

职场问答

问:高温津贴的发放条件和发放标准是什么?

答:根据《关于调整本市夏季高温津贴标准的通知》规定,目前本市夏季高温津贴为每月300元。同时,企业每年6月至9月安排劳动者露天工作以及不能采取有效措施将工作场所温度降低到33℃以下的(不含33℃),应当向劳动者支付夏季高温津贴。该份行政规范性文件经评估,有效期已被延长至2028年12月31日。

问:当月无高温日,用人单位可否不发放高温津贴?

答:高温津贴的发放条件,取决于劳动者的工作环境是否为室外露天,以及工作场所具体的环境温度,与当月是否有高温日等因素无关。只要用人单位未能将劳动者所在工作场所的环境温度降到33℃以下,即便当月没有高温日,用人单位也应按法定标准发放高温津贴。



职业指导

重新认识自己 调整职业方向

案例背景:

小张,男,28岁,大专学历,毕业于上海某职业技术学院机电一体化专业,有电工上岗证、数控操作初级证书,性格开朗乐观,相貌端正。

案例回放:

小张毕业后通过学校推荐到上海一家机电事务所工作,从事给排水设计。在这岗位上干了2年后,他觉得与所学专业关联甚少,上下班交通不便,便递交了辞呈,想要转行从事行政工作,通过现场招聘会、网络招聘等途径找工作未果。小张面临的问题是:虽有工作经验,但无论是专业知识还是职业能力没有实质提升,面临转行却没有较强的竞争力。

难点帮扶:

职业定位是由每个人的能力、性格、兴趣、特长等,再结合市场需求所决定的。一个人如从事的职业是自己非常感兴趣或喜欢的,就会对自己的工作充满激情;相反就会产生职业倦怠,对个人职业发展不利。可见,小张要放弃之前的工作在情理之中。

首先,看清自身情况。优势:长相端正,形象帅气,沟通能力



较强,做事积极主动,工科专业背景,理性分析能力较强。劣势:工作经历没能提升自身职业能力,缺乏科学的职业规划。

其次,分析求职障碍。文员普遍是女性的天下,男性有隐性障碍,无论行政、客服、人事岗位,小张没有根据岗位要求进行衡量,缺少专业培训,不了解行政相关工作的职责和要求。

再次,确立职业方向。行政工作入职门槛低,但发展有限,小张处于职业生涯探索期,结合操作能力、理性分析能力较

强,可以从事与数字打交道的工作,如统计、财务、销售等。

目前,基础财务工作供大于求,财务管理、内审分析、涉外会计、成本核算等应聘者较受青睐,既有实务经验,又有管理能力的最紧缺。一般主要看两个条件,一是证书,二是经验,没有相关经验的求职者应聘成功的难度较大。

指导建议:

根据萨伯终生发展理论,28岁的小张正处于尝试承诺期,在这一时期选定工作领域,从事工作并试图将其作为自己可能的终身职业,但这一时期的承诺是暂时的,若工作不适合则可能再经历重新探索,以确定职业方向,实现一种职业倾向,发展一种现实的自我认

识,了解更多的机会,调整自己的择业目标。

职业指导师建议小张可以尝试统计岗位。在求职前先了解统计岗位的工作职责、任职要求及发展路径。可以参加相关证书培训,熟悉财务知识,并报名参加会计上岗证的培训,取得会计上岗证。适时调整好心态,既然想要从事文职类岗位发展,就要克服能力不够这个最大的障碍,做到积极面对,努力迎难而上。

指导结果:

职业指导师根据小张的情况为他推荐了一家外资企业的统计岗位。这家企业招聘的唯一要求就是要男生,经验不足可以培养,只要肯学肯做就行。小张理工科毕业,思维逻辑清晰,计算机操作熟练,熟悉多种操作软件,除了缺乏统计分析经验,原则上符合条件。通过初试和复试,小张顺利应聘成功,走上了新的工作岗位。

(浦东就促中心 赵华)

求职驿站

“问题”学生就业难不难?

