

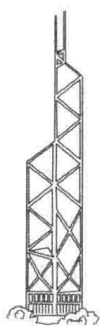
跳槽就是相亲

职场沉浮106问和案例20则

蒋倩 著



东华大学 出版社



跳槽就是相亲

——职场沉浮 **106** 问和案例 **20** 则

蒋倩 著

東華大學出版社·上海

内容简介

《跳槽就是相亲——职场沉浮 106 问和案例 20 则》是一本跳槽辅导书。全书分为上下两部。上部讲理论。针对职场中人跳槽时会遭遇的种种困惑，总结了从跳槽起念、跳槽准备到跳槽过程、跳槽后续四个阶段的 106 个问题，并力图从职场、情场相通的角度给出独家答案。下部讲案例。以上部理论所涉的核心问题为出发点精选了 20 个真实案例，并通过案例解析为读者指出了 22 条跳槽准则。希望读者能从书中一个个问题、一次次跳槽经历中获得启迪，使得自己在跳槽上少吃亏、不犯错，从而走好职场每一步。

图书在版编目 (CIP) 数据

跳槽就是相亲：职场沉浮 106 问和案例 20 则 / 蒋倩著 .

—上海：东华大学出版社，2016.8

ISBN 978-7-5669-1074-5

I. ①跳… II. ①蒋… III. ①职业选择 — 通俗读物

IV. ① C913.2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 125834 号

责任编辑：杜亚玲

封面设计：胡尚聪

跳槽就是相亲

——职场沉浮 106 问和案例 20 则

蒋倩 著

出版：东华大学出版社（上海市延安西路 1882 号，200051）

本社网址：<http://www.dhupress.net>

天猫旗舰店：<http://dhdx.tmall.com>

营销中心：021-62193056 62373056 62379558

印刷：上海市崇明县裕安印刷厂

开本：890mm × 1240mm 1/32 印张：7.625

字数：240 千字

版次：2016 年 8 月第 1 版

印次：2016 年 8 月第 1 次印刷

书号：ISBN 978-7-5669-1074-5 / C · 017

定价：22.80 元

前言



因为职业的关系，时不时就会有求职者询问作者职场问题，向作者诉说职场困惑。在不断的答疑解惑中，作者萌发了将自己这些年的猎头从业经验进行系统化的梳理，以文字的方式记录下来，以便今后更好地面对求职者的咨询。

作者以一个人从起念求职、跳槽到入职新公司的整个过程会遭遇的问题为写作对象，写着写着，慢慢竟形成了书稿。起初在网络上连载，后来由于一个机缘，接触到了东华大学出版社编辑，便有了如今的这本《跳槽就是相亲——职场沉浮 106 问和案例 20 则》。

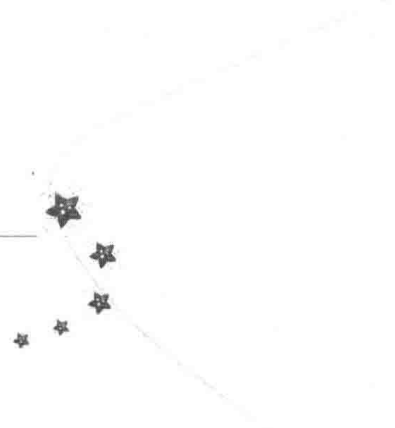
作者在书的上部中分了四篇十五章共计 106 个问题进行理论层面的解答；又在下部中提供了精选出的 20 个真实案例进行实际层面的分析。相信本书会让初入职场的的新鲜人“一览众山小”，全面增加求职跳槽经验值，也会让摸爬滚打多年的过来人“豁然开朗”，获得突破职场瓶颈的启发。需要说明的是：（1）本书中所有用到的“求职者”、“跳槽者”、“被面试者”等称谓，均是指想找工作的人。（2）本书所阐述的跳槽都是企业范畴内的，不包括政府机构、事业单位、非盈利组织。（3）基于作者的个人经验所限，本书所阐述的经验较适用于拥有完善的职业经理人的制度的企业。

若是读完此书，能够让哪怕寥寥几个读者在今后求职、跳槽时少吃亏、不犯错，作者就会觉得所做的一切努力都是值得的。若是读者还能认同作者书中提出的职场与情场相通的观点，作者会喜出望外，毕竟知音难寻。

