

【职业指导】

特殊时期怎样走好求职之路？

案例背景：

小郑，男，22岁，毕业于上海某专科学校，大专学历。可能小郑还没有从学生的身份中转换过来，没有考虑自己一定要很快地就业，可是后来通过网上了解就业情况以及学校的介绍，符合自己要求的岗位并不多，内心便产生了一些担心，甚至有一种就业危机感。

由于疫情的原因，小郑在网上投了十多份简历，在家等着面试通知，小郑的面试都是在网上进行，面试了一家又一家，从初试到复试，有几次都进入了复试，但是不知道什么原因，一直没有等来offer，这让小郑陷入了困惑。

案例分析：

小郑虽然投了十几份简历，没有收到入职通知，但是指导老师提醒他不要轻易放弃，而且叫他换位思考：自己如果是老板，从众多的面试者当中，肯定也会挑选最优秀的。所以，一定是自己的表

现与面试官的预期有差距。要从之前的多次面试经历中作总结分析，以便在接下来的求职面试中做得更好。

案例建议：

疫情造成企业招聘需求缩减，给求职者求职竞争等带来了负面影响。针对小郑的实际情况，不能迷茫困惑，要脚踏实地去做准备。

一、抢占先机，做好求职准备

机会总是留给有准备的人，机会更是会留给那些主动争取，想办法去争取的人。当下的疫情虽然带给职场人更大的压力和竞争，但是往往都是事在人为，求职者可以利用互联网上招聘平台，完善自己的求职简历，投递与自身匹配度高的岗位，抢占先机，积极争取，为自己创造



更多的就业机会。

二、转换思路，调整求职目标

在疫情的冲击下，不少行业或多或少遭受挫折，虽然国家

平台，拓展就业渠道。平时可以多关注自己求职意向信息，了解相应的技能要求，通过培训等方式增强这方面的能力，为求职做好充分的准备。比如关注“乐业上海”微信公众号或者下载手机上海人社APP，还可以浏览政府招聘网站，以及国际国内一些知名的招聘网站，多渠道收集招聘信息。

建议小郑在应聘前先为自己做一个职业定位，查找自己与职业要求的差距，通过对个人和职业信息两方面的综合分析，才能获得一个比较清晰的职业规划。根据自己的定位和岗位需求对简历进行适当的修改，制作一份有闪光点的简历，以突出自我素质和能力优势；改进和掌握面试技巧，做好面试前的准备工作。尽管在特殊时期，也同样可以走出一条明朗的求职之路。

(嘉定职介 黄小平)

【求职驿站】

疫情期间给应届大学生求职的建议

2020年全国普通高校毕业生将达到874万人，同比增加40万人。原本一二季度是高校毕业生求职签约的高峰期，由于受新冠疫情的影响，今年的高峰期并没有如期到来。

■新冠疫情对大学生就业的影响

影响一：现场招聘活动取消
抗击新冠疫情时期大型现场招聘活动暂停，招聘企业进入院校进行校招宣讲活动都不能举行，供需双方没有面对面交流的机会，签约也就很难实现。

影响二：教学计划拖延

疫情期间，学校采取停课返校、停课等措施，若是教学任务不能按时完成，学生毕业就业也就无从谈起。尤其外省市学生返校成为现实问题，与上海地区用人单位联系也有一定的困难。

影响三：单位经营困难

一些已经签约的学生本以为可以安心等待毕业后就业，谁知新冠疫情一来，导致签约单位经受不了突如其来的打击而难以维持，被迫提出不再招人。

如此一来，眼下还没有找到职场归宿的应届毕业生很难心安，心急火燎，却有劲使不上；而已经签约的学生，有的看到自己签约企业所属的行业受到冲击，对就业前途也乐观不起来。

■新冠疫情困难时期的机遇把握

还没有找到合适工作的应届毕业生们，目前虽无法与用人单位直面沟通交流，但随着新冠疫情严重时期的过去，复工复产已全面展开，各行各业的招聘工作也正在进行，尤其是网上招聘和求职，已经成为目前用人单位和求职者相互选择的主要方式。

在当前疫情特殊时期，人社部门正在深入推进“互联网+就业”新模式，举办各类分层次、分类型、分行业领域线上招聘活动，打造智慧就业服务平台，促进高校毕业生实习、就业求职与用人单位岗位招聘需求精准对接。

根据个人需求，可依托市人力资源社会保障局官网公共招聘栏目、上海人社APP、“乐业上海”微信公众号、上海学生就业创业服务网、各高校就业网及各区人社部门的官方渠道，获取面向用人单位和高校毕业生的线上招聘求职服务，以促进人岗匹配，精准就业。

