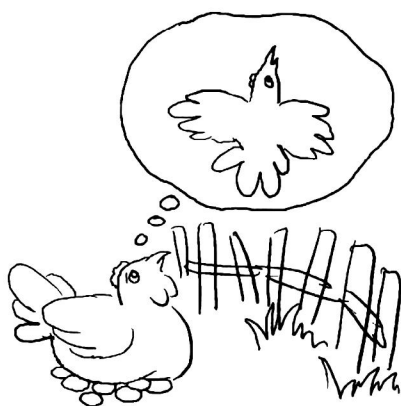


第一部分

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

结束之后，双方感觉都比较好，就签了合同，有一年、三年和五年的。我签了最短的，并不是说我早就做好了跳槽的准备，而是我觉得三年和五年真的比较长，而且我那时还有考研的打算，怕万一考上了走人，还要赔上一大笔违约金很不值。在这家公司干的时间比较长，大概有五个月，感觉还挺好的，薪水虽然不算高，但相对于我的工作量来说也可以了，要不是现在公司的条件太诱人，我恐怕也不会跳到这里来。

现在我的公司是外企，薪水不错，每月 4000 元，福利很好，能享受年休假期，还有出国学习的机会，虽然工作比较繁重，但我觉得年轻人应该忙一些，如果没有什么意外的话，我想我会在这里好好工作下去，至少现在还没动过跳槽的念头，就连考研的心思都搁下了。

想当初每次跳槽之后告诉父母，他们似乎比我还要担心，一是担心跳野了心，二是担心越跳越不好，现在他们倒也安心了，不过还是劝我少跳为妙，安定为主。其实我觉得跳槽就是我们的简历，也是我们的生长史，趁着年轻，多练习跳跳，不过也要小心，别跳到沼泽里。

身在曹营心在汉

有一个寓言故事是这样讲的 有一头小毛驴在干枯的茫茫草原上好不容易找到两堆草，但是不知道哪一堆好，一再迟疑反复，结果在无限的选择中活活地饿死了。在职场中，吃着碗里，看着锅里的大有人在，他们安不下心来的原因就是“那两堆草”，为了那两堆草，他们总是来回地奔跑，把自己搞得疲惫不堪而一无所获。

刘小姐，24岁，居住在广州，财务管理本科毕业1年，跳槽4次；经历过的职业：政府公务员—网络公司管理员—广告公司策划—杂志社编辑；月收入变迁：750元—1000元—1500元—2500元。

我可能是属于那种身在曹营心在汉的女孩。大学毕业后，经过层层考试筛选之后，终于脱颖而出，成功地进入一家政府机关做公务员。但工作了一段时间后，眼看着那些在名气响当当的公司当白领的朋友，一个个穿金戴银，珠光宝气，这让我在朋友聚会时显得很自卑。于是，我开始在上班之余寻找更好的“落脚点”。

谁料到那一年整个行业都不太景气，我好不容易跳进了一家网络公司，两个月之后，公司就宣布倒闭！而偏偏此时的招聘单位数量不多、质量不高。虽也收到几个公司的面试通知，但比较下来，和原来的单位也差不多，实力相当、待遇相当、职务也相当，然而我却认定“跳是硬道理”，于是，毅然辞了工作。结果可想而知，很快就感到后悔莫及。

当时，我特别着急，于是左右托朋友，进了一家据说还不错的广告公司，心想，按照我的文笔和实力，做个策划文案，写点创意该不成问题。谁料干了半年，不仅三天两头要加班，还要时时挨主任的批评，实际上他自己也没有多少能耐，我开始还据理力争，后来被他骂得更凶，我只能把苦水往肚子里咽。

现在我已经跳到一家杂志社，每天和文字打交道，可能是找对路了，所以干了一个多月，公司就和我签约，提前转正。现在

工作得很开心，所以原来强烈压制的自信又慢慢恢复过来了。

这种人主要的心理特征是：心情老是安定不下来，即使有好的职位，但是只要看到别人的月薪和职业比自己好，就会抑制不住内心的浮躁而急于换岗位，但是又时时担心万一跳槽失败两头空。这种人跳槽心态很浮躁，其跳槽的期望值也似乎总是得不到满足。

为了发展而跳槽

进入职场一段时间的人，往往会掉入停止不前的状态中，业绩、薪水、职位都处于相对静止状态，为了摆脱这种状况，很多人常常选择了一走了之，跳槽到别的公司另谋新位，这样的人在跳槽人群中占有相当大的比重。