最后，感谢东华大学出版社给予的出书机会和信任，感谢老东家科锐国际多年的培养以及公司副总裁曾诚女士百忙之中为本书作的序。

编者

序



人是什么，不在于他拥有什么，而在于他选择什么。

《跳槽就是相亲——职场沉浮 106 问和案例 20 则》是一本关于职业生涯选择的指南，能够帮助职场人士通过正确的选择实现梦想的自己。

一部非常著名的奥斯卡获奖影片曾展现过这样一番情景，在看似静谧浩瀚的太空，却充满了危机，女主角需要在快速变化的太空中不停地做出正确的选择，以应对扑面而来的风险。除了坚定的信念，她凭借着一本太空指南克服了一个个风险，终于安然回到了地球。

现在，人们正在步入所谓的“量子时代”，事态的形势、关系愈加扑朔迷离。瞬间而至的变化让我们怀疑甚至颠覆自己曾经笃信的认知。创新、升级、跨界……为职业发展带来了更多的变数，职场人士面临着愈加复杂的情境，就像驾驶着奔赴太空的飞船，单凭直觉与幸运是难以成功的，需要随身有一部专业的指南才能化险为夷。

要做出正确的选择，首先要如苏格拉底所说“认识你自己”，即要全面地审视自己。这意味着对自己的职业目标、当前的位置、目标企业及职位和未来的路径等进行全方位的思考。思考之后的行动则是“细节决定成败”，在简历、面试、谈薪、离职、入职等环节中，专

业的职场人士需要高效的方法和工具把握其中的机会，规避风险。这本书的内容涵盖了以上提及的从跳槽前到入职后的所有环节，从思到行，从工具到实践，全面且深入。其中的建议皆来自于资深猎头顾问多年来的心得，这些宝贵的经验蕴含着对雇主、雇员以及猎头操作的理解。

我与 Jenny 共事多年，她曾是科锐国际资深猎头顾问，公司的“百万顾问俱乐部”会员。她服务过众多的著名跨国及本土企业，对雇主、雇员及猎头行业的趋势、操作、工具、系统有深刻的理解，是客户、候选人心目中信赖的伙伴。如今 Jenny 将其多年的积累与思考汇集在这本书中，非常难得。

相信这本指南能够像一位专业而耐心的向导，助您在职场中从容做出正确的选择，早日实现自己的梦想！

曾 诚

科锐国际副总裁

目 录



上部 职场沉浮 106 问.....	001
--------------------	-----

第一篇 To be or not to be ? ——跳槽还是不跳槽?	002
---	-----

第一章 为什么要相亲——跳槽的目的	003
-------------------------	-----

第二章 新时代的相亲——跳槽的定义	008
-------------------------	-----

第二篇 Are you the one ? ——跳槽准备	013
------------------------------------	-----

第三章 我喜欢什么样的——如何分析和评估自己	014
------------------------------	-----

第四章 能帮我介绍个相亲对象吗——跳槽途径	026
-----------------------------	-----

第五章 家境好不好——企业选择	035
-----------------------	-----

第六章 人品优不优——职位选择	054
-----------------------	-----

第七章 要不要换口味——转型式跳槽	062
-------------------------	-----

第三篇 You jump, I jump! ——跳槽进行	075
------------------------------------	-----

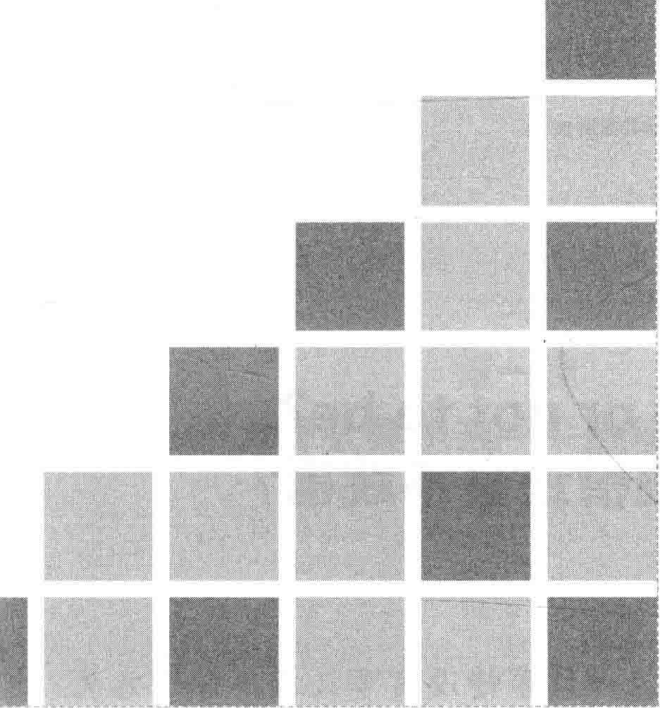
第八章 背景说来听听——跳槽简历	076
------------------------	-----

