



目录

✚ 序言.....	Page. 3
✚ Part. 1 跳槽之前	Page. 4
■ Action.1 跳槽，该“裸辞”还是“骑驴找马”	Page. 4
■ Action.2 跳槽风险大，成本要算好.....	Page. 6
✚ Part. 2 跳槽进行时	Page. 8
■ Action.1 “骑驴找马”时期，如何请假面试	Page. 8
■ Action.2 如何避开跳槽陷阱.....	Page. 9
■ Action.3 “骑驴找马”被上司发现了，怎么办？	Page.11
■ Action.4 跳槽时遭遇上司挽留怎么办.....	Page.12
✚ Part. 3 成功跳槽后.....	Page. 13
■ Action.1 离职，你必须要知道的五大事项.....	Page. 13
■ Action.2 跳错槽——四招助你“逆袭”!	Page. 19
✚ 结语.....	Page. 21
✚ 关于我们.....	Page. 22

序 言

跳槽，到底应该“裸辞”还是“骑驴找马”？

“骑驴找马”时，如何找到合理的借口请假去面试？

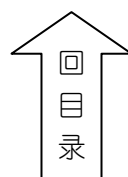
“骑驴找马”被上司发现了，又该怎么办？

想跳槽，遭遇老板挽留，是接受好意，还是绝情分手？

.....

现如今，很多职场人都期望通过跳槽来实现加薪晋升的愿望，我们到底该如何通过跳槽在职业发展的道路上华丽转身呢？求职黄金季，前程无忧特别推出《2013，跳槽全攻略》，为您解决跳槽道路上的各种难题。

前程无忧网络编辑部
2013 年 3 月



Part.1 跳槽之前



又到求职季，是不是有些蠢蠢欲动想跳槽了？俗话说：“人挪活，树挪死！”如果你下定决心要跳槽，那么首先得想想是该“裸辞”呢，还是“骑驴找马”？跳槽成本也得算好哦！

Action.1 跳槽，该“裸辞”还是“骑驴找马”？



跳槽，该“裸辞”还是“骑驴找马”根据前程无忧（www.51job.com）网站发起的调查数据显示，44%的人选择了“骑驴找马”，29%的人需要看具体情况来判断到底选择“骑驴找马”还是“裸辞”，其余 27%的人则选择了“裸辞”。



“骑驴找马”最保险，逼不得已才“裸辞”

据许多有过“裸辞”经历的网友表示，先“裸辞”再找工作的日子并不好过，漫长的求职经历，给他们造成了巨大的经济压力和精神负担。而选择“骑驴找马”的人就相对好过许多，他们既不用担心自己的“荷包”还能支撑多久，也不用为今后如何向下家解释职业空白期而感到烦恼……因此，从两种跳槽方式的风险程度上来看，“骑驴找马”则显得更为保险。

但是，在某些情况下，“骑驴找马”并非是最好的选择！遇到以下 3 种情况，选择“裸辞”比较合适：

➤ 公司效益不好，拖欠工资

“骑驴找马”本就是为了自己在跳槽时备上一条“跳槽不成”的底线，但既然公司已经不能给你提供这条底线了，那么又何必让原公司成为你求职的阻碍呢？

➤ 对原工作极度讨厌

本来“骑驴找马”也是为本职工作负责，但倘若你讨厌现在的工作，怀揣着恶劣的心情工作，那么你势必难以尽全力完成自己的工作，倒不如“裸辞”以求心灵平静，这也是给自己稍稍放一个假。

➤ 经济负担小

根据此前前程无忧论坛（bbs.51job.com）网友们的讨论，近 5 成网友表示，“就算‘裸辞’的话也要准备 1—3 个月工资作为‘裸辞’准备金。”而更有生活在一线城市的网友表示，“不备上一万元，休想‘裸辞’！”所以若是没有钱，“裸辞”的风险还是很高的；但如果你与父母住在一起，生活压力不那么大的话，面对急切摆脱原工作、寻找新工作的求职者来说，“裸辞”也是可取的。



前程无忧专家提醒：

✓ 选择“裸辞”的职场人需注意以下四点：

- 确定自己选择“裸辞”不是一时冲动、头脑发热；比如，“同事难相处”“工作太没劲”等等，这些主观原因都不宜成为“裸辞”的理由。
- “裸辞”前，要与家人充分沟通，取得家人的信任与理解，并准备好“裸辞”准备金。
- 充分利用好“裸辞”空白期，比如参加职业培训、考职业资格证书等等。
- 做好心理准备：工作也许并不像事先想象中的那么好找。

✓ 选择“骑驴找马”的职场人需注意以下七点：

- 不要让主管成为最后一个知道你要跳槽的人。
- “骑驴”时不要因为“找马”而耽误手头的工作，让你的工作有始有终。
- 不到最后关头，不要轻易透露自己找的是哪家公司。
- 让辞职更职业化，不要让你个人对公司的情绪影响到他人。
- 用未来的“马”来威胁现在的“驴”是一种自以为是的行为。
- 要有选择性地投递简历，并且在接到面试电话后，尽量在电话里先作初步沟通，有选择性地面试。
- 不要为了面试反复请假。应事先请假，都应该事先请假，可以让领导或同事有时间调整安排工作，这是一种良好的职业意识。



特别推荐：

【攻略】如何让“裸辞”经历为求职加分 <http://arts.51job.com/arts/05/398245.html>

【攻略】破解“骑驴找马”时的七大难题 <http://arts.51job.com/arts/05/390732.html>

【攻略】“裸辞”前，你必须做四项准备 <http://arts.51job.com/arts/05/398514.html>

【讨论】“裸辞”太久，你会委曲求全接受 OFFER 吗 <http://bbs.51job.com/topic.php?tid=242533>

【支招】如果度过“裸辞空窗期”？ <http://bbs.51job.com/topic.php?tid=244650>

【讨论】跳槽，是该“裸辞”还是“骑驴找马” <http://bbs.51job.com/topic.php?tid=166782>

【讨论】选择“裸辞”的五大原因，你“中枪”了吗 <http://bbs.51job.com/topic.php?tid=243099>



Action.2 跳槽风险大，成本要算好！



跳槽不是你想跳，想跳就能跳。“挥一挥衣袖，不带走一片云彩”的情怀并不适合所有求职者。这其中的经济成本自然不必说，还有心理成本、人际成本等“隐性”成本。这些都是求职者在选择跳槽之前必须考虑的问题。当然，“骑驴找马”和“裸辞”所需的成本不尽相同。



