

◆心灵护航

“裸辞”、“炒老板鱿鱼”…… 临近年关,辞职像是密谋已久,又像是一时冲动 年终辞职潮,你是当中那一朵浪花吗?

◆全媒体记者 余依萍

每逢过年,都会有一个辞职高峰期,不少职员都在跳槽,热度不亚于毕业生招聘季,一个个风风火火地离职,可却并不是每一个人都找到了新家。

有报告指出,职业发展空间、薪酬水平和追求工作生活平衡等因素都会让“打工族”考虑跳槽,但也有人因为担心拿不到年终奖等原因,而选择继续“隐忍”……

采访中,一些年轻人也坦言,选择裸辞的原因是意气用事,言语不和、工作中遇到困难引发的矛盾种种,一气之下,扔了句:“我不干了,你自己玩儿吧!”看起来潇洒超脱,但是实际上却要承担起很多无奈。

“裸辞后的状态大概是这样:兴奋(终于爬出了巨坑)——冷静(银行余额已不足)——找工作(我有三年经验,不怕)——失望(被拒,各种看不上)——怀疑人生(焦虑,失眠,感觉自己是个废物)——深夜痛哭(没钱了)。”

90后陈静一向奉行有计划的生活,不太能接受不在自己掌控范围内的生活,但前不久,她瞒着家人裸辞了,偶然看到这段话就忍不住转发了。她信奉,在工作中最重要的是成就感,在个人成就感、满足感、荣誉感长期得不到满足的情况下,厌烦情绪也随之发酵。

“这次裸辞,我压根儿没考虑过之后的事情,拿到《庆余年》电视剧全集资源后,我便舒适地开启了追剧模式。”离职前几天,陈静每天都在追剧,早上睡到自然醒,起床洗漱,整天穿着慵懒的睡衣,彻底懒散下来。每天看剧,刷微博,吃光了冰箱和抽屉里的所有食物,每天靠点外卖解决正餐,到五点多就开始数着分钟过时间,等待夜晚的来临,这就是她一天的生活。

直到看完电视剧的大结局,陈静突然发生

活没了目标和重心,于是打开网页投了几份个人简历,终于挨到了快要过周末,周五一大早醒来,陈静就开始翻公众号的旅行攻略推文,计划周末安排去哪里玩。

“我的状态从周一开始不好,因为我突然发现自己竟然已经失业一周了!”周末与同学相约到附近城市散心回来后,发现简历投出去并没有公司抛来“橄榄枝”,她开始恐慌,开始怀疑自己,“我觉得全世界都抛弃了我,没有人能救我。”

后来,她主动去面试了两个公司,结果因为公司开出的薪资较低,求职生涯并不顺利。走在回家路上,看着熙熙攘攘的人群,陈静突然感到很压抑,坐在一写字楼下的花坛上大哭起来,“那一瞬间的我无助极了,想着我都快奔三了,还要在失业中度过,我突然慌了。”陈静说,为了证明自己,大学毕业后她拒绝了父母的安排,背井离乡来到离家几千公里的城市打拼,强大的自尊心让她又一次感到受挫,于是越哭越伤心,直到门口的保安过来劝慰,她才慌乱地抹干泪水离去。

回家后,陈静百无聊赖地刷着朋友圈,看到了

好友晒出的获奖证书和奖金,想到自己已经“沦为”无业游民,情绪又开始失控,“哇”的一声大哭起来……“我从没有一天像那天一样绝望,时间在我哭哭啼啼中就过去了。”

在很多人已经在打包行李、领取年终奖准备回家过年的时候,陈静开始苦恼,这个年要怎么过?



“吐槽”上了头 觉得一切糟透了

辞职是一个很私人的决定,但有时候,你会发现,辞职往往是一波一波的,而不是一个一个的。

也许是因为碰见了奇葩老板和讨厌的同事,想着岁月静好却一忍再忍;抑或是工作已经没了成就感,想着不是以后的十年都是这个样子;还是工作压力太大,说好的弹性工作时间怎么总是晚上加班……

小鹿毕业后进入了国企工作,一开始踌躇满志,也自己的工作感到骄傲。但是没过几个月,在办公室每天重复一样的工作,喝茶聊天逛淘宝,一开始的豪情壮志很快就被消磨殆尽。

她开始越来越压抑,越来越不开心,每日只要想到又要度过相同的一天就充斥着黏稠的窒息感。她感到与周围环境水火不容,身边的人多是比她年长的,聊天的内容都是婚姻和育儿经,每天都在抱怨

