跳槽，让我欢喜让我忧

文　生　编著

中国纺织出版社

内 容 提 要

本书通过对跳槽种种现象的扫描和剖析，为广大青年朋友全面展示了跳槽者的心态和行动。本书介绍的成功跳槽的黄金法则，能让你获得一种新的人生体验和胜人一筹的法宝，使你飞得更高，跳得更远，从而实现自己美好的人生梦想。

图书在版编目（CIP）数据

跳槽，让我欢喜让我忧/文生编著．—北京：中国纺织出版社，2006.6

ISBN 7-5064-3817-8

Ⅰ.跳… Ⅱ.文… Ⅲ.职业选择—青年读物 Ⅳ.C913.2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2006）第 033626 号

编委会成员：郑 威 郑 宁 牛亚菲 王亚菁 王丽莉
尹 连 韩得飞 夏西南 孙成全 肖 勇
高客准 彭菲菲 修新英 武 斌 安冬娣

策划编辑：曹炳镝 责任编辑：王文仙 责任印制：初全贵

中国纺织出版社出版发行
地址：北京东直门南大街 6 号 邮政编码：100027
邮购电话：010—64168110 传真：010—64168231
http://www.c-textilep.com
E-mail:faxing@c-textilep.com
北京东远新宏印刷有限公司印刷 各地新华书店经销
2006 年 6 月第 1 版第 1 次印刷
开本：880×1230 1/32 印张：9.5
字数：187 千字 印数：1—6000 定价：20.00 元
ISBN 7-5064-3817-8/C·0072

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社市场营销部调换

前　言

在这个日新月异的时代，在知识经济的背景下，生活中充满着竞争和挑战，也充满着机遇，人们的工作观念随之发生着巨大的变化，端着“铁饭碗”、死守一个单位已经成为过去，随着职业范围的扩大和机会的增多，越来越多的人不再只满足于稳定的工作。人才的流动，如同人体的新陈代谢、血液循环一样，有助于保持肌体的活力。在美国硅谷地区，每年都有20%的人才流动。一向视跳槽为“不道德”的日本人，近几年也撕下了温情脉脉的面纱，冲破了对企业“从一而终”的理念，开始时兴跳槽了。

一匹马厩中的马要想到千里之外的草原一显身手，就不免会有“跳槽”的念头。何谓“跳槽”？即马从圈马的护栏内纵身跳出去，从而脱离围栏的束缚。人类的“跳槽”是一个敏感话题，它既是个人的选择，也是社会的选择，既牵扯到人的求职发展，也关系到单位招人、用人策略。

跳槽对于企业来说无疑是一种损失。因为人员流动既有可能影响产品质量的稳定，又有可能被跳槽者带走技术，掠去客户，甚至可能又多了一个竞争对手。但跳槽可以迫使企业痛定思痛，正视员工存在的价值，建立和完善包括储备人才在内的新用人机制，从而不仅能将跳槽的负面影响减少到最小程度，

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

还能增强创新的机制。

应该看到，人才流动对于员工和老板都是公平的。在市场经济的大环境下，每一个机会对所有人都是平等的，人才既可流出，也可流进，人人都有获胜的可能，关键看你如何把握机会，灵活应对。

“树挪死，人挪活。”换种方式生活、调整工作空间、永不满足现状、勇敢地追求实现自我价值的最大空间，是现代人普遍的跳槽心态。而经济和社会的迅速发展，客观上也为跳槽准备了足够的空间。调查显示，受教育程度越高，向上一层次流动的愿望就越强。尤其是外资企业的白领，因掌握和积累了较丰富的国外先进管理经验，因而成为人才市场上较具冲击力的跳糟主力军。

适度跳槽确有好处，对于个人可以增强竞争意识，学到新的本领。跳出原先的“槽”后，为了找到更为理想的岗位，必须刻苦学习，深入钻研业务知识，以适应新的需要。这样，无形中就树立了竞争意识，也学到了新的本领。通过跳槽，年轻人可以丰富自己的阅历，综合各家之所长，从而融会贯通地变为自己的专长。