跳槽的“显性”成本——经济成本

跳槽的“显性”成本主要是那些选择“裸辞”的人群必须要考虑的。前程无忧论坛(bbs.51job.com)曾就“‘裸辞’准备金”的话题发起过网上调查，结果显示逾9成的受访者都表示会为自己存上一些“‘裸辞’准备金”。在决定“裸辞”前，我们不妨先算算自己的资产：

➤ 你的资产有多少？

- 1、你的银行存款有多少？
- 2、你的流动资金有多少？
- 3、你的月收入有多少？
- 4、你的证券投资有多少？（包括股票、基金、保单等）
- 5、你的不动产（房产）现值多少？
- 6、你的车子现值多少？
- 7、你所拥有的有价物品现值多少？（包括黄金珠宝、收藏品，请勿计算昂贵但套现不便且到手即“缩水”的奢侈品，如服装、包袋）

➤ 你的负债有多少？

- 1、你的信用卡负债有多少？
- 2、你的房贷有多少？
- 3、你的车贷有多少？
- 4、你其他的欠款有多少？
- 5、你的每月基本开销需要多少？

总资产-总负债=正数 or 负数？现在，你想好要为你的“裸辞”准备多少本金了吗？

相比“裸辞”，“骑驴找马”就没有什么经济负担了。唯一要注意的是，你还有多少年假可以请。





跳槽的四大隐性成本

➤ 心理成本

相比“骑驴找马”，“裸辞”需要承担更大的压力，更需要保持一个良好的心态。“裸辞”前，自己要有个充分的心理准备，对“裸辞”后有可能发生的最糟糕的事情有一个预测并做好相应的对策。“裸辞”后，尽管之前有过未雨绸缪，但事事难料，各种困难挫折降临时，仍然会让人信心受挫，感觉茫然无措。

“裸辞”前后需要面临的压力如经济上的压力、职业空白期的压力、找工作的压力等等，这些压力如一座座大山压在求职者的身上。一旦压力过大，或者化解不及时，就会转化为心理上的压力。心态不稳，不仅会影响情绪，使你不能冷静、客观地处理问题，严重时还会影响身体健康。

➤ 人际成本

离开一家公司的同时，也代表这一期间经营的人际关系可能归零，不仅是和同事，和公司外部的合作伙伴、客户、供应商等的关系都可能会慢慢疏远。老关系丢失，新关系要建立、维护，需要重新投入人际成本，在短期内还看不到效果且结果未知。

➤ 机会成本

选择一个机会，必定意味着放弃其他机会，包括原公司的加薪、升职机会。个人对于公司未来的发展很难评估，错过一次晋升或一次发展机会，可能给职业生涯带来重大的损失。新工作到底有多大发展还很难说。

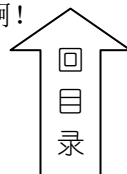
➤ 风险成本

去一个新环境，面对新的工作任务和处理新的人际关系都是挑战。此外，新公司的发展好坏，也难以预料。“金融风暴”、政策变动等因素对行业的影响不可小觑。其实，不管是行业的变动还是公司的整改，都会对你的工作产生直接的影响。



★ 前程无忧温馨提醒：

除了上述四大成本外，来到一个新环境中，难免还会产生一些小费用。若公司对着装有要求，那你就需要花钱置备衣服；刚入职和新同事间的应酬也难免需要破费一些。当然，如果在原公司，同事之间已经熟悉，这些费用就可以节省下来。在物价高涨的年代，这些花销也是不小的支出啊！



Part.2 跳槽进行时



在跳槽的过程中，如何请假去面试？跳槽时，如何识别招聘中的陷阱？跳槽被老板发现了又该怎么办？想跳槽，遭遇老板挽留该如何应对？本节一一为您解答：

Action.1 “骑驴找马”时期，如何请假面试



对于“骑驴找马”的求职者来说，如何做到既不被公司发现自己有离职的想法，又能勇于尝试，在工作时间内参加各种面试，这的确需要技巧。以下，前程无忧论坛（bbs.51job.com）就为你总结请假七招，让你请假不愁。

- ✓ **No.1 明确自己能请什么假：**当你分别处于实习阶段、试用期阶段、或是正式入职后工作时间在一年以内这三个阶段，所能享受的假期种类是不同的。
- ✓ **No.2 自己的工作要安排妥当：**有时候上司不准假的主要原因是你的缺席可能会耽误到部门整体的工作进程。因此，学会合理地安排工作任务是踏入职场的关键一步。
- ✓ **No.3 异地面试，请假天数要权衡：**如果迫不得已需要参加异地面试，请尽量安排接近周末时间，这样能减少请假的天数。
- ✓ **No.4 提前请假，与人方便自己方便：**提前一天时间请假是底线。请假人需要合理安排好自己的工作；同样，也给予同事、上司有充分的准备时间，与人方便，予己方便。切忌事后请假。
- ✓ **No.5 不要编造连自己都不信服的请假理由：**有时候一个不靠谱的请假理由会让人觉得你是在嘲笑别人的智商，这是一种不尊重的表示。
- ✓ **No.6 请假方式要正式：**相比短信请假，书面或是邮件请假都是更好的选择。
- ✓ **No.7 懂得感谢，再请不难：**无论是怎样的请假理由，请假必定会给别人带来一些额外的麻烦。因此，感谢别人给你提供的方便是做人的道理。





