

【案例回放】

小婷,高中毕业远赴外省师范院校就读,中文专业,2022年7月本科毕业回沪工作。小婷外表青春靓丽,性格文静,但不愿从事教师工作,害怕承受压力。

去年8月,小婷通过亲戚介绍了一份知名国企文员工作,企方明确表示只是实习,没有留用机会。抱着“不着急,试试也无妨”的想法,小婷认真工作了3个月。

11月,小婷在各个求职平台投递了简历,年底她收到某企业的口头拟录用通知,企业表示会再次通知她办理入职手续,然而她迟迟等不到企业的通知。今年春节前小婷获悉未被录用,因企业减少了招聘人数。

求职驿站

“三步”告别“慢就业”



春节后,小婷降低求职期望再出发,不久得到两家企业的青睐。她心仪其中一家,便直截了当地拒绝了另一家。然而报到后发现,心仪的这家企业安排的

岗位与面试的截然不同,新岗位有销售指标压力。

小婷后悔莫及,又一次回到求职起点。

【案例分析】

小婷的遭遇是当下大学生求职经历的典型缩影。职业规划模糊、职业技能欠缺、求职意愿不强,兜兜转转大半年,从应届生拖成了未就业大学生,大多抱着慢就业的初衷,却得到了长期失业的结果。

【指导建议】

1. 客观评价自我,发现自身优势。青春靓丽,性格温和,在面试中容易获得较好的第一印象是小婷的优势,而缺乏职业规划、缺少进取心、专业优势不突出、无工作经验是她的短板。因此,相比富有挑战、工作节奏快的初创或新兴企业,小婷与传统中大型企业更匹配。

2. 抓住毕业黄金期,把握求职主动权。异地求学客观上拉长了小婷的求职进程,使得她的求职起步时间晚于本地学子。然而茫然占用毕业黄金期,即毕业后的前3个月时间,实习不留用获得粗浅的工

作经验,实在得不偿失。小婷要抓紧现阶段广投简历,积极求职。

3. 重视职业规划,珍惜初次就业。小婷的大学专业是语文教师,但本身不愿意当老师,就要拓展专业相关领域。综合小婷个性特点和市场就业形势,职业指导师为她设计了就业方向的职业规划,并推荐了相应的岗位,经过初试复试,小婷最终被一家大型国企成功录用。

【案例小结】

近年来大学毕业生就业“内卷”严重,许多大学生选择了慢就业。然而慢就业并不意味着高质量就业,盲目就业固然不可取,但认知不清的慢就业更要引起警惕和关注。

年轻有活力、可塑性强是大学生共同的优势。发挥优势,结合自身性格特点和主观意愿,寻找互相契合的企业和岗位,是求职的第一步。

然而在正式录用签约前都充满变化,单方面被动地等待,浪费的是宝贵的求职时间,主动沟通、及时确认是积极求职的第二步。

毕业后第一份工作重要,是因为后续工作多数会延续前一份工作经验,以获得更高的

职场问答

问:如果留学生在拿到毕业证之前已经回国在上海就业,可以申请落户吗?

答:若满足政策中的条件,且在课程结束情况下回沪,是可正常申请落户的。

问:请问留学生落户政策中的世界大学排名榜单2023年还会更新吗?

答:世界大学排名会按每年的最新排名进行调整,并在每年年底统一更新。欢迎关注我局发布的最新政策和信息。

问:留学生落户政策中的“在境外180天”是怎么计算的,起止时间分别指什么时候?

答:境外时间根据留学期间的出入境记录、国外学历学位认证书上载明的时间等综合界定。



薪水和发展的,而换岗转行没了应届生身份,竞争代价会更高。务必注重求职的第三步——重视职业规划,珍惜首次就业!

(静安职介 陈怡青 通讯员 胡静春)

职业指导

在完成现实目标中找到方向

【案例】

应届毕业生小张一直在求职的路上纠结,不知道该从事哪方面的工作。工商管理专业的他感兴趣的职业还真不少,人事行政、教育培训、广告公关等方面似乎都有兴趣,但偏偏小张都没尝试过。因为反复的纠结,小张甚至都没好好地应聘过。