上级,工作也做得敷衍。她好像看到了三十年后自己的样子,突然意识到自己的意志被慢慢消磨是一件多么可怕的事。

回想自己辞职的事情,小鹿十分懊悔。“通过层层考试面试后进了单位,刚开始的时候,我是想要努力做出一番成绩的。后来同事经常跟我抱怨工作,我为了附和他们,也一起‘吐槽’领导,结果越‘吐槽’越觉得工作苦、工资低、领导刻薄、前途渺茫。”小鹿反省自己,当时被负能量包围,仿佛被蒙蔽了双眼,看不到自己的成长和收获,觉得身边一切都糟透了,只想辞职逃离“火坑”。

实际上,小鹿之前所在的单位工作较为轻松,年终奖根据个人的绩效浮动,以小鹿为例,她的收入足以支撑其日常开支,但单位员工流失率一直居高不下。其中,有不少员工像小鹿

一样“吐槽”上头,冲动辞职后悔了。和小鹿一起离职的前同事赵磊说,“在公司听别人‘吐槽’的时候好像完全失去理智了,又丧又怨。”赵磊表示,离开公司后他发现领导没有那么讨厌,公司也没那么差劲,只是当时一点点小事都被别人带来的负面情绪放大了。

其实,赵磊也很迷茫,在离开原先的工作环境后,就一直待在老家,熟悉的舒适区,偶尔想去大城市看看,又害怕孤独。最终他只能弱弱地决定,继续关注招聘信息,然后准备事业单位的考试。

他说,多么希望可以有一个安心认真工作的环境,没有那么多负能量,然后有个“伯乐”可以相中自己,给出一个清晰的定位,指出一条明路。可是,很多时候我们自己都看不清自己,如何去指望得到别人的救赎呢?

“孩子让我温柔,工作令我坚韧”

人生可以自主选择的时候,并不多。更多的时候,只能取舍。

前两天,刚晋升为宝妈的七七吐苦水:“产假即将结束,就要回到工作岗位,可是家里没有老人可以帮忙带孩子。”

雇个阿姨吧,现在合适的阿姨特别难找,价格也不菲。自己一个月的工资还不够雇一个阿姨,而且近来接二连三的虐童新闻也时时刻刻刺激着她的小心脏。七七心里纠结着——自己辞职在家带,一方面担心自己年纪大了,如果在家看几年孩子再返回职场,升职加薪的希望更加渺茫,另一方面,靠丈夫一个人养家确实也挺难。

听着她滔滔不绝的倾吐,一旁的表姐林敏打开了话匣子。就在上个月,因为大宝小宝接连“中招”流感,疲惫不堪的她最终向单位递交了辞职报告。

◆咨询师观点

辞职与否的困难,说到底出在选择和取舍上,既是选择,当然有利有弊。如何权衡利弊?不妨先问自己以下几个问题——1.这是一时冲动or经过深思熟虑?2.我喜欢的工作可能是什么?3.辞职后的一段时间内,最坏的可能是什么?自己能否承受?

如果你经过深思熟虑做了辞职的决定,那么辞职之后一段时间你不太会因此而后悔,无论接下来能否找到自己喜欢的工作,至少你知

年底是单位最忙的时候,各种测算考核数据、评定绩效奖金和总结报告,请假后面临的堆积如山的待处理报表,林敏想咬咬牙撑过去,可是谁也不知道明天和意外哪个先来。

“12月我基本没有休息过,除了工作,时间全都耗在了医院里。”先是因为大宝高烧不退,一度飙到40度,没等大宝恢复,小宝又感染上了流感,这让她有些应接不暇。“没办法,我只好将我的本职工作委托给同事代劳,他帮我基本完成之后,我再在家中进行检查处理。”

看着打完吊瓶的小宝半靠在床头,虚弱地问她:“妈妈你还要去上班吗?”林敏亲亲他的额头:“不去了,妈妈争取在家完成工作,然后陪着你。”看着烧得蜡黄的小脸马上露出高兴的笑容,林敏心疼地红了眼眶。

林敏始终记得,自己独自带着小宝去医院的

那天,天气很好,输液大厅却乌泱泱的,儿科外头人满为患,输液连座位都找不到,她只好狼狈地一手给孩子举着输液杆,一手握着电话,几乎带着哭腔说:“我实在回不去,孩子咳得都站不起了,他爸又出差不在家,我自己带着他在医院打吊瓶,麻烦你跟领导解释一下……”

说到这里,七七轻轻地拍拍表姐的肩膀,那一刻,职场妈妈的痛,她们彼此惺惺相惜。林敏朝她扬了扬嘴角,她正在等待着单位对自己的“判决”,“我不想辞职,可是我分身乏术,辞职报告领导还没批,我不是个称职员工,更不是个好妈妈。”

人生就是这样风云莫测,有时候明明计划得很好,却会被突如其来的“意外”打乱。而孩子,恐怕就是这一生中最大的“意外”……作为新时代的宝妈,在面对孩子和职场时你犹豫过吗?

你做好辞职准备了吗?

