

职场人生

“90后”宝妈重回职场

【案例背景】

小曹是一名90后宝妈,当初毕业时进了一家专业对口的单位,虽然薪资不是很高,但自给自足生活还是可以的。

工作不久小曹就结了婚,怀孕后辞去工作在家保胎。宝宝出生后,不知不觉三年的时间过去了,小曹也产生了重新找工作的念头。

再次求职路上,小曹屡次遭遇碰壁,投出去的简历几乎石沉大海,半年也没有找到合适的工作,她便来到了街道事务受理服务中心。

【指导分析】

中心接待员听取了小曹的情况介绍后,推荐她在人社APP上预约职业指导,并带她去区就促中心职业指导部门进行面谈。

通过一对一地沟通交流,职业指导师对小曹的过往经历和求职意愿有了充分的了解,



小曹毕业后从事的设计工作与自身专业对口,有设计方面的资质证书,有较为良好的专业技能,重回职场想仍然从事与专业对口的工作。

小曹的就业难点在于她只有大专文凭,工作经历简短,求职意向单一。现在很多企业更

倾向于招本科应届生,且岗位还要兼其他工作。

【求职建议】

一、放平心态,减缓焦虑

由于离开职场已久,再次返回职场对小曹而言,心里其实是很不自信的。面对这种情况要学会放平心态,立足于自身实际情况,客观评价自己的优势与劣势。当然,重视不等于焦虑,用一颗平常又淡定的心去对待,培养良好的求职心态。

二、及时充电,提升能级

小曹的大专学历文凭,也是她不敢大胆谋求其他行业岗位的因素之一。目前文化水平不够高,建议小曹争取专升本,学历上的提升往往也会拓宽求职面和提升工资待遇,也

不会受限于单位性质和规模,突破自我才能获取更好更稳定的工作。

三、不畏艰难,积极应对

虽然以前积累了一定的工作经验,但重回职场不妨将自己当成一名职场新人。正视自己的职业空白期,抱着重新学习的态度,这样再面对困难和挫折就不会显得那么无助和无奈。在设计专业方面有优势,可以从技能上去寻找合适匹配的岗位。

【指导结果】

根据小曹的实际情况,职业指导师陆续推荐了一些工作岗位,也一直和她保持着沟通联系,得知小曹在积极求职的同时,还利用空余时间不断加强专业的学习。经过区就促中心职介部门推荐,小曹在某健康科技集团的招聘中已经通过了面试。

通过小曹的求职经历,我们看到了一位90后宝妈重回职场的转变和成长。在当下经济形势和就业环境下,对求职者自身的能力和素质要求越来越高,如果不及充电提升自己,很快就会跟不上时代的步伐。因此,对于宝妈来说,若想不被社会和职场淘汰,不要落后于同行们,在离职空窗期的能力提升不能空窗。

(奉贤职介 邹珏 通讯员 顾洁美)



职场问答

○问:劳动合同订立时应遵循什么原则?

●答:订立劳动合同,应当遵循合法、公平、平等自愿、协商一致、诚实信用的原则。依法订立的劳动合同具有约束力,用人单位与劳动者应当履行劳动合同约定的义务。

○问:用人单位与劳动者协商一致解除劳动合同的,是否支付经济补偿?

●答:用人单位向劳动者提出解除劳动合同并与劳动者协商一致解除劳动合同的,应当支付经济补偿。劳动者向用人单位提出解除劳动合同并用用人单位协商一致解除劳动合同的,用人单位不必支付经济补偿。

○问:被跨地区派遣的劳动者应当执行哪个地区的劳动标准?