案例背景:

小严,23岁,汽车服务工程专业,性格内向,不善言辞,在校期间学习成绩不理想,勉强拿到毕业证。

去年毕业至今,小严断断续续做过一些兼职,自认为学习不好,没有本事,没法胜任专业领域的工作,大的汽车公司进不去,小的汽车修理店又看不上。

尽管小严自己知道目前的就业状态不是长久之计,但总是以各种理由逃避就业这个话题。

案例分析:

小严目前存在的问题:一是“学业不精”冲击了就业自信心。由于在校学习成绩不理想,已经在小严择业观念里形成了一道屏障,当这样的认知被无限放大,小严已经在不知不觉中将自己当做一个学习的失败者,似乎也会成为工作的失能者和生活的失意者,进而影响到了就业的自信心和主动性。

二是“眼高手低”带偏了正

快扶我起来,我要上班



确就业观。“大的公司进不去,小的维修店又看不上”,这种“高不成低不就”偏离了正确的就业观。对自身的优劣势没有客观的认识,却有“高处不胜寒”的就业观念,求职目标定位过高,简历制作不规范,看不到个人亮点,就业失败可想而知。

指导建议:

一、在肯定自我中恢复自信。指导老师在沟通中肯定小严身上的诸多优点,恢复对学习、对就业、对生活的自信。同时鼓励他多参加社区活动,融入集体,报名一些专业技能培训,以提升个人能力。指导老师对小严进行了职业兴趣测评分析,客观分析个人能力与目标

职业存在的差异,引导其职业发展合理定位,树立起从基层工作做起,夯实专业基础,巩固专业技能,积攒职业经验,注重专业能力、沟通能力、协调能力等综合素质的提升,从而提升就业竞争力。

二、积极改进求职应聘技能

指导老师告诉小严,实现成功就业首先要从一份好的简历开始,要修改原先混乱不清晰的简历,个人能力信息要突出,个人资历是否满足岗位要求,明确自身优势条件。其次要改变自己“高不成、低不就”的就业思路,投递与自己能力相匹配的职位,先尝试就业积累经验。最后要多参加市、区、街道组织的招聘会,提前了解应聘企业的文化背景、行业发展情况,在招聘会现场主动与用人单位沟通,表达诉求与展现自己,增加录取可能性。

通过职业指导老师的帮助和推荐,小严先考取了汽车修理中级技师证,后成功入职某汽车修理公司中级技工。

(青浦就促中心 徐容)

求职路标

求职者如何赢得职场先机?

面对竞争激烈的职场,求职者需要具备精湛的应聘技巧,还要警惕潜在的求职陷阱。以下是一些关键的应聘技巧和求职警示,旨在帮助求职者更有效地准备求职过程,并保护自己的权益。

深入调研目标公司:在申请职位前,深入研究目标公司的产品、服务以及市场地位,不仅能帮助你在面试中展示对公司的热情和了解,还能帮助判断这家公司是否符合你的职业目标和个人价值观。

优化简历和求职信:根据所申请的职位定制求职简历和求职信,突出与职位最相关的技能和经验。确保文档无差错,格式规范整洁,简明易于阅读。

认真准备面试应答:提前准备面试问题的答案,包括常规问题和疑点问题,本人可能会问面试官的问题。最好进行模拟面试,可以有效提高信心、体验和表现。

持续提升能力素质:不断提升自己的专业技能和软技能,如领导力、沟通能力和团队合作能力。这不仅能增加你的市场竞争力,也能在面试中展示出你对个人发展的重视。

警惕不真实的职位:如果一个招聘职位提供不合常理的高薪酬和待遇,或者招聘过程中有不合理的要求(如预付费用),很可能是诈骗、套路或不正当的商业行为。

保护个人隐私信息:在求职过程中,不要轻易提供个人敏感信息,如身份证号复印件、银行账户信息、验证码等,除非是经过证实的正式录用流程所需。

识别不实招聘广告:一些不良企业会发布虚假招聘广告来吸引求职者,目的是收集个人信息用于其它非法用途,或是诱惑求职者购买培训课程和延伸服务。

了解劳动法律权益:熟悉劳动法律相关的规定和标准,如劳动保障法、工作时间规定、健康安全标准等。如果自己的权益受到侵害,要积极寻求法律帮助。

总之,成功的求职过程不仅仅是获得一份工作,也是一个自我展示和价值实现的过程。通过掌握应聘技巧和求职警示,求职者可以在职场竞争中赢得先机,同时维护自己的合法权益,将有助于在职业生涯中取得成功。(长宁职介 刘琳)



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 政秦人力资源服务有限公司, 上海哈勃化学技术有限公司, 上海祺祥人力资源服务有限公司.

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。