

职场点拨

帮你了解更多职场礼仪

职场礼仪的了解、掌握和运用,有助于塑造个人的职业形象,也是职场人素质的综合体现。下面我们一起来了解几个职场中的礼仪:

一、交谈礼仪:交谈是职场中的基础活动,掌握并遵守交谈礼仪能让交谈活动更圆满顺利地顺利进行。

1.保持微笑,避免多余的肢体动作

保持微笑可在他人心中留下好的印象,也能体现自信。而交谈中要尽量避免不必要的动作,如晃动身体、摸头发、耳朵等,这会给人一种不耐烦的印象,也不礼貌。

2.语速、语调、音量平缓适中

语速过快或过慢,语调、音量过高或过低,都会影响交谈意思的表达,特别是陈述意见时要注意做到语速、语调、音量的适中和平缓,谈话距离要适



当,并不时注视对方。

3.尊重对方,不随意打断

交流中不要只想自己说,要善于聆听,给他人表达的时间,不随意插嘴打断,这是礼貌也是尊重的表现。交谈过程中神态要专注,可适时地点头、复述

要点,恰当的赞美更利于交谈顺利愉快地进行。

二、举止礼仪:

人的一言一行体现了个人的素质和涵养,在注意自己良好形象和言行的同时,多审视自己是否有不妥的言行举止。

拜访客户或前去他人办公室时,进门前应轻轻敲门,然后站在门口等候。敲门的时间不要过长,敲门次数不要过于频繁,无人或未经主人允许,不要擅自进入室内。

客户或者合作伙伴来访时,应第一时间指引到适合待客的地方,并尽快为对方送上茶水,如不能马上安排会面,应说明原因并请对方稍候,避免出现让人干等的情况。

三、握手礼仪:握手表示友好,可以表达一个人的信任、尊敬、鼓励等,另外也可能传达傲慢、逢迎、虚伪等讯息。

1.握手的顺序

主人、长辈、上司、女士主动伸出手,客人、晚辈、下属、男士再相迎握手。被介绍之后,最好不要立即主动伸手。如当年长者、职务高者用点头致意代

替握手时,年轻者、职务低者也应随之点头致意。

2.握手的方法

握手一定要用右手,如要紧握双方的手,时间一般以1-3秒为宜。过紧地握手或是只用手指部分漫不经心地接触对方的手都是不礼貌的。

3.握手的注意事项

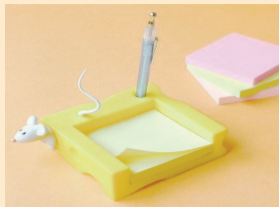
握手时双目应注视对方,微笑致意或问好,多人握手时应按顺序进行,切忌交叉握手。拒绝对方主动伸出的手,这是无礼的行为,但手上有水或不干净时应谢绝握手,同时解释并致歉。

四、电话礼仪:接电话是一项职场日常事务,拥有良好且规范的电话礼仪,能体现出一个人的可信度和专业度。

对来电要及时接电话,一般电话铃响起三次之内即需接听电话。接到电话第一句首先要问好,之后确认对方并自报家门。语气、音调应柔和平稳适中,电话交谈中也应注意得体表达。接电话用左手接听,右手边准备纸笔,便于随时记录有用信息。

良好的职场礼仪可以帮助我们更轻松地融入职场中,在职场活动中起到积极的重要作用,所以无论如何,学习职场礼仪并提升自身的素养是很有必要的。(长宁职介 叶慧)

职场问答



问:工伤人员停工留薪期如何确定?

答:停工留薪期一般不超过12个月,具体期限根据定点医疗机构出具的伤病诊断意见确定。

工伤人员停工留薪期满12个月,因伤情严重或者情况特殊,要求延长停工留薪期的,应当在停工留薪期满前15日内向用人单位提出书面申请,并提交治疗工伤的相关诊断证明材料。

用人单位对延长停工留薪期有异议的,应当在收到书面申请之日起7日内,向作出工伤认定决定所在区的劳动能力鉴定委员会提出延长停工留薪期确认申请,并提交治疗工伤的相关诊断证明材料。

区劳动能力鉴定委员会受理延长停工留薪期申请后,可根据需要安排工伤人员进行医疗检查,并根据劳动能力鉴定专家意见作出确认意见。

用人单位未在规定时间内提出确认申请的,视作为同意延长停工留薪期。

区域亮点

摆正心态助力“海归”上岸

曾经的海归在就业市场的定位是体面高薪,然而随着这一群体数量的日益增多,尤其疫情和市场乏力导致不少企业经营困难,相当数量的海归迫于无奈成为“海带(待)”,手持海外高校毕业证书,却收不到心仪offer在家待业。

