，是造成他们“拒绝”学习的重要原因。但在乐其，学员可以根据自己的时间安

智慧365—企业管理在线学习领导者排学习进度，这样就能保证不缺课，不落课。并且乐其英语采用灵活的授课时间，全天12小时开放中心。科学的排课系统让上课时间完全配合你，避免了传统英语学习中由于上课时间固定而造成的缺课落课现象。

英语环境打破传统

乐其国际英语还了解到很多人学习外语，最怕的就是没有语言环境。乐其国际英语打破了这种死板模式，全外教的4人精品小班制，为英语学习者的个性化发展创造了必要条件。与外教面对面的海量对话，真正实现了国际交往无障碍并为告别哑巴英语打下了坚实的基础。同时，外教清楚每个学生的学习进度，帮助学生理解和运用，在练习对话的同时，更加了解了国外的文化与背景。乐其国际英语更为不同要求的学员制定了百余种英语学习计划，学习与实用并重，教学内容覆盖“求职应聘”“商务谈判”“职场竞争”“社交礼仪”“旅游度假”等日常职场情境。让每个想要升职的你，从乐其出发，到达下一个职业高峰。

**第五篇：”赢在职场“讲座活动策划**

“赢在职场”讲座

一、活动目的及意义

女大学生普遍关注求职问题，大多数人没有正确的方法解决在求职过程中可能出现的问题。为了让更多关于求职的疑问得到良好的解答，女大学生应树立正确的职场价值观，了解关于简历的制作、参加面试的技巧，学会女性职场的礼仪以及树立正确的求职观，塑造更多新时代的知识女性，让她们赢在起跑线上，赢在职场。

二、活动主题：“赢在职场”

三、活动时间：2024年4月中旬（具体时间待定）

四、活动地点：大学生活动中心三楼报告厅

五、活动对象：面向所有大学生，特别是女大学生

六、活动具体方案

（一）前期准备

1、集合商学院与财经学院的主要负责人讨论，集中并统一意见，分工合作，策划活动流程

2、邀请嘉宾

3、申请会场

4、活动宣传，讲座的宣传主要以横幅、海报、QQ群、各位、各班班长下发通知等方式

5、制作PPT

6、准备好讲座所需要的道具，调试好多媒体设备

（二）活动当天流程

1、提前两个小时，布置会场

2、提前二十分钟，观众进场

3、主持人出场致辞欢迎，并简单介绍讲座流程，宣布讲座正式开始。

4、主持人介绍本次讲座专家，讲座开始以后，有所请的专家逐一进行讲谈。首先，有请XXX教授进行讲谈 其次，有请XXX教授进行讲谈

在教授讲谈过程中，相关设备管理人员同时放映相关PPT，同时，纪检部的人员维护现场秩序。

5、专家讲座开始，中途穿插有奖问答环节。专家会就某些本次讲座中涉及到得知识进行提问，由在座的观众采取举手的方式回答，优先举手者可先得到回答问题的权利，答对者奖励精美小礼品一份。

6、主持人宣布讲座结束，致词感谢到场专家、观众，然后，进行合影留念。

7、组织观众有序退场

（三）活动后期工作

1、商院及财经学院的全体工作人员进行清理场地的工作，整理相关物品。

2、整理照片、录像等，撰写新闻稿上传至校网。

3、就讲座的效果及现场情况进行充分调研反思，对同学们提出的意见及问题作认真的归纳和总结，做好经验积累

4、做好活动总结，整理活动所有资料，包括照片等。

七、人员安排:

（一）商学院负责

购买、准备物品:横幅、水、互动奖品等；制作PPT；拍照、礼仪、布置会场及清场

（二）财金学院负责

制作PPT、主持人、放PPT及音乐、拍照、制作入场券、购买鲜花

（三）共同负责

出席老师、制作PPT、前期宣传（食堂摆点、横幅海报及入场券发放等）

八、经费预算: 申请场地 200入场券 50宣传单 20横幅 30矿泉水 10互动环节奖品： 100鲜花（两束）100

元 元 元 元 元 元

元 江西师范大学商学院、财金学院文艺部2024年3月6日

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找