

增加工作情趣

于真

缺錢、工作不好找，常使很多人「饑不擇食」，沒想清楚自己究竟喜歡什麼樣的工作，只要找到一份職業，不管三七二十一，也就上班去了。當然更談不上專精一藝或學以致用。只要能按時領到一份薪水，勉強湊合湊合也就算了。但另一方面常常對自己的工作不滿，做起事來心不甘，情不願的。

如果你正處在這種情況，何不改善一下，因為你一天當中，絕大部份時間都被工作所佔據。換一種想法，改一下態度，將可以使你的日子過的更充實、更愉快，更有情趣！

試試下面的十四種方法，也許能幫你忙：

一、保有積極的態度

你的工作很菜？沒什麼意思？那你平常上班時，一定是一付無精打彩的模樣，臉上毫無表情，這樣不但不受歡迎，也容易受別人批評。想想看，也許別人早就希望有你這份工作，假如換個人代替你的位置，他可能覺得勝任愉快，態度積極，因而獲得晉升加薪的機會，所以保有積極的態度，待人親切，工作認真，你將會有意外的收穫。

二、消除枯燥乏味

你的工作輕鬆、時間充裕嗎？何不要求老闆給你額外的工作，或主動幫忙其他同事，甚至可以自己動手做新的計畫或研究。

「我以前是一位社工人員，我認為我們需要建立一個資料參考系統，於是每

天早上，我看過所有報紙後，將所需要或相關的資料剪下來，然後把標題寫在索引卡片上。不久，同事們都跑來問我要各種不同的消息或資料。這事不但有益又有趣，老闆也因此非常賞識我，加我薪水。我離職後，收集資料也成為接我工作的人份內工作之一。」

另一個增加工作趣味的的方法是：每天先做一些你不喜歡的事，接著再做一件你喜歡的，每次都這樣，你會有一種期待去做後面那份工作的渴切心情，如此便不會無聊了。

三、置身「圖」中

把公司看成一張圖，對它有全盤的了解後，想想看自己是屬於那一部份，是生產裝配線？是宣傳廣告部門？是會計課？是售後服務組？你這部門對公司有什麼功用？其他每一部門如何運作，造成一個蓬勃茂盛的生產組織？了解後，你會發現你在公司的重要性，也許會為自己感到驕傲。

現在世界上一流的大公司，有一項新的設計，那就是每隔一段時間召集每部門，或自己部門的人員開會，只討論一個問題——如何增進整個公司的工作效率，不同於一般的會議。你的公司若是已有這種安排，想辦法參與，如果沒有，你去和老闆商討，成立這項計畫。這樣還是行不通，那麼私下進行吧！中午休息或下班後，和同事討論，然後將討論的結果，需要改進的地方，向老闆建議。

四、了解並且舒緩工作壓力

不管你是秘書、高級主管、普通職員，你一定遭受過工作壓力。事實上，秘書遭受的壓力常比主管大。據研究，工作壓力經常是危害辦公人員身心健康的

最主要原因，不得不謹慎。

處處聽命於人，工作空間狹小，走動的人多、聲音吵雜等因素會增加工作壓力。

遇到這種情形應設法改進，一方面製造一個較好的工作環境，如加強燈光照明、減少噪音；另一方面可由工作以外的時間來改善，如參加社團活動、規律的運動、適度的休假、注意身心健康，與朋友建立良好的人際關係，這樣一來，你才有更多的精力投注到工作與生命。

五、騎馬找馬

「騎馬找馬」絕不是要你不斷地更換工作，而是盡可能地找一個自己滿意，又能勝任的職務。

「我原本是公司的打字員，有一次，生產部有個同仁離職，公司調我去補缺，直到他們找到人為止。結果我發現在生產部的工作比無聊的打字工作有意思多了，我在替補缺額的這段時間，表現良好，因此，我成了這部門的正式職員。」一位過來人說道。

六、求新求變

天下沒有十全十美的事，沒有大的缺點，也會有小的瑕疵，工作也是一樣。早晨起來後，你很不願意上班嗎？你可以設法改進，換張舒適的座椅，辦公桌整理的整齊又清潔，偶而帶些花插放在桌前，用迷人的杯子泡茶或咖啡，可能的話以檯燈代替吊燈，這些都可以增加工作情趣的。

