

案例背景

小朱,男,27岁,2014年汽车运用技术专业大专毕业,通过网络学习市场营销专业本科毕业。2015年至今一直在某公司工作,主要从事的是电脑信息输入。来电诉求主要是近5年来一直在单位从事电脑输入工作,工作内容比较简单,觉得对自己的职业发展帮助不大,职业能力也得不到明显提升。目前想报考在职研究生,但是看了书后发现很难,压力大,心情重;也想换个工作,但自己没有明确的职业规划。

案例分析

1.技能缺乏,未对职业技能进行提升。小朱一直在单位从事单一工作,工作内容比较单调,他连基本的办公自动化软件、PPT等操作也不熟练,职业技能没有得到好的锻炼提高。其本人平时也忽视职业能力方面,没有主动进行自我能力的提升;对于大专学习的汽车运用技术专业还比较感兴趣,也想往这方面发展。

【职业指导】

提升职业技能,为职业发展做好准备

2.性格内向,语言沟通能力相对欠缺。在电话交谈中,小朱介绍自己的情况时谈到自己性格比较内向,不善于交际,不太喜欢与人交往,与同事关系也比较淡。当时“专升本”选市场营销这种交流型专业,自己也并不喜欢,只是为了能获得本科毕业证书。小朱也想要改变自身的性格弱点,想加强与别人的交流沟通,锻炼自己人际交往的能力。

3.盲从心理,听朋友推荐报考研究生。研究生考试是否有必要?小朱虽报名参加了研究生考



试,目前在复习过程中,但发现报考的内容很难,自己很难适应和消化,使得自己日常心情郁闷和焦虑,睡眠不好,身心疲惫。考取研究生是可以获得学历的提升,有这个学习的想法是好的,但是也要看个人的情况;研究生毕业最终也是要进入市场就业的,只有适合自己的才是最正确的。

指导建议

1.正确了解自己,提升职业能力对自己有一个明确的了解,

明确自己的优劣势。虽然勤奋工作了5年,小朱认为没有得到能力的提升,但是本人可能没有发现自己在其他地方的能力提升,例如电脑输入速度很快,工作态度认真负责,细心负责,有责任感,自己的本职工作做得很好。平时可以利用闲暇时间学习办公自动化等办公应用软件,这些能力几乎每个单位都用得到,直接影响一个人做事的质量和效率。目前来看,参加研究生考试还不如参加相关职业技能的培训,没有能力只有毕业证书在职场上也是没有竞争力的。

2.增加与人交往,学会沟通技巧

小朱实际生活中性格比较内向,不善于与人交流沟通,电话联系中也发现他说话语句不是很流畅,和同事也没有很多话要说,本

人已有意向改变这种状况。建议小朱平时多与同事打交道,主动帮助他人,多听取别人的想法,也有意识地表达自己的观点,多参加一些讲座交流活动,多给自己发言的机会,增强自身的自信心。

3.拓宽专业知识面,做好职业准备

俗话说“人往高处走”。小朱想要自己的职业生涯往好的方向发展,觉得自己对汽车相关专业有兴趣,也曾经去过二手车评估市场了解情况,建议可以利用休息时间去二手车评估市场了解相关信息,进入这个市场需要做好哪些准备?是否需要准入资格证书等相关内容?同时也要了解这个市场对于求职者的需求情况,做好相关准备才能知己知彼,在职业生涯的路上越走越宽广。(徐汇职介 严萍)

【求职驿站】

“偏航”的职业生涯如何重启?

【案例】

小张,男,88年出生,大专学历,审计专业。毕业之后小张在亲戚公司做了近6年的出纳工作,之后由于亲戚离开公司也离职了。接着在一家公司做财务助理,由于能力问题和缺乏财务相关证书,没多久就被辞退了。不久便遇到疫情,期间由于找不到相关工作,为了生计开始打零工,做过仓库管理员、汽车贷款审核员等,最后都因为工作辛苦而且收入太低而辞职。现在小张对于求职是一片茫然。

【分析】

小张,比较内向的一个男生,某知名会计学院审计专业毕业且有多年的财务相关经历,后期因找工作定位不准,以至于脱离财务岗位已有1年多。他目前在求职方面存在以下问题:

- 1.没有明确的职业定位。对于新的工作,小张除了要求朝九晚五、稳定轻松之外,对于其他基本没有任何想法。
- 2.缺乏相关的职业证书。作为审计专业毕业的小张,只有一张会计上岗证。而且在亲戚公司上班期间没有去考其他财会证书,连会计上岗证也到期失效了。
- 3.缺乏求职应聘的面试技巧和简历制作方面的技巧。

【建议】

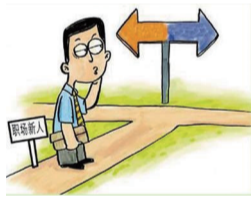
1.确定职业目标。建议小张结合自己的专业、能力、兴趣、经历以及薪资要求等因素,确定一个基本的求职目标。对于小张来说,财务仍是他最好的选择,专业对口,又有相关工作经验。