●答:劳务派遣单位跨地区派遣劳动者的,被派遣劳动者享有的劳动报酬和劳动条件,按照用工单位所在地的标准执行。

区域亮点

回乡同样实现理想就业

一年一度的毕业季,就业路上总是有人欢喜有人忧,我们的主人公小宋就是“忧”的那一个。

小宋是上海某职业学院的应届毕业生,早在今年年初就开始了自己的求职之旅。

只有大专学历的小宋,在竞争激烈的求职市场略显劣势,虽然多方求职面试,但都没有下文。“只开花,不结果”让小宋备受挫折,陷入了焦急迷茫的情绪漩涡,父母也看在眼里急在心里。



所在社区就业援助员正进行2023年高校毕业生就业情况调查,立刻对小宋开展了“一对一”就业帮扶。

就业援助员结合小宋个人情况和专业特点进行了职业能力评估,小宋的优点是年轻好学肯吃苦,唯一不足的是学历竞争力不足。

如果在市区就业,企业

招聘会因为候选人多而提高入职要求和学历门槛,只有大专学历的小宋显然不具优势。而崇明年轻人才基数相对较少,小宋学历不高的劣势无形中相对“淡化”了。

竖新镇正在大力打造美丽乡村和发展乡村旅游,不少企业瞄准商机扎根竖新,家住竖新镇的小宋天然具有“天时、地利、人和”的优势,了解本土风情、乡音纯正等优势得以彰显,更容易获得岛内企业的青睐。

通过就业援助员客观理性的分析,小宋坚定了回乡就业的决心,并在就业援助员的牵线搭桥下,顺利入职某集团有限公司。能够建设家乡,还能方便照顾父母,小宋对这份工作非常满意,而她勤奋、踏实的工作态度也获得了企业的好评。

(崇明职介竖新分中心 王镇涛 通讯员 杜菁菁)

职业指导

毕业生要避免“慢就业”怪圈(上)

什么是“慢就业”?对毕业生而言,慢就业是否是一个好的选择?这是很多应届生一直思考的问题。那么在复杂的就业环境中,高校毕业生在求职道路上该如何选择呢?

一、什么是“慢就业”?

慢就业是指部分高校毕业生在毕业后的“暂时性不就业”状态,具体表现为:部分毕业生选择游学、考研考公或者创业等方式来延缓就业。

事实上,越来越多的青年人正在告别传统的“毕业就工作”模式,成为“慢就业族”。慢就业群体虽能一定程度避开求职高峰,获得职前缓冲期,但需要警惕的是,慢就业需要付出高昂的时间经济成本,并且在

盲目拖延中很可能转化为“懒就业”,甚至最终成为“啃老”的遮羞布。

二、“慢就业”产生原因

1、求职观念转变

当代大学生的就业观念转变,一言以概之即——不着急就业。相较以往,当代青年人的

长期处于校园环境,一朝离开校园,对外部职场环境的了解具有一定局限,对职业设想、就业市场的认知存在误差,这就容易导致毕业生的职业预期与实际产生矛盾与心理落差,从而主观上拒绝就业。另一方面,毕业生对自身职业兴趣、职业潜能等方面的认知相对片面,存在自我认知上的模糊,无法精准匹配自己合适的岗位,从而导致慢就业现象。

3、胜任力难匹配

纵观毕业季中忙碌求职的高校学子,我们时常会发现这样一种情况:那就是部分毕业生有着清晰职业期望与择业方向,也对符合预期的岗位表现出了较大兴趣,并进行了实际尝试。无奈却受限于自身条件“够不着”,客观上无法被认可和录用,最终陷入“什么都不愿干、懒得干”“既不愿提升自我也不想放下身段”的“怪圈”,被动进入长期待业的慢就业状态。

(未完待续)

(普陀职介 梁语菲 通讯员 徐春海)



表现更为“淡定”:一是他们更注重就业质量与内在精神感受,愿意花费更多的时间来思考职业选择;二是在选择职业时明显更为谨慎,害怕“踩坑”的心理占据上风。在这种情况下,慢就业则成为了许多毕业生心目中的“较优方案”,这也是慢就业大军逐渐壮大的原因。

2、内外认知偏差

由认知偏差造成的慢就业现象往往包含两种情况:一是对外的认知误差,二是对内的认知模糊。一方面,由于毕业生

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
上海柘中电气有限公司	结构设计师	5	20-25岁	大专
上海真兰仪表科技股份有限公司	软件工程师	5	20-40岁	本科
上海晟砚电子设备有限公司	设计工程师	8	25-40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”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。