

# 毛文超放弃高薪下海创业:像上班一样平常

为了“下海”不仅放弃高薪还赔偿百万元,但毛文超觉得值

大年初一,海外购物攻略 APP“小红书”的 CEO 毛文超和他的 10 个小伙伴,终于可以松口气——他们的用户都已在“小红书”上查好攻略出行了,只待买好东西再上“小红书”分享心得。过去半年,毛文超和他的团队几乎都是一周 6 天、早晨 9 点到晚上 12 点,窝在复兴中路的一栋老公寓里不断研究用户数据、更新产品。“我的目标是把‘小红书’做成‘海外购物红宝书’,而过年是检验‘小红书’是否达标的大好时机。”毛文超对未来信心满满,他觉得,创业对年轻人来说应该就像上班一样平常。

## 挡不住的创业热情

毛文超去年 5 月辞职创业。2007 年,他从上海交大本科毕业后加入了全球排名前三的贝恩管理咨询公司,两年后加入了一家私募基金公司。为了创业,他放弃了私募公司的高薪,还赔偿了公司 100 万元。

“创业热情源于我的爱好。”毛文超最热衷的是旅游,一度还热衷写游记,毕业短短几年时间,他已经去过 20 多个国家。

“我发现出境游的中国人越来越多,而且不论是遥远的南美阿根廷还是冷门的旅游地阿拉斯加,都会看到激情购物的游客。”去年毛文超的父母要去美国,他为父母上网搜索购物攻略,发现旅游攻略很多,但海外旅游购物的攻略却几乎是真空状态。与此形成鲜明对比的是,2012 年中国人海外购物总金额达到 1000 亿美元。和北京大学毕业的好友瞿芳聊起这些事,两个人一拍即合,决定开始创业。他们窝在老公寓楼里摸索出了第一款购物攻略 APP“小红书”,上线了 8 个国家的购物信息,包括打折即时信息和购物小贴士,甚至包括化妆品的优惠套装信息。



放飞梦想

在随后的运营中他们发现,用户总是有更多的需求。即使拿标准品 iPhone5S 为例,除了知道在哪里买、价格多少,用户常常还想知道是否需要预约、是否限购、排队要多长时间……于是,去年 12 月他们又上线了第二款 APP“小红书购物笔记”,让“民间高手”一起完善信息。根据今年 1 月的统计,第二款产品在短短两个月中已经有了 10 多万用户,“和一些游戏一周有上百万的用户增加相比,这个数字还很有限,但已经达到了我们的预期。”毛文超说。

## 改变人生的是校园

毛文超的创业梦始于大学校园。在学校期间,他就参加了海外高校的交流和大学生的创业大赛,并且取得不错的成绩。在私募基金公司工作期间,公司还送他去斯坦福读 MBA

“斯坦福真是一个神奇的地方,当你看着那些在电视和书里的高科技创业大牛们就在你身边时,你会觉得创业就像你早晨出门去上班一样平常。”在斯坦福上学期间,其中有一门课“风险投资与创业”的老师是硅谷最著名的风险投资人,“他每次上课都会邀请一名业界的名人来讲,google 创始人谢尔盖·布林给我们讲了半个学期的课,eBay 的创始人皮埃尔·奥米迪亚也给我们讲了一周的课。听完课以后,你会发现他们的成功都不是偶然的,都有很多具体的操作和细节故事。”

斯坦福的神奇更在于身边的同学随时随地就变成了业界“牛人”。2012 年下半年,毛文超班级来了一个旁听的本科生埃文·斯皮格勒。“大家一起上课,一起讨论问题。结果时隔半年,到 2013 年 3 月,他就来给我们上课了,他的创业公司被 facebook 的扎克伯格看中,想出 8000 万美元收购,但是被他拒绝了。今年年初的财经新闻里,他的公司估值已经 30 亿美元。”他和一个同学聊天,得知她的男友是 google 的离职员工,正在硅谷创业,但没过几天,发现这离职员工就是 intergram 的创始人。

