

职场分析

不景气条件下谨慎“裸辞”



所谓“裸辞”是指还没找好下家就辞职,不考虑后路,或者连下一个工作目标都没有的情况下就辞职,且离开得很决然。

“裸辞”原因有很多,也许是老板的一次责骂,一夜的失眠,或者和同事的一次冲突;有的因为工作环境、工作压力等,使身心疲惫或者看不到发展前景;或者因为工资待遇问题,长期付出没有得到相应的回报,渐渐对工作失去了热情……

无论是内外因素刺激下的一时冲动,还是貌似深思熟虑后的决定,我们对于“裸辞”行为的关注点,不是在于行为本身是否决绝,而是在于行为之后是否茫然。

通常情况是自身职业规划模糊及社会责任感的缺失。一份稳定的工作不仅是养家糊口、安身立命之本,更是个人发展的平台。忽视了现有基础而做出一气之下的“裸辞”,不仅暴露出一个人对社会缺乏足够了解,缺乏正视和处理问题的能力,同时也是心态浮躁,对自身发展缺乏规划,甚至缺乏责任的表现。然而,“冰冻三尺非一日之寒”,除却自身原因,一个人选择“裸辞”的背后,一定

程度上是因为自身内心的幸福感、归属感和个人成长需求难以满足。当然,家庭、学校教育的缺失,导致出现盲从、自私、难以适应社会生活等情况,一旦诉求难以满足,便会选择“裸辞”以逃避现实。所以,对于“裸辞”一族给出以下建议:

首先,要树立清晰的职业目标,做好职业规划。“裸辞”如

是为了提升自己去学习更多的知识,或者“裸辞”前已经有了新的工作方向,而且要考虑周全些,比如未来从事新行业的发展趋势,经济形势的变化,以及未来的企业文化、老板的领导风格等。这样“骑驴找马”的方式,还可以减轻“裸辞”带来的心理压力和经济损失,不至于在短时间内因没有找到合适

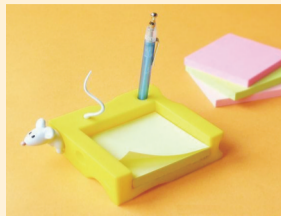
的工作和经济上存在空窗期而焦虑,切忌盲目“裸辞”。

其次,要加强自身的适应能力,增加抗压能力。“裸辞”很大部分与负面情绪有关,如觉得职场不公平、领导不可理喻、工作实在不开心、工资低、没有发展前景等。然而“裸辞”就一定能解决问题吗?下一家公司就不会出现这些问题吗?所以,最根本的方法还是要从自身做起,提高适应能力,包括工作关系的处理、工作方式的更新、工作心态的调整等。另外“裸辞”还会给企业带来人力资源的流失和培养成本的浪费,切忌任性而“负气裸辞”。

当然,如果是“被迫裸辞”,企业也要反思自身问题,要增加对员工的物质保障和人文关怀,提升员工的职业认同感和归属感。

“裸辞”没有绝对的对和错,或许换一份工作,换一个环境是个全新的开始,只是做决定前需确定好“后路”,三思而后行。(浦东职介 唐英)

职场问答



□问:我在同一家公司工作了5年,马上合同到期后单位不准备续签,请问是否可以要求公司支付补偿金?

■答:合同期满劳动合同终止,用人单位需要支付经济补偿(用人单位维持或提高劳动合同约定条件续订,劳动者不同意的情况除外)。

□问:我已回老家工作,但与原公司还有纠纷没有解决,能在网上提交劳动仲裁申请?

■答:发生争议可与用人单位先行协商,协商不成或达成和解协议后不履行的,可向调解组织申请调解;调解不成或达成协议后不履行的,可向劳动仲裁委申请仲裁。申请劳动争议仲裁必须本人亲自提出,劳动仲裁机构不接受网上仲裁申请。

职业指导

兴趣爱好与求职该如何平衡?

【案例背景】

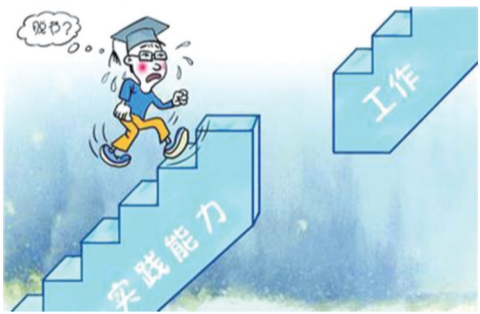
小胡,男,32岁,大专学历,毕业后换过7份工作。

小胡在早期求职过程中,以工作轻松、时间相对自由、薪资待遇要求不高的方向浏览搜索,后来发现这类工作几乎没有,转而将目光投向兼职。这几年做过多份兼职,有送货员、影院检票、球馆教练等,最近打算去开滴滴专车。

小胡觉得自己家里经济条件还不错,自己学历不高,又没有什么特殊技能,好的工作找不到,也不清楚自己适合哪种工作。但长期做兼职也不是办法,小胡对自己的职业发展思路陷入了矛盾,因此找到职业指导师寻求帮助。