道了自己不喜欢的工作是什么;如果你有足够硬气的实力(实力)或资源做保障,那么,无论是深思熟虑的辞职还是冲动的辞职,至少能保障一段时间的生活,慢慢再做选择;如果你有自己真正喜欢的工作和目标,那么,为了理想拼搏奋斗一回,来一次潇洒的转身,无论结局如何,至少不留遗憾。

有一种辞职可能是需要多警惕的——为了回避问题的辞职。在这样的情况下,当事人遇到了

某个困难(比如说人际关系困难、工作难度带来的困难,等等),因为不知道如何应对这个困难,就选择辞职来回避这个冲突或困难。事实上,没有一份工作轻而易举,即使辞职,问题也并没有得到真正的解决,反而因为离开而失去了一个面对和解决问题的机会,所以当面临下一份新的工作的时候,问题有可能又会重新出现。

采薇(义乌市采薇心理咨询工作室二级心理咨询师)



图片来自网络

萍心而论 一周婚姻观察

恋爱和婚姻之间,隔着一堵墙叫“彩礼”

◆全媒体记者 余依萍

《礼记》有云:“先纳聘财,而后婚成。”男女双方到了谈婚论嫁的地步,谈彩礼,也成为了一项重要的环节。临近年关,不少读者咨询,“因为彩礼谈不拢,两人感情闹崩了怎么办?”

最近,一诺又一次被家人问起结婚的事,她心想,过了元旦总该有个说法了吧。没想到,直到现在,男友家还是一点儿动静都没有。一诺有些着急,自己与男友都已经是奔三的年纪,谈了一年恋爱,也到了谈婚论嫁的地步,但眼下,双方卡在彩礼这一关。

一诺和男友工作稳定,收入体面,只是

双方家里都是工薪阶级,并不富裕。去年男友在市区买了房,几乎花光了家里所有积蓄。男友付首付时,家里已经是捉襟见肘,如今房贷的担子还压在他肩上。从物业那里拿到钥匙时,男友感觉账户和身体都被掏空,所以装修的事情就被搁置了下来。

按照家乡的习俗,结婚时男方家里买房子,女方会买车和置办一些家电作为陪嫁,一诺的父母也已经准备好了这笔钱。但一诺的男友希望一诺家把买车的钱用来装修,以后两个人经济条件好转,再买车也不迟。一诺想了想也有道理,父母那边没什么意见,这笔钱本来也要给女儿,至于买车还是装修,也没多大差别。

或许真的是好事多磨,当两人谈到订婚

的彩礼时,男友说积蓄都已经买房了,要不彩礼钱就不出了吧。一诺一听这话有些不高兴,她虽然能理解男友的处境,但是不给彩礼钱还让女方出装修费用,而且房产证做了男友父母的名字,这就有点说不过去了。

“我家象征性地收个八万,讨个吉利,这很过分吗?”一诺有些激动,又不是要几十万,几万块钱的彩礼,大部分家庭是可以给出来的。但男友立场十分坚定,“娶你娶不起,再谈钱就分手。”

她开始质疑,是不是男友并没有那么爱自己?或者和她结婚的愿望还不够强烈?每次一聊到这个话题,两人总是以争吵结束。

现在,双方家庭因为彩礼的事情僵持不下,一诺感觉自己陷入了两难的境地:一方

面,她不愿给男友施加经济上的压力;但是另一方面,她自己对收彩礼也充满矛盾,觉得彩礼不在于数目多少,更关键的是,男友对钱的态度,某种程度上也代表着他对爱情的态度。

如今,她逐渐意识到,从恋爱到结婚,竟还有那么多道槛儿要过。

记者手记:

说来也是令人唏嘘。本来两个人奔着结婚去的,结果却卡在彩礼上。男女双方所站的立场不同,关于“彩礼”,也就成为了不少情侣进入婚姻的“拦路虎”。

说起来,男方拒绝给彩礼的原因,其实不外乎两点:不想给或者给不起。前者,是男方的态度问题;而后者,是女方没有照顾到男方的家庭

经济情况。彩礼,多少应该建立在两者之间的感情基础之上,而且也是可以商量的。真正疼惜女儿的父母,不会开出天价彩礼;真正爱女孩的女孩,不会让女孩家不堪重负;真正爱女孩的男孩,也不会想着空手套白狼。

作为女人,一定要有原则有底线,有自己的规划,不要因为爱一个人,而忘了爱自己。作为男人,与其纠结彩礼的多少,不如多想想如何才能多赚钱,早点赚够老婆本,才是硬道理。

一段好的婚姻,需要的绝对不只是房子、车和彩礼,而是相互的体谅,和相互的尊重。所以,面对“彩礼”,不妨理性公正一些。因为,你的理性,其实也是在为你的婚姻,创造更多的幸福。