无忧小贴士：“骑驴找马”时，请假问题 Q&A

Q：试用期可以请假吗？

A：试用期有没有年假还需要看公司具体规定。带薪年假是法定福利没错，但有些企业规定试用期内员工拥有的年休假，只有在转正后才能使用，这样做也是合法的。所以如果试用期内没有年假，面试请假的话，就需要请事假了。

Q：没有年假，如何请假？

A：没有年假，你还可以请病假或者事假。病假通常需要医生所开具的病假单，而事假，只有在特别紧急的情况下才可以使用，否则易上司留下懈怠工作的印象。请事假必须经过领导的同意，不然被视作“旷工”那就是因小失大了。

Q：请事假如何扣工资？

A：在计算事假该扣多少工资的问题上，焦点在于日工资标准如何确定。一旦确定了日工资标准，只需要将日工资乘以事假天数即可得到扣除金额。对于日工资标准，现在单位的两种常见做法具体请见：《请事假该怎么扣工资？》（原文地址：<http://arts.51job.com/arts/71/398844.html>）

Q：用哪些理由请假比较合适？

A：自己或家人身体不适最常用的请假理由，家中急事不得不请假也是人之常情，但你必须牢记自己请假的理由以免被拆穿。实在没有理由就说天气不好或者想要休息吧，如果上司打破砂锅问到底，上述理由是万用法宝。

Q：面试机会特别多，请假过频怎么办？

A：请假过频的你不能怪同事或领导用异样的眼光看你，需要从自身下手。是不是每个面试都需要参加？是否每个面试邀约都能有高成功率并且面试职位符合你的职业规划？既然你已选择了“骑驴找马”，那说明你已经有了了一定的工作经验，所以你就应该选择最适合、最有希望的职位去面试。

Action.2 如何避开跳槽陷阱



据前程无忧论坛（bbs.51job.com）所做的“跳槽陷阱”调查结果显示，职场人在跳槽时，遭遇最多的陷阱是“入职后公司给付的薪水低于面谈时答应薪水”；排在第二位的是“劳动合同有‘猫腻’”；第三位的是“入职后职位降低了”；第四位的则是“已经向旧东家辞职，但新公司却取消了 Offer”。可见，跳槽这件事，风险何其大。跳得好皆大欢喜，跳得人财两空则是欲哭无泪。那在跳槽前，如何做好防范工作，以降低“踩雷”的概率呢？

★ 读懂招聘信息

“高薪”：前程无忧论坛（bbs.51job.com）在网友中调查显示，8 成人跳槽是为了求得更好的薪水。但是，在招聘广告中，切忌看到“高薪”二字就激动得丧失判断力：明明是招聘无底薪的业务员，却声称“年薪可达 XX 万”；明明是一家自筹资金的合作制企业，却声称是“国内唯一的”、“国际知名的”等等。记住，天下没有免费的午餐，高薪势必会和经历、能力相匹配。

“高职”：对于一些有职业规划的人来说，多半会对自己的职位进阶有一定要求。当你看到一个不错的职位，那也要保持冷静的头脑去求证真假。一家公司能有几个高管类职位？公司的职位架构通常是金子塔型的，管理层职位在，普通型职位在下，越往上职位的数量也就越少，如果一家公司大量招聘管理层职位，那其跳槽风险势必就大大提升。

“核心部门”：可能你厌倦了“边缘部门”的被忽视感，因此，你极其渴望跳进一家公司的核心业务部门。如果一家公司有两个以上的核心部门都在大量招人，那你得多留个心眼了：公司有没有新业务扩展？公司本身发展处于什么阶段？核心部门偶有一两个职位空缺，这很平常，如果是一批一批地招人，那你就要判断一下其中缘由了。

★ 让 Offer 具有法律效力

对于很多“骑驴找马”的人来说，最痛苦的莫过于和旧东家说“Bye”却被新东家“放鸽子”，硬生生地被贴上了“裸辞”标签。那 offer 到底具有法律效力吗？若还没入职就真的没有办法维护自己的权益了吗？

为了让自己有保障，你应尽量要求公司发送纸质 offer；如果公司没有纸质 offer，你可以要求公司发送电子邮件，留下白纸黑字总比开空头支票来得放心一些；尤其建议你使用较知名的公开注册的邮箱接收电子邮件，这样比较有公信力。如果对方不愿意，你可以要求对方改日再打个电话确认 offer，然后你可以做好录音的准备，总之，留下证据很重要！当然，证据链还是大有讲究，前程无忧（www.51job.com）职场专家提醒大家：

公司的 offer 是有法律效力的要约，即向应聘者发出的签订劳动合同的请求。《中华人民共和国合同法》规定，受要约人有理由认为要约是不可撤销的，并已经为履行合同作了准备工作的，要约不得撤销。应聘者为了实现订立劳动合同的目的，已经辞去了原先的职务，即已经为履行劳动合同作了准备工作。这份要约公司已经不能撤销了。如果要撤销，必须承担因此给应聘者带来的损失。

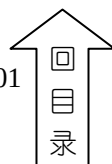
对于收到纸质 offer 的应聘者，要注意 offer 上是否有有权人的签字或公司盖章。若只是一张简单打印的纸，则可能出现无法得到认可的情况。如果公司提供的 offer 上没有明确入职时间，建议应聘者与公司确认入职时间后再辞职，因为没有明确时间的 offer 在法律上是可撤销的。



特别推荐：

【分享】晒晒你见过的最奇葩的请假原因 <http://bbs.51job.com/topic.php?tid=254567>

【攻略】上班时间，接到电话面试要求，你会怎么处理？ <http://bbs.51job.com/topic.php?tid=196201>



Action.3 “骑驴找马”被上司发现了，怎么办？



“想跳槽，是该‘裸辞’还是‘骑驴找马’？”根据前程无忧论坛（bbs.51job.com）的调查数据显示，有近 70% 的受访者认为跳槽时应选择“骑驴找马”，可万一你在“骑驴找马”时被上司发现你的跳槽动机，该怎么办呢？



