



# 应届生求职：一场与不确定性对抗的心理战

□ 加 利

研二寒假前夕,我为即将到来的求职季制订了“错峰”计划,充分利用没有课程的研二第二学期完成毕业论文实验、尽力写完初稿,如此便可在研三专心投入求职,不用同时为毕业论文和找工作焦头烂额。

然而,计划赶不上变化,突如其来的疫情打破了一切设想,我在家度过了有史以来最漫长的假期,研三开学的9月才得以返校,遑论在研二完成有被试需求量的毕业论文实验。加之我完全高估自己居家“写论文效率”,最不情愿的事情还是发生了——实验进程和求职考试高峰期撞了个正着,众多事情挤成一团,令人头秃。

纵观我长达8个月的求职之路,虽称不上多么惊心动魄跌宕起伏,但一路磕磕绊绊走来,遇到的“坎儿”还真不少。

首先,职业方向的选择是个绕不开的

坎儿。疫情影响下的就业市场,稳定性变得格外珍贵,父母在耳旁不停念叨:公务员是“铁饭碗”,你那个行业太辛苦,女孩子找个稳定有户口的工作最重要。当不得不与家人的期待“对抗”,坚持就变成了件更艰辛的事情。我常常会在某些瞬间陷入怀疑:不听老人言,吃亏在眼前,难道是真的?我真的适合自己选择的行业吗?

经过多方咨询比对,我坚持了本心。但目标行业招聘晚且进程缓慢,为避免鸡蛋放在同一个篮子里,我在秋招阶段海投了很多其他性质的企业招聘,甚至着手准备了国考和很多同学想法一样,虽然不是一定要当公务员,但既然拥有着应届生身份,不试白不试。求职单位纷繁复杂,我专门新建了一个excel表格,上面细细列出目标公司、招聘链接、截止时间、投递情况、后续进展等条目,并随时跟进,不知不觉积累了近50条。后续复盘时我才发现,以考代练

的收获并不与付出对等。为了“兜底”而缺乏严格筛选的职位,要么对重要的考试帮助甚微,还要付出来回奔波的时间成本,要么考上了却并不会去,反而耽误心仪单位的针对性复习。事实证明,求职定位清晰、有的放矢,才能避免“事倍功半”。

确定了求职目标,下一个“坎儿”便接踵而至——心仪的单位考试日期“撞车”。有一次,我也遭遇了笔试时间的冲突,一家是行业标杆,各名校毕业生蜂拥而至,竞争激烈;另一家声名不显,但待遇不错且难度相对较低。是为理想放手一搏,还是认清自身实力选择保底,我细细列出了两个选择的利弊,却依旧难以作出抉择——冲突考验的除了抉择与放弃的能力,还逼迫人思考:你能否为自己的选择负责?

除了自身因素,疫情还造成了客观条件的“不可控”。单位在一周前发出线下考试公告,下一周就可能由于疫情突然变化,宣布考试延迟,这对时间安排和心理

调节都带来不小的挑战。许多单位已开发出相对成熟的线上考试系统,但“bug”也不少。比如,某单位要求必须用特定系统的手机和电脑方可运行考试软件,为此我只能连夜网购一个新手机;再比如,某在线考试网站负载过大,做题3秒,刷新5分钟,系统卡到令人崩溃,以至于不得不择期重新组织笔试;用电脑远程面试时领导突然听不见我说话,不得不转移到手机上面试。

说到底,在自身能力提升之余,求职是一场与未来不确定性对抗的心理战。当周围同学好消息频出,内心多多少少会产生同辈压力。深夜辗转时总会有根弦绷得紧紧的,在没拿到保底offer前,未来会去往何方,夙愿的offer能否拿到,其他机会是否会更好?种种矛盾与迷茫,都容易在某个不经意的时间点汇集成激流汹涌而至。

求职是场持久战。在经历过大大小小的各式各样的招聘之后,我最终收获了心仪



单位的offer。说句很老生常谈的话,求职迈过的那些坎儿,说大不大,都是未来回望人生轨迹时值得反复咀嚼的经历。或许这场战役很艰辛,但要相信一点,对于勤奋耕耘的求职者而言,放平心态,戒骄戒躁,心仪的面包一定会有。

