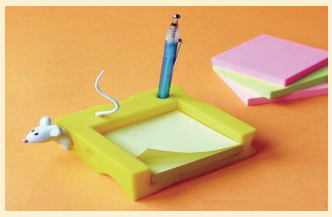

【职场问答】

**○问：因为公司效益不好，原先说好的年终奖可能不发了，是否可以申请劳动仲裁让公司补发一部分？**

●答：发生争议后，可与用人单位先行协商，协商不成或者达成和解协议后不履行的，可以向调解组织申请调解；调解不成或者达成调解协议后不履行的，可以向有管辖权的劳动人事争议仲裁委员会申请仲裁。

**○问：我过年要辞职回老家了，社保该怎么转回去呢？**

●答：如需办理养老保险个人账户跨省市转移手续，请持身份证至就近的区社保中心或街（镇）社区事务受理中心的自助查询机打印基本养老保险参保缴费凭证，然后凭身份证和缴费凭证到新参保地或户籍所在地的社保经办机构申请办理。

**○问：今年刚来上海工作，初次缴社保的基数如何确定？**

●答：如进单位首月工作满全月的，月缴费基数按照首月全月的工资性收入核定。如进单位首月工作未满全月，月缴费基数按当月实际工资性收入核定，但次月起单位仍应按全月的工资性收入核定缴费基数并进行调整，在和用人单位双方协商一致的情况下，首月也可以按照全月的工资性收入为月缴费基数。

【职业指导】

# 我的“Best Choice”

**案例背景：**

小孙，是一位高高瘦瘦很书生气的男孩子，原本是一家金融企业的数据维护员，因为疫情的缘故企业倒闭了，他也成了茫茫失业大军中的一员。所幸，小孙是一个积极的年轻人，他一直在关注上海公共招聘网和浦东就业公众号，终于让他在众多岗位中成功应聘到一家国企的经理助理职位。但是想象中轻松的国企工作和实际上工作量大、要求高的快节奏工作差别很大，而此时又有一家新媒体企业向他伸出了橄榄枝，面对选择他纠结了。

**案例分析：**

职业选择是很多年轻人在求职过程中都会遇到的问题，涉及到职业意愿的适合度、职业能力的契合度、职业岗位的配合度等众多因素。

针对小孙的求职经历，职业指导员作了如下分析：

**一、认识自身的纠结点，让纠结量化。**针对纠结的问题，可买让小孙自己梳理一下，为什么会如此地纠结而难以选择？是看中国企岗位的稳定还是新媒体行业的挑战？是止步于繁琐的工作程序和业务能力挑战，还是不想走出自身的舒适圈？是家人的影响还是自身的考量？

**二、梳理两份工作的工作内容和内在要求。**国企经理助理的岗位在工作内容上主要涉及办公室行政工作、人事考核工作、党务工作等。人事业务这一块小孙没有经验，最大的问题还是党务工作，这个挑战对于他还是比较大的。在新媒体公司岗位是发行部的行政专员，这个职位相对他来说没什么难度，工序流程都比较容易上手，唯一的难点是与业务部的工作对接，这也只是时间和人员熟悉问题，这个问题随时间推移会迎刃而解。

**三、分析自我，把握定位，合理规划。**小孙的个人职业能力其实很不错，这在他的自我表述和工作反馈中都能很好地体现，但是在自信和责任感上还有待加强，在工作中畏难情绪还比较明显。所以综合来讲如果克服不了自己的主观情绪，很难在现有工作中有好的表现和突破，这一点需要多多关注。

**指导建议：**

**1、做一张“职业生涯决策平衡表”。**利用量表来了解自己的气质、性格类型、职业发展倾向，尤其在工作价值观、能力、发展空间、专业支持等项目中，让个人直观用数字来认知自身的倾向，更有利于选择的决定。建议客观看待自己的职业，更合理地制定自身的职业规划。从小孙的各项分值情况来看，客观比重因素的几项，国企职位分值略高，而主观比重因素的几项，新媒体职位的分值较高。

**2、尊重个性还要服从自身本心。**如果单从岗位发展的角度，国企经理助理的职位更有发展空间，不仅因为小孙自身条件气质比较符合岗位，也因为从侧面了解到该企业对于青年员工的发展比较注重。但是从小孙本身来说，现阶段能力和适应度与新媒体公司的岗位更为合拍，且公司环境优雅，大家庭都是年轻人，很富有朝气和冲劲，气场很合小孙的心。建议个人进一步对比岗位的适应性和融合性，职业兴趣是职业选择的基本要素，直接影响到个人的工作态度、稳定性和满意度。

**案例总结：**

有人说过：“选择什么样的工作，就选择了什么样的人生！”

所以，首先要先问问自己，到底想要什么样的人生？想以什么样的生活方式生活？去热爱这份工作所带来的生活模式和人生状态；其次看这份工作可以带来的附加价值，而不仅是薪酬待遇；第三，适合的好的partner，共同的价值观会带来共同的进步。

做到这三点，那就是best choice！

（浦东就促川沙分中心 徐翠凤）

【求职技巧】

# 面试中招致失败的那些事（说话方式篇）

面试官讨厌的行为很可能跟自身喜好有关系，一千个人眼里有一千个哈姆雷特，有的面试官讨厌被叫老师，有的因为你没有跟他握手就没有给你offer。这些都属于个人喜欢，在这里我们不过多做分析。只说一下大部分面试官都会厌烦而导致失败的说话方式。

