初入职场 91.6%受访职场青年感到过不适应

最不适应的是不知如何处理人际关系

中青报·中青网见习记者 王志伟
实习生 杨 哲

如今，毕业生们已陆续开始进入职场。从学校到职场，不仅要经历环境的变化，更重要的是身份的转变。近日，中国青年报社社会调查中心联合问卷网（wenjuan.com），发布的一项针对1361名职场青年的调查显示，91.6%的受访职场青年在初入职场时感到过不适应。不知道如何处理职场人际关系（75.5%）、不熟悉工作内容不知如何上手（71.8%）等最让职场青年感到不适应。顺利度过职场适应期，64.7%受访职场青年认为要作好职业规划，提前了解行业或岗位。

受访职场青年中，工作时间在3个月内的占17.8%，工作3个月至1年的占24.2%，工作1年至3年的占25.5%，工作3年以上的占32.5%。

初入职场，91.6%受访职场青年感到过不适应

2020年毕业生刘星（化名）刚成为一名英语教师。初入职场，她曾感到过不适应，“主要是身份的转变，之前自己是学生，是接收知识。工作后需要去教学生，是传授知识。这个过程的转变让我觉得有点费力”。

调查显示，初入职场，91.6%受访职场青年感到过不适应。交互分析发现，工作时间在3个月至1年的受访职场青年，感到过不适应的比例最高，达到了96.7%。

初入职场，哪些方面让你觉得不适应？75.5%受访职场青年表示是不知道如何处理职场人际关系。

95后李可欣（化名）现在在西安某跨境电商公司做人事专员，平时负责招聘和办理员工入离职工作。作为一名人事专员，少不了和各种人打交道，“筛简历、约面试、谈薪资、办入离职，每个环节都需要大量的沟通，有时也会产生误会和不理解的情况，感觉想要处理好人际关系比较难”。

调查显示，71.8%受访职场青年表示不熟悉工作内容，不知如何上手。

刘星入职没多久，就赶上了新冠肺炎疫情，线下课程因此转到了线上。她一时不知该如何上手。“刚开始不太习惯对着镜头讲话，也不太会控制肢体语言和面部表情，后来经过多次练习，才找到了比较舒服的状态”。

受访职场青年感到不适应的内容还有：缺乏工作所需要的技能（50.3%），不了解企业文化和氛围（47.2%），难以适应工作节奏（30.8%）等。

在陕西工作的95后申乐乐（化名）觉得，从学校到职场，最大的变化是更需要讲规矩、遵守规则，“在学校是相对更自由的，可以按照自己的节奏来。但工作往往是需要团队配合的，就得守规矩、按规则办事，适应工作的法则和节奏”。

64.7%受访职场青年认为要作好职业规划，提前了解行业或岗位

调查显示，70.1%的受访职场青年在半年内能够顺利度过职场适应期，20.9%的受访职场青年需要半年至一年，7.2%的受访职场青年需要1年以上。

在北京工作的90后乔欣欣（化名）回忆起刚入职的场景，那段时间需要参加各种培训，每个月还有考评，每天都忙到很晚，压力很大。“这段经历让我觉得工作十分不易，算是给我这个职场小白上了重要一课”。虽然顺利通过了考核，但她觉得真正适应大概是在半年后，“能够自如地应对工作任务，才意味着真正适应”。

为了能够顺利度过职场适应期，64.7%受访职场青年认为要作好职业规划，提前了解行业或岗位，62.6%受访职场青年期待公司开展岗前培训，帮助员工迅速熟悉公司文化和业务，61.0%受访职场青年认为应尽快摆脱学生心态，适应工作节奏。

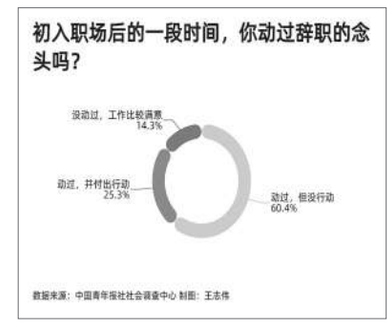
乔欣欣认为，公司开展岗前培训很有必要，“我刚进公司时，参加了各种培训，虽然只能拿到基本工资，但上手工作确实顺利了很多，也在一定程度上缓解了我对工作的焦虑”。

