

## 不要自怨自艾

也許初入職場，你會因為什麼都還不懂而容易吃閉門羹，但此時你千萬不能自怨自艾，表現出「別人虧欠你、公司虧欠你」的樣子，即使心裏再委屈，也要抱持着「我得到的比應得的還多」想法，這不止幫助你心情愉悅一點、個性更主動一些，也會讓你隨時保持感恩的心。

## 不放棄人生主導權

初入職場你可能會毫無成就感，但請記住！永遠不要放棄對自己人生的主導權，審慎評估後如果認為自己不適合這家公司的話，那就勇敢地換一家更合適的，別讓工作干擾你的生活品質，這份工作、這家公司並沒有錯，選擇寬恕你才能豁達地走得更遠。

## 不害怕改變

剛進公司肯定會因為人生地不熟而無法適應，你不敢主動攬下工作挑戰？害怕和同事主動搭話？沒有信心在上司面前展現自己的才能？你覺得很難，但並不表示你不該做，人生中有些最棒的事情，往往是我們卯足心力克服挑戰得來的，而在職場上「不害怕改變、嘗試新鮮事物」往往是最好的座右銘。

## 不在意無法掌控的事

也許你進入職場已有一段時間，對公司制度及風氣也有所掌握，但生活難以避免挑戰，對於預料之外的事總令你驚慌失措？心煩意亂？面對恐懼我們得勇敢應戰，有時候唯一能掌控的其實是自己的行為和心態，真正在職場上存活的人，對於無法控制的事情通常是不在意的，這裏的不在意並不是說完全不管，而是臨危不亂、處變不驚。

## 不會刻意地迎合他人

職場上，我們可能會害怕與他人立場不同而不敢發言，或是擔心得罪他人而故意迎合，無論你的價值觀是什麼，只要你開始迎合就容易忘了初衷，也許這做法會令你討喜，但並非長久之計。

## 不怕審慎評估後的冒險

普遍成功的老闆都有果斷、敢衝的個性，他們勇於冒險但又不會隨便冒險，什麼意思呢？如果我們只冒自己最放心的風險，很可能會錯過一些絕佳的良機，「一生平凡」和「一生非凡」之間，往往差別就在於是否能「審慎冒險」。

## 不輕言放棄

通常初入職場的前半年是決定去留的關鍵，前面有提到謹慎評估後若這份工作真的不適合你就勇敢離開，但有些人可能會認為這是一種不容允許的「放棄」行為，請記住不要輕言放棄是對的。

# 職場新鮮人必學「13個不」

有研究報告表示，本港超過三成受訪青年認為剛進入職場時承受相當壓力，尤其是處理職場上的人際關係。有見及此，本報特此整理職場新鮮人必學的「13個不」，供新手們參考。



## 不重蹈覆轍地犯錯

剛入職場的新鮮人在第一次犯錯時通常都會被原諒，但絕對「不要重蹈覆轍」，這可是會大大地扣分！建議犯錯後主動認錯及道歉，並向上司或值得信賴的同事請教，先找出問題出在哪，或者用「依據你的豐富經驗，遇到這種問題通常該如何解決比較好呢？」等委婉語氣請求協助。

## 不嫉妒他人成就

剛入職場若有同樣身為新鮮人的夥伴固然很好，但通常你們也很容易被拿來比較，若對方表現得比你好的話，「不嫉妒他人成就」便是你該努力的功課，請朝着自己定義的成功邁進，並好好管控心中的不安全感。請將對方想成合作夥伴而非競爭對手，如此就不會擔心別人的成功會讓你顯得很糟，從對方的身上學習優點吧！

## 不怨天尤人

公司不給我機會嘗試、主管只會交辦無聊的工作，「只想着自己缺了什麼，或無法做的事，你可能因此錯過一些人生最棒的體驗」，不論你是社會新鮮人還是工作多年的職場人，「不怨天尤人」不只是職場必學態度，也是人生心法之一。

## 不怕獨處

剛進公司可能會因為人生地不熟而感到寂寞，沒有同儕陪你努力、沒有熟悉的老師引領你前進，也許這份孤單會讓你更不願獨處，下班後總是把生活塞滿來填補上班的空虛。孤獨是覺得沒有人支持你，但「獨處」是自願獨自靜下來思考，不要害怕獨處時光。

## 不沉醉於過往的風光偉業

頂尖學校出身，在學生時期還是學霸，進入職場後建議忘記這些過往，拒絕沉醉在過去的榮耀中，不是叫你假裝往事從未發生過，而是「活在當下」，根據你想變成的樣子規劃未來。有些人可能仗着自己名校畢業，就不願意處理公司瑣碎的雜務，或是有幾年的海外留學經驗，就認為自己是公司裏不可或缺的人物。

## 不求立竿見影的成效

剛開始工作你可能會沒有成就感，處理的工作可能都是雞毛蒜皮的小事，不過沒關係！不要渴求立竿見影的成效，而是穩穩地充分發揮潛力，你總會被看見的，需要時可以多展現抗拒誘惑的意志力，或是培養自己延遲享樂的能力，這些都有助於提升成功的機會率。

