# 办公室里杜绝的行为

来源：网络 作者：流年似水 更新时间：2025-03-10

*你一直认为自己是个无与伦比的雇员-不迟到，不早退，准时完成工作，对公司里大小文具从不顺手牵羊。不过别忘了，衡量一个人工作成绩的优劣有时并不仅仅只看个人自身表现，与周遭环境的协调也是重要考察元素之一。一味地在工作中严以律己固然好，但若与同事龃...*

你一直认为自己是个无与伦比的雇员-不迟到，不早退，准时完成工作，对公司里大小文具从不顺手牵羊。不过别忘了，衡量一个人工作成绩的优劣有时并不仅仅只看个人自身表现，与周遭环境的协调也是重要考察元素之一。

一味地在工作中严以律己固然好，但若与同事龃龉过多，会成为你通往成功之路的暗礁，不可小觑。 注重工作中的人际关系，并不意味着你必须费尽心机和全办公室的人打成一片。

但总地来说，良好的人际关系毫无疑问能使工作开展得更为顺利，使你的努力事半功倍。 因此，没有人愿意成为毫无人缘的“办公室讨厌虫”。

以下有一面镜子，请对照着看看自己是否无意之中犯了禁，有则改之，无则加冕。 “办公室讨厌虫”第一号 撒谎者 工作间里一些小打小闹式的玩笑无伤大雅，但要警惕它们发展成为令人望而生畏的闲话乃至伤人的谣言。

很多不懂得三思而后语的人无意中成了各种流言的推波助澜者。 我的一名记者同僚总是有事没事到我桌前大谈特谈编辑主任的性丑闻，你想，那么敏感的场所，那么敏感的话题，真叫我不知如何是好。

29岁的新闻工作者静怡抱怨，她的消息来源是否可靠先不说，她从来就不在乎我对她那一箩筐的内幕秘闻感不感兴趣！ 如果你极其热衷于传播一些低级趣味的流言，至少你不要指望旁人同样热衷于倾听。那些道不同不足予谋的同事迟早会对你避之惟恐不及。

即使你凭借各种小道消息一时成为茶水房里的红人，但对一个口无遮拦的饶舌者，永远没有人会待之以真心。 拯救方案 学习守口如瓶-尤其在一些与同事私生活有关的话题上。

记住，滴水可以穿石，在关键时刻你必定会意识到同事们的信任是多么的宝贵。 “办公室讨厌虫”第二号 播毒者 牢骚满腹，怒气冲天，这些就是播毒者们最显著的特征。

尽管偶尔一些推心置腹的诉苦能多少构筑出一种办公室友情的假象，但绵绵不休的抱怨会让身边的人苦不堪言-你把自己的苦闷克隆了一份，在无意识中强加给了无辜者。 和我同一部门的一名项目经理只要一出现在办公室里，我们就无法逃脱那长达数小时的心理折磨。

24岁的戴菲是一家公司的客户主管，明明是些和自己无关的事情，可在她持续不断的连番轰炸之下，我们不得不想尽办法摆脱她那极具传染力的消极情绪。 也许你把诉苦看作开诚布公的一种方式，但诉苦诉到尽头便会升华成愤怒。

人们会奇怪既然你对现状如此不满，为何不干脆换个环境，远走高飞。 拯救方案 心中如何恨比天高，你也须牢记一句箴言：沉默是金。

如果你已经给人造成了一个“办公室讨厌虫”的印象，不管你说些什么都很难得到同事们的任何回应。今后如果再有满腹的牢骚等待发泄，不妨试着把所有的不快诉诸文字，以E-MAIL形式发给一位并无工作关系的亲朋好友，她自会替你解难分忧。

这样做最主要的好处是，你满腔的怨怒已在不知不觉中以最低调的方式得到了痛快的渲泄。 “办公室讨厌虫”第三号 乞怜者 每当旁人问及你的近况，你可会习惯性地回答：不太好。

是这样的，你听我说- 把生活中的创伤和痛苦作为谈资，是否真能使你从中得到缓释？请注意:一个可怜的人通常也会是一个孤独的人，因为没有人愿意和心理上的弱者交往。 坐我旁边的一名女同事腿上有块地方蜕了皮，我可不敢问她怎么回事，一位26岁的市场助理舒萌说，我知道只要开口一问，她准会从交通状况谈到个人医疗保险，没半小时完不了。

相信你的初衷并不是想要得到旁人的同情，因为同情和尊敬在某些事情上是不能兼容的，很难两全其美。再说，如果旁人觉得你连自己的生活都处理得一团糟，工作能力又能好到哪里去呢？ 拯救方案 把你那些悲伤的故事收起来，祥林嫂在旧社会尚还不受欢迎，何况现在？与其倒自己的苦水，不如关切同事们的近况，对他们的困难及时提供力所能及的帮助。

“办公室讨厌虫”第四号 攀贵者 这号人不太注重与下级甚至同级同事的交往，时时在伺机捕捉任何一个能趋炎附势，令自己一步登天的机会。人往高处走，这是一种普遍心态，但倘若做得太过火，马屁精的绰号恐怕是逃不掉了。

我们部门几个同事一直都聚在同一张桌上共进工作午餐，除了一个叫美琪的，每次她总是孤傲地独坐一隅。25岁的外企行政秘书伊虹说，有一天，公司的副总裁亲临餐厅和我们一起进餐，美琪眼尖，飞也似地挤到了我们的身边，一来想营造一个合群的好印象，二来有机会和副总裁套个近乎。

恶心！ 拯救方案 应该对所有同事一视同仁-包括那些从底层干起的办公室新人-对他们抱以真诚的尊重和欣赏。俗话说：真人不露相。

你永远无法预知那些寂寂无闻的小人物背后一定就没有大人物撑腰，或是他们绝不会对大人物们产生影响。再说，如果老板感觉你处处树敌，这种印象对你毫无裨益-哪怕不喜欢你的人在公司里无足轻重。

纪茹，一位27岁的公关助理，就是通过惨痛的教训领悟到这一真理的。办公室里新来了一名在纪茹眼中极不称职的新同事，纪茹自然轻而远之，可是最后竟发现那人是总经理的侄女！我怎么会想到她是老总安插在公司内部的线人呢！纪茹后悔不已，她肯定没少说我坏话，要不我怎会在助理的位子上一呆就是2年多！ “办公室讨厌虫”第五号 搔首弄姿者 这号人的座右铭:酒香就怕巷子深。

自恃小有姿色，你会不失时机地在男同事面前充分施展女性魅力，不惜同时成为女同事们的笑料和眼中钉。公司新来了一名文员，腰圆腿粗，却喜欢穿迷你超短裙，28岁的广告公司美编慧欣说，她的下场自然好不到哪儿去，办公室里的女职员几乎没人理她。

即使你的狐媚行为的确吸引了部分男士，不要忘记其实更多的人根本无动于衷。我以前有个同事，特别喜欢用若隐若现的吊袜带吸引男人，可她根本不知道办公室里男男女女都把她当笑柄！25岁的美容顾问尤佳说。

拯救方案 其实在公务的外壳下你完全能巧妙地展示感性迷人的一面，大可不必力求以颠倒众生的美人形象出现-这样容易东施效颦。只有当你和异性有着亲密关系时，向对方频频放电才合乎情理。

一般情况下，同事们会断定一个仅依靠姿色取悦他人的人缺乏实际工作能力，而这种看法绝对能成为你事业发展的绊脚石。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！