刘星觉得，实习很重要，在还没毕业时，她就到公司实习了，增进了对公司的了解，和同事领导也相处得十分愉快，“这让我在毕业后没过多考虑就加入了这家公司，而且很快适应了职场环境”。

其他还有：保持开放和学习的态度，不断进步（57.5%），找准自身定位，踏实完成工作任务（46.6%），积极融入团队，勇于向他人请教（44.0%），学会观察和反思，不断提升工作能力（33.4%）等。

申乐乐觉得，工作中遇到难题很正常，要多向领导和同事请教，避免因为沟通不畅而做无用功。当然这并不意味着事事都要请教，自己能够解决的问题尽量解决。“学会与人合作也很重要，团结能团结的人，要以做好工作为导向”。

北京某高校辅导员刘老师认为，大学生想要顺利实现从学校到职场的转变，需要提前准备。他建议，大学生们首先要明确职业兴趣和方向。其次，要朝着喜欢的方向去锻炼自己，比如学习相关技能、提前实习等。在正式开始工作后，要认真理智地对待第一份工作，不过高期待，也不自暴自弃。“其实，大学和职场并不是断裂的，存在很多相通的技能，比如人际交往能力、抗压能力、学习能力等，这些都可以在大学生活中进行积累。重要的是摆正心态，提前做好准备”。



85.7受访职场青年动过辞职念头

53.6%受访职场青年想辞职是因为职业发展受限

中青报·中青网见习记者 王志伟
实习生 杨 哲

对于不少年轻人来说，工作环境越来越成为工作理想与否的评判标准。什么样的职场生态会让年轻人想要逃离？近日，中国青年报社社会调查中心联合问卷网（wenjuan.com）发布的一项针对1361名职场青年的调查显示，初入职场后的一段时间，85.7%受访职场青年都动过辞职的念头，其中25.3%受访职场青年已经付诸行动。14.3%受访职场青年表示没动过，对工作比较满意。

在陕西工作的95后申乐乐（化名）坦言在入职不久后，动过辞职的念头，“尤其是在短视频中看到别人田园牧歌般的生活，觉得很羡慕，对比下来，觉得自己的工作很没意思，缺乏生活气息”。但这只停留在想法层面，并没有付诸行动，“后来仔细想一想，每个人都有自己的生活方式，认真工作、追求独立才是当下最应该做的”。

现居北京的高天琪（化名）去年研究生毕业，到了一家考研机构工作，如今已跳槽到一家新媒体公司。“我辞职跳槽是觉得积攒了一定经验，可以往喜欢的方向再进一步了。当然，为了转行，我也做了很多针对性的准备，并不是盲目裸辞”。

哪些因素会让你产生辞职的念头？调查中，53.6%受访职场青年认为是职业发展受限，没有前景，48.3%受访职场青年觉得是工作内容不是自己所擅长的，48.1%受访职场青年坦言是团队氛围不好。

高天琪觉得，相较于前一份工作，如今在杂志社撰稿的工作更让自己有干劲，“一方面是因为喜欢，另一方面也觉得这份工作对职业发展更有利，更接近自己的职业发展目标”。

在西安某互联网公司工作的95后李伟（化名）工作一年多了，其间有过辞职的念头，但没有付诸行动。“主要是现在这份工作比较无聊，晋升空间非常有限，转岗的限制也比较大，缺少发展前景，所以想要换一份工作，但目前没有找到合适的”。

对于理想的工作，李伟觉得从中学到东西很重要，“现在自己还年轻，想趁着这段时间丰富履历、提高能力，为以后作准备”。另外，公司的福利待遇也是他重点考察的内容，“各项保障都得有，能够正常休假。如果能有下午茶、零食大礼包、过节礼品等就更好了。”他笑着说。

在北京工作的90后王鹏（化名）觉得，对自己来说，工作氛围是决定自己能坚持多久的重要因素。“以前在一家企业待过，办公氛围很压抑，有着很严格的等级，办一件事需要经过层层审批，很麻烦。工作时间也不确定，往往得等到领导走后才能走，消耗了很多对工作和生活的热情”。他认为，工作和生活的边界感很重要，不能让工作过多侵占生活，“现在找了一家管理比较扁平化的公司，同事之间相处也比较舒服，最重要的是有时间享受生活”。

