

## 案例:

“70后”机械设计研究生学历的蒋女士失业了,蒋女士毕业后一直在上海某外资纺织设备生产厂从事工厂规划设计工作,工作中领导非常地器重她,早早地提拔她成为了企业的中层干部。

最近由于行业发展需要以及地方产业结构调整,蒋女士所在单位要搬离上海去常州发展了。企业给蒋女士开出了非常优厚的待遇,希望她能与企业一起在常州获得更好的发展。这时的蒋女士犹豫了,女儿正在读初中,再过两年就要参加中考了,家里也没人能搭把手,若在女儿学习的关键阶段离开上海离开家庭,万一对她的学习产生不良影响,怎么办?蒋女士考虑再三,认为凭自己的学历和经历,适当地降低薪资要求,找一份在上海的工作肯定没有问题,所以毅然的选择了辞职。

但求职两个月来,除了收到一些猎头公司提供的与她原工作

## 【求职驿站】

## 求职——向左走还是向右走?



相关的职位(单位都在江浙一带)以外,她通过智联招聘、前程无忧等商业网站投递的简历,即使薪

资降了一半,还是全都石沉大海,始终没有获得面试机会。

带着迷茫与对未来的不可知,蒋女士找到了职业指导师,希望能帮她解疑释惑。

## 分析:

通过沟通,指导师进一步了解到,蒋女士在辞职前并不了解就业市场,她是通过近期求职过程才了解到,与原单位相关企业这几年都已陆续搬离上海到江浙一带,若要

在上海再找相关行业发展,确实已不大可能。

另外,蒋女士没想到目前的退休政策对于她来说,只有六七年的时间了(目前退休政策:企业女职工满足缴金年限,50岁为法定退休年龄),她还盲目地认为要工作到60岁才能退休(网传退休要延后),自己还有近20年的职业生涯;若早知道只有几年就能退休的话,她会考虑去常州熬几年。

还有,蒋女士也没充分意识到,近期全球受新冠肺炎疫情影响,全世界都面临失业率上升

的风险,相比之下中国就业市场还属于较为稳定的,但也面临企业招聘放缓甚至不招或裁员,求职者也都谨慎跳槽,致使就业市场的流动性总体放慢。

## 指导:

针对蒋女士的现实情况,指导师建议她能够再次与家人沟通协商,找到工作与家庭的平衡点,明确到底是去上海周边地区原行业工作,享受原有的高薪;还是一门心思留在上海,降薪转岗,边工作边照顾家庭。

若留在上海工作,那么看清就业形势,重新评估自身能力特点、兴趣爱好,及期望福利待遇,挖掘自身职业潜能来确定自己的求职方向,同时做好降薪降职的心理准备。若遇到职业选择困惑时,可利用swot分析法进行分析比较,做出较为科学合理的选择。

最后,也希望蒋女士不要局限于外资企业求职,也可以考虑一些民营企业(民营企业用工比较灵活);同时可拓宽求职渠道,可以通过亲朋好友推荐,或者通过一些政府网站和平台,多渠道地了解就业市场和岗位任职需求,通过积极求职来尽快找到合适的岗位。

(徐汇职介 丁秀华)

## 【职业指导】

## 找到支点——四两也能拨千斤(下)

## (接上期)

## 3、面试辅导

指导师与小蒋的交谈过程其实也是一种非正式的面试,在整个过程中小蒋的表现还是不错的,应答的思路清晰,言语流畅。小蒋表现的不足之处在于,当被问到毕业后的空白时间段时,她明显地失去了底气。

职业指导师仔细询问小蒋后得知,毕业后她除了备战公务员考试外,还有去旅游和参加英文培训班。根据小蒋的应答反应,职业指导师对她的面试短板进行了辅导,让她在回答空白经历的时候,仍展现出自己积极努力的一面。例如:虽然是本科毕业,认为自己的英语水平还达不到理想企业的要求,于是选择了报名参加强化英语口语培训班;同时通过游

历来增长见闻,开阔眼界。原本打算过年后再找一份全职工作,却被疫情耽误了计划。为了不与社会脱节,在疫情缓和后的5月,找到一份某国有房地产公司的兼职并延续至今。

这既符合小蒋的实际情形,又能够显示出她积极努力的一面,同时也表达了自己要稳定工作的意愿,这样表述相信企业会愿意给予她入职的机会。

## 4、后续跟踪

小蒋在来访的第二天参加了某咨询公司的初面并顺利通过。随后,小蒋发微信给指导师说她又收到了此公司的复试(压力面试)通知,指导师随即告诉了她,压力面试的主要考察点、作答方法和注意事项。在小蒋结束面试后职业指导师及时询问她的面试感受,并在结果未出前为她推荐了其他备选岗位,以舒缓小蒋急迫不安的心情。在压力面试后两天,小蒋告诉职业指导师她已经拿到了咨询公司的offer。同时,目前兼职的房地产公司也向她抛出了派遣制offer,这让她十分地纠结。职业指导师从工作类别、合同性质、公司环境和未来发展等方面,给小蒋分析了两个公司的优缺点,作为她自己决定选择的参考。

## 案例启示:

■切中问题再对症下药是关键

每位来到就业促进中心寻求指导和帮助的人员,其情况和

问题都不尽相同,职业指导师需

## 【职场问答】

○问:《企业职工带薪年休假实施办法》中的“累计工作时间”是否指个人的所有工作经历的累计年限?