第九章 约出来见见之梳妆打扮——面试前的问题准备	094
--------------------------------	-----

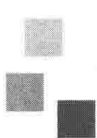
第十章 约出来见见之兵来将挡——面试问题应答	118
------------------------------	-----

第十一章 约出来见见之火眼金睛——面试相关人际评估	138
---------------------------------	-----

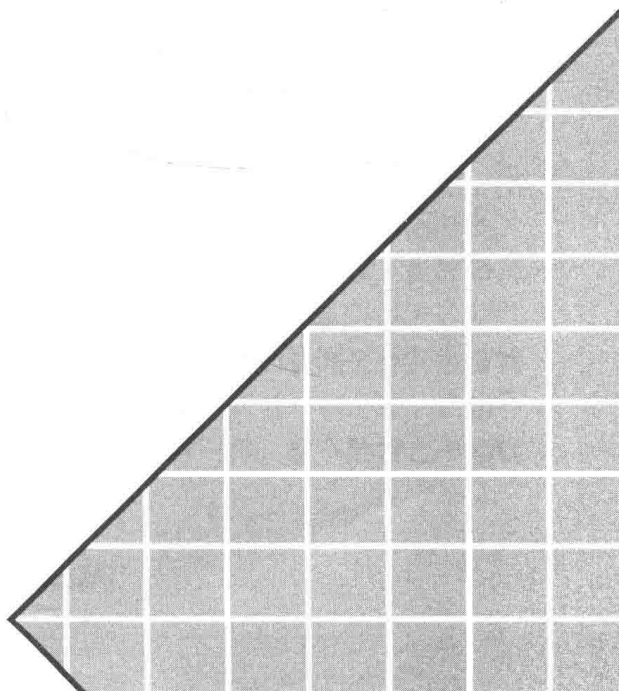
第十二章 你的彩礼 vs 我的嫁妆——薪资福利	144
第十三章 爸爸妈妈点头吧! ——辞职	156
第四篇 Live a happy life forever? ——跳槽后续	166
第十四章 嫁入豪门之初来咋到——新企业入职	167
第十五章 嫁入豪门之岁月漫漫——入职后的人际关系	175
下部 职场沉浮 20 例与 22 条准则	181
01 自我认知之性格决定命运——谁是赢家	182
02 自我认知之行动决定未来——上下求索	186
03 内部跳槽之任我行——老板, 你好	189
04 外部跳槽之任我行——猎头, 你好	191
05 内外部跳槽之任我行——时刻准备着	193
06 异地跳槽之爱你好难——成本有几何	195
07 转型之说好的转型——为什么不跳了	198
08 转型之说好的转型——还是跳去老本行	200
09 转型之说好的转型——临时起意的转型之后	203
10 转型之说好的转型——深思熟虑的转型之后	206
11 企业福利之真真假假——跳与不跳	209
12 企业文化之适者生存——国企好混, 民企难呆?	212
13 简历之虚虚实实——谁看简历?	215
14 面试之仪容仪表仪态——最好的名片	218
15 辞职之想要说拜拜——盛情之下	220
16 辞职之想要说拜拜——威胁之后	222
17 新公司之预期不符——外国人好相处?	225
18 新公司之预期不符——竟然什么都能变!	227
19 职场之个人品牌建设——为自己代言	230
20 职场之个人品牌建设——为别人推广	232



上部



职场沉浮 106 问



第一篇

To be or not to be? ——跳槽还是不跳槽?

如果一个人认为一件事情没有意义或不知道意义何在，那么他怎么会有动力去做这件事情？如果一个人认为一件事情是有意义的，也知道意义在哪里，但是对事情本身的定义并不清晰甚至存在误解，那么又如何能正确地去

