

# 下班后,你有没有“白领腔”

无论是在街头和小贩讲价,还是和亲人在家里聊天,讲话要是用上了商务辞令,这肯定会让对方莫名其妙。步入职场后,常不由自主地就将职场说话方式带入生活中,引发各种哭笑不得的状况,网友将这种说话方式称为“白领腔”。

调查机构通过调查问卷的形式,分别对在两栋写字楼里从事财会、销售、IT、广告、投资、摄影、美容行业的16家公司的白领进行了调查。在“生活中,什么情况下,最容易爆“白领腔”的问题上,35.6%的

白领表示是在接电话时,22.8%的白领表示是在和同为白领的朋友聊天时,22.9%的白领则表示是在吵架需要增加论证力时,剩下的18.7%白领则表示自己的“白领腔”无处不在,不由自主。

## “洽谈腔” 7岁女儿被吓哭

在一家外资企业上班的网友“青椒”从事销售行业已经十年,“青椒”说,自己有时甚至与7岁的女儿相处也会冒出“白领腔”。有一次,女儿不愿意吃饭,她便说道:“请你吃完饭再看可以吗,要是你

不好好配合,后果很严重。”听完她一席严肃的话,女儿疑惑地看了她两眼后,突然哇哇大哭。

点评:将洽谈腔带入生活中,无形中拉远了人与人的亲密关系,使聆听一方难以适应繁复的措辞。

## “术语腔” 哄女友的利器

今年24岁的陈先生,在一家投资公司上班,对他来说,自己的“白领腔”完全是对付女友的利器,每当个性强势的女友生气时,陈先生便会说:“莫发火嘛,是我对这件事的定位发生偏差”……女友听了这样的话,往往忍俊不禁,怒意全消。而在一家人力资源公司上班的网友“LL”,则经常

把工作术语搬进聚会里,比如:“这个KTV不知道好不好,我去考察一下。”这类措辞,在“LL”看来,有时候确实能够起到活跃气氛的效果。

点评:以玩笑的语气,将工作词汇带入生活,有时会让人会心一笑。但要注意,如果用错了对象或是场合,则会让气氛更加尴尬。

## “英文腔” 点快餐要用英文

25岁的李小姐所在的IT公司,每个同事都有自己的英文名,而且日常工作中,也常涉及很多需要英文表达的专业术语。但在李小姐看来,有的同事就因此不会正常说话了。李小姐说,32岁的张姐无论什么时候都要用夹英文的方式说话。比如中午同事一起吃快餐,她会递来菜单的服务员说“不用看了, everything is ok(随便)”,弄得对方

一头雾水。“她还常常说,如果你出去讲话不带点English(英语),会给人不Professional(专业)的感觉。”李小姐对此评价道:“又不是不能用中文表达,让人觉得很装”。

点评:一些企业,尤其是外企,流利的英语是在职场中的重要技能,但用在生活中,就可能让别人感到这是一种自我炫耀的方式,过分标榜职业身份,让人生厌。

## 职场方圆

# 奇招迭出的公司福利

### 带薪失恋假

成都一家网络公司科技公司设置了“恋爱奖”,鼓励员工内部解决,确定恋爱关系后年终还能获恋爱发展基金。此外,员工还可带薪休3天“失恋假”。

### 中医保健

盛大让中医保健走进公司。中医保健作为公司新添的福利项目,盛大员工足不出公司,就可以随时找知名中医咨询,并享受到上海最知名中医院专业保健服务项目。

### 生孩子给补贴

人口出生率下降和老龄化严重是日本社会日趋严重的问题之一。日本Koei Tecmo公司员工就享有“出生补助金”福利:一个孩子可领到10万日元(约合8000多人民币)补贴,两个孩子可领到20万日元,拥有三个以上孩子的员工可得到200万日元。

### 专业按摩服务

韩国CCR公司为了员工的健康专门雇用两位盲人按摩师为员工提供按摩服务。职员们在周末以外的上班时间内上午9时到下午6时,可通过预约接受每人30分钟的按摩。

## 聚焦就业

调查显示:本科就业率近九成

# 建筑专业月收入最高,为4530元

根据近日发布的机构抽样调查显示,毕业半年后就业率在95%以上的本科专业有20个,其中税务、勘查技术与工程、工程造价、医学检验、学前教育、车辆工程、机械电子工程、汽车服务工程、建筑学、会展经济与管理位列前十。这份抽样调查达到59.6万余人,回收问卷约25.6万份,回收率约43%。共覆盖全国31个省、直辖市和自治区,2093所高校及其分部、分院。其中“211”院校为110所,非“211”本科院校(部)为971所

(包括分校、二级学院本科),高职高专院校为1012所(包括本科院校的高职高专部);共调查了1114个专业,其中本科专业为604个,高职高专专业为510个。

调查显示,另外10个就业率较高的本科专业包括:热能与动力工程、护理学、园林、建筑环境与设备工程、西班牙语、材料成型及控制工程、档案学、土木工程、机械工程及自动化、水利水电工程。

调查还公布了就业率在90%以上的20个高职高专专业,包括:建筑

设备工程技术、生产过程自动化技术、发电厂及电力系统、学前教育、房地产经营与估价、工程造价、应用化工技术、工业分析与检验、焊接技术及自动化、图形图像制作、工程测量技术、电气自动化技术、石油化工生产技术、金融保险、会计、国际贸易实务、园艺技术、网络系统管理、商务管理、机电设备维修与管理。