员工这样说：

淡定哥：平常心对待，当作啥事都没发生，一如既往地上班找工作！

网友“骑猪过马路”：如果员工在“骑驴找马”时被上司发现，装作没事样照常上班咯。兴许上司哪天找到好工作后也跑了呢。作为上司，用不着像局外人一样地唱高调。

网友“hyh97267”：当然是找到好工作再辞职，没什么可顾虑的，现在这个社会人才流动已经是家常便饭了。

知趣哥：既然都被发现了，还是早点走吧，省得被人“穿小鞋”！

网友“幸福糖糖”：一旦被领导发现你在“骑驴找马”就要尽快提出离职，省得领导给你“穿小鞋”！前提是你已经决定了要离开这家公司。

网友“红妆”：我就被上司发现“骑驴找马”了，人事部的经理找我谈话，最终的结果就是公司对我的态度有所转变，而且开始招新人接替我，所以我想要快点辞职走人。



上司这样说：

腹黑君：因人而异，在乎的人挽留，不在乎的人随他去吧！

网友“碧粉 C 己”：我会找合适的机会，聊起这个话题，看看员工对公司的看法，也说说自己对这些问题的看法！当然，一般没那么容易套出员工的真心话，所以在适当的时候就把自己的怀疑说出来，看员工怎么反应！以上的情况是建立在我对此员工比较在意的前提下。如果这位员工本来就是“留着可以，走之无碍”，那就让他自生自灭吧！

仁爱君：沟通中了解其辞职原因并给出建议

网友“不是公主”：我会与之沟通，确认他的离职是由于公司原因还是个人原因，分析他的职业规划并给出意见。就算他离职后，我们依然是朋友。

网友“碧落黄泉”：找他心平气和地谈一次，询问离职原因。在对此人为人和人品认可的条件下，如果其离职是我不能解决的问题，给出建议，祝他前途顺利；如果是我的能力范围内能解决的事，尽可能地挽回他，并对自己的管理工作进行改进。要知道，招人成本很可能大于留人成本。



前程无忧职场专家建议：

职场人在“骑驴找马”前可以先分析自身职业情况，是否真的非跳槽不可？列出跳槽原因，这些原因是否能说服自己？判断自己是否该跳槽可参考《8个征兆说明你应该跳槽了》（原文地址：<http://arts.51job.com/arts/05/396810.html>）。

如果确定自己要跳槽，事先就需要做好各种准备：

- 虽然选择了“骑驴找马”这种保险的跳槽方式，但是你还是要检查一下自己是否存够了“裸辞”的本钱（详情参考《你存够了“裸辞”的本钱了吗？》<http://arts.51job.com/arts/05/390156.html>）。万一你的老板看出你想跳槽，就开始给你“穿小鞋”，或者找借口辞掉你，那么你也得做好走人的准备。
- “骑驴找马”被上司发现，个人可以主动找合适的机会和上司进行必要的沟通。针对自己目前的职业困惑或跳槽计划，可以向上司求教或者寻求帮助。如果非跳不可，可以和上司一起制定合理的工作和面试的安排。如果上司极力挽留，不妨重新审视自己跳槽的必要性。
- 在“骑驴找马”的时候，千万不能怠慢现有的工作，“马”没有找到，还请善待“驴”，别到最后“丢驴失马”，弄得自己两手空空。

最后，“骑驴找马”时的七大难题，供你参考：《破解“骑驴找马”时的七大难题》（原文地址：<http://arts.51job.com/arts/05/390732.html>）

Action.4 跳槽时遭遇上司挽留怎么办



“当发现下属想跳槽，上司会怎么做？”在前程无忧论坛（bbs.51job.com）上，绝大多数网友都表示上司会去了解原因并进行适当的挽留。或许对于上司来说，留一个老人的成本要比找一个合适的新人更低。那么，作为想跳槽的你，该如何应对上司的挽留呢？是“盛情难却”，还是“绝情分手”？



前程无忧专家支招：是去是留，要视情况而定

是去是留并不是一个简单的选择，它也不是一个非此即彼的问题。如果遇到上司挽留的情况，请确认以下两个问题：

？ 促使你跳槽的问题已经解决了吗？

想清楚当初为什么走，就会明白现在该不该留下。当初你跳槽的原因是什么，比如你是因为薪水、岗位问题而跳槽，现在上司如果能承诺你加薪晋升，那么促使你跳槽的问题已经解决了，你可以考虑留下。倘若你是因为公司发展不佳、个人的职业发展受阻等原因跳槽，纵使留下来能够加

薪升职，可根本问题没有解决，之后你还会有跳槽的想法，既然如此折腾，还不如干脆早点走人。

？ 上司的承诺是不是“空头支票”？

当员工提出辞职时，上司都喜欢给员工“画大饼”，建立起美好的愿景。这时，我们自己心里要清楚，上司所说的加薪升职一类的承诺是不是“镜花水月”。如果上司一向言而无信，那就果断地离开；如果上司在你犹豫不决的时候已经有所行动，在促使你跳槽的根本问题已解决的前提下，便可以考虑留下。

在我们确定了跳槽想法以后，不要因为上司的一句甜言蜜语就兴奋不已，跳槽前一定要弄清楚自己因什么而跳槽，如果促使你跳槽的根本问题没解决，你的“绝情”就是对自己的前途负责。

