

案例背景:

前不久,一位相识多年的朋友来职介所跟我说,自己被裁员了,让我看看是否有合适的工作机会。

今年持续了几个月的这场疫情,让不少公司都不得不裁员,一些大龄、中年人往往首当其冲,我朋友正好35岁,不幸也列入“被优化”的名单中。

见到我这位朋友时,我心生感慨,其实之前就给他提出过职业规划的指导;然而彼时他认为自己的工作朝九晚五很稳定,并不需要做任何改变。今年出现这样大疫情引发的危机,击倒他的倒不是疫情,反倒是职业规划存在的误区。

指导分析:

表面上看,我朋友这次被公司裁员是因为疫情导致经营不景气,但其实背后真实的潜台词却是——你的价值或能力已不如年轻人,薪资又高,不裁你裁谁?而这个问题产生,往往是之前的职业规划上存在误区,且这些误区往往也是许多人的通病。

一、只找热门的工作

从小到大,你一定听长辈说过类似这样的话:报志愿,报那个最热门的;找工作,找那个最挣钱的。

【职业指导】

求职不盲从 合适才最好



的。这其实是职业规划很大的一个误区,即把工作是否热门当成选职业的依据,存在从众心理,不考虑内在需求,追求短期利益。我朋友当年从事互联网工作就是这样的想法,追求热门并非一定不好;但不适合自己,往往就容易成“炮灰”。

二、锻炼自己的能力

我朋友的性格其实比较内向,并不善于言辞。他自己一直讨厌这样的性格,希望通过工作来强迫自己改变,于是下决心做一

份销售的工作。但实际这些年做下来,业绩不是很理想,甚至经常碰到客户投诉。一份与自己性格不相符甚至背道而驰的工作,不仅无法让你发挥所长做出成绩,还有可能让人消磨自信,导致更强烈的挫折感。

职业发展需要目标感,那些缺少职业目标的人,在空闲时间根本不知道应该向什么方向努力,所有的时间都会用在打游戏、刷剧、玩手机,甚至成瘾不舍。我朋友在疫情期间就是这个状态,领导让他远程办公给客户打打电话,但他一点动力都没有,大把的时间都耗在了电脑游戏上,最终营销客户指标一个都没完全。就是不谈工作业绩,这种工作

态度也不符合职业化的要求。

指导建议:

一、择己所利:工作的目的在于追求更好的生活,所以在择业时,首先考虑的是个人幸福的最大化。明智的选择是在收入、社会地位、成就感和工作付出等变量数中找出一个最大值,这就是选择职业生涯中的收益最大化原则。

二、择己所爱:从事一项所喜欢的工作,工作本身就能给人一种满足感。兴趣是最好的老师,是成功之源动力。有研究表明:兴趣与成功的机率有着明显的正相关性。因此在规划自己的职业生涯时,务必请考虑自己的喜好,珍惜自己的兴趣。

三、择世所需:在设计自己的

职业生涯时,一定得分析社会需求和发展趋势。最重要的透视点是把目光放长远,维度和格局要大,先预测未来行业或者职业发展方向,再做出合适的选择。

四、择己所长:从事任何职业都要求从业者掌握一定的知识和技能,具备一定的能力条件。所以在进行职业规划时应择己所长,从而有利于发挥自己的优势。运用比较优势原理充分分析别人与自己,尽量选择冲突较少的优势行业。

如果说思想改变是成功的基础,那么行动改变才是职业成功的基础。在明确与调整了自己的职业规划后,就应该马上行动,亡羊补牢为时未晚,瞄准目标,奋起再出发。(崇明职介 王娣)

【职场问答】

○问:提交劳动仲裁申请后,一般多久开庭?

●答:仲裁庭裁决劳动争议案件,应当自劳动争议仲裁委员会受理仲裁申请之日起45日内结束。案情复杂需要延期的,不得超过15日。关于开庭时间,需要视仲裁委员会的排庭情况而言。

○问:请问湖南省的建筑工程师职称能转入上海吗?是否认可?

●答:本市自2000年起,对在外省市和中央部委所属企事业单位已按照国家规定评聘专业技术职务的人员(即学历、资历、评委会的组建等均符合规定),调入本市企事业单位后,如仍从事与原专技职务相同或相近工作的,单位可对符合任



职条件的人员,根据岗位需要择优聘任相应的专技职务。本市不再对其职称进行复核,也不再换发职称证书。如未按规定取得,则本市不予认可。

○问:原工作单位恶意欠薪且失联,经劳动仲裁后由法院强制执行,但他们名下无可执行的财产。现在这种情况是否可以申请欠薪垫付?

●答:可以申请欠薪保障垫付。劳动者申请垫付欠薪,应当提供以下材料:1、垫付欠薪

申请表;2、申请人本人实名制银行结算账户;3、申请人本人身份证及复印件;4、申请人与企业的劳动合同或其他证明存在劳动关系的材料;5、确认欠薪事实的依据。

○问:大学毕业后户口挂靠在了当地人才机构的集体户口下,没有迁回原籍,随后出国留学,现在想办理留学生落户手续,是否可以提交单位集体户口首页和本人户口卡,还是一定要先把户口迁回原籍?

