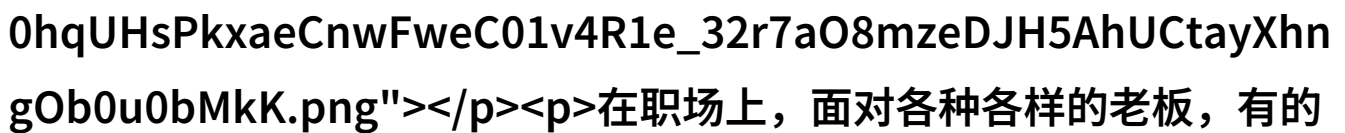
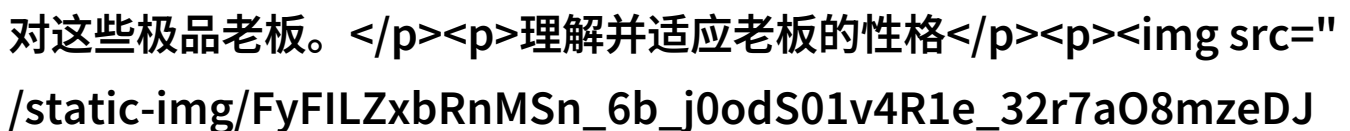


# 老板是极品职场生存指南

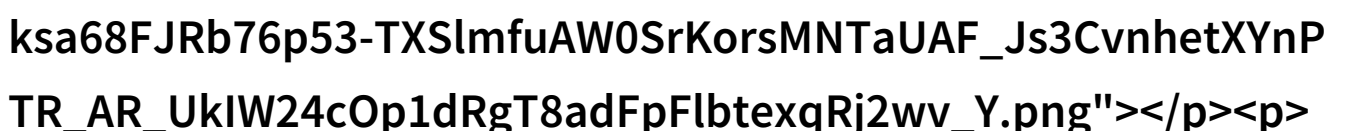
老板是极品：职场生存指南

 在职场上，面对各种各样的老板，有的可能会让人感到既疲惫又无助。他们的行为往往超出常理，让人难以理解和接受。在这个指南中，我们将探讨一些关键点，以帮助你更好地应对这些极品老板。

理解并适应老板的性格

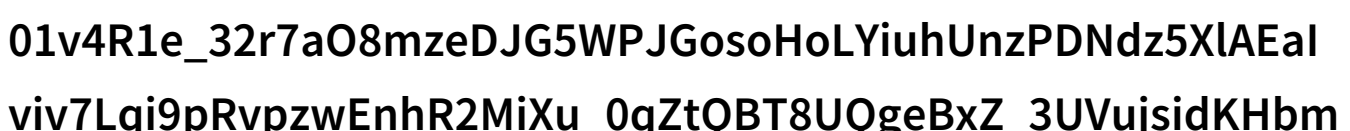
 老板是极品，他们通常有自己独特的人格特征，这些特征可能包括自我中心、缺乏同理心甚至是不诚实等。了解你的老板这一点至关重要，因为这样可以帮助你更好地预测和处理与其交互的情况。

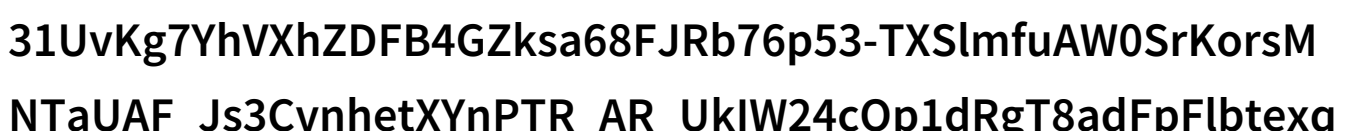
保持专业态度

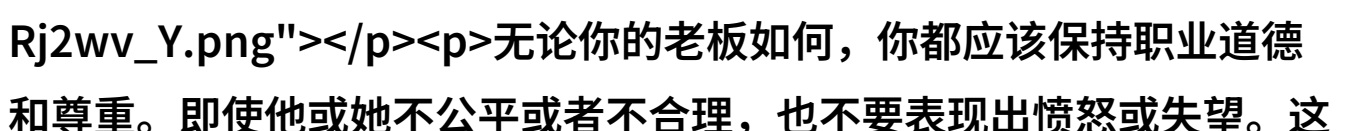
 无论你的老板如何，你都应该保持职业道德和尊重。即使他或她不公平或者不合理，也不要表现出愤怒或失望。这不仅能保护你的职业声誉，还能让你避免被视为一个问题人物。

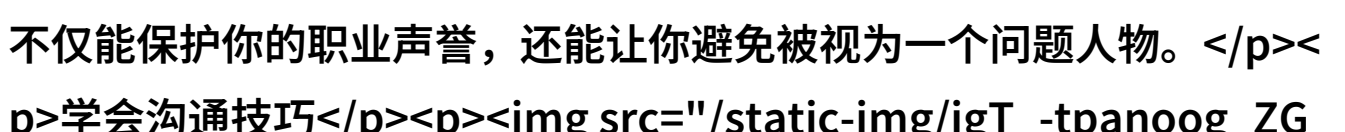
学会沟通技巧

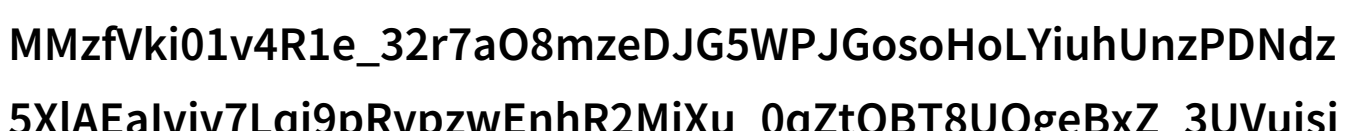
 学会沟通技巧

 学会沟通技巧

 学会沟通技巧

 学会沟通技巧

 学会沟通技巧

 学会沟通技巧

 学会沟通技巧

FlbtexqRj2wv\_Y.jpg"></p><p>与任何人沟通时，都需要技巧尤其是在与极品老板打交道时。当表达自己的观点或需求时，要清晰、直接且礼貌，同时要注意倾听，并试图从对方的角度看待问题，这样可以减少误解和冲突。</p><p>建立个人界限</p><p></p><p>在工作中，明确设定个人界限对于维护健康的人际关系非常重要。这意味着识别哪些事情是你能够接受并参与进去的，以及哪些事情则需要被拒绝。你必须学会说“不”，特别是在那些超出了工作范围的事情上。</p><p>寻求支持网络</p><p>即使在最困难的时候，也要记得寻找支持。向同事、朋友或者其他管理层成员寻求建议或帮助。如果遇到无法解决的问题，不妨考虑寻求内部调解或者外部法律咨询服务。</p><p>培养情绪管理能力</p><p>工作环境中的压力总是存在，而与极品老板相处还会增加额外的心理负担。因此，培养良好的情绪管理技能变得尤为重要。这包括练习放松技巧，如冥想、深呼吸，或通过体育活动来释放紧张的情绪。</p><p><a href = "/pdf/679440-老板是极品职场生存指南.pdf" rel = "alternate" download="679440-老板是极品职场生存指南.pdf" target="\_blank">下载本文pdf文件</a></p>