根据调查,全国本科和高职高专毕业生半年后的平均就业率分别为90.8%和89.6%。本科专业低于平均就业率的有:生物科学与工程、美

术学、数学与应用数学、法学、教育学、历史学、应用心理学、动画、生物技术和地理信息系统,高职高专专业低于平均线的有:应用韩语、艺术设计、影视动画、广告设计、新闻采编与制作、法律事务、产品造型设计、装潢艺术设计、应用英语、装饰艺术设计。

调查还同时公布了毕业半年后月收入较高专业,建筑学专业本科毕业生月收入最高,为4530元;金融与证券专业高职高专毕业生月收入最高,为3148元。

# 人在职场:化“压力山大”为“零帕”

工作量大,工作时间长,薪酬太低,老板没人性,人事关系复杂,职业发展受限……这一切的种种都能让职场人感到“亚历山大”。实际上,职场人真正应该面对的并不是压力,而是换个角度看压力。工作和生活中的不满永远都会存在,但调整心态,你就有望跻身于令人羡慕的“零帕族”。

## 现身说法

### Sara, 外资银行客户经理

Sara回国后就进入了一家银行工作,外资银行的国际视野,灵活机制让在国外生活了多年的Sara适应得非常快,这让她在进入公司的早期,对工作充满了热情和斗志,并且迅速成长起来。短短两年时间,她已经从理财顾问升任客户经理,薪资也有了相当幅度的增长。

但是渐渐地,她开始感觉到了工作职位变化所带来的压力:每天晚上通常都要加班到八点左右,周末一般都在与各种客户合作的推广活动现场,每个月飞去别的城市两次算是少的……而她自己,也不可避免地出现了种种变化:工作时间内变得越来越容易急躁易怒,很难忍受同事或下属的小疏忽;年纪轻轻就开始出现颈椎病、腰痛、睡眠不好等各种职业病……

随着去年她结婚、生孩子,她更加意识到了工作压力对于她的个人生活所带来的影响。思考再三,她试着调整自己的目标,不再每月逼迫自己保住业绩第一的成绩;又甚至,她考虑到薪资较低的岗位,专做内部工作,不再面对市场。

## 方法A 减少欲望 抓住重点

进取心和欲望之间的区别是:进取的过程让你得到成长,即



便最终没有达到目标,你也是满怀希望的。而欲望则只会激发人的无休止的贪婪,在追求的过程中甚至会越来越不快乐。正确区分它们,在不同的阶段,抓住重点,减少欲望,这样会减轻你很多不必要的压力。

## 方法B 注重 细节调整

不逃避问题,而是讲求解决问题的策略性。例如,繁琐的年度销售报表在下周需要交上去。这时候你应该做的是立刻把这个庞大的任务细分为多个具体且容易执行的小任务。越是详细具体的工作计划,实操性就会越高,着手去做的时候也就不会有过重的抗拒之感。将一件事分成几部分,从最轻松的地方做起,胜利后小小庆贺一下,有助于下一步工作的开展及积累勇气。

## 方法C 不抱怨 只解决

如果你带着正面情绪去面对现实,现实也会正面地回应你;反之亦然。抱怨对于压力来说,只会起到加重作用,并进一步增加你解决问题的难度。所以,遇到问题的时候,试着控制情绪,不抱怨,只去想如何解决。

## 【解词】

### 零帕族

“帕”即帕斯卡,是压力的衡量单位,“零帕”亦即无压力。“零帕族”的说法和“亚历山大”(压力甚大)一词类似,来源于网络然后风靡开来。“零帕族”指的是这样一群人:栖身于现代社会各种角色,承载着来自生活及工作中的各种压力,却能用各种方式化解,保持积极乐观的心态来面对问题。

## 一周职场

### 求职者找工作,招聘会发路费

据《长江日报》报道,武汉科技会展中心日前举办“湖北夏季人才交流大会”,首次为有工作经验的求职者发放求职路费补贴。

点评:这确实是一件稀罕事。这种现象的背后说明求职者在人才市场中的地位发生了深刻变化,原先为找工作发愁的求职者,开始成为招聘市场的“香饽饽”。

### 网爆雷人招聘条件:QQ25级以上者不要

据《扬子晚报》报道,福建一家餐饮机构在一个招聘网上挂出的招聘信息,申明“QQ等级25级以上的网虫请勿应聘”。

点评:“QQ25级”虽然雷人,却不违法。企业要这么玩,求职者拿它也没办法。只是这样的招聘门槛在实际中会不会产生效果,QQ25级以上的人重新申请一个号,或者干脆来一句“我没有QQ号”,招聘企业又如何是好?

### 35岁成生死线,职场升迁现“时程表”?

据《每日商报》报道,年近30岁的吴先生在物业管理公司工作。听说35岁前没有升迁,吴先生很焦虑,他甚至有了跳槽或换行的想法。

点评:许多企业在招聘过程中,要求员工年龄在35岁以下,虽是事实。但35岁也是人生的黄金时期:年富力强,经验正丰。也有企业看中这点而专门挖掘那些有一技之长的职场达人。