**1、回答含糊型**

不懂装懂，答非所问。人家问你如何做饭，你却回答去哪里吃饭，可以说牛头不对马嘴，这种是绝对需要避免的。

对于聆听者来说，这样的回答听起来像是他知道应该做些什么，但却留着让HR自己去琢磨他是否可以真正地做到这些事情。适当地包装自己肯定是必要的，但在涉及陌生领域时，可以坦白告诉对这一块内容可能不是很熟，但是有信心做好，切勿不切实际地胡乱回答。

**2、纠结薪资福利型**

当首次面试时，被问及对公司有什么想要了解的吗？求职者丝毫不提及与公司、工作相关的问题，直接询问有关休假或请假制度的问题。

一般公司的面试都要几轮，理论上前面的几轮面试主要是双方互相了解，来判断求职者和公司岗位等是否匹配的过程，薪酬虽然是影响最后是否能够匹配成功的因素之一，但在面试前期，这显然不是排名靠前的因素。所以作为面试者应该在前几轮把精力放在如何表现会让面试官感觉自己是合适的那个人，这个目的达到了，才有进行薪酬谈判的资格以及筹码，过早地讨论薪酬只会让面试官质疑你的专业性以及求职动机。

**3、藐视面试官型**

有这样一种情况，当求职者是具有比较丰富从业经验的人员，而碰巧面试官看上去非常年轻稚嫩，那么求职者在言语间会透露出这样的信息：你提的这个专业问题太基础；你不懂这个，我不想和你过多交流。这样的求职者不仅缺乏礼数，更是会被面试官列入黑名单。

虽然面试官看起来像个新人，无论是外表还是职位头衔，那也不要以为他们是没有任何决策权的人。如果面试人员感觉受到了轻视，那你就不会得到他或她的认可。即使你对他们的地位的看法是正确的，他们还是会把自己的情绪反映在你的面试结果上。

**4、胡吹海侃型**

当HR提出一个简单的问题，如请简单介绍自己，求职者就开始滔滔不绝说个不停，遍数自己的成长史，一个两分钟的小问题被延长至十分钟甚至更长，那么就极易给自己招黑。

因为招聘人员有一些问题要了解，而他们只有有限的时间来获得信息以帮助他们确定合适的且符合资历要求的人，而求职者给出冗长且没有终点的回答就很有可能会失去工作机会。因为HR会更倾向给出清晰、简洁的答案，并且只专注于回答问题专一的候选人。

（徐汇职介 蔡坚）

【职场人生】

# 初入职场这七种心态要不得（上）

岁末年初，莘莘学子正步入社会，作为接受过高等教育的一类群体，迎来的首要问题是就业和尽快融入职场。去年一场席卷全球的病毒疫情给经济、政治、社会都带来了多重的影响，导致经营受阻、需求中断、消费降低、失业上升……整个经济形势低迷，也造成企业被迫裁员和招聘需求的缩减，使得学子们的求职就业变得更加的困难。

通常在就业市场中，年轻的大学生占据优势，但在当下严峻的就业形势下，越来越激烈的岗位竞争，并不是每一个毕业生都能如愿以偿地找到心仪的工作。当主观愿望与现实工作之间出现巨大落差的时候，就难免会使人产生焦虑，出现心理失衡、情绪紊乱等问题，导致对前途失去信心。那么，在如今这种就业难的情境下，要想找到一份好工作要克服哪些心理障碍呢？

**一、择业强求“门当户对”心理要不得。**很多毕业生在找工作时喜欢按门第划分，如交大、复旦就应对应国际大公司，但是一旦落空，这样会造成未能如愿者的失魂落魄，甚至自暴自弃。大学生求职中不应该有这种门第观念，正所谓英雄不问出处，择业的大门向每一个毕业大学生敞开，但是对自己的估计过高或过低都会产生失落感和差距感。

**二、求职面试中的虚假浮躁心理要不得。**面对“你方唱罢我登场”的招聘会，大学生求职哪个不是场场不落，送简历如撒传单，正所谓浮必显、躁必急，因此各类“毒素”也慢慢渗入了人才市场——假学历、假文凭、假证书，以及装帧精美的虚假简历，甚至徒具其表的各色人才“包装”，这些本末倒置的行为都会使毕业生陷入歧途。

**三、逆反心理要不得。**有些毕业生总爱和人抬杠，以说明自己标新立异，对于任何一件事情，不管是非曲直，别人说好，他就说坏；别人说对，他就说错，以此来展示自己“广博”的知识，热衷于显得与众不同，很另类。其实，这样很容易招人反感，久而久之便被群体排挤在外，但他往往还浑然不知。（未完待续）

（金山就促中心 张哲斌）

【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 |
|---|---|---|---|---|
| 上海新砚模具制造有限公司 | 焊接机器人操作工 | 10 | 18-50岁 | 初中 |
| 上海钟盈企业发展有限公司 | 设备检修工 | 30 | 18-50岁 | 高职 |
| 上海强宇企业管理有限公司 | 特斯拉汽车操作工 | 30 | 18-38岁 | 高中 |
| 上海纽加僖信息技术有限公司 | 计算机维护工程师 | 10 | 23-40岁 | 大专 |

**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”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。

上海市人力资源和社会保障局宣传教育中心 发放对象：从事人力资源和社会保障工作人员等 发放电话：62748577－1015 印刷：上海界龙中报印务有限公司 印数：10万