



## 调查：初入职场 91.6% 受访职场青年感到过不适应

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做好职业规划，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、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做好职业规划，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做好职业规划，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：保持开放和学习的心态，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”。

## 北京大部地区有雷雨 局地短时雨强较大伴有大风和冰雹

带伞！9月9日北京大部地区有雷阵雨或阵雨，雷电黄色预警生效中，局地短时雨强较大，并伴有6级以上短时大风和冰雹。夜间阴转晴，最低气温18℃，凉意明显。

9月8日傍晚前后，分散性雷雨袭北京，下班时段部分地区乌云密布，雷声轰鸣，局地还出现了冰雹、大风，22时左右强降雨回波逐渐移出北京。

9月9日早晨，又有降雨回波影响北京，北京市气象台预计，今天早晨到白天阴，大部地区有雷阵雨或阵雨，最高气温27℃，雷电黄色预警信号生效中，局地短时雨强较大，并伴有6级以上短时大风和冰雹。夜间阴转晴，南转北风二级左右，最低气温18℃。

9月10日，北京晴转多云，山区有雷阵雨。周末，北京以晴到多云天气为主，最高气温28℃左右。

气象专家提醒，今天早高峰公众需注意防雷避雨，注意交通安全，避免到山区活动。

## 今年以来陕西自然灾害受灾人口达442.48万人次

记者8日从陕西省政府新闻办举办的新闻发布会获悉，今年以来(截止到8月31日)，该省自然灾害受灾人口已达442.48万人次，造成直接经济损失126.07亿元。目前，该省第一次全国自然灾害综合风险普查工作正在展开。

据介绍，陕西是一个多灾易灾重灾的省份。“十三五”以来，全省平均每年发生各类自然灾害400余次，造成509万人次受灾，因灾死亡和失踪35人，造成直接经济损失90亿元。其中底数不清是造成灾害损失严重尤其是人员伤亡的很重要的一个原因。

为摸清灾害风险隐患底数，查明重点区域抗灾能力，客观认识各地灾害综合风险水平，陕西展开了第一次全国自然灾害综合风险普查工作。

去年9月普查工作开展以来，陕西省主要任务为调查全省地震、地质、气象、水旱、森林和草原火灾等主要自然灾害的风险要素及其危险性信息，采集房屋建筑、交通设施、公共服务系统等承灾体的灾害属性信息和空间信息，开展主要自然灾害风险的多尺度评估，提出区域综合防治对策等。

今年以来，全国暴雨、强对流天气频发，在多省(区)造成了不利影响。陕西横跨三个气候带，气象灾害种类多、影响范围广、发生频率高，尤其在全球气候变暖的背景下，该省气象灾害造成的损失更大，占自然灾害造成损失的70%以上。