对于企业，可以通过人才的竞争推动企业的发展。一个优秀人才的加入，会促进整个环境的发展。员工谁都不甘落后，都处于竞争状态中，他们就会自觉地爱岗敬业，在岗位上就能不断做出新的业绩来。这也正是企业发展的原动力。

当然，任何事物都有其两面性。跳槽，对跳槽者来说不只会影响其经验的积累，还将面对新雇主“用人必疑”的挑战。但成功并非仅仅取决于经验，关键在勤于学习，善于学习，成

功永远属于有准备者。同时，不能简单地评价跳槽的优劣，从人才流动大趋势看，跳槽是社会快速有序发展的必然现象。然而，跳槽要讲究一个“度”。如果从适度变成了频繁，就会使人心浮气躁，不能安心工作，达不到发展自己的目的，最终会因为碌碌无为而遭到淘汰。

跳槽，表面上看是个体的事情，其实关联到企业的前途、企业文化、经营管理体制和市场变动、领导素质、人际关系、专业技能、领导策略等诸多方面。跳槽是社会经济文化中的一种现象，在人才流动的大背景下，已不再限于一城一地，甚至也不局限于一国一洲，职业海洋将会更加辽阔，职业选择也会更加自由、更加富有挑战性。

本书通过对跳槽的种种现象进行扫描和剖析，试图为广大朋友全面展示跳槽者的心态和行动。书中成功跳槽的黄金法则，能让你获得一种人生的体验和胜人一筹的法宝，能使你飞得更高、跳得更远，从而实现自己美好的人生梦想。

编　者

2006 年 2 月

目　　录

第一部分　是去是留：先想好，再决定 …… （1）

第一章　五花八门的跳槽理由 …… （3）

不想找份“养老”的工作 …… （3）

为自己找一个“好人家” …… （5）

身在曹营心在汉 …… （7）

为了发展而跳槽 …… （9）

人际关系不好 …… （10）

喜欢做挑战者 …… （12）

公司经营状况不好 …… （13）

对薪水不满意 …… （14）

心理不平衡 …… （17）

第二章　跳槽前，先检讨自己 …… （19）

你有眼高手低的毛病吗 …… （19）

你牢骚满腹吗 …… （20）

你有责任心吗 …… （21）

你把职场当成表演个性的场所吗 …… （24）

你以自我为中心吗 …… （25）

你在老板面前放得开吗 …… （26）

你为他人着想吗 …… （28）

你是长舌妇吗 …… (29)
你欺生吗 …… (30)
你心态积极吗 …… (32)
你“知书达理”吗 …… (34)
你衣着得体吗 …… (35)
你目中无人吗 …… (36)
你争功诿过吗 …… (37)
你爱耍脾气吗 …… (38)
你夸大其词吗 …… (41)
你阴晴不定吗 …… (42)
你喜欢饶舌吗 …… (45)
你四处树敌吗 …… (47)
你无所事事吗 …… (48)
你把企业当学校了吗 …… (48)
你公开挑战过老板吗 …… (49)
你因其他因素影响过升职吗 …… (51)
你与企业和职位达成过谐振吗 …… (51)
跳槽的 5W1H …… (54)
跳槽前问过自己这些问题吗 …… (59)
第三章　跟错老板，要跳槽 …… (62)
事必躬亲的老板不能跟 …… (62)
优柔寡断的老板不能跟 …… (67)
独断专横的老板不能跟 …… (68)
过河拆桥的老板不能跟 …… (72)
不善用人的老板不能跟 …… (76)

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

任人唯亲的老板不能跟 …… (81)
见利忘义的老板不能跟 …… (83)
目光短浅的老板不能跟 …… (85)
漠视部下的老板不能跟 …… (87)
以貌取人的老板不能跟 …… (89)

第二部分　去意已决：跳得漂亮，走得精彩 …… (95)

第四章　离职前要做的事情 …… (97)
要给自己一个明确的职业定位 …… (97)
要明白自己的短板在哪 …… (100)
摆正心态，从低处做起 …… (103)
要及时“充电” …… (105)
要迅速摆脱“新人孤独期” …… (108)
好马也要吃回头草 …… (111)
走前要防止泄密 …… (112)
要像绅士一样离开 …… (116)
跳槽前该准备的离职清单 …… (117)
跳槽前请试穿一下“新衣” …… (119)
要克服跳槽频发症 …… (121)
了解自我 …… (125)
设计简历并提前备课 …… (128)
第五章　离职前不该做的事 …… (148)
不要诋毁现公司 …… (148)
不要泄露公司的秘密 …… (149)
不要把求职简历弄得过于花哨 …… (150)

