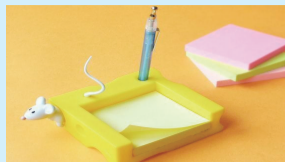


职场问答



问:失业保险金一般是几号发放?

答:失业人员在办理失业保险金申领手续后,自审核确认符合条件的次月起发放失业保险金,一般为每月15日发放到账。

问:留学生落户政策要求提供社保和个人所得税缴纳记录,并且要求二者均相匹配,请问匹配的具体原则是什么?

答:税费的扣缴单位应与社保的缴费单位一致。

问:根据现行的就业促进政策,人社部门有没有印发过劳动合同的标准格式文本?

答:国家人社部印发过劳动合同示范文本,供用人单位和劳动者参考。详见: http://www.gov.cn/xinwen/2019-11/29/content_5456897.htm。

职业指导

大学四年如何为未来准备

不少大学生在毕业时感到迷茫,尤其看到同学的工作大都尘埃落定,而自己还像无头苍蝇找不到方向,会倍感不安。因此,建议还未毕业的大学生们,对学业和求职提前作规划和准备。

大一:学会自我规划安排

作为一名刚结束高考的大一新生,过去十几年都在父母和老师的指导规划下学习成长,进入大学后突然成为彻底独立自主的人,很多人难以自适把控,在缺少合理规划下,就容易彻底释放天性,无节制地沉迷于打发时间在社交软件和游戏中。

在这一年,建议大家制订时间规划,合理安排课余时间,多参与校外各种集体活动,在不同的活动中发现并培养自己的爱好,或重拾曾经因学业而放弃的爱好。同时大一相对轻松,不要局限于自己的专业,花时间去了解各行各业及其发



展方向。前提是把学习放在第一位,好成绩、高绩点是求职和升学的亮点。

大二:在尝试中确定目标

这一年建议开始有意识地选留一些活动项目,比如在社团方面,太多社团可能会让你分心,需要淘汰一些不太感兴趣的社团。期间或许会担任社团干部去负责活动,这些活动一定会锻炼综合素质能力,也是学习成长中简历的一部分。

在学业方面,学习了一年的专业基础课,开始对本专业有了深入的了解,如果认为对自己所学专业不感兴趣,更要

提早为步入相关其它行业做准备,包括进入这些行业的必备资质、技能等。如果有机会最好通过实习了解,但大二课程不少,可以利用寒暑假去了解不同工作的切身体验。

大三:刷刷知识刷题经验

很多大学生会在这一年决定未来是考研、就业、考公还是出国学习,并开始着手为之付出努力。无论你选择哪个方向,建议至少有一份实习机会和体验感受(利用大三上学期或者大二寒暑假进行),为接下来突然改变计划或考研/考公失败,提前预留备份,不至于简历完全空白。

选择直接就业的大学生,会在大三这一年开始“攒”实习,若这时候还没有坚定的求职目标,建议结合自己的专业

和兴趣多方向尝试实习,毕竟实习感悟后的换方向,比正式工作后发现不适合自己的成本要低得多。

大四:提前适应职场生活

大学第四年会比较繁重忙碌,会在这一年参加求职、考研、考编等各种项目,同时身为毕业生还要准备毕业论文和答辩,准备就业的同学可能会一边实习一边开始参与各类面试。因此合理规划分配个人时间的能力在这时显得更为重要。

大多数会先考虑就业,在确定求职方向后,同学们的实习目标不仅是学习专业知识和工作技能,还要包括提前适应职场,适应学生到职场人的身份转变。而考研考编结束后,有人如愿以偿,有人继续再战,也有的会改变目标选择就业,这部分同学要及时调整好心态,多渠道搜集招聘信息,积极寻找工作机会。

以上建议随个体不同进行需求调整,但无论如何,同学们都离不开初期的广泛尝试和自我发掘,确定适合目标并为之努力。(长宁就促中心 陈温瑶)

职场人生

打破幻想 脚踏实地是本源(上)

【案例背景】

小王,自从大四开始实习后,每隔几个月都会换一份工作。每次换工作的理由都有些相似,比如觉得自己受到排挤,觉得上司不重视自己,在公司里工作很不开心。

2022年毕业后,小王进入了一家建筑工程公司,工作了几个月后,因为工作内容和当初预想的相符,要做的事情非常琐碎,所以又想要跳槽了。

家人说他吃不了苦,劝他在公司里好好干,但小王觉得,一份不能带给他快乐的工作,就是对自己的精神内耗,不如趁刚毕业多换几家公司,才能找到自己喜欢的工作。

【问题诊断】

潇洒离开不喜欢的工作可以治愈小王的“精神内耗”吗?幻想中的新兴职业是不是自己的职业赛道?夸夸其谈的背后,有多少自我的烙印?幻想破灭后留下立身处世的难题,小王逃避而导致的现实,或许才是一切的答案。