●答:根据《企业职工带薪年休假实施办法》的规定,年休假天数根据职工累计工作时间确定;职工在同一或者不同用人单位工作期间,以及依照法律、行政法规或者国务院规定视同工作期间,应当计为累计工作时间。另根据规定第四条中的“累计工作时间”,包括职工在机关、团体、企业、事业单位、民办非企业单位、有雇工的个体工商户等单位从事全日制工作期间,以及依法服兵役和其他按照国家法律、行政法规和国务院规定可以计算为工龄的期间(视同工作期间);职工的累计工作时间可以根据档案记载、单位缴纳社保费记录、劳动合同或者其他具有法律效力的证明材料确定。

○问:请问如何理解“员工连续工作满12个月以上,可以享受带薪年假”的规定?是指员工在本单位连续工作满12个月以上,还是员工在不同单位之间连续工作满12个月以上,还是只要员工曾经有过一段工作是连续工作12个月以上的,新单位就必须给予带薪年假?

●答:根据《企业职工带薪年休假实施办法》的规定,职工连续工作满12个月以上的,享受带薪年假;职工新进用人单位且符合本办法第三条规定的,当年度年休假天数,按照在本单位剩余日历天数折算确定,折算后不足1整天的部分不享受年休假;折算方法为:(当年度在本单位剩余日历天数÷365天)×职工本人全年应当享受的年休假天数。另根据规定第三条中的“职工连续工作满12个月以上”,既包括职工在同一用人单位连续工作满12个月以上的情形,也包括职工在不同用人单位连续工作满12个月以上的情形。



要通过耐心的交流和沟通,了解来访者的背景、性格和经历,从他们的思想和行为方式中深入挖掘出问题的根本原因,方能帮助他们用最直接和有效的方式方法解决问题。

■简历可适度包装而非过度美化

面试官对于应聘者的了解往往是从简历开始的,简历的重要性不言而喻。但有些求职者容易步入简历优化的误区,比如过分夸大事实,在网络上寻找模板选择部分复制。这些显而易见的操作只会起到反作用,一份优质的简历是凭求职者自身的数据和成绩来说话的。

(职业指导师:丁洁 实习生:秦奇)

## 【职场人生】

## 告别情感波折,积极面对求职瓶颈

## 基本情况:

陈小姐,大专学历,曾从事金融相关行业。

## 问题和诉求:

陈小姐,1990年出生,一头短发,看着很是干练,但是脸上却有着和年龄不符的沧桑感。虽没有明说,但通过交谈,了解到陈小姐曾有一段让她非常伤心的感情经历,经过一年的修养,才让她慢慢地走出阴影。然而就是这一年的失业阶段,让她在再就业的时候感到困难重重,并且也迷失了求职方向。

## 指导过程:

通过对陈小姐的了解,我发现陈小姐这样的几个问题:

陈小姐失业在家一年,在求职时,面对面试官关于这一年未就业的原因,陈小姐往往选择不正面回答,她觉得单位会因为她这一段感情经历而不录用她;但是一时间又找不到合理的原因,这让陈小姐在几次面试时都很被动。

陈小姐曾经从事的是金融相关行业,在经过情感打击后,她虽然想再一次进入职场,但是不想让工作占据自己太多的时间,金融行业相对比较忙碌,陈小姐觉得并不适合自己,却又没有明确的求职方向。

## 指导建议:

一年的失业经历并不能成为单位不录用的主要原因,正视这一段失业经历是陈小姐走向下一段工作的必要过程;别人的看法并不重要,能够直面自己才是第一需要考虑的因素和关键。

陈小姐曾经的工作经历是非常宝贵的,况且金融行业也是一个发展比较好的行业,而且和自己的专业相同,不应该放弃。建议陈小姐可以适当提升自己的学历,这样面对一些需要更高门槛的工作岗位时,可以“进门”试一试。

金融行业并不是单一的行业,还有很多比较轻松的岗位,陈小姐有几年的相关工作经验,突出本专业基础知识,展现自己工作中的技术能力,这就是在求职时的优势。

## 个人感悟:

因为情感问题改变了一个人,这是很多感性人群经常会遇到的。直面挫折,走出情感阴霾,才能面向更好的人生。毕竟,人这一辈子还很长;工作也是如此,一次两次的失败并不要紧,要紧的是在失败当中找到自己应该改进的地方,直面它,攻破它,才能迈向更好的人生。(徐汇职介 蔡坚)

## 【上海公共招聘信息】

## 来自“上海公共招聘网”的推荐岗位

单位名称	岗位名称	招聘人数	年龄要求	文化程度
上海黄浦区东方教育进修学校	数学老师	5	22-40岁	本科
上海圣春机械配件有限公司	数据统计员	5	22-48岁	大专
上海和沁建筑装饰有限公司	项目经理	8	30-44岁	大专
浦东新区房地产交易市场有限公司	会计	5	22-40岁	本科

注:1、以上所列的各推荐岗位,建议你登录上海市人社局官网(<http://rsj.sh.gov.cn>)的“上海公共招聘网”特色专栏查询。2、此处刊登的招聘信息可能会有变动,请以上海公共招聘网特色专栏即时发布的信息为准。3、在上海公共招聘网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网特色专栏查询)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。