



人到中年,怎样“破局”开启第二人生

35岁↑的 逆行人生

“人生就像一场马拉松,有时逆风而行,才更能体会奔跑的意义。”这是近期上映的电影《逆行人生》中,主人公高志垒的心声。影片中的他,人至中年却失去工作,为了家庭重新定义自己,最终冲破人生低谷。

然而更多观众被击中的,或许是“中年失业”这个话题。如今,随着传统行业的转型升级、新领域的更迭换代、产业结构的调整……越来越多的因素,让“35岁+”的职场人,日渐担忧被“优化”的风险。

如何面对人生这场“风暴”,怎样“破局”开启第二人生? 他们的经历,或许对你我,皆有启迪。



崔雨直言,游戏行业主要面向年轻人,那段时间她焦虑得不行。最终,两口子几乎把所有积蓄都拿出来,入股了培训机构。

“买完股权后,卡里就剩3000多元,每个月家里还有5000多元贷款要还,就指着我和丈夫的工资收入维持。在年底培训机构第一次分红前,一瓶水都不敢乱买。”崔雨说,最困难的时候,女儿的英语培训费都是找父母借来的。

除了刚开始的艰难,维持运营也是压在心里的一块大石头。本钱投进去了,收不回来是未知数。“周边新的生源越来越少,盈利就越来越少。”崔雨说,今年以来,为节约人力成本,她和合伙人轮流顶上前台工作,合伙人上白班,她上晚班,孩子晚上就在店里做作业。有时周末,崔雨还要参加店里的推广活动,但每月能省下来近5000元的开支,给店里缓解了不少压力。

工作日上班,休息日创业,朋友们都说崔雨“肝”。崔雨自己却不觉得,“焦虑不如未雨绸缪,干就完事儿了。”崔雨相信,命运不会亏待勤奋努力的人。

“35岁前是人力资源,35岁后是人力成本。”从事人力资源服务业已经十余年的刘瑜坦言,“35岁现象”在部分行业中,的确存在。

“信息传输、软件和信息技术服务业,文化和娱乐业,科学研究和技术服务业,以及金融业,是35岁以下就业人口占比最大的。”刘瑜说,其背后是这些产业对劳动力提出了更新的要求——体力、心力、学习迭代能力,这些让年轻人成为更合适的劳动力。

“破局”是这些行业的中年劳动者们不得不面对的现象,但并非无解。刘瑜认为,从人力资源的角度出发,不同的年龄,有不同响应的岗位可以尝试转

型,比如服务行业。

提及电影《逆行人生》中,主人公从城市精英到外卖小哥,也是从互联网行业到服务业的转型。对此,刘瑜有不同的观点:“服务行业有很多,并不是只有送外卖和跑专车。”

3 精准找“节奏” 不惰不馁方能“破局”

采访最后,刘瑜向记者引荐了刘秦,“这是一个很好的转型案例。”

两年前,刘秦曾在银行柜台上上班,拿着年薪近10万的工资。现在,她是一位在各社区养老服务中心教课的花艺老师。

不同于其他人“被优化”,当时恰逢银行下发通知,划定了几个部门,对有离职意向的员工进行统一的劳动赔偿。刘秦主动提出离职,拿到相应赔偿。那时她39岁,是母亲、妻子、女儿。

“空窗期”很难熬,经济压力大,最难的时候,给孩子买件一百多元的衣服都要用花呗分三期还。“每天睁眼闭眼,想的都是‘钱钱钱’。”刘瑜说,丈夫的收入也是几千元的工薪阶层,车贷还没还完,两个孩子的开销也大。“父母看不下去,伸手帮了点,小家才喘了口气。”刘秦说,这笔钱迟早得给他们还上。

刘秦原以为,凭借在银行16年的工作经验,找个金融行业的工作不成问题,但现实给了她重重一击:各岗位不是有年龄限制,就是职务太低。

看着刘秦情绪低落,想到她平时喜欢花草,家人为她报名了花艺交流沙龙。正是在这次聚会上,刘秦忽然萌生了让爱好变成工作的想法。

由于以前纯属兴趣,刘秦便报名参加学习职业培训学校的花艺课程。有了一定基础后,她又前往上海、深圳、成都等地,花了近一年时间学习花艺理念、手法和美学,总算能达到了上岗要求。

花艺师要么进入会展婚庆等行业,要么自己创业,这都不是刘秦希望的生活。这时,她76岁的母亲提出,去社区养老院教老年人花艺。

“课时费不高,但课后老人们有聚会、出游等需求,我就陪着一起出去采风插花,感受自然,帮老人们留下影片,让他们带回鲜花,我也有了收入,他们也高兴。”刘秦说,据她所知,同一批离职的同事里,也有去做咖啡师、育婴师的。

“多一个技能傍身总没错,还能根据自己兴趣去转型。”刘秦说,把兴趣融入工作,虽然收入可能没有以前稳定,但精神上却“富足”。

和刘秦类似,今年35岁的袁海洋是一名中医康复理疗师。曾经他从事的是工程方面的项目预算,后因身体原因离职了。

“原本以为身体恢复后,能轻松找到一份和原来相当的工作,不料事与愿违。”从青春年少的意气风发到四处求职的茫然惶恐,袁海洋感觉失去了人生方向,身心俱疲。

一次偶然机会,袁海洋得知大渡口区康立中医康复职业培训学校正在招收学员,经过一番考量,他决定试一试。结业后,袁海洋经过一年实习,正式成为偏瘫康复治疗师。

“失业不可怕,重要的是以什么样的心态对待。每当看到卧床不起的患者,在我和同事的帮助下逐渐好转,甚至能够借助拐杖走路,帮助患者走出病痛折磨,觉得很有成就感。”袁海洋说,他很喜欢现在这份工作。