【案例分析】

小胡的父母都已退休,退休工资较高,退休后还在工作。家里以前老房子动迁分配了房子,生活无忧无虑,父母也不会为了他找工作的事太在意。



小胡觉得兼职做一天算一天,平日里有大量时间可以投入到兴趣爱好里,打球、钓鱼、健身等;而全职工作繁忙,很难继续维持自己的爱好。这明显缺乏求职动机,用小胡自己的话说“无欲无求”,找工作反而成为一种排解无聊的方式,对待工作的积极性肯定不高。

没有明确的职业规划和求职目标,自身求职能力又缺乏,总是抱着“无所谓”的态度,求职失败率高那是必然的。

【指导建议】

一、调整好求职心态再就业

小胡其实是一种被动的“无欲无求”,短暂的苟且掩盖

了职业目标。对待求职的态度必须有所转变,要意识到没有悠闲和不付出的工作,家庭经济无压力是有利条件,可以更从容地去从事自己理想的事业。以自己的兴趣爱好为出发点,确立合适的就业目标,用积极的态度去面对,才能真正踏上自己的职业道路。

二、平衡兴趣与工作间关系 如何正确处理好兴趣和职业关系,对于自己的兴趣爱好关键在于合理安排时间,利用空余闲暇去发挥自身特长,毕竟兼职不是长久之计。结合小胡曾经有合伙组建俱乐部的经历,加上艺术类、体育类培训行业目前也有上升趋势,给予肯定并考虑重操此业,兼顾自己擅长领域的培训机构先找一份全职工作。

通过职业指导,小胡意识到自己求职屡屡碰壁的原因,主要在就业与兴趣之间的权衡把控,表示要好好梳理和分析自己的求职定位,结合过去的工作经历、兴趣爱好和当下的市场行情,有意向在体育培训类方面寻求职业发展。(宝山职介 章家琦)

求职驿站

别让择业成为求职“绊脚石”

【案例】

小张,男,中专学历,身材魁梧,是一名年近40岁的退伍军人。10多年的工作经历中,做过4年仓库保管员,4年EMS快递员,2年交通指挥中心电话接线员,最近一份工作是2018-2020年从事人口环保普查员。随着普查工作的结束,小张也就失业了。可就是这两年的人口普查工作,让小张喜欢上了这样的工作方式:上班时间灵活自由,工作环境不局限于办公室之内。

【分析】

通过与小张的沟通得知,他迫切希望找一份类似人口普查员工作性质的工作,上班较灵活,可以到处走动,没有拘束,他对于工资薪水的要求并不高,正规“缴金”即可。

初听下来,感觉小张对于岗位的要求并不算高,但是当推荐给他销售业务类岗位或快递类岗位时,他又明确拒绝。认为销售业务类岗位虽然经常出外勤,时间也比较自由,但需要考核业绩,他难以胜任;快递类岗位每天日晒雨淋,跑上跑下,又太辛苦,他不能接受。

对于小张来说,面对求职存在以下几个问题:首先,求职方向太过单一;其次,不

了解市场就业行情;最后,缺乏面试技巧。

【建议】

一、拓展求职方向。小张过于追求“理想”中的岗位,应该结合就业市场需求,从自己的工作能力和工作经历等方向进行求职。小张有丰富的工作经历,又是退伍军人,其实很多岗位都很适合他,过度“择业”阻碍了成功就业。

二、了解就业形势。人口普查每10年一次,这份临时性工作有其特殊性,绝大多数岗位与之没有可比性。

建议小张认清当前的就业形势,不要凭不切实际的想法把自己带偏了,尽快实实在在地踏上自己的职业道路。

三、掌握面试技巧。面试是求职者整个求职过程中最重要的环节,也是成功就业的关键一步,成败往往取决于面试时短短一瞬间的表现。小张应当梳理一下面试经历,针对自身的不足,能够提升和掌握面试技巧,取长补短,那么离成功就业就不远了。

总之,择业的目的还是就业,要根据实际情况来选择,而过于自我理想化,这样的求职需求反倒会成为求职路上的“绊脚石”。

(徐汇职介 邹萍)



上海公共招聘信息

来自“上海公共招聘网”的推荐岗位

Table with 5 columns: 单位名称, 岗位名称, 招聘人数, 年龄要求, 文化程度. Rows include: 上海大华电器设备有限公司 (设计人员, 10, 24-40岁, 本科), 上海通用电焊机股份有限公司 (丝网印工, 10, 25-45岁, 高职), 明基生物技术(上海)有限公司 (电工, 6, 18-40岁, 高职).

注:1、以上所列的各推荐岗位,建议你登录上海市人社局网站(http://rsj.sh.gov.cn)的“上海公共招聘网”特色专栏查询。2、此处刊登的招聘信息可能会有变动,请以上海公共招聘网特色专栏即时发布的信息为准。如需进一步咨询欢迎拨打12333上海劳动保障热线。