所以第一篇旨在解答两个问题：

1. 明确跳槽是为了什么？
2. 明确跳槽是什么？



第一章

为什么要相亲——跳槽的目的



1. 跳槽是为了什么？

相亲是为了找对象，更确切地说，是为了找可以结婚的对象。绝大部分人不到恨嫁逼婚的地步，是不会选择相亲这个手段的。那么跳槽呢？

跳槽就是为了换一份更合适的工作。绝大部分人对本职工作若非心生不满乃至厌恶，也是不会选择跳槽这个手段的。

找对象的目的是为了更好生活，即活得更快乐、更丰富多彩、更有利于自我的成长、生命的完整等。换工作的目的何其相似！绝大部分人需要的是在工作的时候感到快乐。快乐来源于成就感。根据美国心理学家马斯洛创立的需要层次理论，成就感属于“自我实现需要”，是人的一种最高层次的需要。所谓“成就感”，是指一个人做完一件事情或者做一件事情时，为自己所做的事情感到愉快或成功的感觉。工作中的成就感包括与工作付出所匹配的富于激励的薪酬、良好的人际关系、富有挑战的工作内容和可以预见的发展空间等。

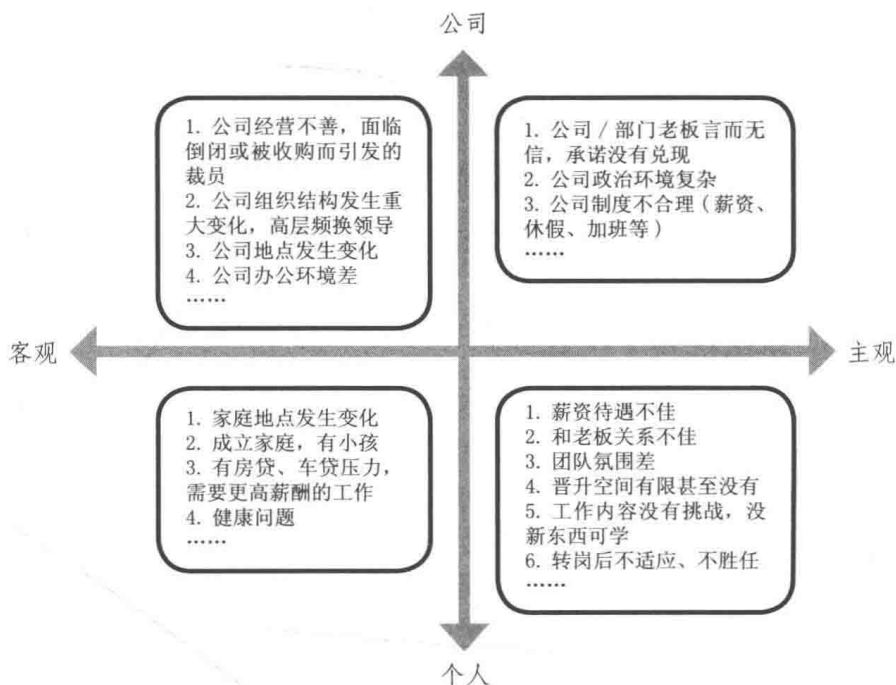
如果在工作时感到不快乐，没有成就感，我们该怎么办？是否需要跳槽？答案不是简单的肯定或否定，而是需要一事一议。正如一对恋人闹分手，旁人不能简单地劝和或劝散一样，跳不跳槽也不能轻易下决定。



2. 跳槽还是不跳槽？

既然跳不跳槽不是同“早饭吃包子还是馒头”那般日上演的选择，那么究竟什么时候才应该选择跳槽，什么时候不应该选择跳槽呢？

首先，可以参考以下的个人——公司、主观——客观原因四象限表。列出导致自己想跳槽的所有因素：



其次，分析这些因素。其实我们面临的跳槽只有两种类型，一种是是非跳不可型，一种是可跳可不跳型。客观原因导致的想跳槽的念头通常是非跳不可型，因为客观条件不是个人可以改变的。而主观原因导致的想跳槽的念头通常属于可跳可不跳型，因为主观感受取决于个人，正如饮水者自知水之冷暖，穿鞋者自明鞋之大小，外人很难评判或干涉。在此有两条忠告供读者决定是否要跳槽时参考，这两条也同样适用于相亲。



(1) 知己知彼，百战不殆

对自己个人能力、对目前职位和对所在企业的评价都要尽可能的客观。这种客观需要建立在对整个行业 and 同类公司的深入了解的基础上。不可想当然地这山望着那山高，一味看低目前的企业和职位。

(2) 没有十全十美的工作

“钱多、事少、离家近”是一句职场人士都知道的顺口溜，可惜这么好的工作实在是可遇而不可求。作者认为即使求得也非能一劳永逸，毕竟这个社会的节奏太快，变化也太快。而且正如天下没有十全十美的对象，也自然没有十全十美的工作。所以在基于主观判断而冒出跳槽的念头时，尽可能要让自己冷静下来，不要意气用事，一味地把存在的问题都推卸到企业、领导身上。很多人换了一家企业会发现问题仍然存在，方才醒悟问题至少不全在跳槽前的企业身上，自身也有值得改变的地方。

