

秘书从业经验：办公室人员要学会为自己解压秘书资格考试
PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/514/2021_2022__E7_A7_98_E4_B9_A6_E4_BB_8E_E4_c39_514102.htm 前不久，偶然从一媒体上看到这样一组调查数据：因工作情绪压抑轻生的人员之中，从事文秘工作的人员占到90%。这着实让人吃惊不小，也为同行的身心健康为之担忧。谁不知道，秘书都挑着这样一副担子：当好领导的参谋和助手，把好工作质量关和秉公督办，做好机关协调服务和树立良好机关形象。要做到这些，不仅工作职责要求我们做到面对党和国家，要永远坚持党的信念，扎实贯彻党和国家的路线方针政策；面对工作，要比人更了解、更熟悉部门的工作职责；面对同事，要有较好的涵养，开朗的性格和足够的耐心；面对重大事件，要有机敏的反映，冷静的头脑；面对现代化，要与时俱进，能适用和驾驭时代信息及技术；面对交际，要谨言慎行，举止规范；对组织重要信息要守口如瓶等等。在工作中，我们还要做到腿勤，不怕多跑路、多流汗，甘当无名英雄；脑勤，勤学善思，为领导多出点子、多出谋划策；嘴勤，多汇报，多交流，多沟通、多协调。一句话，内要有深厚的文字功底作为“看家本领”，外要能完美地履行好、完成好各项工作职责。实际上，秘书能挑起这副担子，关键就是秘书都有忠于职守的敬业精神。因为敬业，工作才会有热情、业务才会精、纪律才会严明、思想才会进步、作风才会正派、信仰才会坚定。换言之，秘书何时何地都将面临着新形势下组织能力、交流能力、信息搜索能力、处理突发问题能力和管理能力的更高要求和考验。要能承受住压力和挑战，秘书就得花更多

的时间去学习和工作，就得正确面对和接受双休被一叠叠的材料挤掉，法定假被一次次加班值班刷新，中午和晚上被一场场饭局覆盖的事实。不得不承认，秘书在办公室这个平凡的岗位上，任劳任怨，精于求精地为党、为国家和为人民做了大量的工作，无愧于“无名英雄”的称号。然而，在现实工作和生活中秘书们除了要花大量的时间和精力去完成那繁重的工作外，其思想和精神也势必面临多方面的压力。比如当与单位领导和同事之间意见产生分歧的时候；当逢年过节，不得不忍心挂断父母亲催促回家电话的时候；当兄弟姐妹、亲人朋友为这为那的事总要有个商量自己不能出席的时候；当爱情垂青却没有浪漫时间的时候；当结了婚没有“蜜月”的时候；当接过学校邀请函不能参加家长会的时候……诸多压力和心结，多数人因得不到别人的理解而选择封存和深埋自己情感，长而久之，这种封闭压抑的情绪会让自己逐渐失去自信心，对工作和生活产生厌恶感，最后自己击倒自己。秘书，这份被人们戏称为“酒要多喝却不能醉，班要多加却没有加班费”的特殊行业，自己要能胜任并挑起挑好这副担子，就得凡事学会变通不能只强调硬度，还得有弹性和韧性，如让懦弱多一点自信、给无知多一份宽容，与隔阂多一次沟通、逢冷漠多一些微笑、遇仇视多一次谦让……总之，要学会为我们负重前行的车轮多加一些润滑剂，让我们在领导、同事、亲人和朋友的理解支持中快乐前行！百考试题整理F8F8" 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