不久前,毛文超的创业团队获得了国内一家天使基金的投资,以及来自硅谷的风投的第一轮投资。他说:“我希望创业成功,能够给更多的年轻人支持,更希望有更多的年轻人加入创业队伍。” (姜澎)

# 职场人,你幸福吗

在当下高房价、高物价以及就业难的大背景下,80 后、90 后年轻一代背负着巨大的压力。作为职场上的年轻人,该如何平衡工作与生活的关系?如何调整心态、追求快乐工作?近日,中国社会科学院社会心理学研究中心与土豆网联合发布了《中国年轻人快乐心态报告》,报告展现了中国年轻人对于快乐的理解、认知和表达方式,并指出,在忙碌的职场之余,多与家人沟通,既能释放压力,也能给家人和自己带来更多快乐。

## 职场案例 物质条件好了 却没以前幸福

“在我看来,辛苦工作,努力挣钱都是为了家庭,能让父母、妻儿过上更好的日子才能让我更加快乐和满足。”赵硕说。

赵硕是一位 80 后,在一家外企从事市场工作。他觉得每天最开心的时候,就是回到家看到妻子和儿子的笑脸,和他们一起度过一个个温馨的夜晚,一天工作的劳累也随之烟消云散。

不过,有了孩子之后,赵硕也渐渐感受到了生活上的压力,在工作中也更加卖力。今年他被提拔为市场部主管,薪酬涨了很多,工作也更忙了。

“现在的加班明显比以前增加了,和家人在一起的时间更少了,经常是我回到家发现孩子都睡着了,与妻子的交流也越来越少。于是我感到很困惑,理论上我现在能够为家庭创造更好的物质条件,但我不像以前那样感到开心和幸福了。这时常让我感到很困扰,好像辛苦工作已经失去了它原有的意义,现在工作起来也不像以前那样积极了。”赵硕说。

## 【专家点评】 事业与家庭的平衡取决于职业价值观

对职场人的幸福来讲,家庭是基础。从家庭角度看,职场人应该多花时间去陪伴家人,照顾家人,让家人快乐。但是在职场中,要使事业和家庭保持在一个理想的平衡状态是很难的。事业与家庭的平衡基本是不现实的,很难都做得很好,这就要取决于职场人的职业价值观。如果是要成就一番事业,那天平注定是要偏向事业。如果以家庭为重,就要考虑选择压力不是很大、占用时间不是很长的工作,比如很多已婚女性会选择行政性的工作。

## 辞去百万年薪工作“陪孩子”

在北京某 IT 公司 HR 张超看来,现在

即使是职场上的年轻人也经常很忙碌,有些人工作地点离家很远,或者并不和家人住在一起,使得他们和家人呆在一起的时间很短。

“我们公司以前有一位副总,基本上每周都有三四天要出差,为了能有更多的时间陪伴和照顾家人,他放弃这份年薪百万的工作,去了一所规模相对较小的公司做高管,收入少了三四十万。他说现在的生活让他很满意,‘陪伴孩子成长最重要’。我想会有更多的人做出类似的选择。”张超说。

张超表示,有些公司会每周或者每月设立“家庭日”或者“亲子日”。公司会设立一个专门的活动场所,里面有各种玩具、礼品,员工可以和孩子进行亲子互动,增加员工和家人在一起的时间。

## 【专家点评】 企业应着眼于提高工作效率

可以说现在的企业在管理方面已经越来越人性化,但企业在平衡职场与家庭方面能做的不多。家庭日、亲子日都只不过是些小戏法。我觉得企业应该更多着眼于怎么把工作体系、工作流程、工作环境构建得更好,让员工提高工作效率,能够尽快把工作完成,下班、周末可以安心去过自己的生活。从这个角度做,企业才能够做得最有效。