对于受访职场青年来说，会产生辞职念头的因素还有：工资水平不符合预期（45.2%），人际关系难以协调（44.9%），工作繁重，没有个人生活时间（26.5%），想要换个城市工作生活（19.1%）等。

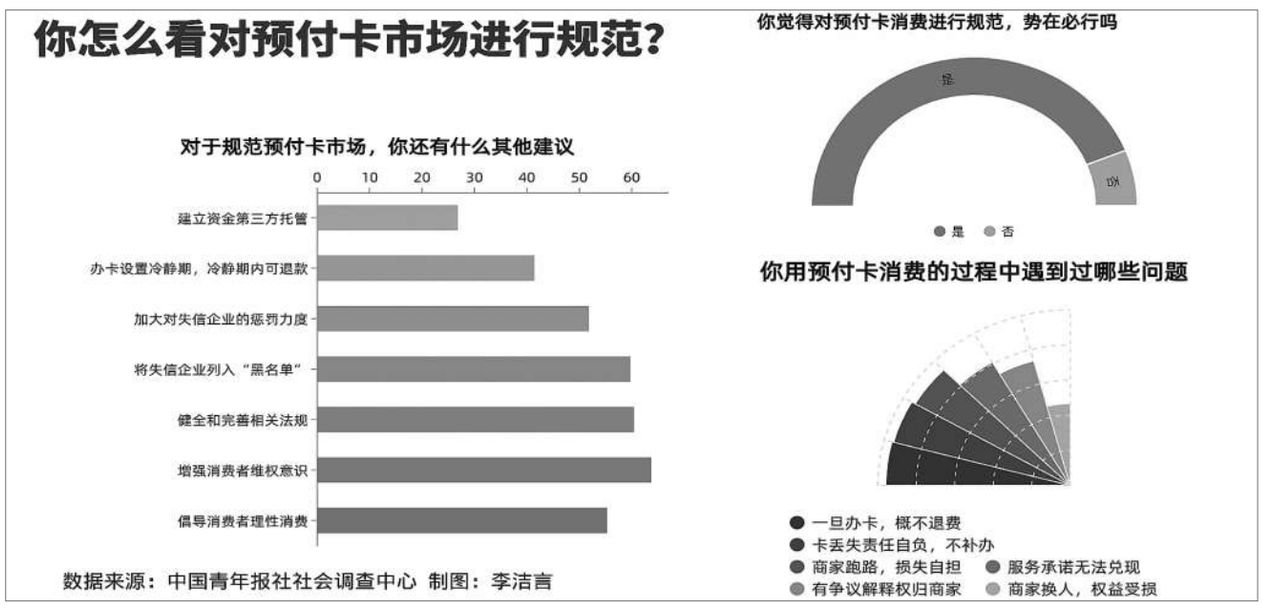
87.9%受访者直言规范预付卡消费势在必行

不退费、不补办、商家跑路损失自担是预付卡消费最常遇到的问题

中青报·中青网记者 李洁言
实习生 王九龙

《北京市单用途预付卡管理条例（草案）》日前提交一审，条例中对预付卡消费作出了很多规范，以往屡遭消费者诟病的概不退费、丢失不补办、“解释权归发卡单位所有”等内容或将无效。近日，中国青年报社社会调查中心通过问卷网（wenjuan.com），对2021名受访者进行的一项调查显示，87.9%的受访者认为对预付卡消费进行规范势在必行，办卡后概不退费、卡丢失不补办、商家跑路损失自担是受访者在预付卡消费时最经常遇到的问题。

受访者中，男性占35.4%，女性占64.6%。90后占47.5%，80后占34.4%，00后占12.0%。



不退费、不补办和商家跑路损失自担是受访者预付卡消费最常遇到的问题

北京某高校大四学生张枫办理过吃饭、购物和健身类的预付卡。他之前办过一家粤菜馆的预付卡，一次存1000元，办卡当次消费免单，之后来店里消费打八折，而且自己办卡，别人也可以用。张枫感觉，这样办卡消费，既划算又便捷。