在与小王交流的过程中,职业指导师发现小王是一个兴趣非常广泛的人,他对各类新领域和热点事件都能讲出一些自己的思考。但是根据小王自己的描述,他“经常三分钟热度”,什么流行就跟着玩一阵,许多观点也是与人大同小异。

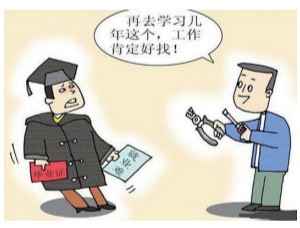
当被问及为什么想要跳槽时,小王坦白道:“我不喜欢工程管理专业,这个专业

是家人选的,而且这个专业本科毕业高不成低不就,自己又没有实力去考取工程管理硕士。”除此之外,大学四年小王看到了很多打破传统的工作方式,自己也学了多方面的技能,认为自己不是一个甘于朝九晚五的人。尤其到了毕业择业期,他非常向往做新媒体运营、游戏策划等新兴职业。但问他具体有什么相关技能,熟练度如何等问题,小王的回答都是:“会做,但做得没那么好”。

小王兴趣广泛,对新鲜事物的敏感度和接受力很好,能够在短时间内投身于某件事上,这是小王的优势。但是,小王对本身最能拿得出手的工程管理专业并不喜爱,他喜爱的东西却又因为自己的“三分钟热度”而不熟练更不专业,不可能作为求职的加分项。面对这样两难的境地,小王选择了不停地跳槽来被动应对。并且由于不喜欢在建筑行业的工作,小王在办公室的人际关系处理上不怎么上心,经常因为说话随便而在不知情的情况下得罪人,养成了不好的处事习惯。

所以,小王经常觉得自己受排挤,不被领导重视,工作量太大且很难完成。要改变小王的逃避心理,并让他脚踏实地,从触手可及的地方开始自己的职业发展之路,是职业指导的关键。(未完待续)

(黄浦就促中心 张钰雯)



求职驿站

积极进取赢得机会多多

金三银四的月份,求职者一股脑地冒出来了,都在这春暖花开的季节开始行动了!然而今年,人们说市场上的就业机会少了,找工作太难了。

诚然,经济环境、市场需求对求职会产生客观的影响,但作为有主动性的人,勇于面对,提前准备,不断努力充实自己,完善自己,怀着积极进取的心态,依然能在激烈的市场竞争中脱颖而出。

小李,CNC编程专业,大专毕业于老家不知名的院校,通过自己的努力专升本,获得了本科文凭,现在还在读研究生。小李的求学经历给职业指导老师留下了较深的印象。

老师:老家好还是上海好?

小李:都挺好的!

老师:那你之后想在哪儿发展呢?

小李:这个得看我女朋友了。

老师:你女朋友在哪儿读书工作呢?

小李:还没找到呢。



小李的回答直接把指导老师逗乐了,他的自信和幽默让交谈变得更放松,展示自己的专业技能侃侃而谈,将他的长处都展现在了指导老师的面前。从小李的表达来看,小李确实是一个努力上进的人,专升本,做兼职项目学习技术,还在一家公司实习过,空余时间学习考上了计算机专业研究生。说实话,小李颇令人佩服,是一个比较踏实又严谨自律的人。

不久,一家企业招聘技术人员岗位,企业对初始学历比较看重。但指导老师还是为小李作了推荐。面试结束后,企业技术指导立刻向人事举荐了小李,对小李的学习经历和积极

进取态度表示赞许,相信小李是一个有事业目标和工作负责的人。小李也成功应聘进了这家企业,试用期间有幸参与了技术团队的核心项目,工作还得到技术总监的认可;小李的幽默风趣也活跃了团队的氛围,调动了团队的热情,小李有幸在平台里大显身手。

小李的求职经历固然有自身的特殊性,但心怀进取之心是每一个即将进入职场和已经在职场打拼的人都应该具备的态度。希望求职的朋友们,保持自信和积极乐观的心态,在不同的人生阶段都能踏实进取,努力充实和提升自己,为自己的职场之路赢得更多机会。(嘉定职介)

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 |
|--------------|-------|------|--------|------|
| 寰泰储能科技股份有限公司 | 电气工程师 | 10 | 20-40岁 | 本科 |
| 上海轶聘企管临港分公司 | 强电工程师 | 10 | 25-55岁 | 大专 |
| 电院电力电子实业有限公司 | 变电安装工 | 10 | 18-36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网站(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。如需进一步咨询欢迎拨打12333上海劳动保障热线。