# 毕业大戏落幕,我却流连着不愿离去



给毕业的你：

## 过分恐惧只会让世界越来越小

□ 王永芳

多年前,她来到,仿佛风中野草,我还记得她明亮、炽热的怀抱。唱着这首你推荐的歌,想着在北京的青春的你,一晃眼你就要大学毕业了,多年前你来到时的明亮炽热还恍然如昨。

从手牵手,到肩并肩,我们歌哭笑闹,在人世间亲密相伴了21年。因为有你,家里一直就闹哄哄,你上大学了,想着你心里也热乎乎的。

你是一株多正的小树苗啊,拿再多美好的形容词你都不过分,即使我知道你有点起床气,有点拖延症,我还是这么认为。你说,妈仔,你这是私我也;你说,妈仔的“爱宝曲线”在我快回家时达到了顶点,然后我回家了会慢慢下降。

你心里好像有着隐隐的担忧。这一次,你毕业典礼,是与典礼再会,也是与人再会,但青春仍在,并未散场。正是因为有了同学与朋友们,这场典礼才有意义。我们各自的人生新起点才刚开始,大家各奔前程,却又不会相互遗忘。或许在未来的某一天,我们在燕园再次相会,追忆曾经的美好,也是人生的一大乐事吧。

心我的成绩,我只能自己操心。

自己操心的事,就最有责任心。你从小热爱阅读,喜欢写作,独立思考,每一次升学,都是你自己考察比较后,自己努力考上心仪的学校。学习,你从小就很有数。我对这一点,一直都很笃定。你从来不是为分数而学习,你是真的有志气,有热爱,有奋斗,也有方法。

首战考研的结果,其实在你的预料之中。2020年,经历了疫情之后,你辗转几个城市、不同的领域实习,你收获了很多,大半年的历练也让你成长蜕变。但留给考研集中复习的时间就只有最后十天了,显然,双线作战,你拼不赢。考学竞争的激烈,在你大学即将毕业的时候,你露了一下它的獠牙。

你得承受这一次的打击,这是一次接受挫折教育的机会。就像歌中所唱:没有一条路无风无浪,会有孤独,会有悲伤,也会有无尽希望。聪明如你,道理都懂。只要你需要,妈仔我一直都在。

你是那么暖心,我珍藏着你从小到大写给我的信和贺卡,记着我下班后在厨房忙碌端上来的一个个创新菜式,此时我的手边还翻开着你义务为初中生讲课而认真批注的《古文观止》。你懂得真心对待家人、朋友,懂得利他,在日常的

琐碎中不吝付出真诚、耐心,这些里面都藏着

在你临近毕业的时候,妈仔想送你两个词,也是与你共勉:免于恐惧、举重若轻。

为人父母,容易关心则乱,难有特别淡定而毫无恐惧之心的。恐惧也容易传染给亲人,过分的恐惧只会让你的世界委缩得越来越小。你正年轻,我还未老,我们有着温暖的家,有着笃定的热爱,正是勇敢拼搏的时候,我仍然想与你一起成长,很多事情,别想太多,努力去做就是了。想,往往都是问题,做,常常就有了答案。

举重若轻,也是我们这样一个性认真的人需要修炼的。刚看到刘润的一段话:普通人和高手的差距在哪里?在于能不能从逆境中爬起来,坚持把一件事做好。这是负重前行。高手和顶尖高手的差距在哪里?在于能不能从逆境中爬起来之后,还能轻松面对困难,坚定前行。这是举重若轻。

对人对事,我们尽全力,但是不可苛求,有挫折有失败,给自己打打气,笑着面对。不管怎样,我愿意与你,同频共振。也祝愿你,哪怕在挫折中,也不忘大志气,在你热爱的领域发力精进。

□ 何初晴

答辩过后这个月,和以往每个期末考后的清闲没什么不同。走廊里陆续多了些打包用的纸盒、布袋、行李箱和汇报演出时同学们收到的花束。校园网依旧不太稳定,洗衣房的烘干机偶尔还是会出问题,倒是食堂时不时给人惊喜。约人出去吃饭,自己去看电影,在手机上查查回家的车票,一切都那么按部就班。

我仍然不知道桌上的抽纸什么时候会被用完,抽屉里囤的零食哪一天会被吃光,系里接下来会不会有什么学习安排,我还能不能看到图书馆门前的荷花满湖开放。只有一件事非常确定:我马上就要毕业了。