调查显示，80.8%的受访者都曾办理过预付卡。

王小珊（化名）目前在西安一家金融企业做行政工作，她最常办的预付卡就是洗车卡。“洗一次交一次钱，要将近40元，太贵了。办20次的，合下来一次20元左右，能便宜不少”。不过王小珊坦言，有时候办预付卡也会踩坑，没法完全避免。

调查显示，在进行预付卡消费时，48.0%的受访者遇到过一旦办卡，概不退费，47.5%的受访者遇到过卡丢失责任自负不补办，46.5%的受访者遇到过商家跑路，损失自担。

王小珊就遇到过一次。她曾在自家小区底商的一家洗车店办了一张20次的洗车卡，用了两次就找不到了。她清楚地记得当时办卡时商家留了她的手机号，是有底子的，就想商量下，可否再交个卡的成本费补办一下，但商家一口咬死当初说过一旦丢失，责任自负，拒绝给她补办。王小珊很生气，想投诉，后来一想自己家就在小区，他们还有自己的手机号车牌号，掌握太多信息，想想还是算了。

调查中，40.5%的受访者遇到过服务承诺无法兑现，36.7%的受访者遇到过有争议解释权归商家，23.3%的受访者遇到过商家换人，权益受损。

四川省达州市市民谢小韫办过很多类型的预付卡：健身卡、电影卡、超市提货卡、蛋糕店蛋糕卡、理发店充值卡等。

她也遇到过，只能容纳100人的健身房卖了1万张卡，办卡的时候说得特别好，健身房里什么活动都能参加，办卡后发现，总是人比器械多，想去跳舞或者练瑜伽，永远人满为患。“这就是服务承诺问题了，有些人就自动放弃了，等于送钱给商家”。

87.9%受访者认为规范预付卡消费势在必行

中国消费者协会副会长、中国人民大学法学院教授刘俊海在接受《法治日报》采访时曾表示，预付费市场乱象难根治的根本原因在于相关法律制度不完善，使得法规缺乏可操作性和威慑力不足，导致相关规定难以落地，预付费问题屡禁不止。

不久前，北京市第十五届人大常委会第三十二次会议召开，会上，《北京市单用途预付卡管理条例（草案）》提请一审。

对此，重庆某高校大三学生张馨平觉得，是到了对预付卡消费进行规范的时候了。在她看来，目前的预付卡消费存在诸多问题，由此产生的一些矛盾难以调和，消费者的权益受损也难以举证。

对于条例中诸如概不退费、丢失不补办、“解释权归发卡单位所有”等内容或将无效，张馨平认为，消费者权益保护法早就明确规定：经营者不得以格式条款、通知、声明、店堂告示等方式，作出排除或者限制消费者权利、减轻或者免除经营者责任、加重消费者责任等对消费者不公平、不合理的规定。

调查中，87.9%的受访者认为对预付卡消费进行规范，势在必行。

张枫感觉，现在很多人生活范围相对固定，消费者可能会倾向于与体验还不错的商家建立一种相对稳定的消费关系，这给各种预付卡消费提供了广阔的市场，也要求配套的法律法规要跟上，唯如此，才能更好地保护消费者权益，保障这个市场健康有序地发展。

谢小韫细看了条例的内容，觉得很多内容都非常有针对性。她碰到过虽然是同城连锁电影院，但各家有各家的电影卡，不能通用，导致她的好几张卡上有几元到十几元的余额，没法使用。而在条例里，恰好有针对此类情况的规定：单用途预付卡余额不足单次最低消费、消费者要求退还的，经营者应一次性按原渠道退还消费者，“很人性化”。

规范预付卡市场，63.7%受访者建议增强消费者维权意识

调查中，对于规范预付卡市场，受访者给出了不少建议。63.7%的受访者建议增强消费者维权意识，60.4%的受访者建议健全和完善相关法规，59.7%的受访认为应将失信企业列入“黑名单”。

张馨平感觉，增强消费者的维权意识很有必要。在她看来，现在很多消费者因为多一事不如少一事的怕麻烦心理，在预付卡消费中遇到了问题，往往自认倒霉，这助长了不法经营者的嚣张气焰。

