

## 【职业指导】

## 更新“自我模式”重返企业

## 【案例背景】

小军,22岁,有3年的工作经验,原先从事财务工作,通过自学转行到平面设计行业,个人工作能力较强,但因工作量过大,且单位管理制度问题离职。离职后一直处于灵活就业状态,来寻求职业指导师的建议和帮助。

## 【案例分析】

职业指导师与小军沟通中发现,小军存在以下问题:

**对职场缺乏现实认知:**小军虽进入职场3年,但是从财务工作转行到平面设计的行业跨度比较大,不是科班出身的设计师很难进入大企业工作。小军只能从小企业慢慢打磨自己,而小企业存在欠薪无补贴等不完善、不规范问题。面对这种情势,要想清楚自己要的是设计经验还是企业平台,以及今后打算在设计行业达到什么样的成就,为此愿意付出多少努力。

**对工作生活缺乏自律:**小军属于被动型人格,自律能力比较弱。当在企业工作时,因为有上下班时间,所以基本能做到早睡早

起,生活相对比较规律。现在灵活就业没有了约束,便养成了晚上不睡、早上不起、三餐混乱的不良习惯。虽然小军知道这种状况不好,成天身体觉得疲倦,精神状态也很差,每次都赶在最后期限拼命赶工,空闲时间只想打游戏,处在无规律的恶性循环中。

## 【指导建议】

**一、着眼自我职业发展,正确选择就业方式**

指导师给小军分析了“单位就业”和“灵活就业”的利弊:在企业上班的自由度肯定没有在家灵活就业高,一个单位一个集体有更多的压力和约束力,环境更复杂关联,干好工作的同时还需要处理好人际关系,当然也能使人更快地成长。灵活就业的好处就是时间自由,干什么、怎么做的自主灵活性大。从目前小军并不需要照顾家庭,生活和学习上也没有什么特殊情况,所以选择去企业上班会对他的成长更好。

**二、了解设计行业市场,做好职业发展计划**

首先要多了解平面设计这个



行业现状,平面设计属于门槛较低,但薪资待遇也是相对较低的行业。通过平面设计入门之后,可以考虑互联网公司的产品开发方向,很多IT公司的产品开发经理、UI设计师这类岗位都很缺人才,发展前景和薪水待遇都很不错,并且做项目会有设计总监带着边做边学。在招聘网站上多看看,查找针对互联网又偏基础的岗位,适合刚加入互联网行业的年轻人。同时,着重设计岗位需要的应用软件,自己还需要掌握哪些技能技巧,有目标和针对性地学习补短,尽快提升自己的能力水平。

**三、多渠道了解招聘方,学会**

都像是他们耳边刮过的风,希望他们可以给出一个能够暂时心安的计划和行动,但结果往往背道而驰。

可见,采取平等的沟通方式非常重要。尝试“我建议你可以试试……”“你是不是考虑一下……”等询问式沟通方式,其实并不困难。当然,父母可能认为子女年龄再大还是自己的孩子,应该理解自己的良苦用心。然而,作为孩子未必都能理解和体会得到,所以做一个倾听者,先做到让他认可你,才能愿意对你说。多一些平和,多一点耐心,畅通交流渠道后,心态的融洽才是根本所在。

最后给父母们说一句,当代青年人已拥有很多求职的渠道,高速发达的社交工具极大丰富了求职手段,他们坐在家一样可以找到满意的工作。当下的求职途径也很多,从学校推荐、熟人介绍、报纸杂志到线上线下招聘会求职,求职手段之多令人耳目一新。与过去现场招聘会乱哄哄的热闹景象相比,现在线上招聘信息繁多还效率更高,匹配快成本更低,交流更及时方便,方寸弹指间就锁定心仪的工作了。

## 甄别企业方法

每家企业的经营风格和运作模式都不一样,建议小军人职前多花些时间去搜索和鉴别有意向的公司。

一是要了解企业状况和口碑。可以去脉脉、知乎、天眼查、百度评价等渠道搜寻招聘公司的情况和评价。也可以通过面试时的沟通,了解该公司的经营情况、人员构成和福利待遇等情况。

二是要了解企业的业务水准。搜寻公司的相关产品项目,甄别其业务运行模式,客户渠道构成,了解企业设计和产品情况。当然更重要的是了解公司招聘岗位的要求,比如是注重交互设计、手绘能力,还是产品创新设计能力,同时根据自己的实际情况进行有针对性选择。(宝山就促 谭佳智)

## 【职场点拨】

## 简历投机取巧得不偿失

现今不管是刚毕业的应届生,还是因不满现状准备跳槽的职场人,在准备简历时或多或少都会对简历进行一定的美化,但其中有些人却会对自己的简历过度包装,“灌水”虚构事实,大刀阔斧来一次“整容”,造成了不好的个人影响和社会影响。

那么,我们今天就来分析一下,为什么总有人选择简历“灌水”而不顾后果呢?