## ■ 调查数据

什么对年轻人的快乐最重要?金钱?升职?可能都不是。调查显示,对年轻人快乐最重要的是“家庭和睦”(86.5%),接近六成的年轻人认为在家中感到愉悦/放松和轻松/平静的情绪。

而调查也显示,多半年轻人的家人并不认为物质能够让他们感到快乐,而是“聊天、表达情感、一起吃饭、一起做喜欢的事”会让自己感到快乐。

同时,中国的年轻人由于工作占据了大量时间,与家人相处、彼此交流、关怀的时间非常有限。本次调查显示,近一半年轻人每天与家人相处不足 2 个小时,每周交流不到一次的达到 32.4%,而 47.7%的年轻人都不能保证对家人的持续性关怀。

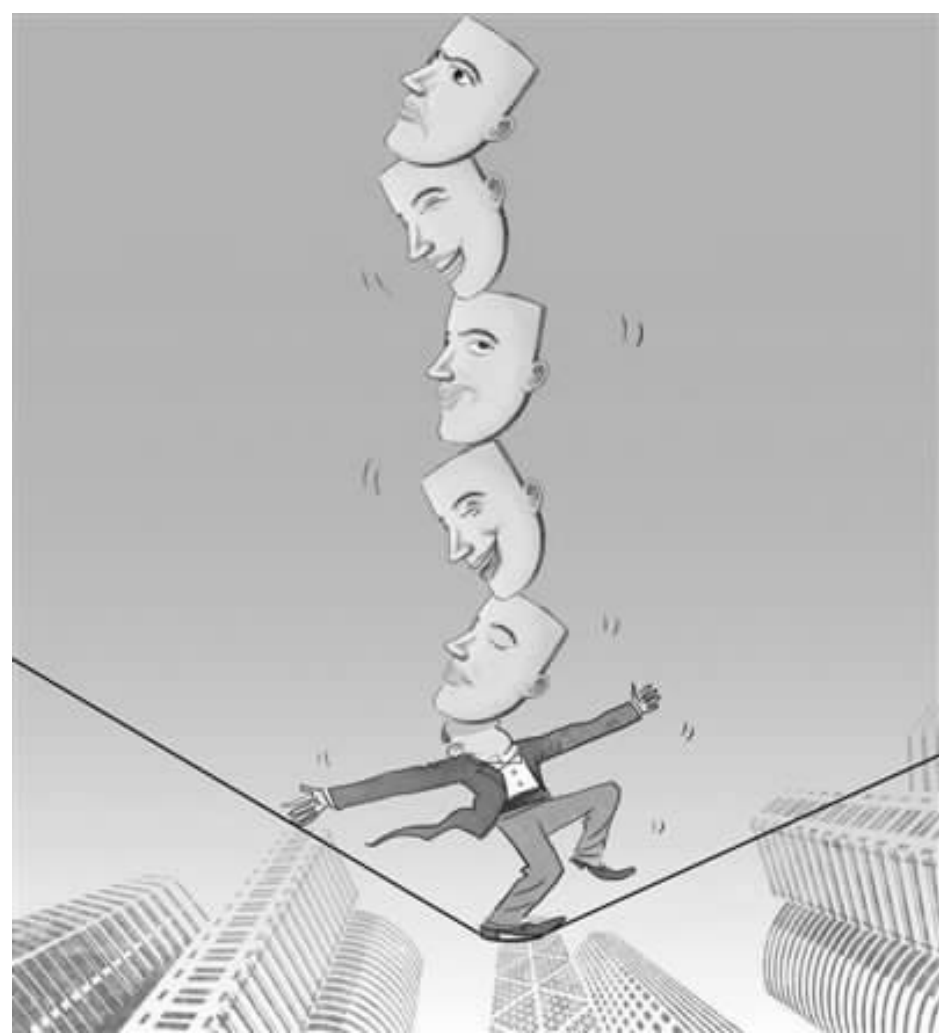
## ■ 职场建议

### 家庭是职场人减压的最佳方式

#### ● 苑航,英才网联职场专家

随着房价、物价的不断攀升,职场人的压力也越来越大,更多的职场人在忙碌奔波,忽视了与家人的沟通,导致自己不快乐,家人也惦记。

那么如何释放压力,增加快乐感?我认



为职场人在百忙之中应该与家人多沟通,多接触,抽时间与家人郊游、上街、出去吃饭,这种温馨和谐的家庭氛围,是职场人减压的最佳方式,也是带给自己和家人快乐的源泉。如果与家人距离较远,要抽出时间多打几个电话。也可以把工作的压力适当地透露给家人,争取家人的支持,以排解不快,增加快乐感。

## 根据不同阶段调整事业和家庭

### ● 洪向阳,向阳生涯管理咨询集团首席职业规划师

职业生涯发展是有阶段性的,在不同阶段,事业和家庭可以做不同调整。

比如刚毕业的大学生,重心放在事业上,于今后的发展是极有帮助的。如果一开始就放在家庭,职业上的素养、竞争力比较低,会对以后的发展产生长期影响。

而对于男性来讲,其职业发展比女性更有持续性,对成就的期待也更强,重心在事业上会更多。女性一开始在工作上重心比较多,但结婚生子后考虑到照顾家庭,很多女性就会把重心偏向家庭。(孔悦)

# 职场人 远离加班的 5 大方法

近日一份全球性调查结果显示,中国人位居“勤奋度”榜首,意即中国人全球最勤奋,在很多城市,加班成了家常便饭,可加班无补偿却让很多人成了穷忙族。所以加班不是改善生活质量的途径,提高工作效率、提高能力才能真正达到升职加薪。如果你也是加班一族,在加班无补偿的大环境下,要学会合理利用时间,高效工作!