Part.3 成功跳槽后



当你和新东家谈拢了薪资，拿了 offer，接下来就要和老东家告别了。不过完美离职也不是一件容易的事，职场人要努力做到完美离职：

Action.1 离职，你必须要知道的五大事项



据前程无忧（www.51job.com）曾做过的《完美离职》调查报告指出，职场人的离职原因中，“对薪资福利不满”高居第一位，超过半数的受访者表示自己的离职归根结底是因为“钱”。无论离职理由是因为“薪资”、“个人发展”、“工作环境”抑或是“人际关系”，有一个离职的要点千万别忘了——离职也要“完美”，走得既不让自己纠结，也能让前东家赞赏你的职业成熟度。

✓ No.1 主动离职须提前多少天通知单位？

30 天 / 3 天（试用期）：根据《劳动合同法》第三十七条规定：“劳动者提前三十日以书面形式通知用人单位，可以解除劳动合同。劳动者在试用期内提前三日通知用人单位，可以解除劳动合同。”

注意：员工提前 30 天提出离职，用人单位不得扣押员工的离职申请，或者不批准员工的离职申请。但员工在主张自己的权利时，也需要证明自己确实提出过离职申请，比如留存领导的签收或者快递回单、邮寄信件回单等等。证据全的，满 30 天后，员工就有权办理离职；公司逾期未办理的，需要赔偿因此给员工造成的损失。

无须提前通知的情况：依据《劳动合同法》第三十八条规定：“用人单位有下列情形之一的，劳动者可以解除劳动合同：

（一）未按照劳动合同约定提供劳动保护或者劳动条件的；

- (二) 未及时足额支付劳动报酬的；
- (三) 未依法为劳动者缴纳社会保险费的；
- (四) 用人单位的规章制度违反法律、法规的规定，损害劳动者权益的；
- (五) 因本法第二十六条第一款规定的情形致使劳动合同无效的；
- (六) 法律、行政法规规定劳动者可以解除劳动合同的其他情形。

用人单位以暴力、威胁或者非法限制人身自由的手段强迫劳动者劳动的，或者用人单位违章指挥、强令冒险作业危及劳动者人身安全的，劳动者可以立即解除劳动合同，不需事先告知用人单位。”

注意：劳动者因单位过错提出解除时，要注意最好在辞职通知中列出单位的过错内容，否则很可能会被认为是第三十七条的解除。

✓ No.2 离职“金钱纠纷”快速问答通道

培训费

问：公司曾出资给予过我培训，并且签过培训协议，在我离职后，要把这笔培训费用还给公司吗？

答：如劳动者与公司订有培训协议，约定服务期和违约金，离职时应赔偿公司，但违约金的数额最高不得超过公司实际提供的培训费用。

依据：《劳动合同法》第二十二条规定：“用人单位为劳动者提供专项培训费用，对其进行专业技术培训的，可以与该劳动者订立协议，约定服务期。

劳动者违反服务期约定的，应当按照约定向用人单位支付违约金。违约金的数额不得超过用人单位提供的培训费用。用人单位要求劳动者支付的违约金不得超过服务期尚未履行部分所应分摊的培训费用。

竞业禁止违约责任

问：我与公司签过竞业禁止协议，现在我向公司提出辞职，公司却反要我赔偿违约金，并且告知我以后再也不能进入同行业工作。请问公司可以这样做吗？

答：如公司并未在竞业限制期限内给予你经济补偿，那你就无需赔偿公司所谓的违约金。并且，竞业限制的期限不得超过二年。

依据：《劳动合同法》第二十三条：“用人单位与劳动者可以在劳动合同中约定保守用人单位的商业秘密和与知识产权相关的保密事项。对负有保密义务的劳动者，用人单位可以在劳动合同或者保密协议中与劳动者约定竞业限制条款，并约定在解除或者终止劳动合同后，在竞业限制期限内按月给予劳动者经济补偿。劳动者违反竞业限制约定的，应当按照约定向用人单位支付违约金。

第二十四条：“……在解除或者终止劳动合同后，前款规定的人员到与本单位生产或者经营同类产品、从事同类业务的有竞争关系的其他用人单位，或者自己开业生产或者经营同类产品、从事同

类业务的竞业限制期限，不得超过二年。”

奖金问题

问：如果我在公司发放年终奖之前离职了，公司有权不发我年终奖吗？

答：如果雇佣双方的劳动合同或企业的规章制度上明确有年终奖，而且明确了年终奖对应的年度，员工在做满了这个年度之后离职，应当有年终奖。有些企业没有年终奖，但是会针对季度或者年度有其他奖励，比如根据绩效考核情况发放一定的奖励，其性质与年终奖有所差异，不能简单地认为是年终奖，这要视具体情况作具体分析。

补充福利

问：我离职了，公司要求我把补充公积金、补充医疗保险用现金形式偿还给公司，请问这样做合法吗？

答：补充公积金、补充医疗保险、分房、培训等都不是国家强制要求单位给予职工的福利待遇。企业给予员工这些待遇，是企业自己可以决定的。为了留住人才，给予这些待遇，企业可以设置一些条件，只要不违反法律强制规定即可。不过，如果要求员工在离职时退回已给出的待遇，企业应当与员工有明确的约定，或者内部有合法有效的规章制度才行。

带薪年假

问：我10月份离职，但已经把全年的带薪年假都休完了，公司要求我把多休的年假折算成钱“还出来”，请问这样做合法吗？年休假又该按什么比例折成工资呢？

答：带薪年假分为两种，一种是国家规定的带薪年假，另一种是企业在国家规定的年休假之外，额外给予员工的年休假。前者有法律强制性，后者则有企业自主性。对前者法律有明确的规定，如果一位员工离职时，把不属于自己应休的年假给休了，企业无权要求员工退还给企业，同样员工也不需折钱还给企业。对于后者，企业则可以根据与员工的劳动合同约定，或自己的规章制度来决定如何做。如果有明确约定或规定要求员工退还年休假给企业的，员工需按照约定或规定执行。

医疗理赔

问：我所在的企业给员工购买了商业医疗保险，我在离职时有一笔4000多元的医药费还没有报销完成，但这笔费用的发生是我在职时，请问我有没有权利要求公司报销这笔费用呢？