张枫认为，有法律的保障很重要，还要加强宣传，帮助消费者树立维护意识。同时他还建议建立失信名单，不良商家一旦失信，不再有机会进入该市场。

调查中，51.7%的受访者建议加大对失信企业的惩罚力度，41.4%的受访者建议办卡设置冷静期，冷静期内可退款，26.8%的受访者建议建立资金第三方托管。

受访者感觉美容美发预付卡消费最易出问题

中青报·中青网记者 李洁言
实习生 王九龙

如今，用预付卡进行消费的人不少，但预付卡消费也暴露出各种各样的问题，严重损害了消费者的权益。近日，中国青年报社社会调查中心通过问卷网（wenjuan.com），对2021名受访者进行的一项调查显示，62.4%的受访者感觉美容美发预付卡消费比较容易出问题，接下来是健身养生预付卡消费，比例为54.2%。

在西安一家金融企业做行政工作的王小珊（化名），每年会烫一次头发。她的发量少，头发细软，起卷不容易，很难碰到一个满意的造型师。一次，她偶然尝试了一家新店，效果很不错，她想办卡又担心遭遇跑路。看出王小珊的犹豫，造型师跟她保证，这家店他有股份，会特别用心地经营下去，让她放心。王小珊就办了卡，结果第二次去，就发现店还在，但那位发型师已经不在了。“本来就是冲着这位师傅办的卡，没想到还是一次性买卖”，说到这次经历，王小珊很无奈，现在这张卡让她感觉很鸡肋，又退不了。

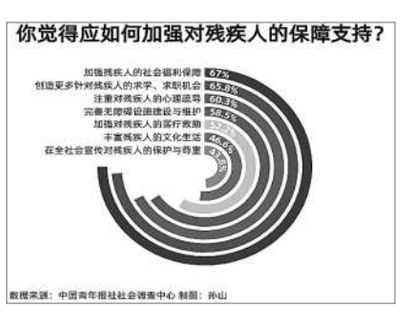
调查中，54.2%的受访者感觉健身养生预付卡消费比较容易出问题，是获选率排名第二的类别。

张枫是北京某高校大四学生。假期在家时，他在家附近的健身房办了一张20次的卡，去了10次之后就开学了，等到再次放假回来，老板已经换了人，“每次去都要沟通半天，很麻烦。我认为，不能因为老板换了就不认账。他们也有自己的说辞，说这卡不是从他们手里发出去的，读卡的机器读不了”。

调查中，还有46.1%的受访者感觉保健按摩预付卡消费容易出问题，37.8%的受访者觉得教育培训预付卡消费容易出问题，36.7%的受访者觉得餐饮美食预付卡消费容易出问题。

王小珊家附近的商场里，开了一家意式比萨连锁店，吃了一次，女儿非常喜欢，她就充了1000元。因为新冠肺炎疫情的原因，她们很长时间没有外出吃饭，等再去的时候，她发现这家连锁店已经关门了，门上贴了通知可以在其他连锁店消费。王小珊一查，最近的一家都有将近10公里，而且所在位置不好停车，去一次很麻烦。直到现在，王小珊这张卡里的金额还没有消费完。

受访者认为容易出现预付卡消费问题的还有：酒店住宿（23.6%），影院书店（13.5%），家政清洁（11.8%）。



看残奥会 95.1%受访者更关注身边残疾人的生活

67.0%受访者建议加强残疾人社会福利保障

中青报·中青网记者 孙 山
实习生 杨 哲

东京残奥会已经落幕，赛场上残奥健儿的表现给我们留了下许多感动。在赛场之外，还有许多残疾人群体值得关注。上周，中国青年报社社会调查中心通过问卷网（wenjuan.com），对1273名受访者进行的一项调查显示，95.1%的受访者表示观看残奥会，自己更加关注身边残疾人的生活。67.0%的受访者建议加强残疾人的社会福利保障。

受访者中，来自一线城市的占35.4%，二线城市的占35.7%，三四线城市的占20.6%，县城或城镇的占6.1%，农村的占2.2%。

88.7%受访者感觉身边残疾人在生活中面临着一些困境

跑步爱好者马晴在看到残奥会运动员的表现时，内心很有感触，“在我们焦虑身材不够完美、长相不够漂亮时，还有这样一群人，他们存在器官或肢体的功能缺陷，可是他们在为梦想奋斗的过程中，却比我们还努力。我们有什么理由去怨天尤人呢？”

