

心情部落格

態度決定 你的高度

諮商輔導中心

專任諮商心理師 林如文

105 年 11 月 16 日

大部分的大學生畢業以後，就踏入職場，成為社會新鮮人，滿懷理想與抱負，期待能在工作上一展長才，希望未來 5-10 年能有好的發展，但你真的準備好進入社會嗎？在學成績能保證未來的成功嗎？除了成績，還有哪些關鍵因素影響你未來在職場上的機會？在大學四年的求學生涯中，該如何裝備自我，讓自己站在一個更高的基礎上，好進入社會職場的考驗？當別人在抓寶，我們不斷進步，那我們手中所握的籌碼就比別人多！

就學階段，即使遲到、翹課、懶散、報告隨便寫、考試考不好、犯錯等，師長都會一再原諒，若是在求學階段養成消極、取巧的態度，往往這樣的態度很容易會帶到未來的職場，進入職場後，小到個人出缺勤狀況，大到工作或業績表現，都會被主管拿放大鏡檢視，主管不是師長父母，無法一再容忍態度差、沒進步，著重部門業績和運作考量，無法慢慢等待你的成長，因此很容易被淘汰。即使在學成績並不是頂尖，出社會後，勇於任事，努力學習；相較於成績

優異，但職場表現隨心所欲，主管更喜歡任用前者。

大學四年正是讓我們養成良好積極做事態度的地方，不論是在課業上、社團上、或者擔任幹部，都是在磨練我們，在小事上努力認真，將來在大事上，就一樣會用嚴謹的態度面對。

在職場除了工作態度很重要之外，還有 EQ 態度。人跟人相處，難免會有摩擦，在學校，我們可以很率性的做自己，但是到了職場，如果我們的情緒依然赤裸裸的表露，甚至於斤斤計較，最後吃虧的還是自己。曾經一位朋友在職場上，比起其他同事，被賦予更多的責任與工作，當時他內心難免覺得委屈，後來轉念，承擔更多責任，代表學到比其他同事更多的經驗，不只如此，抗壓性、工作能力都不斷提升。事實證明，他是對的，之後有一個難得的轉職機會，因為他豐富的資歷，就取得了這個職位。眼前吃虧，不代表永遠吃虧，端看從哪個角度看事情，許多職場上人與人的問題，若能試著轉念，心境就不同。好的 EQ 會帶來好的人際關係，凡事若能盡力與人和睦，成為同事的好夥伴，主管的好下屬，未來的成功就不遠了！**學校是一個小型社會的縮影，若能在大學裡，帶著更寬廣的心，學習與不同的人互動，即使是不好相處的人，都能展現高度 EQ，自在的相處，到社會上，就不用太擔心自己的人際關係。**

在工作態度與 EQ，表現越好的人，將來在工作上的成就，也將迥然不同。擁有亮眼的成績很重要，但有良好的態度與 EQ 更是難得，若希望自己的在職場上可以大放異彩，現在的態度將決定你未來的高度！

十一月份活動預告

11/16(三)15：10-17：00

團體心理測驗（二）~生涯興趣量表

參加對象:自由報名

地點:團體研討室

11/17(四)10：10-12：00

2016年第23屆台灣國際女性影展(一)

參加班級:

四機二甲、四工二丙

四景二甲、四電二乙

地點:青永館采風堂

11/17(四)10：30-13：00

身心障礙學生始業座談會

參加對象:身心障礙學生、師長與家長

地點:行政大樓4樓會議室

11/17-12/22(四)17：30-19：30

【搭上未來的特快車】-

生涯探索團體 (每週四共六次)

參加對象:自由報名

地點:團諮室(二)

11/24(四)10：10-12：00

情感教育班級輔導(六)

參加班級：

四流三甲、四流三乙

四機三丙、四機三丁

四資三乙、四景三甲

地點:各班教室

11/24(四)10：10-12：00

輔導股長培訓講座（三）

主題：我真的可以！

從夢想到行動的10個步驟

講師：吳惠慈老師

參加對象：各班輔導股長及

四流二甲、四訊二乙

地點:青永館采風堂

12/01(四)10：10-12：00

情感教育班級輔導(七)

參加班級：

四化三甲、四化三乙

四子三甲、四子三乙

四訊三甲、四訊三乙

地點:各班教室

12/03(六)09：00-16：00

我的祕密花園~園藝療育工作坊

講師：林如文老師

參加對象：自由報名

地點:團討室

12/05(一)19：50-21：25

2016年第23屆台灣國際女性影展(二)

參加對象：進推部一年級同學

地點:青永館采風堂

12/08(四)10：10-12：00

情感教育班級輔導(八)

參加班級：

四工三甲、四工三乙

四機三甲、四機三乙

四英三甲、四文三甲

地點:各班教室