Hellen于通讯工程本科毕业之后到一家日资电子公司做市场推广。由于出色的业务能力，Hellen一年后被升为科长，薪水稳步上升，还受到上司的重视，很有晋升希望。可是做了一段时间，Hellen渐渐产生了危机感。这家日资公司规模不大，在行业内的地位属于中等偏下，Hellen觉得这样的公司管理和市场都不是第一流的，能学到的东西很有限，眼界不开阔，经验积累不足，不能成为今后职业发展很好的平台，于是毅然拒绝了上司诚心的挽留，跳槽到一家规模较大的韩国电子公司，成功突破职业生涯中的第一个发展空间瓶颈。

成功跳槽的Hellen如愿以偿地进了大公司工作。在那里，他见到并认同大公司的运作模式，很快融入高效竞争的企业氛围，开阔了眼界，积累了大公司的工作经验。满腔热情的Hellen把所有的精力投入到工作中，取得了骄人的业绩。然而

尽管业绩出色，可是两年过去了，除了薪水有提高，Hellen 没有任何晋升的迹象。在 Hellen 头上，一批公司元老仍稳坐其位，他的直接上司市场部经理在这个职位上做了 7 年都还没有“挪窝”，Hellen 再一次遭遇了发展空间瓶颈——所以他不得不再次选择跳槽。

其实，大多数人选择跳槽，是从自己的立场看待发展空间，而没有从公司的角度去判断。如果公司处于发展上升阶段，必然会有许多新增岗位和发展空间。就好像买股票一样，还没有等到上涨，就将好股票抛掉而痛失赢利。此外，频繁跳槽对个人的发展并无太多好处，浪费经验积累是最大的弊端。

随着社会的发展，个人是否跳槽的随机性越来越大，没有太多规律和模式可寻。这就需要个人进行理智的思考与判断。

人际关系不好

自从踏进职场之后，谁都知道要与同事、上司保持良好和谐的人际关系，但是在实际工作中，却无法避免与同事、上司发生矛盾和冲突，甚至会因此而选择离职，认为换一个环境之后，人际关系可能会有所改善，职场上，持这种离职理由的人也不少。

王平的直接上司成功升职。从王平进入公司起，他就是王平的上司。4 年来，王平也跟着上司的脚步做了部门主管。一心想大干一场的王平，认为自己遇到了伯乐，工作也特别卖力。本来王平就是直肠子，从前和领导打交道、汇报工作，都是有话直说，虽然得罪了一些人，但是过去的上司对王平的诚恳还是十分赞许的。私下，他偶尔会提醒王平，“做人有时不得不圆滑……”。王平的业绩是全部门最优秀的，继续上升之路清晰可

见。可是，变化来得更快，上司被委派到其他分公司做总经理去了。没多久，王平部门来了一位三十多岁的女上司，有着上海人特有的精明。刚上任没几天就找王平谈话，告诉王平说，她个人最痛恨公司里的各种关系户，而这次上级派她来，任务之一就是打破本部门铁板一块“老好”局面，理顺管理架构，形成良性竞争。暗示说像王平这样的人很难升职。这次谈话对于王平来说，犹如晴天霹雳，日子越过越不顺。

新上司上任，经常会在例会上提出一些让王平尴尬的问题，比如，你的领带配色有问题，形象不好也会影响公司形象；你说话没有尺度，得罪了某某客户还浑然不知；你以为高学历就可以自以为是吗，不会搞好团队合作，再好的文凭也是废纸一张……诸如此类的话已经让王平烦闷至极，却似乎百口莫辩。而工作上的麻烦更是与日俱增，做什么好像都有道无形的棉花墙堵在眼前，使出的力气消失无踪，业绩下滑。最近，新上司竟然还拿年会大做文章。年会当天，王平觉得场面很无聊，就提前退席了。第二天刚上班，新上司就把王平叫去批评了一通，“你知道什么叫团队吗？这么无组织、无纪律，离开也不打招呼，你把团队其他人还放在眼里吗……”王平真是气不打一处来。王平想，这样尴尬的处境，还不如辞职算了。

刘佳三个月前到一家培训公司上班。工作经验不是很丰富的她，却因为公司里有熟人而直接聘为实习经理。这本来是个可借此发展的好机会。但是她却感到有一种从来没有过的压力。刚接过来的工作没有头绪，和新公司的新同事、新客户又不熟悉，所以许多人都对她议论纷纷。本来性情就特别急躁的刘佳脾气越发大起来，她给下属的工作时间越来越苛刻，经常要求

他们加班，如果工作稍有不合意的地方，她就会冲下属大发脾气。渐渐地，她与下属之间好像隔了一堵墙，没有人跟她交流，也没有人敢接近她。在这种需要团队合作的地方，刘佳明显地与他们格格不入。最后只能选择离开。