七、培養工作以外的興趣

有許多人從事「九點到五點」的工作，(意即上班時間中完成每天份內的工作，下班後，可以將白天的事拋到腦後)那不妨趁空閒時間參加一些有趣的活動，如琴、棋、書、畫、出外旅行、結朋會友等。建立一個屬於自我的生活。

八、贏得家庭成員的支持

上班常使人身心俱疲。再加上家庭不和諧，會導致「活的不耐煩」的後果。即使你的伴侶、孩子知道你那份工作的重要性，他們潛意識裡會不高興，因為他們需要你時，你常不在。家裡有人認為你的工作沒什麼了不起，或不幫你作家務時，你應公開和他們討論，不要閉口不談或有罪惡感。當你的先生、太太或孩子幫了你忙，你應立即稱讚或鼓勵他們，不但能使他們繼續下去，還可增進家中愉快的氣氛。你在工作上也就沒後顧之憂。

九、結交工作上的朋友

和你喜歡的同事一起工作，可以讓最無聊的工作變有趣些。一般而言，低階層的職員，因有同舟共濟的想法，所以比高階級的主管容易結交工作伙伴。

但有一點要注意的是：不要向這類朋友不斷抱怨你工作上的問題與種種不滿，這不但缺乏職業道德，而且他們說不定那天升級了，對你將來升遷具有影響力，可是想到你從前老愛抱怨，對工作不滿，雖是往日好友也不可能會重用你，所以平日應給人敬業樂群的印象。

十、尋找挑戰

一個看似平淡無奇的工作，事實上可能很具挑戰性，如：你要讓工作生動有趣，要保持高昂的鬥志，要應付刁鑽的上司，還要學習新技能。

「我有多餘的時間，總是問其他部門的同事，有沒有我可以幫忙的地方，除了無形中多學了許多知識，提高工作的挑戰性，工作也更有趣，真是一舉數得。」一位女秘書說。

認清你的工作，尋求突破，會有意想不到的好處。

十一、以賺錢為目的

如果你工作的動機是為了金錢，那你一方面要小心盤算收支情形，每月不論多寡，都應有儲蓄；另一方面，你可以這麼想，我只要努力工作，表現良好就有加薪的機會，這麼一來，你會賣力地工作。

十二、用現有工作為手段，以求達到更高的目的

「對工作盡責」，仍是各行各業的最基本要求，你做不到嗎？若是你對目前的工作不太熱衷，你為了往後求得更好，更中意的行業，也該用點心，不要不耐煩。你或多或少會從每份工作中學到一些新知識，交到新朋友，這些對你的未來幫助很大，不可忽視。

你的目的若是要份薪水支付你嗜好的花費，像繪畫、寫作、旅遊、求學的費用，那就好好努力，為工作盡點心，然後讓你的薪水來「回報」你。

十三、想想看，「它」只不過是一份工作

你的工作情況實在不佳，既沒人賞識，又無聊透頂時，不妨如此想：這只不過是一份工作，有了它，不必每天面對單調呆板的家事，外出工作等於是在生活中加入一點調味料。另外有些人較外向好動，閒不住，想藉工作排遣寂寞，卻又不願遭受太大的工作壓力，這類型的人可以找「九點到五點」的工作，工

作沒競爭性，下班後也不用為它傷腦筋，職業與個人生活毫不相干。

十四、以你自己和你的工作為榮

人們總是敬重工作能力強的人。他們的成就來自：一、看重自我，二、喜愛工作。要造成這種積極的自我形象，全操之在你。

「我白天在貿易公司當秘書，晚上在夜校教書，我愛這兩份工作，我也敢說我是一位好秘書，也是一位好老師，我喜歡和大家一起工作。更愛看每個人快樂滿意的樣子。」一位身兼二職的小姐說。

你以這種態度去面對你的工作，你會發現「成就」就在眼前。

不過記住一句話：「這一切都得靠自己。」