



香港勵志作家，擅長以語言解讀人心，以文字自勉勉人。著有《成功是做最好的自己》、《生存遊戲，現役社員心理學》、《人生潛規則，20幾歲就該知道》共30種，最新作品為《我們這都市 2014-2047》。
作者專頁：www.facebook.com/wongkingtinpage

避免成為眼中釘的4個方法

- 處理情緒** 眼中釘的行為通常以個人情緒為主導，因自覺「唔開心、唔公平、受委屈」而有所行動，大家宜找不同的方法來舒緩壓力，減少戾氣，妥善處理個人情緒。
- 角色交換** 嘗試從上司的角度來看事情，有機會發現事情的另一面，如自覺某部分工作表現出色，然而上司要求整體工作表現都要出色才能在 appraisal 中獲 A，宏觀一點看，可避免想法過於偏激。
- 顧全大局** 想表達個人想法前先考慮一下對團隊的後果，如想放負時，要考慮對團隊帶來的負面影響，因上司最擔心一個人的言行舉止會影響整個團隊。
- 遠離底線** 別測試或接近上司的底線，當你踩中底線時，上司已經意識到你就是眼中釘。

4招助上司處理眼中釘

- 處理情緒** 對於眼中釘的言行舉止，避免即時反擊，免得情緒用事，分鐘因炒掉公司的 top sales 而帶來負面影響。
- 陰謀背後** 眼中釘對公司或上司都存在陰謀論，例如自覺上司事事針對、上司不公平、上司想「整走」他等。故此上司要想辦法減少員工的陰謀論想法，最好多解釋自己對事情判斷背後的原因，如員工自覺表現出色，應該在 appraisal 中獲 A，上司要向他解釋自己給 B 的原因，有根有據，使他明白到需要改善之處，從而降低其陰謀論。
- 公平公開** 要以公開公平態度來處理人事問題，對事不對人，如遇到其中一個員工犯錯，可向所有人發出通告，提示每一個員工遇到同類型事情時的處理方法，不是針對某一個員工而做。
- 結交盟友** 眼中釘本身有很多盟友，因他只是針對公司或上司作出對抗，所以他身邊可能有不少支持者。上司要在團隊裡結交一些有親和力及可信任的盟友，這樣有助收風，了解團隊各成員的想法，同時可透過盟友善意地向眼中釘發放個人想法，以正能量來驅走團隊中的負能量。上司切忌孤軍作戰，能夠與盟友一起作戰，事情會更加容易解決。

謝謝你提醒我感恩

某天，跟一位兩年沒見的舊同事 WhatsApp 數句，冷不防他來一句：「你有優裕條件過自己的好生活，無論如何，是幸福的，好好珍惜。」

這些「心靈雞湯」喝到拉肚子了，還用你嚕嘛嗎？親愛的，你只看到表面風光，其實寶實心裡苦，但寶實不說而已。

別再三強調我們的階級距離，好嗎？自問從不炫耀，除非你心中有刺？究竟是我敏感還是他潛意識在意這些，是雞和雞蛋的懸案。

為免傷和氣，我以一個「大姆指」符號打圓場，肚裡是委屈和無奈。

沉澱數天，火氣熄了，反而感謝他的提醒——人人有本難唸的經，別人只看表面。有時候，我們的視而不見，正好是他們的焦點。縱使理解跟事實有出入，意見不夠中肯，他們未嘗不是提供另一種視野。

當我矢志追逐「愛情」，他為「麵包」疲於奔命。不能否認，吃飽飯才能追逐夢想。生活縱然千蒼百孔，仍有可取處，不該對外炫耀，可別忘了感恩在心。

階級有別，任何一方的自大或自卑都會造成距離。因為地域、階級或心靈的距離，我們跟某些舊朋友回不去了。愈少見面，愈是懶得費勁鵲橋相會，只能在臉書八卦近況，按個讚以示「我知道了」，或是趁聖誕新年送出節慶圖，以示「我沒有忘記你」。

人生列車上，舊人會下車，新人會上車，雲淡風輕就好。友誼也有新陳代謝，不在乎天長地久，只在乎這一分鐘。



人人有本難唸的經，別人只看表面。有時候，我們的視而不見，正好是他們的焦點。

吳慧琪 (Wicky)



基督教家庭服務中心
盈力僱員服務顧問高級經理

Recruit.com.hk

根據已知理論被認為不應該發生的事，正是通往新發現的線索。
—— 約翰赫歇爾 (博學家)

勵志
金句