如果一个员工的工作不能如期完成,不仅会造成对整个项目的延误,甚至还会导致个人事业的失败。这也是为什么“最终期限”成为了企业员工时间管理谜团中最让人难解的一个环节。不过,在时间管理专家看来,这也并不是特别难解决的问题。下面就让时间管理专家来教你如何来确保自己分内的工作如期完成吧。

## 方法 1:记录所有工作最后期限

把所有预期的结果、沟通、产品或服务,包括那些并没有特别最后期限要求的工作内容都记录下来。时间管理专家发现,这是一个非常好的减少“完工期限”山大压力的方法,因为从这张清单上你会发现,所有的事情都是别人的。

## 方法 2:提前做好计划安排

针对清单上每一项任务的最后期限,列出你要采取的各项行动——比如说任务内容、和谁沟通、调查工作等等。

把它们按照顺序排列下来,并估计出每项行动需要的时间。最后,你就可以根据这份清单上的信息来安排下一步的工作日程计划了。

邓肯是一名自由撰稿人,在“最终期限”这座大山下的体会要尤为深刻:“即便是在做最简单的工作,如果我看到日程表上今天的工作又朝着完成的目标近了一步,我就没有什么好担心的了。”

## 方法 3:沟通协调到期时间

很多的最后期限并不是一成不变的,所以如果真的需要的话,可以和相关的同事协调一下。

这样当事情都推到一起的时候,你就能获得更多的主动权,从而也减轻了很多压力。

来自波士顿的会计师安娜对此深有体会:“我总是会给自己留出一一点可以协调的余地。关键在于你的理由要合理,不要太勉强,甚至无理取闹。不过如果协商的结果不尽人意,就只能自己想办法,保证工作能在期限内完成了。”

## 方法 4:无法完成的事情学会拒绝

有的时候,你会发现自己得到的最后完成期限根本不合理。

这个时候,与其委屈地接受这项任务,结果根本完不成,还得找借口解释为什么没能做完,还不如一开始就直截了当地拒绝。

时间管理专家认为:“人们根本记不住你的借口有多完美,但是他们会记住你没能完成自己答应的事情。虽然要直接说出拒绝的话是件很有压力的事情,但肯定要比整天担心自己完不成任务要好得多。”