感谢每一位观众的鼓励和支持。大家走的时候路上小心。晚安!毕业给我的感觉,就像一台戏正在散场:舞台上的灯一个个灭掉,不会再打开,道具一件件被搬走,不会再拿上来,身边的观众逐渐散去,我也知道我即将离开。

我在想为什么,明明可以看完就走,答辩结束就宣告毕业,但我却常常流连于剧场内不愿离去。正如每一次杀青之于演员,明明最后一场戏已经拍完,却无比珍惜离开剧组前的几个小时,小跑着送花、合影时大喊导演名字、微笑着流泪。或许,我们比想象中更加重视分手和告别。

这几天在食堂吃完晚饭后,常和朋友出去走一走(没想到快毕业了倒吃起食堂来了):我俩晃荡在胡明里,随手买份不太正宗的老北京爆肚、酸奶或糯米糕,暖洋洋的风,把挂在小指上的口罩吹得飞了起来,酒吧街的音乐,化成繁华的光影,潜映在后海的湖水中。

我们疯狂。我们因为迷路大笑。我们还是不放弃努力。有同学收到本校的录取通知书,也有同学认识了新的学长,咨询国外租房情况;有同学在群里发演员招募通告,也有同学拿到新入职公司的端午节日福利。准毕业状态持续时间之久,以至于在从好容易到刻意忽略,再到最后淡然处之、情绪退潮后,我竟发现时间还有结余,能用来想考研折戟的自己是该另谋出路。

你要是来武汉一定要跟我说听到没有。清晨的北京很适合走路哦。《赵氏孤儿》和鲜榨橙汁蛮配的。陪伴人,感受城市,思考未来。矫情了

一个月,逼自己去观察四周审视自己,最后不过做了这三件事,得出几个空洞的道理。

那一天我去国家大剧院看戏,谢幕时制作人很诚挚地向我们道别,她希望这两个小时能让人满意和感动,她说所有主创都期待大家的反馈,剧团发展到现在已经10年,但一定会继续努力。

刹那间,我感觉像是学校在对即将毕业的我们说话。和满怀不舍与感激的我们一样,学校同样诚挚地希望,我们大学四年学有所得,我们将会给这个行业抹上新的色彩,我们坚定地相信,学校将越来越好。

我当然明白“天下无有不散筵席”,冯梦龙在《醒世恒言》里便一语道破。观众来来去去,剧院弦歌不绝,三天后我也会去新的剧场听一本京剧。我觉得剧场尾声之后的留白,也别有一番意义。我看到还没卸妆的女主角,正倚在二道幕后发呆,一个妈妈牵着女儿的手,问她从刚刚的话剧里学到什么,一个工作人员走上前来对总控室打招呼,说音乐可以停了,当他回头却发现我正站在那打量他,突然对我笑了一下。

我发现北京有很多面对面等车换乘的地铁站,两层玻璃门隔着,殊途而行的朋友彼此短暂凝视,不到一会儿,一边的车来了,便带走对面的人,另一侧等着的人陷于无能为力;但彼此心里知道,只有这样,他或她才能到达自己要去的远方。能做的只有挥手告别。

还好,我只是觉得不必悲伤,新的故事即将开始。又会有新的旅途不是吗?更何况,我们曾彼此凝望过,多么深邃和奇妙的联结。

这就是我用来自我安慰和激励的心灵鸡汤。我们未来还会面对无数次离别和完结:上台与谢幕、临走的叮咛、弥留之际的回光返照。那一刻未到之前,正是我们好好准备、用力告别的机会,劝君更尽一杯酒,还来得及,还可以互相宽慰,彼此托付“天下谁人不识君”的未来期许。

如果把我的大学生涯排成话剧,那估计是个契诃夫风格的生作业。开头挺粗糙,铺垫得有点乱;第二幕渐入佳境;第三幕中间冒出个舞台事故,好在剧场成功;最后的高潮挺不错,结尾在意料之中。整个戏有败笔,冲突不少,主角不乏碰壁失败,但好歹戏中不曾真的放弃希望。