【分析】

其实小张最主要的问题不在于无法确定职业方向,而在于缺乏求职积极性,职业准备也不足。这也是当前不少大学生走上就业道路最大的隐形阻碍,也是本人最难察觉的盲点。

很多同学将自己求职失败归咎于父母、学校、社会,却忘记了自己才是求职这场戏的主角。表面上很多同学表示自己想要找工作,但他们中的一些人却不肯为目标付出足够的努力,表现出不断的纠结,纠结要不要应聘、纠结要不要去面试、纠结要不要签合同上岗……

这些都是不愿意作出改变去主动适应社会,而为自己寻找各种外在的“理由”。要打破这种陋习,迈出职业路上的第一步,可以采用定好并完成求职过程的小目标。

【建议】

第一步,领悟自身的职业困境。意识到只有尽快就业才能有更好的未来,停止寻找借口来自我原谅,改善回避求职的现状。害怕求职失败、就业不顺利、享受安逸,是很多毕业生消极求职行为背后的心理成因,但年龄才是最大的本钱。

第二步,挖掘自身的职业能力。通过回忆过去的学习、工作、生活经历来确定自身擅长的地方,通过分析自己的性格、兴趣、爱好,结合所学专业

知识,预判可以尝试的职业,明确自己有能力从事的工作岗位,从而确立职业定位。

第三步,量化每一步求职过程。制定了求职时间计划表,为自己量身定做求职套餐,每天投递2份简历,每天熟悉一个面试问题,每天了解一个岗位信息,及时整理面试信息,并为每一次面试预留准备时间,写明准备和完成的项目。

与其在家日复一日地虚度光阴,不如现在就定个小目标,小步前进,在每一个小目标的实现过程中做好职业准备,最终实现自己的乐业梦想。

(普陀就促中心 傅敏悦 通讯员 徐春海)



职场分析

职业定位的几种误区与调适(上)

职业指导中常被问及的一些问题:

“毕业后换了多份工作,兜兜转转总是不满意,该如何找到适合自己的岗位?”

“同步入职场的人都升职加薪了,自己为啥在原地踏步?”

“为什么我总是不能满意现在的工作?”

……

这些困惑背后的实质其实是职业定位不清晰。

●职业定位不清晰的常见误区:

1. 职业定位刻板僵化 僵化定位观表现为不知道变通,反以为职业定位会使自己变得僵化,会让自己的发展受到限制,失去更好的就业机会。其实,职业定位并不是确定一个固定的位置,而是确定合

理的目标,明确目前与目标之间的方向和距离。

2. 职业定位的随意性

与僵化定位观相反的是职业定位的随意性,没有经过审慎的思考,不顾主客观条件,靠拍脑袋作出不切实际的定位,这种随意性有时把职业定位定得高不可攀,有时定得

4. 职业定位急于求成

一些青年求职者希望“一次定位,一步到位”,在进行职业定位时,往往急功近利,过高估价自己,过分强调职业的社会地位,对自己的职业倾向缺乏准确的判断,缺乏艰苦奋斗的心理准备,不愿从小事做起,从底层做起,导致求职过程中屡屡碰壁。

●调适职业定位误区的几个方面:

一、树立开放和明确的职业定位观

职业定位不是某个僵化的固定位置,也不是随意和肤浅得来的,它像职业生涯的一座灯塔,指引着求职者前进的方向。择业没有精准的职业定位,会让自己找不到方向,这犹如下跳棋,有时候没有看清楚,让棋子跳错了地方,想返回已经不可能;有时候跳入了绝境,失去了依靠的媒介,只能一步一步往前挪;有时候本来是可以直接跳,但是却拐了几个弯才跳到了该跳的地方。如果要赶在别人之前把棋子送进理想的空位里,就必须在起跳之前先做好定位,预算好怎样才能在最短的距离内让自己的棋子跳过去。

(虹口就促中心 贺梅)



很低,没有一定的挑战性,这两种情况对自己的职业发展都不利。

3. 职业定位盲目从众

青年求职者容易受社会思潮和观念影响,找工作容易受社会舆论的左右,持有这种心理的容易疏忽自己的专业、职业兴趣、实际能力与综合素质,盲目听从别人的意见,追求热门职业、热门单位。这样往往脱离自己的实际,直接导致求职困难和失败。

(未完待续)

上海公共招聘信息

来自“上海公共招聘”的推荐岗位

Table with 5 columns: 单位名称, 岗位名称, 招聘人数, 年龄要求, 文化程度. Rows include 上海华建电力设备股份有限公司, 上海兰盛新材料科技有限公司, 上海鼎蓝企业咨询有限公司.

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。