不要眼高手低 …… (151)
不要对企业心术不正 …… (153)
第六章　跳槽：要注意避开陷阱 …… (157)
职位陷阱 …… (157)
高薪陷阱 …… (158)
招聘陷阱 …… (162)
第三部分　跳槽后：如何开始新征程 …… (171)
第七章　求职技巧 …… (173)
薪水的谈判技巧 …… (173)
刁钻问题的回答技巧 …… (176)
面试的着装技巧 …… (178)
不可忽视的面试礼仪 …… (180)
第八章　适应新环境 …… (184)
不要为了薪水而工作 …… (184)
与上司搞好关系 …… (188)
与同事搞好关系 …… (191)
不要中途放弃 …… (193)
不要“越界”行事 …… (196)
不要奢望一夜暴富 …… (198)
不要随意破坏公司制度 …… (201)
不要偷奸耍滑 …… (202)
不要奢求绝对公平 …… (204)
不要永远做“新来的” …… (207)

第四部分　给跳槽者的建议 …… (209)

第九章　主动跳槽需要注意的事情 …… (211)
颠覆传统求职理念 …… (211)
让理想转个弯 …… (212)
跟着贵人一起跳 …… (214)
跟着上司跳要小心 …… (217)
注意选择时机 …… (218)
机会总是垂青有准备的人 …… (221)
第十章　摆正跳槽的心态 …… (227)
进退维谷心态 …… (227)
不进则退心态 …… (229)
上不封顶心态 …… (232)
此路不通心态 …… (235)
自卑盲从心态 …… (238)
和平分手心态 …… (241)
空杯心态 …… (242)
放松入静心态 …… (243)
补充燃料心态 …… (244)
第十一章　个案解析：跳还是不跳 …… (247)
她为什么频频跳槽 …… (247)
跨专业者要慎重跳槽 …… (251)
“专业持续能力”成长的连贯性 …… (252)
立足专业点，提升职业竞争力 …… (252)
提高“职商”指数，增强免疫力 …… (253)

跳槽惯性：潜在职业杀手 …… (253)
加速成长，在职业方向上铆足劲 …… (256)
转行捷径：寻求内部转机 …… (258)
借助外力：快速确定自己的发展平台 …… (262)
找到属于自己的高薪捷径 …… (264)
性格与职业错位的要不要跳槽 …… (267)
“绕远”也是捷径 …… (268)
跳错槽如何“复活” …… (272)
跳槽后如何打理人际关系 …… (275)
跨行业跳槽，陷阱还是馅饼 …… (279)
跳了就能提升职场坐标吗 …… (282)
参考文献 …… (288)

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

第一部分
是去是留：先想好，再决定

第一章

五花八门的跳槽理由

不想找份“养老”的工作

铁饭碗的年代一去不复返了，像以前一样找一个安稳工作的想法已被人们丢进了历史的垃圾堆，年轻一代，更热衷于自己打造自己的“铁饭碗”。

现在的观念认为：“饭碗”铁不铁，靠自己锤打。只要你投入了足够的智慧和劳动，你的饭碗没有人能砸得烂，此处吃得不香，还有别处可吃；此处吃得香，只要我高兴，还可以上别处吃。这才是真正的“铁饭碗”。

贾小姐，年龄：25 岁；所居城市：北京；学历及专业：计算机本科；毕业 2 年；跳槽 3 次；经历过的职业：普通文员—销售人员—人事主管；月收入变迁：1000 元—3000 元—1800 元。

虽然父母一直苦口婆心地劝我找一个“稳定”的工作，但是我却不愿意在自己年轻的时候去找一个“养老”的工作，年轻人应多些闯劲！

爱情和找工作多多少少有些类似。爱尔兰著名的文学家萧

伯纳曾经说过：人一生最大的不幸就是找到了自己最爱的人和没有找到自己最爱的人。而我最大的不幸就是：我似乎找到了最适合自己的工作，但是总不确定这个工作是不是真的最适合自己。不过，我始终相信：人往高处走，水往低处流！这可不是口号，这是上班一年后实实在在的感受。