■新冠疫情时期应届生求职注意事项

1. 注意防护，保重身体
在新冠疫情时期，首先要保护好自己。尽量避免人员密集扎堆，适量健身运动，保重身体不熬夜；如果为了争取一份工作，身体健康受到影响就得不偿失了。

2. 心态平和，切忌焦虑
充分利用疫区这段时间，思考一下自己如何提高应聘能力，

由于受疫情的限制，很多企业的招聘工作一再延后，各类现场招聘活动也全部暂停，面试的进行基本都采用在线面试的招聘方式。



【求职技巧】

为线上面试助一臂之力

针对在线面试的操作和技巧，在此分为面试前、面试中、面试后三块来和大家分享。

◆在面试前需要做什么呢？

首先，要选择一个合适的在线面试场所；其次，要确保在线面试设备正常和网络畅通；再次，要收集相关职位、企业、行业等信息；最后，也要做好个人的面试形象准备。总之，虽然是在线面试，同样需要做好充分的准备，确保良好状态，才能在在线面试中脱颖而出。

◆在线面试中应该如何表现呢？

首先，在面试开始阶段要遵守时间；注意文明礼貌，克服紧张情绪，保持自信心态；其次，在面试中注意形体语言，自我介绍时要把握时间，表达清晰，控制好语速，表达内容要突出重点、工作经验或社会

实践，要实事求是，避免大话套话；再次，在面试的问答阶段，要听清楚问题后再作回答，不要答非所问或跑题；最后，在面试结束阶段，要注意不要当面询问面试结果，要感谢企业给予面试机会，记得保持微笑，待面试官退出面试系统后再退出。

◆在线面试后还需要做什么呢？

首先，复盘一下自己面试过程有哪些地方可以改进，哪些问题没回答好，把没答好的问题记下来，仔细想想琢磨更好的答案，避免下次出现同样的错误；其次，面试后请不要过于焦急，临近企业给予的最后期限时，可以通过电话或邮件询问结果，再次表达自己对这份工作的重视；最后，如果没有接到企业的通知，注意调整好情绪和心态，信心满满地继续求职。

相信做好以上在线面试准备，一定会对疫情期间的在线面试有较大的帮助，也会有效提高求职的成功率。

(徐汇职介 汪烨玥)

【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 |
|-------|------------------|----------|------|--------|------|
| 嘉定分中心 | 上海嘉定区和谐家庭服务中心 | 护士/康复师 | 10 | 25-50岁 | 高职 |
| 卢湾分中心 | 盈环网络技术(上海)有限公司 | 基金公司客户专员 | 5 | 20-28岁 | 高职 |
| 杨浦鞍山所 | 上海财安金融服务集团股份有限公司 | 浦发银行大堂助理 | 5 | 21-35岁 | 高职 |

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。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。

【招聘会信息】



枫泾镇大中专应届毕业生专场招聘会

时间：2020年7月4日上午8:30—11:00

地点：金山区枫泾镇社区事务受理服务中心（枫泾镇枫杰路51号）

附近交通：金枫线等

主要招聘单位：上海汉钟精机股份有限公司、上海枫泾古镇旅游发展有限公司、上海金标文化创意股份有限公司、依必艾传动系统(上海)有限公司、上海铸末自动化机械有限公司、上海玄博胶粘材料有限公司、上海一仓机械制造有限公司、上海荣起建筑装饰工程有限公司等。

主要招聘岗位：研发工程师、电气设计工程师、通信工程师、产品测试员、操作工、装配工、维修员、打磨工、电工、化验员、外贸业务员、营销员、安装工、讲解员、设计助理、焊工、车工、钣金工、预算员、采购、会计、出纳、项目经理等。

主办单位：金山区枫泾镇社区事务受理服务中心

咨询电话：57353407



【职场问答】

问：公司有一员工从外地总部调至上海工作，在上海属于首次缴纳社保，请问他的社保缴费基数可以按上年度月平均工资性收入确定吗？

答：个人缴费基数按职工本人上年度的月平均工资性收入确定。首次参加工作或变动工作单位的缴费个人，应按新进单位首月全月工资性收入确定月缴费基数。

问：据说工伤保险已经取消了，但官网又说可以去申请，请问现在到底有没有？

答：经市政府同意，自2018年度起，本市暂停征收企业欠薪保障费。但当企业发生破产、解散、被撤销，或者经营者隐匿等情形，无力支付劳动者薪金时，欠薪垫付工作依然正常开展。

学会把控自己的心态，以平常心对待失败和挫折；认真梳理过往求职的得失，总结经验，对在线求职做一些有益的功课。

3. 充电加码，练好内功

新冠疫情客观上会增加就业困难，但不是找不到工作的决定因素，机会总是留给有准备的人。不妨静下心来练内功，借此增强自己的技能，取长补短，对将来求职一定会有好处。

(徐汇职介所 蔡坚)