答：商业保险是由商业保险公司理赔的，在职期间发生的医疗费用，你只需要根据商业保险公司的要求提供材料，就可以获得理赔，与公司无关。你已经提交了理赔材料，保险公司审核属于理赔范围的，就应该给你理赔金额。

✓ No.3 离职证明包含哪些要素？

离职证明包含的要素：劳动合同期限、解除或者终止劳动合同的日期、工作岗位、工作年限。

如该市对本城市户籍的劳动者采取劳动手册管理，在劳动者离职时，用人单位应该在劳动手册上做好用工记载，并开具退工单，这里的退工单实际上就是离职证明的一种。

外省市户籍的劳动者因没有劳动手册，所以离职时，只需要开具离职证明即可，格式根据《劳动合同法实施条例》的要求，应该记载劳动合同期限、解除或者终止劳动合同的日期、工作岗位、在本单位的工作年限。

社保和公积金的转移：

社保同城转移：社会保险（包括医疗保险）同城转移相对比较简单。用人单位在为离职员工交完最后一个月社会保险后，一定会办理转出，否则单位将多缴社保，造成自己损失。新单位在社保转出后办理转入即可。这些操作在社会保险网上即可完成。由于社会保险是下月交上月，所以刚离职的员工不要太着急社保转入的事宜，可能上家单位还需要为你缴纳社保从而无法立即转出。具体何时可以转入最好和上家单位的人事确认下大致时间，做到心里有数。

社保异地转移：对于离职后离开当地工作的员工来说，会面临社会保险不能取现，只能异地转移的问题。所以，等到员工在新的城市开始缴纳社会保险后，可以去当地区县区的社保中心办理社会保险转移手续。

有些离职后立即要离开当地的员工会面临一个困难：比如，上海的社会保险是在下一个月缴纳上一个月的费用，所以在员工离职时，往往还有一个月的社会保险要缴纳，此时不能办理社会保险转移手续，需要过一到两个月才能办理。如果遇见这种窘境，建议员工暂时先不要急着办理转移。因为一来办理没有截至时间，未来有大把时间可以办理，二来即使办理好转移手续，员工在新城市不退休，享受的社会保险待遇也没有很明显的差别，三来国家已在着手解决各省市之间社会保险信息查询的问题，也许在若干年后，办理手续可以简化，根本不需要到转出地就可以办理。

公积金转移：住房公积金的转移就相对比较复杂。因为住房公积金有个人账号，所以首先，员工要清楚自己的个人账号。查询的方式有两种：一是问上家单位的人事，二是带好本人身份证件去各区县公积金运用中心查询。员工在离职时最好事先询问好人事部门自己的公积金账号。

其次，公积金涉及转移账号。如果离职员工很快要到新单位，最好将新单位的名称和单位公积金账号留给上家单位的人事，让他们缴完最后一个月公积金后，直接将账号转入新单位。员工还要及时关心自己的账号转移情况，一旦转到了新单位，要通知新单位的人事，及时开始正常缴纳。

由于住房公积金的主要功能是买房贷款，而公积金贷款又有最近六个月正常缴纳的要求。所以如果要在六个月内买房的员工，最好能谨慎跳槽。如果一定要跳，必须监督上家单位的账号转出，以及新单位及时开缴。否则一旦有一个月是补缴，就要重新计算正常缴纳期限，贷款时将进行繁琐的复议工作，费时费力。

如离开本地，去外地工作，员工可以去各区县运用中心办理住房公积金的销户及提取余额的事务，相对来说比较简单。

✓ No.4 签订 offer 时要注意的问题

《劳动合同法》中对于劳动合同签署前的缔约义务没有规定，按照《中华人民共和国合同法》来处理。所谓 offer，其本质是一个要约。《合同法》第十四条明确，要约是希望和他人订立合同的意思表示。公司向应聘者发出 offer，意思就是希望与应聘者订立劳动合同。

纸质 offer 是最可靠的形式。当然，纸质 offer 的要求不能仅仅只对双方确认的合同期限、工资待遇等信息进行落字确认，还应当有可靠的盖章或者签字。如果有公司盖章最好，如果仅是签字，你则需要确认签字人的身份是否可以代表这家公司。

对于盖章和签字的真实性也需要做好确认。如果不太确定的话，你可以保留公司发出的快递或邮寄信封的外壳，佐证这份资料是应聘公司发出的。

电子邮件的特点是方便快捷。但它容易被修改，其真实性在仲裁诉讼时容易得到对方的质疑。为了避免这个问题，首先建议你在接收电子邮件通知时，要求对方使用公司邮箱发出。这个公司邮箱必须使用带有公司网址后缀。如果是非公司邮箱发出的通知，则很难说明这个邮箱是代表这家公司的。其次，你自己接收通知的邮箱最好是新浪、网易这样的第三方邮箱服务提供商。因为第三方邮箱服务提供商的系统是个人无法更改的。你可以使用这样的特点来证明自己的证据是真实有效的。

《合同法》第十九条规定：“有下列情形之一的，要约不得撤销：（一）要约人确定了承诺期限或者以其他形式明示要约不可撤销；（二）受要约人有理由认为要约是不可撤销的，并已经为履行合同作了准备工作。”

《合同法》第四十二条规定：“当事人在订立合同过程中有下列情形之一，给对方造成损失的，应当承担损害赔偿责任：（一）假借订立合同，恶意进行磋商；（二）故意隐瞒与订立合同有关的重要事实或者提供虚假情况；（三）有其他违背诚实信用原则的行为。”

