

缺乏兴趣、理想,信心和使命感迷茫—— 职场橡皮人离我们越来越近

“橡皮人”源自于王朔的小说,反映了当代都市中那一群迷失自我的年轻人的状态。如今,这个词变成了“橡皮白领”,指的是“没有神经,没有痛感,没有效率,没有反应。整个人犹如橡皮做成的,是不接受任何新生物和意见、对批评表扬无所谓、没有耻辱和荣誉感的职场人们。”

记者在采访时发现,在社会剧烈转型的如今,很多职场人都成了橡皮人。人力资源专家认为,职场橡皮人们如果能够接受社会巨变的现实,重拾理想和信心,胸怀使命感,也许对于职场和事业的态度就大不一样了。

»现身说法 压力大、无成就感、无激情

小哲:工作上很久没有快乐感了

“你不觉得,现在人的快乐感都很短暂吗?”听到记者说起“橡皮人”,小哲在网上查阅了关于橡皮人的定义,很有感触。她形容自己现在的状态是“不以物喜,不以己悲”,她认为虽然这句话的本意不是如此,但用来引申自己无目标、麻木、没有激情的工作状态颇为贴切。自己在一家教育培训公司工作了3年,从事的是市场工作,但是公司的发展很缓慢,自己在职场上的提升

和发展也非常有限。她感觉自己在职场上的那种激情和快乐已经远去很久了。现在的她,只有从奇幻书籍和电影里找到新奇和快乐。

旗子:压力大,又没有成就感

“我工作没有效率,但接受新生物和意见。我现在对今后的计划很迷茫。”从事广告工作的旗子说,自己不知道自己在做什么能做什么。不知道自己的职场生涯往哪里发展,每天上班就像受刑。因为每天都重复同样的事、见同样的

人,感觉自己的工作可有可无,谁都能替代,而自己从中一点乐趣也没获得过。

虽然了无生趣,但旗子认为自己还是很在意领导和同事的看法,需要被认同。“我有耻辱和荣誉感。”她说,自己工作时会感到压力,比如领导批评她,她也会感到难过,感觉好像自己能力很差一样。而被表扬的时候,工作就比较有动力。她周围的同学,很多都是在工作快3年时出现职业倦怠。“希望找到突破,但又不知如何突破。”

»测试

你离“橡皮化”有多远?

1. 你是否总在例会上很不自觉地找一个远离上司的位置?
2. 在一个月内的会议上你没提出你的想法与提案。
3. 在两个月内你的提案或建议没有被采纳过。
4. 在三个月内的业绩上你没有达标。
5. 一年之内,你没有受过任何表彰或批评,但你却不在乎。
6. 公司改变管理制度,在你看来并没有切身的影。
7. 出了问题并不想自己去解决,而是等着同事来解决。
8. 混混日子就可以,因为你总是觉得自己并不是处于与自己能力相符的职位。
9. 在大家聚会或活动时,你大多数时候坐在角落冷眼旁观。

1~3项橡皮人1次黄牌警告:你开始在工作上出现倦怠或掉以轻心,开始出现橡皮化的端倪。继续这样下去,上司、同事对你的期望值会逐渐降低。

4~6项橡皮人2次黄牌警告:你已经踏入了半橡皮化的圈套。过去曾经努力积累的形象屡屡自我破坏,无论上司还是下属,都开始对你的能力表示怀疑,而你却依然得过且过。

7~9项橡皮人红色警报:你绝对已经是资深的“橡皮人一族”,大家连提起你的兴趣都没有了,一旦出现裁员的消息,大家都知道有你做垫底,随时把你推向这个“深渊”。

»专家观点 自我调节摆脱“橡皮人”状态

对于职场橡皮人们,HR专家们有话要说。江苏嘉鹏集团人力资源经理赵小华认为,对于职场橡皮人,HR的工作就是要了解

他是因为什么而出现这种状态的,从而用不同的方式来帮助他改变现状。如果他是不适合这个岗位,则需要调岗,换到适合的岗位上去;如果是能力上的问题,则需要帮助他进行员工培训;如果他在职场没有目标,则需要从考核制度上量化,给他上“紧箍咒”;如果他是对企业文化不认同,则需要疏导他,让他融入团队中来。

他建议,职场人应该将自己的目标分解为一个可以落实的小目标,一步一步地实现,让自己有使命感。他举例说,也许是将明天才完成的报告今日就提前完成,也许是在提出方案的同时多提供几个备选。也许自

己的表现领导一时没看到眼里,坚持下去终将有所收获。

北森测评研发副总裁周丹则认为,职场橡皮人要摆脱现在的状态,首先需要重新发掘工作的意义。要让自己对工作不感到倦怠,需要不断发掘工作中有意义的方面,找到新的价值、乐趣和视角。及时进行情绪梳理,培养自己对工作的兴趣。如果能在看似重复、枯燥的工作中挖掘“新东西”,通常会让人觉得斗志昂扬、精力充沛。

其次是适时转换岗位。通过测评发现,不同性格的人,适应的岗位是不同的。如果你真的感到在这个岗位上提不起神,找个机会向领导言明自己的处境和期望,适时换个岗位,因为做自己喜欢做的事,才不会感到厌烦。但是换工作要有风险意识,要尽可能详细了解将要遇到的问题,制定相应的策略,然后再去迎接未来的风险。

快报记者 张曦



制图 俞晓翔



雅思有礼 和朋友一起来朗阁抢优惠

27日	28日	29日	30日	31日
报名	报名	报名	报名	报名
减500元	减400元	减300元	减200元	减100元

(优惠活动仅限雅思课程 活动截止日期至8月31日)

雅思高分热线: 400 811 6336
 新街口中心 中山路55号(管家桥)新华大厦33层 山西路中心 山西路8号金山大厦B座28层 南京朗阁官网 nanjing.longre.com
 84723457 84723458 84723487 83246576 83246577 西祠讨论版 http://b1033945.xici.net 您身边的海外教育规划师 出国留学 出国留学咨询: 51812050



山木培训

超大优惠99元学一科

英语 日语 韩语 新街口:84725561 同曦鸣城:52078475 珠江路:83156215 迈皋桥:85551358 六合分校: 57120025
 电脑 会计 礼仪 江宁:52192536 金山大厦:83202316 大厂:57799245 WWW.SMPX.COM 400-889-1212 长期招聘专兼职教师 84725579