

“宝妈”归来，如何重启职业生涯?(上)

案例背景:

今年,我接待了一名特殊的求职者小丽。据她描述,自己现在是两个孩子的妈妈,因为两个孩子出生的年份挨得比较近,所以从生一胎起到现在已经告别职场三年多了。

小丽说,在有孩子之前,自己曾做过几年的房地产销售,当时业绩不错,工作能力也有口皆碑。原本她想,凭借之前的销售经验,再找一份类似的销售工作应该不难,却没想到现在各种销售岗位的竞争比几年前更加激烈。

如今小丽想重返职场,但因为孩子还小,所以她没办法



接受需要加班或出差的工作,这一点就在很大程度上,让她丧失了很多就业机会。而且,在年龄、工作时间以及工作强度上,相比男士或没结婚的年轻女士,她显然也已不具备任何

优势。

就这样兜兜转转了小半年,小丽依然滞留在失业队伍中,随着时间的流逝,她也不免更加忧心忡忡。难道“宝妈”归来,真的再无立身之地了吗?

案例分析:

通过和小丽沟通,我们不难发现,造成她就业难的无非以下几个原因:

1、就业定位不够精准。由于太迫切地想重新回到岗位上,小丽在重返职场时,犯了“广撒网”的大忌。具体到销售行业也是有诸多细分领域的,以她目前的诉求与条件来看,进行精准的就业定位,显然比盲目海投简历参加面试更为明智。因为盲目地在销售行业中应聘,很容易在那些工作时长、工作强度大的岗位面前,暴露自己的条件短板,进而应聘失利,还挫伤自己的自尊心。

2、工作家庭难以平衡。近年来国家放开了二胎三胎政策,在就业市场上,涌现出很多待就业的“宝妈”,“宝妈”们面临的难题往往是工作与家庭的平衡问题。“宝妈”们再就业时的基本诉求很明确:因为要照顾孩子,所以不能接受要

加班或出差的工作。但严峻的就业形势下,人才内卷、行业内卷、激烈竞争与“宝妈”们的诉求形成了难以调和的矛盾,这也就造成了以小丽为代表的“宝妈”们的就业困境。

3、应急预案尚未建立。在小丽做出重返职场的尝试过程中,被HR最常问到的就是“家庭原因会不会拖累到工作”。显然,小丽并没有仔细思考过这个问题,因而在回答时不能很好地打消用人单位的疑虑,这无疑会为她个人价值减分。一套能够保证工作顺利开展应急预案,包含未就业期间个人成长规划、个人技能打磨、时间冲突应急办法等,都能够很好地向HR展示自身的优势,甚至可以作为“宝妈”与用人单位之间的双向“保证书”。

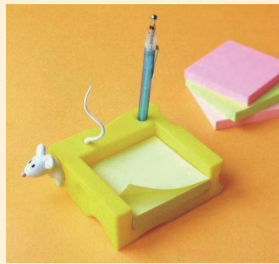
指导建议:

一、细分销售岗位,凸显个人优势

小丽应当根据自己“宝妈”的身份,去选择与之相关的销售类岗位,如从事与婴幼儿相关的产品销售。这样不仅能够很好地规避掉“宝妈”这个头衔带来的负面影响,而且从另一个角度来说,因为是“宝妈”,所以更加了解潜在客户群体,这一天然的特质反倒能为自己的个人价值加分。(未完待续)

(金山就促中心 居思惠)

职场问答



问:劳动合同到期未续签,员工一直在上班,工资社保正常,是否可以主张2倍工资,以及满一年主张无固定期限劳动合同?

答:劳动者实际已为用人单位工作,用人单位超过一个月未与劳动者订立书面合同的,是否需要双倍支付劳动者的工资,应当考虑用人单位是否履行诚实磋商的义务,以及是否存在劳动者拒绝签订等情况。因此,第一,如用人单位已尽到诚信义务,因不可抗力、意外情况或者劳动者拒绝签订等用人单位以外的原因,造成劳动合同未签订的,不属于《劳动合同法实施条例》的用人单位“未与劳动者订立书面劳动合同”的情况;第二,如果是因用人单位原因造成未订立书面劳动合同的,用人单位应当依法向劳动者支付双倍工资;第三,如果是因劳动者拒绝订立书面劳动合同并拒绝继续履行的,视为劳动者单方终止劳动合同。

职场点拨

摆正心态重新找回自我

案例介绍:

小陆,28岁,本科学历,材料成型及控制工程专业。2016年在一家民营企业工作,2021年6月离职后,一直闲居在家。小陆的家人很担心,便和小陆一起来到社区事务中心寻求帮助。

小陆的职业方向明确,思维活跃,但性格较内向、不善言辞。由于与上司、同事沟通交流较少,无法很好地融入团队,小陆感觉比较孤立。面对繁杂的工作,他缺乏应对的条理性,也难以适应工作的强度和节奏,压力感也越发增大。