平心而论，我的条件在茫茫的打工族中也不算寒酸了：凭借在大学期间长期打工的经验，加上一口流利的英语，我顺利地在毕业前夕应聘到一家小有名气的外企担任文员。经过短期的磨合，我渐渐适应在高压下工作，勤奋和努力也获得了老总的认可，随着每个月底薪水日渐丰满，一种前所未有的成就感迅速把我包围，为了证明自己的能力并开阔眼界，很快我就跳槽了。

我应聘的第二家公司是做医疗器械的，销售工作对我来说有不小的挑战和压力，一开始还心惊胆战地跟人说话，生怕生意谈不下来，会被老板训斥。但后来，我觉得这样的工作可以有机会接触到形形色色的人物，可以开阔眼界。这多少与我乐

天派的性格有关吧。后来，我和客户相处得非常融洽，有的还成了不错的朋友。现在回想当初销售业绩不断“攀升”的壮举，我还真感到一点点沧桑呢，销售最好的那个月，我们安徽分公司的业绩甚至超过了上海分公司，仅次于北京总部，所以决定再跳槽的时候，我是经过深思熟虑的。

趁着自己还年轻，我还想多学些东西，如果有机会还想出国深造。销售工作虽然惊心动魄，不错的提成能带来巨大的成就感，但心理总觉得不踏实，哪天业绩不好了，随时有可能被老板炒鱿鱼。

于是我应聘到了第三家单位，我的职位是人事主管，虽然工作也不清闲，但是每天晚上和双休日都有了固定的时间去重新“充电”，所以说跳槽的理由有千万种，但是薪水多少不是最重要的，毕竟我还年轻，只要手中有过硬的本事，还担心赚不到钱吗？现在我的薪水比做销售的时候几乎少了一半，但是每天看着沉甸甸的书本感觉特别充实。

据专家估算，一个人一生当中平均要换五到六次工作。而在美国，每个月换工作的人数有八十万左右。如此看来，养老的工作已经越来越不吃香了。

为自己找一个“好人家”

每个人都面临着这样一个严肃的事实：必须长期、努力地工作，如果你并不喜欢自己所从事的工作，那这份工作将成为你的负担，长期下去将使你心情压抑，工作没有积极性和主动性，甚至身心疲惫。

因此，有人说找工作就像谈恋爱，谁都希望找一个最中意

的，然而人总有挑花眼的时候，难免这山望着那山高，总是花心安稳不下来，在没有找到最理想的工作之前，他们是不可能以身相许的。

文小姐，24岁，居住在南京，工商管理本科毕业2年半，跳槽4次，经历过的职业有普通文员—销售—市场拓展—经营主任；月收入变迁：1200元—2000元—2400元—4000元。

其实在南京，你跳我跳大家跳，跳得最疯的可能就是像我们这样毕业了没两年的人。其实也不能怪我们，别人都说找工作就像嫁人，谁都希望趁着年轻、脑子灵活的时候寻个好人家。

刚毕业的时候没经验，只想找个工作单位先进去再说，正所谓“骑骡子找马”，留京才是重要的。于是瞎闯进了一家房地产公司做文员。其实文员这活根本不适合我，每天就是理理文件，一个高中毕业的人都可以做，而且工资很低，其中的大半都缴了房租，勉强生活。干了没有两个月，试用期还没有过，我就跳到了一家看上去还不错的食品企业做销售。我知道做销售很不容易，可是挺锻炼人，关键是这公司挺有名的，于是我就去了。可是干下来发现很辛苦，最麻烦的因为是小笔的销售，还轮不到我跟别人签合同，都是磨嘴皮子的事情，次数多了就觉得特别窝火，而且薪金跟公司的名气不成比例。

大概只待了一个月，正巧有天去人才市场看见有家外贸公司招市场拓展，虽然性质跟销售有些类似，但底薪比较高，有保障，而且都是批量型交易，容易有成就感。两个月的试用期

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com