## 方法 5:向他人寻求帮助

绝大多数人都不愿意承认自己遇到了麻烦,或者自己在某件事上真的束手无策。到了很多时候,当难题出现的时候,他们就像缩头乌龟一样缩进自己的壳里,假装一切进展顺利。所以,如果你发现时间不够用了,就别再顾着面子了,赶紧向明白人请教请教吧。

如果到了最后,无论你怎么努力,还是没能在期限内搞定,那该怎么办呢?别放弃,继续埋头干,快一点,再快一点。除非你病得进了医院,否则就不要找任何借口。确定这一次一定会完工的日期,然后保证一定要说到做到,可不要再让别人失望了。(牛津管理)

# 春节前夕“白骨精”热衷“裸辞”为哪般?

## “裸辞”多为精英女性现象分析

曾几何时,“白骨精”“裸辞”成为当代职场的一种“流行风”。而每年的元旦、春节前夕,更是“裸辞族”活跃的高峰期。

所谓“裸辞”,与跳槽不同,就是还没找好下家就辞职。不找后路,意味着离开的决然。由于工作压力导致身心疲惫达到极限,或长期缺乏工作幸福感等原因,选择“裸辞”的职场人正在增加。我们又应该如何客观看待这种职场“流行风”呢?

一份最新出炉、针对 5000 多人所做的 2013 年跳槽特别调查报告显示,一年未动过跳槽念头的受访者不足一成,近六成人已完成跳槽或正有所行动。在这波“挪窝”高峰里,“裸辞”的现象越来越多。

没有找好下一个东家,便“啪”的一声拍辞职信,着实需要勇气。而这样的“勇敢者”中,以女性居多。调查显示,“裸辞”群体多为女性职场精英,她们主要分布在高级白领、职场新人和职场妈妈这三类人群中。

一项针对职场“80 后”的“年末你会‘裸辞’吗?”的调查显示,有 20%的受访者选择“做得不开心,咱们就拜拜”;有 63%的受访者则表示偶尔也会任性一回。相对于“80 后”潇洒辞去工作的悠然,那些上有老下有小的“夹心层”却对未来有点担忧。

造成“裸辞”的原因有很多,可能是因为遇到了发展的瓶颈,继续留在原地不过是驴推磨式的机械重复;或者是因为工作压力导致身心疲惫;或是因为枯燥无味的工作让人幸福不起来;也可能是因为身体、感情、结婚、家庭等其他原因。

## 职业女性更要心理调适 心理指导

随着社会生活节奏的加快及竞争的日趋激烈,每一个人都面临着巨大的压力与挑战。职业女性这一特殊群体,压力更大,困惑更多,产生“裸辞”心理是可以理解的。河南省妇联副主席、心理咨询师王秀芝接受笔者采访时分析了“裸辞”多出现在女性群体中的原因。

首先,职业女性承担着多重社会角色。无论是事业,还是生活,她们都要花相当的精力去经营,造成了“双重角色紧张”。这些,都使她们紧绷的神经变得脆弱,经常出现紧张、烦躁不安、神经过敏等

不健康的心理现象,不时会产生“裸辞”的想法。

其次,由于社会对女性还存在着偏见和歧视,传统的重男轻女观念还时常左右着行业用人的标准,所以女性在就业、岗位竞争、提薪、升职等方面处于劣势。即使十分优秀的女性,在竞争中往往要比男性付出更多才能得到认可。许多职业女性在感受不公待遇的同时,时常觉得焦虑不安,工作兴趣减退,动力缺乏,内心压抑,滋生“裸辞”念头。

第三,由于特殊的生理因素,职业女性要面对经期、怀孕、分娩、哺乳、更年期等一系列生理过程。任何一个生理阶段处理不好,都容易造成生理、心理疾病,这也是抑郁症在女性中的发病率通常要高于男性的原因。同时,这些客观原因也成为职场女性“裸辞”的主要和直接的因素。

