

职场人生

# 初入职场如何度过工作浮躁期?(中)

(接上期)

对于像小沙这样刚进职场的新人来说,核心问题不是每天的工作内容,而是在工作中养成良好的工作态度和习惯,发现工作规律并用最短的时间完成工作任务,也就是不断提高工作能力和效率。当了解了公司经营状况和运转模式,且具备了独立完成工作能力后,越来越多的工作机会就会出现你面前。但现实中总有新人认为完成简单琐碎的工作是大材小用、没有前途和浪费精力。因此也很容易在做了一段时间后就贸然离职,导致自己的心态也随之变差。小沙当时也是因为觉得人事



助理做打印、复印、整理、归档等是简单枯燥的活,完全学不到实质性的工作而离职的。

其实如果能坚持,那些看似简单的工作就是在为未来人事岗位作准备和铺垫。

## 二、不求急功、稳住心态

初入职场的毕业生往往会和小沙一样,刚开始表现出一种非常积极,充满激情的工作态度。但很快就会因为自己短期的努力没有马上得到回报,没有得到领导的认可,就觉得这份工作坚持不下去了,觉得这样的工作没前途,或者认为领导不重视人才,没看到你的付出和成绩等。其实,这个时候就要看你如何去看待这种状态和化解这样的处境。

这里举例竹子的生长过程。竹子生长初期用4年时间仅长了3cm,但从第五年开始却以每天30cm的速度疯狂地生长,仅仅用了6周的时间就长到了15米,因为在前面的四年里,竹子已经将根茎在土壤里延伸了数百平米。竹子的生长过程和人追求成功的过程是完全一样的道理。竹子之所以

到最后能够以惊人的速度成长,还是源于最初4年扎根土壤的耐力与努力。只有当根茎延伸得足够宽阔,吸收的养分才能足够丰富,才能为后续的高速成长奠定厚实的基础。而人们的职业成功之路与竹子的生长又何尝不是一致的呢?当然,现实中真正能熬过那三厘米煎熬的确实不占多数,所以人们常说成功的路上其实并不拥挤,因为坚持的人越来越少。因此,像小沙这样的职场新人,一定要耐得住各种煎熬和考验,要有竹子般的耐心和毅力,就能长出成功的枝叶。

## 三、认清形势、接受现实

梦想和现实总是有差距的,大多数职场新人都会像小沙一样,在入职前对职场充满美好的幻想,等到真正踏进职场的时候会发现,作为新人的自己要端茶倒水、打印复印等简单重复性的工作,这种现实和梦想的落差会导致十分失落,从而打不起精神好好工作,甚至会认为是工作找得不好,会幻想着要去找一份美好的工作。下一份工作难道就没有同样在工作中带来的困扰吗?

在现实职场中,不同程度都会让大学生从底层的工作

## 职场问答

问:住院工伤康复确认意见一般在多少天内作出?

答:对材料齐全的住院工伤康复申请,由区劳动能力鉴定委员会受理后进行初审报市劳动能力鉴定委员会。市劳动能力鉴定委员会收到后,组织工伤康复专家对工伤人员是否具有康复价值进行评估,并自申请受理之日起15日内作出确认意见后送达用人单位。工伤人员或其近亲属以及工伤康复定点医院。情况特殊的,作出确认意见的时限可以延长15日。

问:住院工伤康复确认意见的有效期限多长?超过有效期的怎么办?

答:住院工伤康复确认意见的有效期限为30日,工伤人员未在30日内办理住院康复手续的,确认意见自然失效。确认意见失效但仍需要住院工伤康复的,可以按规定重新申请住院工伤康复。



做起,从事一些简单和枯燥的工作,都会遇到这样那样的不适应,也会存在这样那样的不满意。

(未完待续)  
(浦东职介 陶宝华)

## 区域亮点

# 为退役军人开启职场新旅程

### 【案例背景】

小盛,男,25岁,大学专科,毕业于电子信息学院,机电一体化专业。小盛2017年9月至2019年9月服役,退役后先后就职于某广告公司和某化妆品公司,均从事文员工作。去年与单位解除合同后,一直没找到适合自己的工作。

### 【案例回放】

就业援助员在一次失业人员摸底调查中了解到小盛的就业情况,在与其交谈中发现,他的性格属于比较乐观、开朗,本人有强烈的就业愿望,肯吃苦,唯一的要求就是:不管什么工作只要能学到专业技能就可以,但因学历及工作经验等原因,导致其在应聘中并不顺利。所以小盛有些迷茫,不知道该应聘什么岗位。



