

Trả lời phỏng vấn VTV4 – 28.07.2023

1. Anh/chị có thể chỉ ra một vài số liệu về xu hướng các bạn trẻ gen Z làm nhiều việc cùng lúc hay còn gọi là làm việc đa nhiệm được không? Theo anh/chị lý do vì sao các bạn gen Z lại có xu hướng làm việc như vậy?
2. Những loại hình công việc nào mà gen Z có xu hướng lựa chọn khi làm thêm một công việc khác?
3. Ưu và nhược điểm khi các bạn gen Z lựa chọn làm đa nhiệm?
4. Anh/chị có thể đưa ra một vài lời khuyên dành cho những bạn đang lựa chọn làm nhiều công việc cùng lúc được không ạ?

>> **Trả lời:**

1. Anh/chị có thể chỉ ra một vài số liệu về xu hướng các bạn trẻ gen Z làm nhiều việc cùng lúc hay còn gọi là làm việc đa nhiệm được không?

Đúng vậy, xu hướng đa nhiệm hiện đang là một xu hướng chung trong tất cả các thế hệ, nhưng với Gen Z, xu hướng này đang được thể hiện sớm hơn với cách thức đặc biệt hơn.

Theo các khảo sát và nghiên cứu từ Anphabe vào nửa cuối năm 2021, **khoảng 37% Gen Z dù đang có một công việc full-time ổn định nhưng vẫn làm thêm nhiều công việc khác** ngoài công việc chính thức.

Bên cạnh đó, Gen Z cũng tập trung vào một công việc chính ít hơn Gen X và Gen Y. Thậm chí có **17% Gen Z chỉ làm freelance toàn thời gian**, tỷ lệ này cao hơn rất nhiều so với các thế hệ khác.

Việc bắt đầu xây dựng nền tảng công việc, đặc biệt là các công việc PHI TRUYỀN THỐNG này của Gen Z bắt đầu từ rất sớm, ngay từ khi còn là sinh viên. *Khảo sát Sự chuẩn bị cho nghề nghiệp với sinh viên* của Anphabe cũng đã chỉ ra, có đến **46% sinh viên đã thử sức với các công việc bán thời gian khác nhau từ trước khi tốt nghiệp**, trong đó 4% vẫn đang duy trì kể cả khi tìm việc chính thức (trong khi 42% còn lại cân nhắc các option bao gồm tự kinh doanh riêng hoặc freelance toàn thời gian)

2. Theo anh/chị lý do vì sao các bạn gen Z lại có xu hướng làm việc như vậy?

Xu hướng làm việc đa nhiệm của Gen Z có thể bắt nguồn từ nhiều yếu tố. Thứ nhất, **THU NHẬP** được cho là một trong những nguyên nhân hàng đầu. Các bạn trẻ thời nay đặt mục tiêu thu nhập cao hơn đáng kể so với các thế hệ trước đó. Khảo sát sinh viên 2022 của Anphabe cũng chỉ ra áp lực ngày càng cao của các bạn trẻ Gen Z về mặt **tài chính** và **lo lắng về việc trang trải cuộc sống tự lập**, đặc biệt khi các bạn bước vào thị trường lao động. Việc làm nhiều công việc giúp các bạn có thêm thu nhập để trang trải cuộc sống.

Thứ hai, Gen Z cũng rất chú trọng vào việc **PHÁT TRIỂN KỸ NĂNG VÀ TÍCH LŨY KINH NGHIỆM**. Bằng cách tham gia nhiều công việc khác nhau, các bạn có cơ hội rèn luyện và nâng cao khả năng cạnh tranh trong thị trường lao động ngày càng khốc liệt. Đây là một yếu tố quan trọng và xuất phát từ khao khát không ngừng học hỏi và trải nghiệm mới của các bạn trẻ.

Cuối cùng, Gen Z cũng thích chủ động sắp xếp thời gian làm việc và có thời gian dành cho gia đình cũng như theo đuổi các nhu cầu cá nhân. Họ **không muốn gò bó bản thân** với một công việc cố định và thích được trải nghiệm, khám phá nhiều lĩnh vực công tác khác nhau. Điều này đem đến cho họ sự tự do và linh hoạt hơn trong sự nghiệp.