2.提高专业技能。财务工作专业性较强,除了工作经验,相关资质证书也是必不可少的。建议小张应该利用失业在家的时间考取财务类相关证书,以提高自己的求职竞争力。

3.一份合格简历。作为求职的敲门砖,一份优良的简历能给面试官减少很多阻力,达到事半功倍的效果。一份好简历不仅要考虑自身优势,更要结合岗位职责和要求。简历制作要测自己的“身”,更要量企业的“体”,量身定做出来的简历,才能打动企业“芳心”。

4.提高面试技巧。面试是求职中最重要的环节,是个人给企业的第一印象。首先必须穿着得体,根据面试的工作岗位要求选择合适的服装;其次要流畅地做自我介绍,能灵活地应对面试官提出的各类问题;最后是在整个面试过程中的礼节礼貌必不可少。

(徐汇职介 邹萍)



【招聘会信息】

浦东金杨新村街道
就业帮扶招聘会

时间:2021年4月23日(星期五)
下午2:00

地点:浦东新区银山路330号B楼207室

附近交通:隧道六线、公交961、554路等。

主要招聘单位:盈环网络科技有限公司(上海)有限公司、上海陆家嘴东怡酒店管理有限公司、川源(中国)机械有限公司上海分公司、上海皇家网络科技有限公司等。
主要招聘岗位:编辑助理、零部件

(接上期)

我不得想起了一个女孩的故事:

故事的主人公孙玲,来自湖南娄底的一个农村家庭,和大多数同乡人一样,高中毕业后她在亲戚的介绍下,千里迢迢到深圳成为一名流水线操作工。

“现实和想象完全是天差地别,那时生活极其单调,没有丝毫价值感,在外面所有事情都要靠自己,一切都没有想象中那么简单”。在工厂做了几个月她就想“逃离”,孙玲想起了曾经参加过的计算机夏令营,决定学习编程。她省吃俭用攒够钱交了学费,然后从工厂辞职了。

后面的将近500个日夜是孙玲漫长的“充电期”,那段时间她不在上课就在打工,或是在去两



规划工程师、IT运维工程师、设备维修、实验室操作工、财务出纳、幼儿园营养师、工程主管、维修电工、绿化班及养护员等。

嘉定南翔镇
春季专场招聘会

时间:2021年4月24日(星期六)
9:00—11:00

地点:南翔中冶祥腾(真南路与沪宜公路交叉口)

附近交通:轨交11号线、嘉定111路、公交115、119、125路等

主要招聘单位:华润置地(上海)物业管理有限公司、澳释汽车科技(上海)有限公司、泉映图像(上海)有限公司、上海康卫检测有限公司、上海龙象环境科技有限公司等。

主要招聘岗位:激光制版人员、运输调度、水电维修、猎头顾问、职业卫生技术负责人、职业卫生检测技术人员、公共卫生专业人员、采样员、销售专员、采购专员、外贸专员、收银员、财务、给排水项目管理、项目施工技术、水务客服热线等。

【职场点拨】

究竟是什么困住了我们(下)

地的路上。最终,功夫不负有心人,孙玲终于在IT行业找到了工作,生活慢慢开始走上正轨。

从流水线操作工,华丽转身成为IT行业程序员,孙玲已经非常成功地改变了自己的命运。但是,她并没有停止脚步,继续一边工作一边学习,通过远程教育课程一路读到本科学历,还坚持学英语,坚持跑步。正是这些储备,让孙玲有能力抓住不期而遇的机会,冒险去美国学校深造,并在纽约找到工作,成为谷歌高薪程序员。

一个高中毕业的农村女孩,赤手空拳来到深圳,什么资源也没有,什么技能也没有,周围的同伴可能都差不多,而且工作的时间也被安排得满满的。即便在这样恶劣的环境下,孙玲还是凭借自己的力量,跳出了这样看似无解的死循环。

不可否认,孙玲之所以有这么大的飞跃,部份原因也是得益于时代的红利,得益于朝阳行业的快速发展,也不是对所有的人有参照性,但是毕竟能做到的人也是寥寥可数。那么究竟是什么造就了孙玲的奇迹人生?

她曾经做过一个总结:“这

10年来我就在做一件事情——不停地解决问题、制造新的问题。”她把所有的精力都放在了“解决问题”上,而不是哀叹为什么自己会遇到这么多压力和困难,埋怨身处的环境那么差。可能是从小就生活在农村贫困环境下的原因,孙玲很早就认清了这个不完美的世界,并接纳了现实。“有多少资源,做多少事情。”这是



孙玲做事原则,也可以成为我们每个人行动原则。

困住我们脚步的永远是我们自己,只有我们自己改变了,这个世界才会改变。有句古话“自助者天助之”,只有自己不放弃希望,别人才有机会去拉他一把,上天才会将机会垂青于他。希望职场中的每一个人都将拥有一个不设限的未来。

(虹口就促中心 茅一君)

【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
上海中集宝伟工业有限公司	设备工程师	5	25-35岁	本科
恩业企业管理咨询有限公司	国企客服专员	10	18-35岁	大专
上海熊猫机械(集团)有限公司	装配工	8	18-42岁	高中

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。