

职业指导

勇于开始才能走向成功

案例概述:

小陈,女,24岁,本科毕业,所学专业为建筑学。

已经毕业两年的历届生,小陈仅有过两段实习经历,做过文字编辑和设计院的绘图员。

小陈平时的兴趣爱好是画画、听音乐、上网等。

在辞去上一份工作后,小陈已经在家待业一年多了,父母迫切希望她能找到一份新工作,于是带着她来到了职介所。

指导过程:

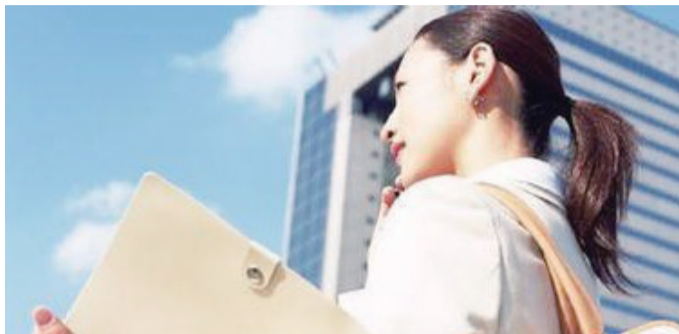
职业指导师随即与小陈展开了沟通,初见小陈发现她对于交谈持回避的态度,不敢与指导师进行眼神上的交流。因此职业指导师对小陈进行了鼓励,在轻松的氛围中,小陈也逐渐放松了心态,在后续的交谈中,职业指导师发现小陈在求职中存在以下几个问题:

1.没有明确的职业规划

通过交流了解,发现小陈对自己的职业生涯没有一个确定的目标和规划,大学选择专业也是随波逐流,并没有考虑未来的择业方向,这就导致小陈毕业后迟迟没有确定职业类型。

2.迷茫于先就业还是择业

交谈中小陈还向指导师透露了自己的困惑,她内心纠结于自己应该选择是“先择业后



就业”还是选择“先就业再择业”,因为这也意味着截然不同的择业和就业方向。

3.言谈举止中缺乏自信

小陈本身就是个内向的人,在和职业指导师沟通交流时的声音也较小,长期这种收敛的习性,一旦步入社会遭遇挫折,个人对成功求职的态度也会比较消极。

指导建议:

一、调整心态,主动适应人际关系

因待业在家达一年之久,小陈对于突然展开的人际交往偶尔会出现沉默、反应迟钝等现象,对于长期不接触职场与人际交往的待业者来说,这是十分正常的现象。职业指导师鼓励小陈逐渐恢复人际往来,多和亲朋好友沟通交流,增加

室外运动时间,调整好精神状态迎接后续的求职。

二、职业定位,重新评估自身优劣

小陈是本科毕业,具有一定的专业知识水平,而且小陈做事认真仔细,这是她的优势;另一方面,小陈性格内向,不善言谈,并不适合做销售、营业员等服务类的岗位。通过对小陈的职业测评定位后,推荐小陈

往专业相关的公司文员这方面的岗位进行择业。

三、了解职场,找自己适应的工作

小陈在之前的谈话中提到自己对游戏行业比较感兴趣,但考虑到她并没有任何游戏行业相关的专业知识和技能证书,所以建议小陈可以先行就业,在工作之余进行相关知识的学习,而不是为了坚持梦想却浪费时间和精力,而且先就业适应职场生活,也能为日后增加职业竞争能力。

指导结果:

在职业指导师的热心帮助下,小陈认真听取了建议,不久便应聘了一家新单位,很顺利地通过了面试,担任文员一职。小陈对这份工作十分满意,这也是她勇于开始才踏出了自己职场生涯的第一步。

(徐汇职介 鲍海舟)

区域亮点

发挥个人优势 精准匹配岗位

案例概述:

广富林街道居民小齐,因年幼时遭受煤气泄漏意外脑缺氧,导致思维和动手能力较为欠缺,后来在毕业找工作屢次碰壁。

小齐曾在家人的帮助下去外地亲戚的饭店从事传菜工作;2022年回到上海后做过保安,后又尝试过应聘房屋中介,但均未能成功就业。

年初,小齐在一家餐饮店打零工,很多人因为该工作劳动强度大、薪资待遇低做不了几天就离职,小齐却一直坚持了半年时间。

案例分析:

为了更深入地了解小齐的情况和求职意愿,广富林街道就业服务专员联系松江就促中心指导专家安排了面对面交流。在沟通过程中,小齐的就业优势显而易见,一是身高优势,小齐有着1米9的身高,非常适合仓库、物流等工作;二是虚心好学,他表示工资低没关系,只要有让他跟着学习,他一定好好表现。由此可见,该青年能吃苦耐劳,踏实肯干,只是年幼的悲惨经历给了他一记重

创,成了他求职路上想跨却无法跨越的一条鸿沟。

指导过程:

