

秘书资格考试技巧心得：秘书人员最忌情绪不稳定 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/291/2021\\_2022\\_\\_E7\\_A7\\_98\\_E4\\_B9\\_A6\\_E8\\_B5\\_84\\_E6\\_c67\\_291697.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/291/2021_2022__E7_A7_98_E4_B9_A6_E8_B5_84_E6_c67_291697.htm) 秘书心理上的障碍是指秘书在参谋之前或参谋过程中，心理上已形成了某种痼癖或者走势，自觉不自觉地将思路导向背离客观事物的主观想象或愿望的一端，致使参谋方向出现偏差。急功近利也是影响参谋方向的一种病态心理。急功近利者过于着重眼前利益，忽视长远利益，过多追求局部利益，放弃全局利益。这样，一事当前，往往只是追求近期功效，而对方式方法的正确性考虑不够，其参谋意见往往就失之偏颇。如同下棋一样过于重视眼前的一子两子，不知此谋已为全局被动埋下祸根。先入为主的思维定势也是一种不健康的心态，持此心态者受经验影响太深，喜欢用固定的心理模式来影响指导同类的活动。事实上，在一个正确的意见、建议形成之前，他在心理上已经有了"定势"，而这种定势往往并不符合实际，是一种"定势错觉"，这就使得一条参谋意见的出笼失去了正确的前提条件，"不合时宜"也就成了必然。克服参谋过程中的心理障碍，包括培养和提高参谋心理素质的各个方面，但主要是解决两个问题：一是养成冷静的气质，二是保持平衡的心境。冷静出智谋，一个好使有丰富知识和经验的秘书，如果缺乏冷静的头脑，那么他的智慧就不可能得到发挥，参谋活动中的各种现象、处境、遭遇都会引起秘书感情上的变化，恐惧、悲哀、狂喜、愤怒等，各种情绪都有可能带进参谋过程，如果参谋不能理智地控制自己，任感情的洪水四处泛滥，就一定会影响参谋质量，参谋就谈不上正确方向。因此，

培养冷静的气质，每临大事而不乱，是秘书心理修养的一种高境界。冷静首先就要临危不惧，处变不惊。参谋过程中总是有这种那种意想不到的情况，秘书如心慌意乱，胆怯神迷，就必然造成错觉。要冷静就要抑躁制怒。冷静是相对急躁而言。兵法上说，“主不可以怒而兴师，将不可以愠而致战”，进而言之，秘书不可以愠怒而出谋。秘书遇事驾驭不了情绪，感情用事，就非走火不可。希腊哲学家有句名言：“耐心是一切聪明才智的基础。”要冷静还要善于对各种反常的将带来消极后果的情绪、情感进行冷处理，维持一种心理平衡，使出谋时情绪能保持一种正常状态。任何人都有七情六欲、喜怒哀乐，不可能总是冷静的。这并没有什么了不起，问题不在于一个人是否感情冲动、情绪起伏，而在于如何调节、处理这些冲动的感情和起伏的情绪。民族英雄林则徐奉命虎门销烟，为了不因怒而误事，特意在自己的居室和办公室贴上“制怒”的条幅。每当发脾气时，一看到这两个赫然大字，便如同听到无声命令，也就慢慢平静下来，三思而后行。这是一种建立固定条件反射，对反常情绪进行冷处理的典型例子。美国第十六任总统林肯习惯使用一种“转移”法，他曾说：“每当我发火或有其他情绪时，我就尽情地写信发泄，发泄完之后就把它扔掉，我每次总是这样。”这些都值得我们揣摩、学习。冷静治疗是地情绪不稳、心境平稳乃是对情绪偏激者所开的药方。心理学上的心境讲的是一种使你的一切体验、活动都染上感情色彩的、比较持久的情绪状态，心境具有弥散性特点，即当一个人处于某种心境时，他往往就以同样的情绪状态看待一切事物。这种情绪如果处于一种良好的心境时，就可能理智清楚；反之，就可能理智混乱，如投机心

态、急功近利、多疑等等，都是不健康的心境。这些不良心境影响参谋的方向是不言而喻的，因此，秘书加强自身修养，永远保持一种平稳的心境，就要做到不以物喜，不以己悲，淡化名利，泰然处世。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)