●答:可以提供户口本或户籍证明,无需迁回原籍。

○问:申报中级职称是否需要12个月社保,而不需要居住证?

●答:外省市在沪工作的专业技术人员,须持有有效期内的《上海市居住证》,或近2年内在本市累计缴纳社会保险满12个月。

【区域亮点】

主动对接,助力失业人员再就业



前不久,一份《关于配合做好××有限公司离职职工再就业的通知》,引起了松江就业促进中心职业介绍科工作人员的关注。

●主动对接,精准排摸

区就业促进中心工作人员从开发区管委会工作人员处了解到,该公司有300多名员工因公司业务转移出本市面临即将失业的情况,并且这批人员中绝大部分是大龄劳动力(男性满45周岁,女性满40周岁)。

本着就业服务无小事的原则,并且大龄劳动力作为重点就业服务对象,为此区就业促进中心工作人员组成工作小组,仔细梳理失业人员的工作岗位、工作经验、工作技能等劳动经历;同时又多次主动对接相近行业中的企业,调摸具体招聘需求,希望通过进一步对接相近行业中有招聘需求的企业,

既能帮助失业人员成功再就业,又能缓解重点企业在疫情期间招聘难的实际问题。

在经过人岗匹配后,工作人员通过“抗疫重点企业服务群”,将失业人员信息发布在群内,由企业进行最后的筛选。

●携手并进,共渡难关

截至目前,经过企业最终的面试筛选和体检,上海小里机械有限公司、上海景远金属科技有限公司、上海川禾包装有限公司有意向录用部分人员,其中不乏多名大龄劳动力人员,着实为这部分失业人员顺利再就业成功地打开了一扇窗。

此次精准掌握失业人员信息,主动对接企业,及时起到了牵线搭桥的作用,为企业和再就业人员双方提供了良好的服务平台,不但帮助企业在疫情期间顺利复工复产,也为大龄劳动力成功再就业提供崭新的工作思路。就业稳则大局稳,进一步确保了社会和谐稳定。

松江就业促进中心后续将继续精准对接企业,及时掌握并排摸人员情况,力求有效解决企业用工需求和求职人员就业需求。(松江就促中心)

【求职技巧】

如何写好一份简历(上)

你有网购的经验吗?

在网络如此发达的今天,相信没有几个人会说不。在拿到商品之前,我们会经历通过对比不同商家的商品简介、选择心仪商品下单、拿到手后仔细检查、检查无误后确认收货这几个过程。放在找工作,这几个过程分别对应了投简历、通知面试、现场面试、最终录用几个阶段。

决定买下商品是因为它符合我的要求,没有人会单纯因为商品简介的排版与设计而下单,正如同没有一家公司会单纯因

为简历“好看”而对你青睐有加。说白了,写简历是为了介绍、推销自己,最终目的是可以找到一份更好的工作。在求职中,你是推销自己的卖方,但要操着聘用何人的买方的心。

一份好的简历,要满足以下三个特点——简洁明了、突出重点、真实可靠。

1. 简洁明了

好的简历,要会用最少的字数,勾勒出形象。首先姓名、年龄、教育背景、职业经历等基本信息是必不可少的,用于自己描述的语句越直白越详细越好。

也许是害怕自己的简历淹没在茫茫人海之中,市场上出现了越来越多五彩缤纷的简历模板,去网上一搜一大把;甚至有人会在简历上面附上自己的艺术照。其实大可不必,公司在看每一份简历上花费的工夫都大致相同,花哨的排版反而会模糊关键信息,比如应聘的会计岗位,就用会计报表的形式把自己之前的工作经历体现出来。但是当我们看这一份简历的时候,能从中提取出多少有效信息呢?只会在心中冒出无数个问号:这份简历表达了什么意思?横轴代表



什么?数轴代表什么?求职者的确下了许多心思,但是这些心思都变成了获取信息的干扰项。看简历不是为了和你猜谜语,可能你就这样失去了一份工作。有创意是好事情,但与其把这些放在简历上,不如放在以后的工作中。

2. 突出重点

什么是重点?与岗位相关的能力都是重点。在投递简历之前,要明确两点:一是你适合什么样的工作;二是公司想要招什么样的人。(未完待续)

(黄浦职介 张宁芳)

【上海公共招聘信息】

来自各区职介所的推荐岗位

区属	单位名称	岗位名称	招聘人数	年龄要求	文化程度
卢湾分中心	上海科学会堂综合服务公司	总台部服务员	5	18-35岁	高中
杨浦鞍山所	上海财安金融服务集团股份有限公司	浦发银行营销辅助	5	22-30岁	本科
长宁分中心	上海市保安押运有限公司	金融安全驾驶员	10	20-35岁	高中

注:1、以上所列的各区职介所联系方式,建议你登录上海市人社局官网(<http://rsj.sh.gov.cn>)的“上海公共招聘”特色专栏查询。2、此外刊登的招聘信息可能会有变动,请以上海公共招聘特色专栏即时发布的信息为准。3、在上海公共招聘特色专栏上提交简历、参与应聘需先到上海市人力资源社会保障部门所属各区职业介绍所(详情可登录上海公共招聘特色专栏查询)申请求职密码,如需进一步咨询欢迎拨打12333上海劳动保障热线。