一、打消求职顾虑,树立求职自信。小齐思维和动手能力较为欠缺,在与小齐和其父母交流中可以看出缺乏信心。职业指导老师及时提供心理指导,肯定小齐自身和就业的优



势,肯定小齐不怕吃苦的精神,并告诉小齐在面试中要积极主动争取,敢于展示自身的优长。

二、突出自身优势,确定求职目标。在找工作过程中,容易淡化或忽视自身优势,导致较难找到自己理想的工作岗位。小齐有着1米9的身高,非常适合仓库、物流等工作,而且根据小齐的工作经历可以发现,虽然他文化程度不算高,但只要肯学肯吃苦,就能把工作做好。

职场问答



问:本人本科学历,从事相关工作5年,已获得计算机软考高级证书,是否可以聘高级职称?

答:须同时满足以下三个条件,聘任高工才有效:1、取得计算机软件资格(水平)高级证书。2、符合高级工程师的基本条件(如大学本科毕业、从事专业工作满10年;或者硕士研究生学历学位、从事专业工作满7年)。3、单位聘任在高级工程师岗位(如高级工程师、技术主管(高级工程师)、技术经理(高级工程师)等),并填写《专业技术职务聘任表》。

问:高校毕业生刚找到单位,如何办理就业证?

答:分两种情形:1、本市户籍人员,劳动者应携带二寸证件照1张,凭本人有效身份证件原件或社会保障卡在街道(镇)社区事务受理中心申领《就业创业证》,由公共就业服务机构于5个工作日内核发。2、外省市来沪人员,由用人单位前往单位就业参保登记地的区就业促进中心提交《〈就业创业证〉申领表》,表上需加贴二寸免冠报名照1张,由申领人本人填写、签字确认,并经单位盖章。公共就业服务机构于5个工作日内核发《就业创业证》。

三、广寻求渠道,精准匹配岗位。广富林街道就业服务专员和松江就促中心指导专家帮助小齐完善了个人简历,通过多个招聘网站搜索相应岗位进行投递。区就促中心的就业指导老师根据小齐的条件,精准匹配松江江浦区就业见习基地,拓宽求职渠道,助力小齐实现就业。

指导成效:

通过松江就促中心就业指导专家的推荐,成功帮助小齐找到了一份满意的工作,在松江一家就业见习基地从事成品仓理货员,薪资每月有5000多元。小齐表示一定珍惜此次就业机会,努力学习,踏踏实实工作,不辜负大家对他的期望。(广富林街道事务中心)

求职路标

应届生求职常见问题归纳

又是一年毕业季,为了尽可能给应届生提供力所能及的帮助,总结归纳了目前应届生求职出现的一些问题,以供参考。

1.前途迷茫没信心

绝大部分学生对所学专业仅仅停留在课本上,不清楚自己的就业方向。由于缺乏职业定位,感觉前途比较迷茫,在当前就业难的情况下,对谋得一份满意的工作普遍表现出缺乏信心的状况。

2.自我认知的不足

在“请你说出自己的优势”提问中,多半同学回答不清楚或没有优势,少部分同学能列出几点优势。其中有对职场恐惧逃避就业的,有盲目自信非名企高薪不去的,无形中失去不少就业机会。



3.求职敲门砖的选择

对于专业资质上岗证书,很多大学生不知如何选择,容易随波逐流,什么热门考什么,跟风考一些对自己就业没什么帮助的证书,投入了时间和精力,但问及能否为将来发展加分却一脸茫然。

4.广投简历的错乱

现如今求职网上投简历,鼠标一点方便快捷,更有甚者做好简历后设置关键词进行群发投递,结果自己也不知道投了哪家公司,这种没有明确目标海投的结果,无法真正对岗位做好针对性准备。

5.考研出国前途忧

既然就业难,不少同学想到了考研或出国,提升学历或留学镀金后增加求职含金量。可时下大学生考研的高淘汰率不容忽视,出国留学的就业前景也大不如前,就业变数大也更令人忧心。

综上所述,大学生在求职过程中遇到的这些困惑,恐怕还得归结为大学生在校期间缺乏职业规划,忽视就业能力的锻炼和培养。现在很多大学生对于就业的认识多是纸上谈兵,缺乏核心知识技能和综合竞争能力,无法满足职场和岗位需求。大学生们有必要尽早对自己的专业和职业规划进行梳理,针对自己的专业优势、职业倾向和个性喜好,详细分析自身的发展空间及本身存在的问题和不足,综合各方面因素给自己确立合适的职业定位和发展目标。(长宁职介)

上海公共招聘信息

来自“上海公共招聘”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
上海晴鹏能源科技有限公司	机械工程师	4	25-45岁	本科
上海诚友实业集团有限公司	电气设计员	3	25-40岁	本科
上海匠微半导体设备有限公司	电气工程师	6	20-40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上海人力资源和社会保障热线。