最后，做出行动。不管是决定了跳槽还是不跳槽，都需要有所行动。

(1) 不跳槽

既然选择了不跳槽，就需要积极调整自己的心态，让自己对目前的工作重新燃起激情。以积极的眼光去看待一切事物，以平和的心境去处理一切问题。改善自己能改善的部分，其余的部分要学会去接受。或许熬过了这个阶段，就会迎来柳暗花明又一村。即使之后仍然选择离开，对问题的看法，对事情的处理和做人的心态也会有所不同。

(2) 跳槽

如果选择跳槽，那必须要做大量的准备工作。本书在之后会用大量的篇幅进行详细阐述。毕竟天上不会掉馅饼。今天想跳槽，明日就有好工作找上门的桥段只存在于小说中。

选择跳槽要避免以下几种情况：

a. 盲目跟风

“身边的小伙伴们最近都在换工作，要不我也换个工作试试？”

“最近公司里离职的人不少，要不我也换个工作试试？”

“我们部门最近刚走了三个，要不我也换个工作试试？”

...

和相亲一样，跳槽是自己的事。自己没有想法的时候，何必去凑



热闹？

b. 人云亦云

“听说某某公司不错，我们这边几个都跳去那家公司了，要不我也去面那家公司？”

“听说某某公司很烂，之前的金融危机裁过员，我们这边没人去那家公司，我也不会去看那家公司有没有机会。”

.....

消息的渠道可以多元化，八卦信息也未必都是空穴来风，但是没有亲自调查取证就没有发言权，妄下结论就是对自己不负责任。

c. 只为了钱、权而跳槽

“人为财死，鸟为食亡。年度涨薪太慢了，跳槽不就是为了多一点钱吗？”

“不想做将军的士兵不是好士兵。职务高一级，名片一出手，神气多了，为啥不跳呢？”

.....

眼中只有权钱的人即使一时有所得，也往往无法长久；即使一次跳槽侥幸成功，也不可能次次成功；即使因为才华横溢而一时宏图大展，也会因为道德缺失而步入歧途。历史上钱权迷眼的例子比比皆是，不多言。

d. 频繁跳槽

“听说跳得多的人收入涨得快，升职升得快，何乐不为？”

“我们这离职的张三，两年跳了三次，听说薪水涨一倍了，还是跳槽跳得多好啊。”

.....

没有一家企业会喜欢频繁跳槽的人，因为稳定性是企业对雇员的一个基本诉求。也没有哪个谨慎求职的人会随意跳槽，因为跳槽太多往往说明的是一个人的不成熟，选择总是不正确，故而只能不断选择。其实人的一生中关键机遇最多有两到三个，在正确的时机把握住机遇才是明智的。

不排除有跳槽频繁的人越跳钱越多，越跳职务越高。作者认为这些个别现象有的是因为行业特性，有的是因为个人运气，有的则纯粹

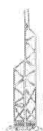


是谣言。虽然也有人不断凭借个人能力创造例外，但例外的情况不具有普遍参考价值。

本章小结：

一度曾流行过一句话：不以结婚为目的的谈恋爱都是耍流氓。作者想套用一下：不以更快乐地工作为目的的跳槽都是瞎折腾。





第二章

新时代的相亲——跳槽的定义



3. 什么是跳槽？

跳槽在《汉语大词典》的释义是：牲口离开槽头到别的槽头去进食。引申义是人离开原来的工作，另谋高就。

跳槽 = 换工作，这个求职者都知道。但是作者在这里需要指明的是：换工作不等于换企业。换句话说，从现在起读者就需要牢记：跳槽包括了内部跳槽和外部跳槽。内部跳槽并不需要换企业。

4 什么是内部跳槽？

估计有人要问：我只听说过内部转岗，没有听说过内部跳槽。这两者是一回事吗？

这两者是一回事。主流的说法是把内部跳槽称为内部转岗。作者之所以要称其为跳槽是基于以下三点理由：

①和（外部）跳槽相比，除了组织内和外的区别，行为的本质是一致的，从跳槽的定义看，也是完全符合的。

②比起对外部机会的重视，很多人对内部机会的重视度远远不够。和外部机会并称跳槽，可以让求职者从语言的角度去感受起来，让求职者能够逐渐重视起内部机会。（内部机会对于有转型需要的人很重