一家权威女性调查机构的调查发现,职业女性“裸辞”大多因为心理问题。因为,近 95%的职业女性都在承受着各种压力。其中,认为压力“很大”的占 15%;认为压力“比较大”的占 43%;31%的人认为自己的压力大于男性;58%的人认为她们承受的压力“永无休止”;28%的人在为“不能适应越来越激烈的社会竞争”而担忧。那么,应该怎样应对心理困惑,调整好自己的心态呢?

第一,在诸多机会面前要学会选择。人的一生要面临许多选择,要把握自己的人生机遇,在不同时期分清生活与事业的侧重点,分配好精力。

第二,要学会与人交往,多与人沟通,建立和谐的人际关系。不仅要多与自己的朋友交往,也要与丈夫的家人、朋友和同事和睦相处,还要注意与孩子及其朋友沟通。家务不要大包大揽,家庭决策要多与家人其他成员协商,调动全家人的积极性。工作再忙也要多与家人沟通,不要忽略精神关怀。尽量不要以牺牲自我为代价,也尽量不要牺牲他人,要让全家人共同成长与发展,争取事业与家庭双赢。

第三,学会心理调适,寻求心理咨询帮助。应学会正确运用心理自卫机制,调整心理不适。可以采取“合理宣泄法”,将烦恼忧虑向朋友及亲人倾诉,以减轻心理压力;也可以采用“转移法”,避开让自己不愉快的人和事,把情绪转移到其他事情上;还可以用“升华法”,用可以被接受或

者被赞许的目标代替被阻碍或被禁止的目标。

总之,职业女性只要及时自我调整,以乐观积极的心态去经营事业与生活,就能成为社会生活的强者。

## 小心“裸辞”变“职场裸奔” 专家观点

有关专家表示,“白骨精”“裸辞”成为当代职场的一种“流行风”,现在的年轻人对待辞职比较随意,这或许与他们的自我意识较强有关。但需要注意的是,“裸辞”虽说是休养生息的好办法,但一定要计划好了才这样做。比如,确认自我发展遇到了“天花板”,以目前的能力难以突破时,可以选择离职充电,经过休息、思考和学习后,在新起点上再出发。

如今“裸辞”现象越来越普遍,证明越来越多的职场人开始重视自己内心深处的快乐和追求,而不只局限于薪水、职位等因素,这是一种进步。但有专家指出,虽然部分“裸辞”行为是深思熟虑后的决定,但也有些是内外矛盾刺激下的冲动。从个体职业生涯发展的角度来说,“裸辞”的利弊各半;利好的一面是,可以脱离当前的压力状态,摆脱束缚,给心情放假,对身心健康有帮助。不利的一面是,当度过一个月或几个月的“蜜月期”后,来自各方面的压力会骤增,如经济压力、家庭压力以及对未来的迷惘与痛苦等。

一般来讲,“裸辞族”最好还是考虑好退路为宜,对辞职后的职业与人生应做好规划。对于大部分职场人而言,“裸辞”毕竟只是暂时逃避压力的方法,最终还是要回归职场。因此,当情绪激动时,尽量不要急着作出重大决定,最好先作一些深入的思考。比如,明确自己的职业方向和职业规划。有了规划之后,可以好好地利用这段职业空白期,在调节身心的同时,深度思考自己长远的职业发展,做好再出发的准备。

专家提醒,对于已选择“裸辞”的人,要注意重返职场的时间。通常而言,离职后三个月以内是重新就业的黄金时期,三个月后尚未找到工作,会产生明显的焦虑情绪;超过六个月,基本上已达到心理承受的极限,会并发很多问题,对职业发展十分不利。因此,“裸辞”需要理性对待,否则就可能成为一场职业“裸奔”。(鲁义 昌浩)