✓ No.5 签订新的劳动合同注意事项

注意：空白（留白）的劳动合同无效；无雇佣双方的签字盖章的劳动合同无效；劳动合同须一式两份，一份给单位留档，一份供个人保存。

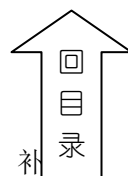
劳动合同需要经用工双方签字盖章方可生效。但是无论用人单位还是员工，都必须当心未签字盖章的劳动合同在对方手中是否就可以变成已签字盖章。举例来说，有些员工在入职时签了劳动合同，但是单位没有盖章。他以为不算签署。但是单位拿了自己那份后，随时随地可以盖章。即使员工本人那份始终没有单位盖章，也不影响合同在单位手上生效。

《劳动合同法》第十六条规定，劳动合同文本由用人单位和劳动者各执一份。所以用人单位应该做好劳动合同交付的签收手续。

签订劳动合同必备的条款：《劳动合同法》第十七条规定：“劳动合同应当具备以下条款：

- （一）用人单位的名称、住所和法定代表人或者主要负责人；
- （二）劳动者的姓名、住址和居民身份证或者其他有效身份证件号码；
- （三）劳动合同期限；
- （四）工作内容和工作地点；
- （五）工作时间和休息休假；
- （六）劳动报酬；
- （七）社会保险；
- （八）劳动保护、劳动条件和职业危害防护；
- （九）法律、法规规定应当纳入劳动合同的其他事项。

劳动合同除前款规定的必备条款外，用人单位与劳动者可以约定试用期、培训、保守秘密、补充保险和福利待遇等其他事项。”



工作地点可以随意写吗？

问：劳动合同上的工作地点可以空白，或者写“中国大陆”吗？

答：《劳动合同法》规定，劳动合同中必须约定工作地点。这一规定的目的是明确双方的劳动关系履行地，避免双方对工作地点的理解不一致所产生的矛盾。劳动合同上约定的工作地点是中国大陆，这是不明确的约定方式。遇见这种情况，可以以实际履行合同的地点为你的工作地点。如公司要调动员工的工作地点，属于变更劳动合同，应该得到员工的同意。

没有拿到劳动合同原件怎么办？

问：我与公司签下的劳动合同既没有法人签名，也没有盖公章，只有当时所属上司的签名，最糟糕的是签下后，公司也没有给我一份合同原件，我目前只有一份复印件，我该怎么确立和公司的事实劳动关系？

答：通常情况下，认定劳动关系，劳动合同是最最重要的一个依据。劳动合同是公司与企业双方盖章签字的法律文书，等于双方认可互为劳动合同权利义务主体。

劳动和社会保障部 2005 年发布的《关于确立劳动关系有关事项的通知》中规定：没有劳动合同的前提下，只要有以下三种情况的，则员工与这家公司存在劳动关系：

- （一）用人单位和劳动者符合法律、法规规定的主体资格；
- （二）用人单位依法制定的各项劳动规章制度适用于劳动者，劳动者受用人单位的劳动管理，从事用人单位安排的有报酬的劳动；
- （三）劳动者提供的劳动是用人单位业务的组成部分。

一般来说，实践中最有效的是依据业务来判断。你可以将你工作中的一些资料作为证据，证明你在为这家单位提供劳动。比如：业务合同、采购合同、名片等等。



Action.2 跳槽槽——四招助你“逆袭”！



发现自己跳错了槽，该怎么补救呢？早前，前程无忧论坛（bbs.51job.com）就此问题曾做过一项调查，结果显示，有 36.93% 的受访者会选择“不跳，让自己慢慢适应新环境”；31.86% 的受访者会“立马再跳到其他单位”；27.45% 的受访者会“熬过了试用期再作打算”，剩下还有 3.76% 的受访者会选择“吃回头草”。上述这四种“主流”的补救方法到底都靠不靠谱呢？它们又有哪些利弊呢？以下，请听前程无忧（www.51job.com）为你一一分析！

？ 真的跳错了吗？先听听各方的意见

“跳槽有风险，入职需谨慎”。跳槽是个很个性化的决定，所以每个职场人都得做好准备，去承担跳槽后的相应风险和责任。相较于很多人跳槽不成功后立马再跳，选择慢慢适应新环境的做法相对更理性点些。进入新单位后，要保有成熟的职业度，并努力让局面向着有利于自己也有利于新东家的方向发展。很多时候，是不是跳错槽，全凭你的主观判断，但是，你又怎么知道自己不是过早、过于片面地就下了结论呢？所以，当你自感跳槽不成功时，不妨多听听其他人的意见，特别是来自家人、亲友以及新领导和新同事的意见。

当然，如果你觉得自己跳错了槽，是因为发现新东家存在着严重侵害劳动者权益的违法违纪行为，那就另当别论了。在维护个人权益的同时，还是要吸取教训，重新出发，来前程无忧（www.51job.com）找工作吧！

？ 再跳槽？别有负罪感，但也别成“跳蚤”！

跳错槽后，立马再跳槽，可能是最简单的应对办法，但同样也是最危险的。不少人会觉得在试用期内办离职手续更方便，自己想调转方向也就更容易，于是就毅然地“裸辞”了。俗话说人往高处走，“裸辞”本也没有错，不用有负罪感，但光有魄力，是远远不能让你遇见满意的工作的。你不妨扪心自问下，到底是自己没有找对跳槽的方向，还是你压根不知道自己要找什么样的工作呢？如果答案是前者，你就去分析下自己的处境，看看自己离理想中的工作岗位还有多远；如果答案是后者，那你就更得三思而后行了。

前程无忧论坛（bbs.51job.com）做了一项“2012 年，你换了几份工作”的调查，结果显示，有近 20% 的受访网友在一年里换了 3 份及更多的工作，有网友很“时髦”地感叹道：“累了，感觉自己不会再爱了，但，还得再跳……”前程无忧（www.51job.com）提醒各位珍惜每一份到手的工作，别成为职场“跳蚤”，让自己的职业生涯耗费在一次次的盲目跳槽中。

！ 至少熬过试用期，或能寻到内部跳槽机会

如果你真要再跳槽，也最好等熬过了试用期之后再行动。因为在试用期内，与其冒着两头落空的危险去找另一份工作，你还不如用心做好手头上的工作，积极地在现有状态中寻找突破的机会。