3. Những loại hình công việc nào mà Gen Z có xu hướng lựa chọn khi làm thêm một công việc khác?

Các loại hình công việc mà gen Z thường lựa chọn khi làm thêm một công việc khác rất đa dạng và đặc biệt. Theo Khảo sát sinh viên 2022 của Anphabe, kết hợp với Khảo sát Gen Z và Millennials của Deloitte năm 2022, các bạn trẻ Gen Z thời nay thường có xu hướng lựa chọn các công việc **PHI TRUYỀN THỐNG**, điển hình như: **Kinh doanh sản phẩm hoặc dịch vụ qua các nền tảng trực tuyến; Tư vấn (consulting); Tự khởi nghiệp hoặc kinh doanh tự do; Làm KOL trên các nền tảng MXH; Sáng tạo nội dung hoặc các công việc liên quan đến nghệ thuật và Dịch vụ chăm sóc thú cưng.**

Nhìn chung, đây đều là những công việc đòi hỏi nhiều về sự linh hoạt và sáng tạo, điều mà Gen Z có xu hướng thích ứng và phát triển.

4. Ưu và nhược điểm khi các bạn gen Z lựa chọn làm đa nhiệm?

Đúng vậy, việc Gen Z lựa chọn làm đa nhiệm cũng có những ưu & nhược điểm.

- Ưu điểm

Ưu điểm của việc làm nhiều công việc cùng lúc là các bạn có cơ hội **trải nghiệm đa dạng và tích lũy thêm kiến thức** và kinh nghiệm từ nhiều lĩnh vực khác nhau. Điều này giúp bạn phát triển năng lực và nâng cao khả năng cạnh tranh trong thị trường lao động đang biến đổi nhanh chóng.

Bên cạnh đó, việc làm nhiều công việc cũng mang lại **thu nhập tăng cao và sự linh hoạt trong sự nghiệp**, có thể chủ động sắp xếp thời gian làm việc và dành thời gian cho các hoạt động riêng tư, gia đình, hoặc theo đuổi sở thích cá nhân.

- Nhược điểm:

Tuy nhiên, cũng cần lưu ý những nhược điểm. Thực hiện quá nhiều công việc cùng một lúc có thể **gây cản trở và làm giảm đến 40% hiệu suất** làm việc hiệu quả, với các biểu hiện điển hình như *thiếu tập trung và dễ mắc sai sót hơn*.

Nếu không có sự sắp xếp hợp lý, các bạn Gen Z có **khả năng cao sẽ gặp phải các vấn đề về STRESS và BURN-OUT**. Thực tế, khảo sát của Anphabe cũng chỉ ra, yếu tố gây STRESS cao thứ hai đối với Gen Z trong năm 2022 là việc phải đối mặt với “*Công việc nhiều, deadline gấp gáp*”. Đến nay, sau 1 năm, yếu tố “*Áp lực về tiến độ gấp gáp*” đã trở thành yếu tố gây STRESS nhiều nhất với các Gen Z đã đi làm. Điều này đòi hỏi các bạn phải có khả năng quản lý thời gian, sắp xếp công việc và giữ cân bằng trong công việc và cuộc sống.

Hơn nữa, *thời gian làm việc không ổn định, thu nhập không ổn định và công việc không ổn định* có thể là những khó khăn mà các bạn trẻ GenZ gặp phải khi làm nhiều công việc cùng lúc.

5. Anh/chị có thể đưa ra một vài lời khuyên dành cho những bạn đang lựa chọn làm nhiều công việc cùng lúc được không ạ?

Tất nhiên, lựa chọn làm nhiều công việc cùng lúc có thể mang lại nhiều cơ hội và thách thức. Đối với những bạn trẻ đang lựa chọn lối làm việc đa nhiệm, để tận dụng ưu thế và vượt qua khó khăn, Thanh muốn đưa ra một số lời khuyên:

- Đầu tiên, hãy luôn **đặt mục tiêu rõ ràng và xác định mức độ ưu tiên** đối với từng công việc để đảm bảo hiệu suất làm việc tốt nhất.
- Đừng quên **cân nhắc thời gian và năng lực của mình trước khi tham gia vào các công việc mới**. Nếu cảm thấy quá tải, hãy dừng lại và tự đánh giá lại lịch trình của mình, đảm bảo bản thân **có thời gian dành cho các hoạt động giải trí và nghỉ ngơi** để giảm thiểu STRESS và BURN-OUT.
- Ngoài ra, các bạn trẻ đa nhiệm cũng cần **tìm hiểu và học hỏi thêm các kỹ năng** cần thiết để quản lý thời gian và giữ cân bằng giữa công việc và cuộc sống cá nhân.

Các bạn trẻ Gen Z có tiềm năng lớn và đang định hình lại cách thức làm việc trong tương lai. Thanh tin rằng với sự linh hoạt và sáng tạo, các bạn sẽ đạt được những thành công tuyệt vời trong sự nghiệp và cuộc sống. Hãy tiếp tục nỗ lực và tận hưởng hành trình khám phá của mình! Chúc các bạn thành công! ^^