**一、吸引企业关注,害怕错失良机**

通常HR浏览一份简历所要花费的时间很短,那么对于求职者来说,想要在这短短的黄金时间里吸引HR关注,实在不是一件简单的事情。想要在芸芸众生中脱颖而出,好好美化一下简历,突出自己的能力与亮点,给自己创造机会,从而得到用人单位的青睐是人之常情。

但是包装得过于完美,实际能力与简历上所言并不匹配,即使面试时没有露馅,入职后也早晚在劫难逃,这种方法会给自己埋下一颗定时炸弹,随时都有爆炸的风险。

**二、不想吃眼前亏,盲目跟风修改**

前不久在网上曾看到过一个案例:

一名应届毕业生正在求职,有一家知名企业参加了其学校的校招,他和同学都向该企业投递了简历,但是没想到同学接到了面试的电话,他却被刷了下来。他非常不解,因为无论是学习成绩、校内表现,亦或是实习经验,他都公认比其他同学略胜一筹。后来,一次聊天中同学告诉他,“简历要好好地包装一番,

## 【职场问答】

□问:我想通过留学回国人员的渠道来办理落户,请问回国后累计待业时间正好是24个月,是否符合相关政策?

■答:留学人员回国后应直接来上海工作,累计待业时间不超过2年。用人单位申报相关材料后,预审部门工作人员会进行核对并告知结果。

□问:公司设在上海的分公司注销,不再开展经营活动,要遣散员工。其中有1名女职工在本公司工作了1年,现已怀孕,公司按照她工资标准的2倍给予补偿是否合法?

■答:根据《劳动合同法》第四十二条,女职工在孕期的,用人单位不得依照本法第四十条、第四十一条的规定解除劳动合同。但在协商一致的情况下,双方仍然可以解除劳动合同。

## 【求职驿站】

## 理性应对子女“不就业”(下)

## (接上期)

经过无数心理学专家的论证,一个人的气质是天生的,但是性格却是后天形成的,是可以改变的;遑论表达能力、沟通能力和动手能力等素质,更是可以通过不断训练加以提高的。

平常父母的这些评价,其实是在给子女贴负面标签,乱贴标签会让子女潜意识地降低自信心,从而影响他们的职业信心和成就。

每个成年人成为社会人后都会有很大的变化,年轻人的潜能是无限的。我们家长要以发展的眼光看待子女,关注他们在就业中的每一个成绩和每一步成长。比如他(她)是不是又在积极投递简历,是否有在积极参加面试?求职不能完全看结果,过程当中的努力一样值得肯定和鼓励。

学会发现他们身上的优点和进步,多赞美少责备,帮助他们在职业发展的过程中克服困难和挫败感,更好地顺利成长。



## 第三、改变沟通的方式方法,巧妙提出合理建议。

现在许多90、00后的择业不再只是单一标准,更多是希望从职业中获得幸福感、获得感。同样的,对于亲子间的关系,他们也会有不同的期待。很多父母习惯性树立家长权威,然而随着孩子年龄增大,代沟感逐渐显现,这种权威会慢慢淡化。

如果父母现在还在用指令性交流方式——

“你应该……”  
“你要……”

这样的沟通方式对年轻人来说效果很差,而且会有强烈的反抗心理,甚至话题的终结。所以,父母每一次的疑问、咆哮

都是他们耳边刮过的风,希望他们可以给出一个能够暂时心安的计划和行动,但结果往往背道而驰。

可见,采取平等的沟通方式非常重要。尝试“我建议你可以试试……”“你是不是考虑一下……”等询问式沟通方式,其实并不困难。当然,父母可能认为子女年龄再大还是自己的孩子,应该理解自己的良苦用心。然而,作为孩子未必都能理解和体会得到,所以做一个倾听者,先做到让他认可你,才能愿意对你说。多一些平和,多一点耐心,畅通交流渠道后,心态的融洽才是根本所在。

最后给父母们说一句,当代青年人已拥有很多求职的渠道,高速发达的社交工具极大丰富了求职手段,他们坐在家一样可以找到满意的工作。当下的求职途径也很多,从学校推荐、熟人介绍、报纸杂志到线上线下招聘会求职,求职手段之多令人耳目一新。与过去现场招聘会乱哄哄的热闹景象相比,现在线上招聘信息繁多还效率更高,匹配快成本更低,交流更及时方便,方寸弹指间就锁定心仪的工作了。



## 求职简历

## 三、捷径心态作祟,虚构信息获利

在找工作的过程中,大部分求职者对简历信息的美化是基于真实的基础上进行润色,但还是为了走捷径,无所不用其极,例如:把了解写成精通;把照片P成“照骗”;把打杂

写成主导;在公司只是基层领导,却硬生生扣上高管名头;最夸张的是明明年薪只有10万,为了能谈个好价钱,偏偏要写个20万、30万。

捷径不是万能的保护伞,作弊换来的机会,最终也会被自己的能力出卖。一旦被面试官识破,你简历上所有的工作经验的真实性都会受到质疑,最终受苦的还是自己。当一个人诚信被质疑,即使再有能力,恐怕也没有哪一个公司敢录用。

简历是求职的“敲门砖”,虽然我们不能输在起跑线上,但是也不能在起跑线上为了便利而选择偷跑,其结果往往是被取消参赛资格。优化简历无可厚非,但“灌水”的做法绝不可取,要想更好地展示自己,踏踏实实修炼能力才是王道。(徐汇职介 蒋怡雯)

## 【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
上海询典智能科技有限公司	电气工程师	10	25-50岁	本科
上海瀚洋电信科技发展有限公司	电信电话客服	30	18-35岁	高中
上海联慧人力资源发展有限公司	上汽操作工	20	18-28岁	高职

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、此外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。