

門診雙週會分享



不當職場透明人！

你要「會上班」，得體展示能力和價值

摘自時報出版《練習被看見：在別人看不到的地方努力，在別人看得到的地方閃閃發光》

20220426

工作中最吃虧的做法： 幹活時拚命努力，彙報時草草了事

- 她每天兢兢業業，加班到最後一個走，結果好幾次升職都沒結果，上司的評語竟然是「你工作沒給我留下太多印象」
- 反而是剛來的實習生，因為在開會時展示了一個PPT，一下就贏得全場的掌聲，以至於在老闆面前存在感爆表，越來越受重視。
- 最後她說：「我真的太悶了。」



如果你有優點，就別藏著

- 我勸她：「下次你也做一個PPT。」
她幽幽地說：「其實我也做了PPT。」
我很驚訝：「那你怎麼不拿出來啊？」
「也沒有人說要用PPT展示啊。」
「那你做它幹嘛？」
「我做出來就是為了先備著，萬一要用呢？」

~~愛愛內涵光~~

曖曖內含光

有才德的人，光芒內斂，
只求內在充實，不求表面的虛榮。

東漢 崔瑗
《座右銘》

避免陷入消極怠工的惡性循環中

- 寫了一週的提案，老闆看都不看，丟下一句「你看著辦就好」；改了千百版的設計稿，最後收到一句「還是剛開始那版比較有感覺」。
- 熬了幾個通宵準備的活動會議，老闆說取消就取消；很多人就開始消極怠慢：反正努力了老闆也看不見，還不如混日子。
- 於是就陷入「老闆看不到努力——認為你消極怠工——對你不滿意、低評價——你索性不努力」的惡性循環中。

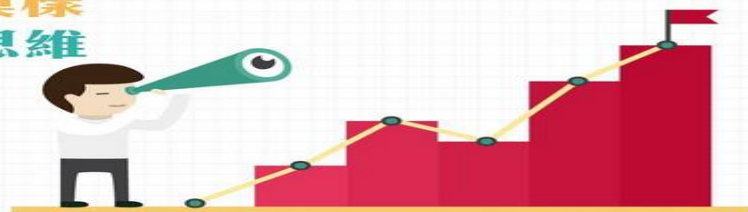


員工懶散、怠工怎麼辦？
哪里出了问题……

把時間花在刀口上

- 學會把自己努力的成果，放在老闆看得到的地方
- 把自己努力的方向，放在老闆想努力的方向。
- 熬通宵做的精美PPT，結果臺上三分鐘就展示完了；而上司會用心查看的工作報告，卻只花了半小時撰寫。你覺得上司會怎麼評價你？
- 職場裡的憂鬱，從以為「埋頭做事總會被看見」開始。於是有人學會了表現，有人學會了抱怨。

將力氣花在刀口上！
五年後你是什麼模樣
認清目標 × 策略思維



在別人看不到的地方努力 在別人看得見的地方發光

- 接受現實：

能力、專業絕對是職涯的敲門磚，努力進修提高工作能力才是最佳捷徑

- 管好玻璃心：

在價值上把自己當回事，在感受上就不要拿自己當回事了；先珍視自己的能力
別人才會重視你，但面對挫折千萬不要一蹶不振

- 看見他人的好：

觀察出別人的優點，向優秀的人學習絕對是職場快速成長的捷徑

- 重點是結果：

不要再說沒有功勞也有苦勞

- 建立自己的節奏：

避免急於表現，水到渠成，找到自己擅長的和工作節奏，然後做到好