案例分析:

就业指导老师分析了小陆存在的问题:第一,职场抗压能力较弱,对于批评或建议不能及时反省和改正;第二,没有建立良好的人际关系,工作中与同事沟通较少,不能很好地融入团队,长此以往便被边缘化;第三,挫败感阻碍了自身的进步,处理工作缺乏条理性和管理概念,导致不能适应工作节奏。

案例指导

针对小陆的情况,就业指导老师给出以下建议:

第一,了解行业职位要求。帮助小陆了解行业的职位要求、工作强度等,寻找提高

工作效率的方法。着重理清工作思路,懂得区分哪些事情是重要的,哪些事情是可以先放一放,分清轻重缓急,任务繁多可列出计划表,再有条不紊地解决问题。

第二,提高职场抗压力。帮助小陆了解职场中会遇到的各种压力源,掌握必要的解压和降压方法,逐步提高自身抗压力。从正面看待和接受建议和批评的声音,把这些声音理解为自己前进的动力和方向,才能勇敢地面对困难和挫折,不断完善自我。

第三,提升人际交往能力。帮助小陆了解职场与和谐人际关系的重要性,引导小陆与上司、同事在日常工作中积极沟通交流。工作情况要及时向上司汇报,听取意见;生活中的热点趣事可以和同事分享,增进彼此的了解,营造和谐愉悦的职场氛围。

经过就业指导老师的耐心帮助和引导,小陆成功入职了一家外企任工程师职位。入职一段时间后对他进行了回访,小陆表示已调整好心态,现在和同事相处十分融洽,工作的效益和心情都有了很大的改变,会以积极的态度迎接崭新的工作。

(小昆山社区事务中心)

职业指导

职场“新时代”——加油,中职生!

近年来,受国际形势加速演变、新冠疫情反复冲击、行业不景气等因素的影响,我们正面临史上“最难就业形势”的严峻考验。而中职毕业生们,没有高学历,掌握的技能又达不到职业更新和技术进步的水平,初入职场便面临职业的窘境。

学习机械加工专业的小林,中职毕业不足2年时间,却换了4份工作。

第一份工作是在加工厂流水线上做产品包装,嫌工作单调、劳动时间过长,做了4个月就辞职了。

第二份工作是做快递员,



但受不了风里来雨里去的辛劳,工作5个月后就辞职。

第三份工作是在酒店做服务员,嫌工资低,做了不到半年就决定辞职。

第四份工作是在一家民营企业当技术工人,工资比之前高出近2000元,但又嫌企业管理太严格,不到半年时间再次辞职。

像小林这样入职初期就频繁辞职的中职毕业生并非少数,究其原因有以下几点:

一是对自身的定位不够准确。部分中职生及其家长错误地认为,在职业学校读3年书,拿到毕业证,就应该有一份与专业相匹配的工作,少有思考自己究竟学到了多少知识和技能,究竟能胜任什么样的工作,究竟能为企业做出点什么贡献。

二是对薪酬的期待不切实际。职场中的收入高低和待遇

水平,是与知识、能力和贡献成正比的,刚入职就幻想着拿高工资,当实际收入低于预期时,势必导致在任何一家企业都不想干,也干不长。

三是对技能的学习不够扎实。部分中职生在学校时,对专业知识和技能学习不重视,虚度光阴,没学到真本领,又不愿意吃苦,毕业后较难在获得高质量的就业岗位。

面对职场“新时代”,中职生们该如何应对?

首先,在校期间要扎实学习。大多数中职生在初中没好好学,更不能放弃中职学校学习的机会,要珍惜时间,认真地学,好开办的专业课程,为今后职场能力打好基础。

其次,理性对待第一份工作。初入职场,多数要从苦、累、脏活做起,不经历磨炼,技能水平和能力难以提高,只有理性对待第一份工作,才有职业积累和更好的发展。

再次,初入职场别草率辞职。在企业难以发挥才能,没有职业发展前途,这样的辞职值得鼓励。但因吃不了苦、怕脏怕累、不服管理等辞职,这不是理由,也不利职业发展。

职业在人的一生中是场“马拉松”,要始终以学习的心态来对待从事的职业。无论工作多辛苦、环境多艰难,年轻时当沉下心来扎实锻炼自己,才能打牢未来职业发展的根基。

(崇明就促中心 严洁琼)

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
上海艾维科阀门股份有限公司	阀门工程师	5	20-40岁	大专
上海佰能工程技术有限公司	电气工程技术员	10	18-40岁	大专
上海汽车工业活动中心有限公司	设备工程师	5	28-45岁	本科

注:1、以上所列的各推荐岗位,建议你登录上海市人社局网站(<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。如需进一步咨询欢迎拨打12333上海劳动保障热线。