喜欢做挑战者

有的人天生就不喜欢安稳的工作，一张报纸、一杯茶对于他们来说不仅仅是消磨人生斗志的无聊行为，更是浪费时间、浪费生命的不可取行为。因此，一旦他们发现自己从事着类似的工作时，就会毫不犹豫地选择辞职。

张立华，男，26岁，职业为市场推广。

我从事过很多行业，教师、职员、销售等。离职信是我书写最流利的文件。而我递交离职信的前提只有一个，那就是我已征服了这个职业。

熟悉我的朋友都说：“谁会想到你这么一个小人，心里这么‘不安分’！”没错，我的征服欲很强，最快乐的事就是挑战自我。

我学的是师范，毕业后被分到一所中学任教。刚开始，一切都觉得很新鲜，说服调皮学生的过程让我快乐无比。但时间长了，日复一日的枯燥教学、反反复复的备课让我厌倦。于是不顾父母、朋友的反对，自己丢了自己的‘铁饭碗’。

不久，我在一家合资公司找到了工作。两年后，出自我手的第二封离职信递上，因为在不到七百天的时间里，我由一个

对管理一窍不通的职员升到了行政主管。

之后，我当过销售、导游，业余时间还给一些报刊投稿，当我像一块海绵似的从这些工作里吸取到营养后，我就又会转向另一个“山头”。

现在我在一家外企做市场推广，这对我来说又是一个新的挑战。我从没干过这种工作，只有边学边干，虽有无数困难和委屈，但却从没想过屈服或退缩。所有点滴的经验和教训都被我视做收获，而这，是我人生的乐趣所在。

对我来说，没有挑战的生活像枯井般毫无生气。我觉得趁着年轻多涉及一些领域，会丰富自己的人生阅历，得到宝贵的经验和经历。也许有一天，我会在一个自己喜欢的职业上稳定下来，开创自己的事业。

像张立华一样追求自由，不喜欢被束缚，不喜欢单调的生活的人，是无法安安稳稳地从事同一份工作的，职场中这样的人很多，他们总会在毫无征兆的情况下突然辞职，尽管业绩突出，尽管前景看好，也无法阻止他们离去的决心。

公司经营状况不好

在公司经营状况不好的情况下，你有什么打算，是陪公司一起度过难关还是选择离开？很多人就是在这种背景下选择跳槽的。

谢燕萍，女，26岁，公司翻译。

许多日子以来，我总是徘徊在辞职与不辞职之间，久久下不了决心。

两年前，我应聘到这家外贸进出口公司做翻译。公司当时刚成立不久，同事之间相处得非常融洽，再加上老板为人豪爽，又对我很器重，我工作得很开心，把自己的专长发挥得淋漓尽致。一年之后，公司已具规模，后来，又因挽住了一个来自中东地区的大客户，业绩不断攀升，我们的薪资待遇也变得相当不错。可是，事业的兴旺持续了不到半年，公司就开始走下坡路。原因很简单，老板利用客户的定金和工厂的货款做起了别的生意，没想到竟一败涂地。公司一时陷入困境，但我并没有想到离职，而是想如何陪公司渡过困境。直到最后，老板在毫无交待的情况下自己外出躲债，手机关闭，半个月没有出现过。其间他只来过两次电话，不过是问客户有没有回头，债主有没有逼款，而对拖欠我们 3 个月工资的事却一概不提。

因为老板过去对我好，我一直觉得自己不应该在这个时候走，几次与机遇擦身而过。但此时我不得不找出理由说服自己辞职，说服自己走出感恩的误区，因为我现在看清了他的为人。

一个星期前，我去人才市场，有幸被另一家进出口公司相中。经过一个晚上的反复思考，我向老板提出了辞职。说出这句话后走出公司，我骤然觉得心情豁然开朗。当公司不再有前景，当老板不再讲信誉，当你不再有热情，不再在工作中体现价值时，你还等什么？应该立即行动，寻找新的机会。

对薪水不满意

你对自己的薪水满意吗？如果你对自己的薪水不满意怎么办？你有没有向公司提出过加薪的要求，当加薪被拒绝，你会怎么办？你会不会选择辞职？在职场中，为了薪水而辞职的大

有人在。

莫小姐，某世界著名制药厂总裁秘书，芳龄 27 岁，以其名牌大学英语系的资历和不同寻常的气质、非凡的工作能力博得了上司青睐，月薪已达五位数，随老总外出开会或考察还另有津贴。莫小姐对跳槽的看法是：“高薪走，我也走。”

