

职场分析

降维求职——大龄求职之路径

案例背景:

樊女士,45岁,本科学历,企业管理专业。曾就职于两家企业,工作兢兢业业,从基层一线员工晋升为客服主管、业务主管,被评为企业“优秀员工”。2020年,因家中老人身体不好,孩子无人照顾,无奈选择离职。一晃3年过去了,目前樊女士期望重回职场,想通过职业指导来确定今后的职业方向。

难点分析:

年龄:45岁的女性,在当下就业市场再求职,难度的确不小。即使有丰富的的工作经验,但面对网络招聘的年龄设置,真正适合樊女士的机会并不多。

脱节:3年的职业空窗期,无论是就业背景、企业文化、工作环境、岗位技能、职场人际等均已不同于往日,需要樊女士重新面对、学习和适应。

心态:近来经历的几次求职应聘,樊女士都因各种原因未被录用。她的自信心受到了不小的打击,一度产生了自我怀疑、自我否定的悲观心态。

指导建议:

在当下竞争激烈的就业市场,大龄失业人员即使愿意放下身段,往往也难以被用人单位录用。如何通过降维成功实现再就业呢?



1. 避免关注误区,梳理积极的求职心态

如果求职者把关注的焦点放在自己大龄、长期失业等不利因素上,一定会影响求职者的心态,降低求职成功的信心。建议樊女士不妨转换思路,重新关注自己的优势,譬如:樊女士已婚已育,有较好的职场稳定性;良好的亲和力、沟通力,丰富的客服和销售经验;照顾家庭无微不至,体现了良好的责任心。这些都是被忽略的潜在优势。

2. 重新审视自我,确定职位目标和方向

根据求职者个人特点和工作经历,从两个维度评估职业方向和目标岗位。首先从个人是否适合的维度评估,樊女士有较好的亲和力,较强的客户协调接待能力,适合服务业工作;其

次从企业录用的角度评估,若应聘者无家庭特殊照顾,无高于市场平均薪资要求,愿意从事一线岗位。综合定位,适合服务类行业的行政管理岗位。

3. 通过模拟面试,减少目标企业的顾虑

在降维求职过程中,企业往往会关注两个层面问题:一是应聘者求职动机到底是什么?应聘者需要陈述对企业的了解、目标职位和过往经历的相似之处、坦诚找工作的困难,以及面临的中年危机。二是应聘者的稳定性如何?求职者要

说明自己的选择都经过了认真考虑,打消企业的顾虑。提前多模拟面试,可以提高面试的成功率。

经过职业指导,樊女士顺利地一家企业的物业管理录用。樊女士表示,很高兴找到一份自己喜欢的工作,更重要的是找回了自己的职场信心。

一点思考:

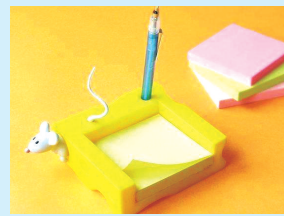
首先,要注意结合个人性格、工作经验和技能特长找准降维求职的途径,同时要克服刚愎自用问题,避免争执遭淘汰的情况。

其次,企业录用只是重回职场的第一步,在岗位中如何发挥好优势,保持“空杯”的心态,工作中多协调配合和反思自我。

最后,不断的学习很重要。单一的技能是不够的,大龄求职者更要在工作中不断丰富自己的知识结构,提升自己的专业技能。

(浦东职介 李倩)

职场问答



问:本市城镇企业职工的养老金有哪几部分?

答:符合退休条件的人员,1993年1月1日起参加工作,由基础养老金和个人账户养老金相加;1992年底以前参加工作,还要再加上过渡性养老金。

问:办理退休后,多久能拿到养老金?

答:单位或者个人按规定办理退休“一件事”后,社保经办机构核定其养老待遇,从办理申领手续的次月起按月发放基本养老金。

问:退休网上在线办理后,哪里可以查结果?