调查中，95.1%的受访者表示看了残奥会，自己更加关注身边残疾人的生活了。

北京某事业单位员工李晶（化名）在读大学时，曾参加了一个残障人士的工作坊，认识了很多残疾人朋友，“他们有的是肢体残疾、行动不便，也有的存在视觉、听觉障碍，但他们都很积极乐观”。

“让我印象比较深刻的是一个视障的朋友，他所有设备都带语音功能，语音播放速度非常快。我当时还有疑问，说这怎么能听得清。他跟我说，因为他们看不见，从小就靠听，已经适应了更加快速地听取信息。”李晶说，在与残疾人有了比较深入的交流后，才知道他们的生活与自己想象的有很大不同，“我们很难做到设身处地考虑他们的情况，所以需要更多地倾听来自残疾人的声音”。

今年22岁的杨娟（化名），母亲是一名聋哑人。杨娟说，平时妈妈和别人交流存在困难，只能由自己在旁边翻译，“我上学工作后，不能一直陪在妈妈身边，会很担心她的处境”。

数据显示，88.7%的受访者感觉身边残疾人在生活中面临一些困境。因自卑产生的心理障碍（67.1%）、经济来源没有保障（60.5%）以及求学求职过程中遭遇歧视（59.4%）是残疾人遇到的主要难题。其他还有：无障碍设施欠缺导致行动不便（54.8%）、婚恋方面的不如意（51.8%）、人际交往困难（46.5%）和更容易被不法分子欺骗（20.6%）等。

67.0%受访者建议加强残疾人的社会福利保障

“去年大姨摔断了腿，只能坐轮椅，但她住的老旧小区无障碍设施缺乏，楼门前有几节台阶没有坡道，只能让亲戚帮忙抬轮椅。大姨自己到楼下透透气就很困难了。”李晶感觉，虽然残疾的状态可能是一部分人遇到的情况，但在我们人生的整个过程中，总会遇到某个时刻，行动不那么方便，所以需要有更多无障碍设施，“比如我知道有些老人住楼房出门很不方便，为了不麻烦别人，他们就索性常年不出门”。

调查中，65.2%的受访者觉得周围的无障碍设施存在覆盖面不全的问题，60.5%的受访者觉得存在维护不到位的问题。其他还有：无障碍通道被占用（57.3%）、建设规格不合理（44.1%）、设施不够人性化（39.3%）、无障碍设施标识不全（31.3%）和完全没有无障碍设施（26.5%）等。

“妈妈非常熟悉弹棉花机器的操作，手工活也做得很好，会织毛衣、坐垫、玩偶等。”杨娟期待可以针对残疾人的劳动能力，开拓一些就业岗位，“他们也希望可以通过自己的努力实现就业”。

“我认识一位脑瘫病人，虽然她行动起来要比普通人缓慢很多，但她一直没有放弃学习，特别爱写作，还经常跟别人聊文学，外语也不错。后来她参加了很多与残疾人相关的社会公益活动，帮助更多残疾人。”马晴说，她觉得一些残疾人要比自己想象得更加乐观，但对于残疾人来说，除了需要自立自强外，也需要来自社会更多的温暖和支持。

调查中，67.0%的受访者期待加强残疾人的社会福利保障，65.8%的受访者建议创造更多针对残疾人的求学、求职机会，60.3%的受访者希望注重对残疾人的心理疏导。受访者的建议还有：完善无障碍设施建设与维护（58.5%）、加强对残疾人的医疗救助（52.2%）、丰富残疾人的文化生活（46.6%）等。

“作为聋哑人的女儿，我从小就能听懂妈妈说的话，看懂妈妈的手语，20来年也习惯了妈妈无声的陪伴方式。”杨娟期待大家能够更加尊重残疾人，理解他们的难处，多给予他们一些帮助，“他们的世界有时很孤独，觉得除了家人没有真正的朋友，希望大家不要戴着有色眼镜去看他们”。