广中路街道的小刘是“海带”,就业援助员在失业人员名单上看到他的信息后,打电话沟通了解情况,并告知工作站的就业服务内容。当时,小刘明确表示自己有海外留学背景,暂时无需帮助,只留下了就业工作站的联系方式。然而,一次次的求职碰壁,磨灭了小刘初期的自信和热情。

就业援助员及时跟进帮助,从观念转变到岗位推荐,全程陪伴帮助小刘做好求职应聘准备。

调整心态,学会放下留学“光环”

对留学生来说,大多数人对回国后的第一份工作预期很高,对于就业选择十分谨慎。据统计,海归的专业基本集中于金融、管理、工程等方面,专业密度高,人才区别较小,就业难度增大。

面对现实,小刘意识到留学背景只是找工作的加分项,

如因此对基础类工作嗤之以鼻是不可取的。用人单位在招聘时会更看重工作能力,相较于国内有实习经历的应届生,海归并不占太大优势。

保持严谨的态度对待择业固然不错,但也要结合市场需求,根据专业拓宽视野,适当放低要求,也可以考虑跨行业发展,挖掘尝试更多适合自己的岗位。

立足现实,努力提升求职技巧

在某些行业中,国内和国外的实际操作过程存在很大差异。虽然手持境外名校学历,如果不了解国内一些行业实际情况,简历中的关键词描述与行业所需人才的匹配度不高,会导致简历初审都无法通过。

就业援助员帮助小刘归纳求职的能力和个人优势,分析当前求职的机遇和可能遇到的障碍,根据个人的专业、兴趣、性格和能力,对简历进行了调整,强调面试中的注意事项。

利用小刘自身在语言和学历方面的优势,建议聚焦在本专业的服务类岗位。通过就业援助员的帮助,目前小刘成功入职了一家大型企业,从事咨询工作。

(虹口广中路街道 张剑)



求职路标

帮扶“迷途”人员重返求职路

案例回放:

L先生今年48岁,曾在某国有单位工作了5年。然而,因失足犯错,锒铛入狱。

出狱后的L先生没有了工作,长久与社会脱节有诸多不适应,L先生也尝试过继续找一些需要体能的工作,但由于年龄问题,几经寻找都碰壁而回,导致L先生失去了就业的信心。

本镇在日常调查摸底工作中获悉L先生的情况,随即主动电话联系他本人,了解具体情况并展开详细的就业帮扶。

指导过程:

一、摆正心态,打开心结

刑释人员的心理往往不同程度都有挫败感和自卑感。L先生遭遇三番五次的求职失败后,导致他在心理上严重受挫,觉得自己和社会脱节,是被社会淘汰



的人员,难以再实现就业。社区事务受理中心对L先生进行了职业指导,介绍目前本区就业形势以及对特殊人群就业的关怀帮扶工作。通过沟通交流,更多地站在L先生的角度分析问题,找出求职困难的症结,让L先生学会释放焦虑,逐步打开心结,重拾对再就业的信心。

二、在线寻岗,求职拓展

为了帮助L先生获取更多渠道了解就业信息,找到合适本人的就业岗位,尽快实现再就业,除了积极参加线下招聘活动外,社区事务受理中心帮助L先生学习使用“上海公共招聘就业新平台”“崇明区公共就业招聘平台”等在线求职平台,掌握平台操作方法,如何进行线上查看招聘信息,并指导L先生利用线上平台进行自主求职简历投递,引导学习新兴社交互动交流方法和新媒体信息查询。

三、协同帮扶,助力就业

经过职业指导,L先生不

仅走出了焦虑的心理误区,还学习掌握了求职面试的技巧。前不久,经多方挖掘匹配,本镇周边一家制造业企业正在招聘人员,指导老师联系了招聘方,对方愿意给L先生应聘面试机会。L先生了解招聘岗位要求,做了相应的面试准备,前往企业进行了面试。一个礼拜后,受理中心接到企业的通知,L先生面试表现良好,后试工也顺利通过,很快给L先生办理了录用手续。在后续回访中了解到,L先生在公司工作表现不错。

就业是最大的民生,如何引导刑满释放人员重返社会、融入社会、立足社会,关键要体现有业可就,就业服务聚力赋能,帮助求职人员树立清晰的职业认知,合理规划求职目标,提供优质的服务,真正为求职人员送去及时雨,从而可靠保障稳定的就业。

(崇明职介新海分中心 李胜男)

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 |
|--------------|-------|--------|--------|------|
| 上海鼎蓝企业咨询有限公司 | 接线工 | 20 | 18-45岁 | 高职 |
| 柯维自动化设备有限公司 | 助理电气师 | 10(见习) | 18-25岁 | 大专 |
| 上海芯圣电子股份有限公司 | 应用工程师 | 10 | 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。