答:完成“信息确认”操作后,系统提示“您已提交成功”表示已成功申报。用户也可点击该页面下方的【查看进度】按钮查看申报情况。

求职路标

厘清求职优势再出发

【案例背景】

小李,女,大学本科,2023届毕业生,服装设计专业。在校期间,成绩优秀,多次获得奖学金,又是学生干部。但是临近毕业,多次参加招聘会,看到各种各样的岗位,各种职业前景,对未来的求职反而感到迷茫了,找不到自己的职业方向,不清楚自己想要什么。

【难点分析】

小李在找工作时面临的挑战有:首先,小李发现自己学习的专业和课程不满足现实社会的需求,这使得她在找工作困难不小;其次是竞争激烈,每年有数以百万计的大学生从校园走向社会,找工作变得更加艰难;第三,疫情期间在校缺少实习机会,缺乏社会实践经验,这也成为小李找工作的一大难点。

【问题诊断】

通过交谈发现,小李性格文静,长期是老师、家长眼里的好学生、好孩子。在校期间,积极参与学校各类活动,她喜欢剪辑视频,自己注册了账号,总



浏览量超15万次。

奉贤服装类企业基本是代加工为主,要想专业对口,在奉贤的选择面很小;若离家太远,每天花在通勤上的时间成本就高。小李开始疑惑,自己到底该如何选择?

【指导方案】

职业指导师告知小李,选择工作首先需要认清自己的能力和兴趣,提前做好职业规划。

1. 明确自己的优势

小李的沟通能力非常强,也有主见,同时有一定的英语特长,能进行一般的英语交流,这一点上她没在自己的简历中体现出来。指导师建议在简历上要充分突出自身的优势。

2. 确定职业和兴趣

小李喜欢与人沟通,也

通过自己所学的专业知识,在运营自己的视频账号。指导师建议专业结合兴趣爱好确定职业,可以考虑文案策划、设计助理、外贸助理等岗位。

3. 职业目标和计划

确定职业方向后,需制定具体量化的职业目标和计划,包括短期和长期目标,再学习和提升知识技能,这有助于将职业规划转化为实际行动,体现自己的职业能力和价值。

【指导成效】

经过系列的职业指导,小李明确了自己的求职方向,重新优化了简历,多渠道了解自己有兴趣的企业和岗位,认真复盘分析和总结每次面试,状态也越来越好。

前不久,一家服装企业要找一个设计文员,要求有一定的英语能力,会基本的设计软件。看到这则招聘岗位,指导师立马牵线搭桥,小李很快通过面试并顺利入职。

(奉贤职介 夏安吉)

求职驿站

护航就业授“渔”与“鱼”

中国有句古语叫“授人以鱼不如授人以渔”——鱼是目的,钓鱼是手段;一条鱼能解一时之饥,学会钓鱼之法则随时能吃上鱼。引申到就业帮扶,“鱼”是工作机会,“渔”是找到工作的方法。二者孰轻孰重?抑或是可以兼得?

小张是2023年的应届毕业生,离开校园后一直闲赋在家,家人看在眼里急在心里,纷纷为小张出主意找机会,有的建议他参加培训,有的建议他先找份工作。迷茫之际,小张收到了徐汇就业部门发送的服务短信,带着困惑小张和母亲一起来到寻求职业指导帮助。

职业指导:授人以渔

小张大专毕业于建筑专业,本科是国际经济与贸易专业,有化学检验员中级证书。大专期间在建筑公司实习过,目前对未来的发展很迷茫,没有方向。母亲希望他报名参加为期一年的汽车工程方面的培训,但学费较贵,本人也拿不定主意。

职业指导师分析了小张

过往的学习实习经历、职业兴趣和专业能力,并提供了汽车工程方面的行业信息。小张决定选择先就业,指导师鼓励他多渠道了解岗位信息,梳理出3个目标岗位:资料员、预算、化学检验。通过面试后获得了一份资料员OFFER。

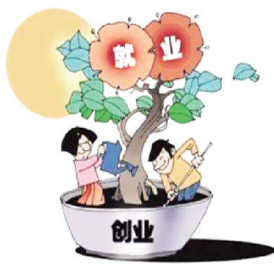
职业介绍:授人以鱼

根据小张的求职意向,职业指导师也推荐了加装电梯事业部文员、环境工程检测员等就业岗位,针对性修改了简历,并与企业沟通联系,促使小张成功通过了电梯公司文员的面试。小张经过对照

权衡,决定入职与自己专业比较对口的电梯公司。

多年的就业服务经验告诉我们,在帮扶离校未就业高校毕业生时,“渔”和“鱼”都不可或缺,想要成功就业,个人的努力和指导师的指点同样重要,我们力求在充分调动个人主观能动性的同时,适时地提供信息资源,帮助毕业生走好职业生涯第一步。

(徐汇职介 丁洁)



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
上海霖润机械设备有限公司	电气设计	5	20-35岁	大专
晋拓科技股份有限公司	IT管理员	5	18-40岁	大专
科建高分子材料股份有限公司	工艺工程师	8	22-30岁	大专

注:1、以上所列的各推荐岗位,建议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。如需进一步咨询请拨打12333上海人力资源和社会保障热线。