### 【指导过程】

就业援助员帮小盛预约了一对一职业指导。职业指导师在综合分析了他的情况后,从其自身的不足方面入手,引导他进行自我剖析,理清自己的优缺点,重新进行职业生涯规划。

两年的军旅生涯让小盛养成了吃苦耐劳的实干品质,对企业有一定的忠诚度,虽然他缺少专业的技能,但是自身的品质也是他求职路上的筹码。

指导师建议小盛要对自己充满信心,大胆去尝试;让他关注“奉贤就业”公众号,拓展就业信息渠道。同时也安排就业援助员在获取有关招聘信息后第一时间微信通知他,鼓励他多参加各种线上线下招聘会,积极应聘符合自己的岗位。

### 【指导结果】

在一次线下招聘会上,小盛被上海某高科技公司成功录取,从事文员工作。在进行跟踪服务时,该公司表示小盛在经过短时间的岗位适应后,很快适应了岗位,在平凡的工作中尽职尽责,还有意识地学习和提升业务技能,增强自己的工作能力和职场竞争力。(奉贤职介 冯灵玲)

## 职业指导

# 摆正位置再上求职路

### 案例概述:

小李,女,23岁,本科毕业于护理专业,有过一段医院实习经历,实习结束后,由于没有确定的职业方向,便放弃了这份工作,至今仍失业在家。小李开始出现职业规划的迷茫和焦虑,虽有就业机会和一些线上的面试,但是对小李来说压力很大,不知道该如何面对。

### 案例分析:

初次和小李约谈,记得她的情绪很低落,因为在家待业中一直找工作未果,这让她产生了不自信,否定自己的状态。为了缓解小李心中的不安,指导师多次和小李拉家常式交流,了解她心中的需求,从学历背景到实习经历的细节,再到她的性格特点。小李是一个独



立性和责任心很强的人,她也有扎实的英语功底。但小李只会海投简历,完全没有针对性,觉得自己什么都想试试,最后不了了之。结果导致她的迷茫和不自信。

### 指导建议:

#### 1.职业兴趣探索

小李的霍兰德职业兴趣测试结果及兴趣类型为:SRC。社会型得分最高,说明小李适合从事社会服务、护理相关的工作,喜欢以人为对象的工作,同时对操作类的工作较为认同;不太喜欢艺术相关的工作。小李对此表示认同,她确实更喜欢与人打交道的工作。

#### 2.匹配适合岗位

小李的优点,例如学习能

力强,观察细致,共情能力强;委婉提示她的缺点,比如缺乏自信,做事过于瞻前顾后,犹豫不决。帮她分析了之前投递简历失败的原因。小李作为应届生,指导师建议先入职场,体会做一名职场人士,为职业道路打基础和积累经验。

#### 3.对简历的优化

简历要让HR眼睛中有亮点,梳理自己在校和社会实践经历,挑选重点和突出自己的优势,并体现在简历中。自我介绍中,要突显自己的长处,要学会扬长避短,尽量贴合应聘岗位要求的要求。简历上的照片最好放证件照,以显示对应聘岗位的重视和对HR的尊重。

### 指导结果:

指导师对小李进行了多次模拟面试,并结合她自己的情况作职业发展分析。事后虽有几次面试失败,但小李没有气馁和放弃,会和指导老师复盘分析,总结经验。最终功夫不负有心人,小李找到了一份护理岗位。希望小李在新的岗位努力工作,有更辉煌的未来。

(徐汇职介 鲍海舟)

## 上海公共招聘信息

# 来自“上海公共招聘”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 |
|--------------|------|------|--------|------|
| 上海安闻汽车电子有限公司 | 操作工  | 20   | 18-40岁 | 高中   |
| 上海剑峰劳务服务有限公司 | 生产作业 | 20   | 18-35岁 | 初中   |
| 上海山泰柯电子有限公司  | 普工   | 80   | 18-40岁 | 初中   |

注:1、以上所列的各推荐岗位,建议登录上海市人社局网站(http://rsj.sh.gov.cn)的“上海公共招聘”特色专栏查询。2、此处刊登的招聘信息可能会有变动,请以上海公共招聘特色专栏即时发布的信息为准。如需进一步咨询请拨打12333上海人力资源和社会保障热线。