“趁着年轻多挣钱，绝对没错。干秘书这一行不会太久，这是个伺候人的活儿。我现在的老板是个工作狂，常要求你周六、周日加班，平时干到晚上八九点钟也是常事，而且对工作质量的要求也近乎苛刻。若非看在薪水福利的份上，我早跟他 Bye-bye 了。平时我也会注意留心高薪资的机会，一旦对上号，我立马走人。”

职场新鲜人王建云说，我就是人们嘴里常说的“职场新鲜人”，今年刚大学毕业。我是一个走一步的同时，就在计划着下一步该怎么走的人，所以老师和同学都觉得我找的工作肯定是个特稳当的。

在我马不停蹄地面试了几家公司后，考虑到这是一家在世界 500 强里排得上名号的跨国大公司，对我将来的职业生涯规划有莫大好处和帮助，最后终于选择了现在这家公司。算算我在这里上班也快三个月了，试用期快结束了。

一开始因为师兄告诫说：“试用期薪水不宜要求过高！”那时想想也对，自己才刚进公司，自己的能力，老板还没有看到，甚至可以说是一无所知，他了解的只是我在简历上想要他看到的我。再加上，不管我如何优秀，可是我现在应聘的职位与我在学校学的专业不怎么对口，我不能保证一开始工作，就能跟得上公司的脚步，如果我一下子口无遮拦地要个七八千元的，

可能他心里就会想我要么就是一个奇才，要么就是一纯粹的“狮子大开口”，这样反而对自己的前途没什么好处，所以就先让他们知道我虽说不是一个天才，最起码我也是个人才，反复思量后，决定只要四千元多点。

进公司开始上班后，和那些公司的“元老”级前辈打成一片了，我把自己试用期只要四千元多一点跟他们全说了，他们听完，全都替我松了口气。后来才慢条思理的告诉我，对于像我这样新进公司的人来说，一般都有两次谈话“薪水该多少”的机会：一次是在我和公司达成了初步录用意向，准备签订合同前；还有一次就是试用期满转为正式员工时，那时候讨论的就是我的正式工资。通常，在招募新人的时候，像这种名企不会主动给人较高的薪水、福利，只会按照公司既有制度，“打着灯笼看舅舅”——一切照旧。不过我可以在面试的时候，鼓起生平最大的贼胆开口要求，这样让人家老板了解我的想法，以后要求加工资时也有了再讨论的空间。可惜，太老实的我，错过了这次机会。

后悔之余，我倒也能安下心来，努力做好自己的工作，因为前辈们耳提面命：“试用期这三个月很重要，你把自己工作做好了，到时候，谈工资，这就是你的本钱！”想想也是，我做这么好，老板肯定满意，想把我这个人才留下来，到时候，多少工资，不就有商量余地了吗？！

我现在已经把什么都想好了，等到试用期结束，我要十分自信地告诉老板，经过试用期的磨炼，我完全有能力胜任现在的工作，能够出色完成公司交给自己的任务。我要让他感觉到我是一个对公司发展十分有用的人才，而且我更不会忘记，跟

老板分享我在这三个月里所做的个人职业生涯规划，让老板知道我愿意与公司一同成长，让老板感觉到我是一个可以信赖的员工，让他舍得也愿意在我身上投资，并适当地考虑我的加薪需求。

心理不平衡

在职场中，谁都会有心理失衡的时候，偶尔一两次，一般都能忍受，怕的就是长期承受心理压力，当这种心理压力到达一个临界点之后，谁都会毫不犹豫地选择辞职。

叮当绝对是个潇洒的女孩，做事有自己的想法，“按自己的意愿生活。”所以，她在没有对辞职后的工作有任何打算的情况下，就把现有的秘书工作辞掉了。“实在太累了，每天都得等老板下班才能走。”叮当总是用“高级保姆”来形容自己的工作。从大事到小事，从公事到老板个人私事，各种事务忙得叮当团团转。“一到太热天就更受不了。”叮当觉得自己这个陀螺也该调整休息了。

前一阵子，叮当身体不舒服，老是头疼，怀疑是热伤风。医生查了半天也没查出个所以然，就归结为疲劳所致。叮当二话不说就打了辞职报告，“本来就干得身心疲惫，正好可以给自己放个假。”

叮当打算利用这个机会去新疆旅游。

“一直想去新疆玩，可没有机会，难得有大段的时间可不能浪费。”至于今后的打算，叮当准备旅行结束后再考虑。“我不是跳槽，下一份工在哪里都不知道呢。”可是叮当很坦然，因为这不是她第一次冒险，“我是有‘前科’的。”