就像前文所说的，刚刚踏上新岗位没几天，就立即断定这份工作不适合自己的，未免有些轻率。因此，前程无忧（www.51job.com）建议你，不妨就利用试用期的这段时期找到更适合自己的定位，为自己再次起航做好充分准备。如果你实在觉得新工作岗位不称心，也可以试着打探在新东家是否有内部跳槽的机会。这样你不仅不用再请假面试，而且还可以免去一段试用期。

！ “吃回头草”？放下面子，但需保持谨慎

“好马不吃回头草”是指一群马在草地上争着吃草，只有竞争能力弱、抢不过别的马的马才会去吃回头草。所以在中国人的思维定势里，“吃回头草”包含两层意思：一是没有面子，早知今日，何必当初；二是才能有限，难以出众。

不过根据前程无忧（www.51job.com）早先发布的《职场回头草调查报告》（原文请见：<http://arts.51job.com/arts/05/291618.html>），47.86%的职场人愿意“吃回头草”，理由很简单：“如果回去后会过得比现在还好，为何不回呢？”而根据前程无忧人力资源调研中心在2012年10月发布的《2012 企业离职员工回聘调研报告》，有78.5%的企业表示会回聘离职员工。在前程无忧论坛（bbs.51job.com）做的相关调查里，也有不少做HR的网友表示自己所在的公司愿意回聘“因个人原因”而离职的员工。

综上调查数据，我们发现部分企业对于回聘员工保持开放的心态，而“吃回头草”的现象也早已不再稀奇。如果你真的念起了旧情，不如放下面子，向前东家探一探“吃回头草”的可能性。当然，要吃到回头草，仍需保持谨慎，以免造成自己草没吃成，反而弄折了脖子的悲剧……



前程无忧专家支招：吃回头草的五大秘籍

- 老东家是否符合你的职业目标？这依然是最核心的判断标准。在作决定前，你可以向老同事们打听，在你离职后公司和部门发生了哪些会直接影响你工作的调整。
- 看旧东家的公司文化是否能包容“吃回头草”的行为。相对来说，欧美公司比亚洲公司容易接受“吃回头草”。
- 能不能吃到回头草，与公司所处的行业也有很大关系。譬如一些建筑业、IT行业的公司会根据项目安排招聘人员，一旦项目结束，员工的合同就终止了。再有项目，又得重新签订新的项目合同。
- 摸清你的直属领导是如何看待“吃回头草”的现象。这将直接决定着你能否成功地吃到回头草。
- 了解下公司以往“吃回头草”的员工的境遇。



结 语

亲爱的前程无忧用户，感谢您阅读“无忧系列求职工具手册”之《2013，跳槽全攻略》。本期手册所涉及的“跳槽”应对绝招由前程无忧网络编辑部倾力呈现；文章涉及的劳动法内容由前程无忧特约劳动法专家苗其巍智慧提供；手册中的漫画部分则感谢《哞哞牛励志漫画》作者阿九的友情支持。

勉强在一起是不会幸福的，
偶跳槽喽！

在本手册的末尾部分，我们想提醒各位求职者在跳槽过程中，要注意融会变通，结合自身的实际情况，灵活使用各种手册中的各种“招数”。

最后，前程无忧网络编辑部望各路英豪勤学苦练，以求在这个求职季华丽转身！



无忧系列求职工具手册：

【手册下载】《无忧求职工具手册》系列，6册下载汇总 <http://bbs.51job.com/topic.php?tid=237861>



无忧求职必备攻略：

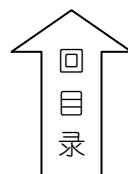
【简历制作】http://arts.51job.com/cls/class_050101.html

【面试技巧】http://arts.51job.com/cls/class_050102.html

【跳槽秘诀】http://arts.51job.com/cls/class_050103.html

【谈薪战术】http://arts.51job.com/cls/class_050107.html

前程无忧网络编辑部
2013年3月



关于我们

前程无忧

“前程无忧”（Nasdaq: JOBS）是国内第一个集多种媒介资源优势的专业人力资源服务机构。它集合了传统媒体、网络媒体及先进的信息技术，加上一支经验丰富的专业顾问队伍，提供包括招聘猎头、培训测评和人事外包在内的全方位专业人力资源服务，现在全国 25 个城市设有服务机构。

2004 年 9 月，前程无忧成为首个、也是目前唯一在美国纳斯达克上市的中国人力资源服务企业，是中国最具影响力的人力资源服务供应商。

招聘猎头 Recruitment Solutions



前程招聘专版



无忧工作网



专业猎头服务



校园招聘

“网才”招聘
管理平台

培训测评 Training & Assessment



无忧培训



无忧体验培训

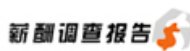


人力资本论坛

人事外包和咨询 HR Outsourcing & Consulting



人事外包服务



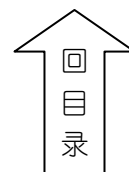
薪酬调查报告



人力资源调研中心

中国最佳人力资源
典范企业评选

人才招聘：服务热线 400-886-0051

个人求职：<http://www.51job.com> 或垂询 400-820-5100, 800-820-5100

前程无忧网络编辑部

前程无忧网络编辑部专注于为个人提供最优质的职场资讯，包括求职攻略、职场话题、行业分析、劳动法等各方面专业的职场内容。

除此之外，前程无忧网络编辑部还在网站和手机终端等渠道立体化地输出职场资讯，为个人打造富有价值的内容。自运营以来，赢得了无数用户的认可及好评。

更多信息，请浏览：

前程无忧职场资讯：http://www.51job.com/default_res.php

前程无忧论坛：<http://bbs.51job.com/>

手机求职 3g 版：3g.51job.com

手机求职触屏版：m.51job.com

微博火热互动中！