关于“破局”,从“技术”层面来说,刘瑜认为,老龄化相关需求正在催生许多新的职业。对老人的服务和尊重,心态经过岁月历练的人最能沉下心来,已经切身感受到衰老的人最能体谅。中年人对老年人的服务产业是一条可持续的道路。

从精神层面来说,每个人都会经历35岁,这是生命中必须面对的一站;每个人都不会只停留在35岁,因为生活正一路向前。“顺境不惰,逆境不馁”是演员万茜对《逆行人生》的感慨,也是成功“破局”的他们,为开启新人生,逆光向前的总结。

新重庆·华龙网记者 姜念月
受访者供图



1 高管被“优化” “坎”里也有新梦想

37岁的林秀(化名)本月初刚办完离职手续。对于“被优化”,她想得很透彻,“就算离开这个行业,我也可以在别的地方干得很好。”

一直以来,干练、漂亮、活泼是林秀的标签。在地产行业工作十余年,她以HR“出道”,一路“过关斩将”转型成为市场运营的高管,最高时年薪有60万元。

数不尽的加班、应酬、开会……作为部门骨干,林秀带项目团队,总是冲在最前面,但其实对于“被优化”,她早有预感。

“公司的情况你知道,你也做过HR,就直接谈赔偿吧。”从2022年开始,公司就陆续开始“优化”员工,起初林秀也忐忑过,但“这一刀”真的落下时,她心中并无太多愤怒和不甘,反而是伤感。她说:“因为喜欢这份工作,爱这个团队,在这里证明过我的价值,舍不得。”

“从被通知到真正离开,差不多用了两个月时间,我还是要给自己争取到一些应有的赔偿吧。”林秀的声音很温柔,但说出的话却显得果断,是职场女强人独当一面的风格。

相比起其他人“N(工作年限)+1”的赔偿,林秀凭借对HR行业 and 法律法规的了解,最终以“2N+1”的条件,与公司解约,合计20万元。对此,她自认算得上满意,但下一份工作还有没有这样的契合度?她不敢奢求。

林秀说,她不会像时下小年轻们,辞职后先旅行放松下,而是会立即开始规划未来。“虽然刚离职,但窗口期里我想通过之前积累的人脉和资源,迅速找到适合的岗位。至于还做不做地产,不一定。”

林秀坚信,是金子哪里都能发光。

相比起林秀的从容,已经“空窗”半年的周浩(化名)就没那么洒脱。此前,他在某传媒公司新媒体事业部做了5年总监,年入30万元左右。

“我今年40岁,工作没那么好找了。”从一开始投递简历选同等职级的岗位,到昨天投了某个小微企业的新媒体运营专员,周浩用了“妥协”这个词来概括。半年来,他投出近2000份简历,基本石沉大海。

每个月,一双儿女开销近4800元,家庭开支2500元,贷款3800元。虽然妻子有收入,但还要维持家里其他临时开支,这每月11100元的“硬”压力,成为周浩不断妥协的根本原因。

但对于离职赔偿,周浩心里的“坎”始终过不去,想走劳动仲裁,又觉得太耗精力。

“现在我投简历,也是走马观花,目前收入来源主要靠写外包软文和跑专车。”周浩说,开专车虽然累,但总归是体力活儿,回家后还有时间写稿增加收入。虽然辛苦,每月共计也有一万出头的进账,勉强能过得去。

虽然不稳定,但“精神的自由”让周浩称是“苦中作乐”。他说:“说不定离职也是个契机,让我有机会去做年轻时没有机会做的事。比如,写部小说。”周浩打趣,他连小说题材都想好了,现代职场玄幻背景。

2 中年遇“危机” 焦虑不如未雨绸缪

“重庆赛区决赛完美收官,宁夏总决赛不见不散。”崔雨(化名)有两部手机,其中一部手机的微信朋友圈,发布的全是与少儿音乐培训有关的信息。与人合伙开少儿音乐培训机构,是她的“副业”。

今年6月,崔雨刚过完39岁生日,在游戏公司摸爬滚打了近10年,月薪7000元左右。37岁时,她决定入股培训机构。“购买股份,算下来要30万元,不是笔小数目,一开始我很犹豫。”崔雨说,是上司被裁,让她下定决心入股,为自己“兜底”。

2023年夏天的一个周末,崔雨被微信群的消息“炸”醒:雷哥被裁了。

雷哥是崔雨进入游戏公司的师傅,也是部门领导,比她大4岁,负责品牌文案和营销。关于被裁现场有很多版本的“传说”,但都有一个细节:雷哥哭了。

雷哥之后,公司陆续有人被裁。“思维没有年轻人创新,绩效算出来不够的,就会被优化。”虽然是道听途说的消息,但崔雨却感觉可信度颇高。

“最简单的热门‘潮’词,我都听不懂也不知道。”