整出戏已经结束,我们正在写这个句号。圈还没有画完,笔尚未提起。

# 远赴他乡,读博的我已经无所畏惧

□ 邓金海

时间总是在不经意间一晃而过,当年远赴万里之外、初到伦敦时的青涩与彷徨,仿佛就在昨天。行将毕业,回首过去3年的求学生活,眼前浮现的一幕幕场景,让我感慨万千。

在留学攻读博士学位的过程中,我的心境经历了3个大阶段的变化。一开始,迎面冲来的感受便是陌生。在异国他乡初来乍到的无知,对研究课题不知从何入手的无助,以及对生活环境突然变化的无力,为我带来了不小的挑战。好在,很快我就进入了努力学习、理解与融入的第二阶段,不仅在学业上取得了期待中的进步与突破,也结识了一群志同道合的朋友,和他们一道超越了形形色色的考验与挑战。最后,当我即将结束这段旅程时,我发现自己已经从紧张走向了从容,学会了自信大方地表现自己,在异乡的环境里平衡生活与学习。这一切的一切,都是我带着积极的心态与坚强的心,在求学生涯中

逐渐找到的东西。

当年,怀着悬壶济世的梦想,在国家奖学金的支持下,我来到了英国,希望在这片遥远的土地上提升自己的科研素养与能力,有朝一日回国,在医学领域实现自己的价值。但是,很快我就发现,这条道路远不像我曾经想象的那么顺畅。文化上的差异,交流中的障碍,让我体会到了在海外求学与在国内念书的不同。当时,我们组除了我以外没有其他中国人,加上我此前对科研的理解以及对专业的认识都还相对薄弱,经常跟不上大家的节奏。另外,跟国内不同,这边没有师兄师姐带我快速适应环境,所以,那时的我常常感到懊恼,对未来充满迷茫。也常常在谨小慎微、生怕出错的心态中感到倦怠与疲惫。

现在想来,那段日子持续了不短的一段时间。但幸好,每当我感到无助与无力的时候,都会想起我最喜欢的电视剧里的一句话:不抛弃,不放弃。我想起许三多在最艰难的时候,做的唯一一件事就是不断地提高自己。因此,我开始更加努力地查阅资料文献,力求把

不懂的和不清楚的学术问题一一查清楚、想明白,然后积极主动地找同学和导师讨论课题。在这个过程中,我不仅锻炼了自己的英语表达能力,也加深了对科研事业的本质理解。于是,我从被动转向了主动,不再是那个初来乍到的小留,而能主动提出自己的看法,积极参与同学们的项目与实验。尽管我在求学的关键阶段,新冠肺炎疫情意外暴发,对我的生活与学业造成了很大影响。但是,由于我已经找到了属于自己的节奏,我并没有因此恐慌与焦虑。在许多同为留学生的朋友,终日为何时能回国忧心忡忡时,我依旧坚持着自己的学习习惯,以至于在那段时间反而获得了更高的效率。如今我能如期顺利毕业,也离不开那时的努力。

现在的我,不论是面对在异国他乡生活的挑战,还是科研工作中的具体课题,都有了更多的思考与成长。从这个角度上看,我的毕业不仅是一段学业旅程的终点,也是人生中的又一次“成人礼”。离开英国,我将带着所学的成就,走向下一段事业旅程,之前的经历让我在对待不同

的文化、不同的人时有了更多的包容,也让我有了更深的理论知识背景去探究更深层次的问题,在工作中得以灵活取舍。从初入学时对医学实验本身的关注,到现在对医学实验背后的理论与伦理问题有更深的思考;从原来对自己的不信任以及对潜在困难的胆怯,到现在能够主动找到解决问题的办法。我知道,这一切的转变,并不是由自己我凭空实现的。毕业季是一场仪式,同时也给了我一个回顾过去,展望未来的契机。

此时此刻,我深知:不论是在毕业季的当口,还是在毕业之后,还有求职、工作等一系列的挑战等待着我。但是,如今的我已经不会感到畏惧与焦虑。这三年,我在英国接触的每一个人,所经历过的每一件事情也将影响着我,在今后的每一个小结,同时也会在更远的未来持续给我向上的动力。未来的路或许比过去更加难走,但我坚信,只要坚定自信不放弃,一切困难都会像我在求学期间所经历过的东西一样,更好地成就我的人生。



本版图片均由视觉中国供图